

ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA DO ESPORTE E A MOTIVAÇÃO DE ATLETAS NA INICIAÇÃO ESPORTIVA DO HANDEBOL.

Jaqueline de Souza, Rodrigo Conceição Alves, Maria Aparecida da Câmara Nery.
Centro Universitário Ítalo Brasileiro – UniÍtalo , jaquinhakf@hotmail.com

Objetivo: Este estudo tem por objetivos identificar quais os principais motivos que mantêm o atleta no esporte, a influência que a motivação tem na iniciação da modalidade do handebol e como pode ser trabalhada de acordo com a Psicologia do esporte. Metodologia: A coleta dos dados da pesquisa de campo foi realizada através de um questionário composto por 16 questões fechadas, que consiste de um recorte dos principais motivos que mantêm o atleta no esporte, a partir do “Questionário de perfil motivacional” desenvolvido por Samulski e Noce (2000). A amostra consistiu na participação de 15 atletas de um clube esportivo da cidade de São Paulo. Resultado: Através do questionário aplicado foi possível observar que a jovem atleta não visa ainda seu alto rendimento, e não necessita de reconhecimento por aquilo que ela faz durante os treinamentos ou jogos competitivos. O importante é a satisfação pessoal, onde ela sabe o que fez para ter sucesso no desporto. O maior percentual correspondeu a questão: Pelo prazer da prática do desporto (67%) e os menores corresponderam a: Pelo status social (0%) e Para ser reconhecido pelas outras pessoas (0%). Conclusão: Portanto pode-se afirmar que na fase da iniciação esportiva do handebol as jovens não visam aspectos como: carreira profissional, status, fama, poder e entre outros que o handebol pode proporcionar a elas. Nesta fase a jovem quer conhecer seus limites, explorar suas capacidades e conhecer novas realidades. Desta maneira, é importante que os profissionais da área respeitem e trabalhem de maneira positiva estes aspectos tão importantes na vida dos atletas para um melhor desenvolvimento de cada um.

COMPORTAMENTOS OBSERVÁVEIS DE COOPERAÇÃO, RESPONSABILIDADE, RESPEITO E AUTONOMIA DE CRIANÇAS EM UM EVENTO DE UM PROGRAMA SOCIOESPORTIVO DO INSTITUTO COMPARTILHAR

Roger Marchese, Fábio Heitor Alves Okazaki
Instituto Compartilhar- Curitiba, Paraná- Brasil.
fabio@compartilhar.org.br

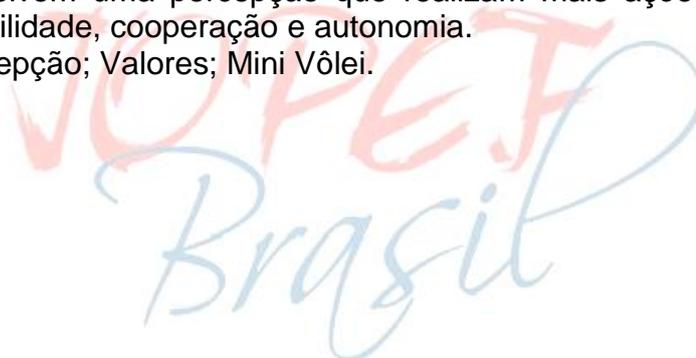
Objetivo: Descrever o número de interações dos valores: cooperação, responsabilidade, respeito e autonomia, e identificar qual o valor mais observado em um evento dos Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná (NIV-PR). Metodologia: A amostra foi constituída de 638 sujeitos, de ambos os gêneros, com idade entre 12 e 14 anos, participantes do projeto NIV-PR, do programa socioesportivo do Instituto Compartilhar. Para a coleta de dados foi utilizado um crachá e uma cartela de adesivos que permitia aos alunos interagirem, colando um adesivo no crachá de outro aluno quando percebesse uma ação relacionada a um destes valores. Para o tratamento dos dados foi usada estatística descritiva. Resultados: O número de marcações que os alunos realizaram para o valor cooperação foi de 965 marcações, com média de 1,512% por aluno, de 914 marcações e média de 1,432% por aluno para o respeito, de 798 marcações e média de 1,250% para autonomia e de 793 marcações e média por aluno de 1,242% para responsabilidade. Conclusão: Dentre os valores identificados em atitudes pelos alunos no evento, o que apresentou maior marcação foi o de cooperação, seguido de respeito, autonomia e responsabilidade. Palavras Chave: Valores; Mini Vôlei.

PERCEPÇÃO DE COMPORTAMENTOS OBSERVÁVEIS DE COOPERAÇÃO, RESPONSABILIDADE, RESPEITO E AUTONOMIA DE ADOLESCENTES PRATICANTES DE MINI VOLEI DO PROGRAMA SOCIOESPORTIVO DO INSTITUTO COMPARTILHAR

Roger Marchese , Fábio Heitor Alves Okazaki
Instituto Compartilhar- Curitiba, Paraná- Brasil.
fabio@compartilhar.org.br

Objetivo: Descrever a percepção de adolescentes praticantes de Mini Vôlei quanto aos comportamentos observáveis dos valores do esporte: cooperação, respeito, responsabilidade e autonomia. Metodologia: A amostra foi constituída de 1215 sujeitos, de ambos os gêneros, com idade entre 12 e 14 anos, participantes do projeto Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná, programa socioesportivo do Instituto Compartilhar. Para a coleta de dados foi utilizada a Avaliação de Valores do Instituto Compartilhar, que consiste em comportamentos observáveis realizados em aula. Para o tratamento dos dados foi usada estatística descritiva. Resultados: O percentual de alunos que percebem que realizam sempre os comportamentos de cooperação foi de 63,32%, de responsabilidade 73,28%, de respeito 82,20% e de autonomia 41,91%. Conclusão: Dentre os valores trabalhados nas aulas, os adolescentes desenvolvem uma percepção que realizam mais ações de respeito, seguido de responsabilidade, cooperação e autonomia.

Palavras Chave: Percepção; Valores; Mini Vôlei.



O ULTRASSOM FOCADO NO TRATAMENTO DE GORDURA LOCALIZADA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Tibiana Reinstein de Figueiredo, Tassiane Cadias Tassi

Objetivo: Esta pesquisa tem como objetivo realizar uma revisão de literatura sobre os efeitos da ultracavitação no tratamento de gordura localizada. Metodologia: Foi realizada uma revisão bibliográfica em bases de dados Scielo, PubMed e periódicos CAPES, com estudos publicados entre 2008 a 2010. Resultados: Uma técnica útil e eficaz para o tratamento da gordura localizada é o uso do ultrassom focado, que permite concentrar a energia num volume focalizado em profundidade precisa do tecido subcutâneo para promover lipólise, utilizando energia mecânica para romper as células de gordura sem lesar as estruturas vizinhas. O ultrassom focalizado não danifica estruturas vizinhas, tais como vasos sanguíneos, nervos, tecido conjuntivo, ou músculos. Segundo KRASOVITSKI (2011) a membrana celular é capaz de transformar energia acústica em cargas mecânicas causando deformações e até mesmo rupturas na bicamada celular. Em um estudo de caso NIWA (2010) verificou resultados significativos, em 120 pacientes, submetidas ao tratamento de gordura localizada com ultrassom focado demonstrando redução da circunferência das áreas tratadas. No estudo de ASCHER (2009) houve reduções da circunferência da área tratada (abdome) quando comparada com a área de controle não tratada (coxa), no mesmo sujeito.

JOPEF
Brasil

FISIOTERAPIA PÓS-OPERATÓRIA, UM PROTOCOLO ACELERADO PARA REABILITAÇÃO DE LESÃO DE LABRUM ACETABULAR

Tays Caroline Douglosz Biffi, Michelle Caporal Krinke, Fernanda Coradin, Alysson Fernando Briel, Gladson Ricardo Flor Bertolini, Marcelo Renato Guerino

Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE. Cascavel-PR

União de Ensino do Sudoeste do Parana – UNISEP. Dois Vizinhos-PR

Universidade Estadual Paulista – UNESP. Marília-SP

tays_biffi@hotmail.com, nandofisio@msn.com

Introdução: A articulação do quadril permite movimento em todos os planos e confere característica peculiar relacionada à sua estabilidade. Algumas estruturas são responsáveis por esta estabilidade, dentre elas o labrum acetabular que pode sofrer lesão seguida de dor e difícil cicatrização. A artroscopia pode ser indicada para retirar a parte lesada do lábio acetabular ou repará-lo. O presente estudo tem como objetivo apresentar o tratamento fisioterapêutico realizado na reabilitação de um paciente pós artroscopia de quadril e o retorno precoce às atividades de vida diária através da aplicação de um protocolo acelerado de fisioterapia. Metodologia: Caracterizou-se pelo estudo de caso com um paciente de 35 anos após passar por artroscopia de quadril esquerdo para correção de ruptura do labrum acetabular, que foi submetido a um protocolo fisioterapêutico constando de mobilização e tração articular, manobra miofascial para piriforme, alongamento muscular, ultrassom e corrente russa. As intervenções foram realizadas 3 vezes por semana, em dias alternados num total de 11 sessões. Resultados: A avaliação goniométrica resultou em 100% de recuperação. A força dos flexores de quadril, extensores de joelho, adutores e abdutores de quadril culminaram em 100% de recuperação e 80% para os rotadores internos e externos segundo a escala de força muscular de Oxford. O exame de perimetria resultou no ganho médio de 2 cm de circunferência na coxa. Na avaliação da dor, a diminuição foi de 50% e 70% pela Escala Analógica da Dor - EVA. Conclusão: A associação de técnicas fisioterapêuticas pode servir para acelerar o processo de reabilitação nos portadores da lesão de labrum acetabular, com efeitos significativos para a fisioterapia no tratamento dessas lesões.

A FISIOTERAPIA NA REDUÇÃO DA MEDIDA ABDOMINAL

Laura Silveira de Oliveira, Liamara Cavalcante de Assis

Objetivo: O maior objetivo dessa pesquisa é apontar o melhor procedimento ou conjunto de técnicas fisioterapêuticas usadas para a redução da circunferência abdominal. Metodologia: Foram revisadas pesquisas de 2008 a 2012, nas quais os sujeitos eram submetidos à terapias com o propósito de diminuição da medida abdominal. Resultados: Os resultados apresentados apontaram as técnicas de ultrassom associado a massoterapia profunda como terapias de maior eficácia em relação a diminuição da circunferência abdominal.

JOPEF
Brasil

TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO PÓS-PROTETIZAÇÃO DE AMPUTAÇÃO TRANSFEMURAL UNILATERAL DE MEMBRO INFERIOR

Andressa Magnabosco, José M. Vilagra

Objetivo: Observar a contribuição da fisioterapia no processo de adaptação, a partir do tratamento realizado na fase de pós protetização em pacientes com amputação transfemoral unilateral, independente do tipo de encaixe, joelho e pé utilizados. Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica, encontrada através de livros, revistas e internet. Resultados Preliminares ou Esperados: reabilitação pós-protética é classificada como a última etapa do tratamento de um amputado. Após a avaliação da capacidade física de execução do paciente, é definida uma conduta terapêutica, os exercícios escolhidos deverão ser escalonados de tal maneira que sigam em seqüência contínua e suave, cada exercício a ser dado depende do previamente aprendido, por isso, antes de ensinar novos, deverá ser recordados os que já foram ensinados. Nesta conduta terapêutica deverá estar incluída, a realização do treino de colocação e retirada da prótese, seguido por transferência de peso no membro amputado, treino de equilíbrio e também propriocepção de diferentes maneiras para total adaptação à prótese. Será feito treino de marcha primeiramente com apoio, seguido pela retirada de dispositivos auxiliares, conforme a evolução do indivíduo. Desta forma é possível perceber que, o fisioterapeuta é fundamental para a reabilitação de um amputado transfemoral, e que as condutas definidas irão estar diretamente relacionadas a fatores individuais de cada paciente, sendo eles: grau de independência, o nível da amputação, o tipo do encaixe, prótese, joelho e pé utilizado. Porém, independente destes fatores o objetivo do tratamento fisioterapêutico através de suas condutas é promoção da independência funcional e marcha com prótese, para melhor qualidade de vida destes pacientes que, por motivos individuais necessitam o uso da prótese.

PROMOÇÃO DA SAÚDE NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA ATRAVÉS DE AÇÕES CONJUNTAS DA FISIOTERAPIA E ENFERMAGEM

Fernando Behling¹, Gisele Knebel Zoletti¹, Ana Paula Rech², Paula Zeni³, Alcimara Benedett⁴

Universidade Comunitária da Região de Chapecó – UNOCHAPECÓ,
fernandobehling@unochapeco.edu.br

Introdução: Os projetos Educando Para a Saúde e Atenção Fisioterapêutica Integral à Saúde são desenvolvidos por docentes e discentes dos cursos de enfermagem e fisioterapia através de ações comunitárias de promoção de saúde. Essas atividades consistem em estimular o interesse e atenção de crianças e adolescentes em fase escolar para o auto-cuidado e autonomia na saúde, possibilitando a construção ativa da sua condição de saúde, bem-estar e qualidade de vida, reforçando ações de prevenção primária e secundária em saúde, diminuindo a necessidade de intervenções para a reabilitação, a qual ainda é o foco em algumas culturas. **Objetivo:** promover saúde com crianças e adolescentes em fase escolar. **Metodologia:** As atividades ocorrem semanalmente nas dependências da Unochapecó, no contra-turno de escolares da rede pública de Chapecó-SC, com idade entre 6 e 12 anos, em situação de vulnerabilidade social e/ou baixo desempenho escolar, através de oficinas e dinâmicas que relacionam o estudo das estruturas e funções do corpo humano, primeiros socorros, hábitos saudáveis, higiene, mudanças fisiológicas e emocionais da puberdade, sexualidade, direitos e deveres da criança e adolescente. **Resultados:** o desenvolvimento destas ações permite que os acadêmicos reconheçam o desafio no trabalho multiprofissional e implementação dessas ações. Com relação aos escolares, observou-se grande adesão por parte destes e de suas escolas, considerando que estas intervenções têm contribuído para o desenvolvimento intelectual, físico e moral destas crianças, comprovado pelo melhor rendimento escolar. **Conclusão:** o desenvolvimento dessas atividades mostra que há muitas informações e conceitos sobre saúde desconhecidos deste público, embora haja uma marcante capacidade em relacionar esses quesitos com a realidade do ambiente no qual vive além dele ser um meio para a difusão dos conhecimentos e benefícios adquiridos. As ações são potencializadas por serem realizadas em conjunto, relevando a visão holística do sujeito e a atenção multiprofissional, embora requerem mais estudos e publicações.

¹ Acadêmicos do 5º período do curso de graduação em Fisioterapia da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - UNOCHAPECÓ.

² Acadêmica do 7º período do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - UNOCHAPECÓ.

³ Fisioterapeuta, Mestre em Saúde, Docente da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - UNOCHAPECÓ.

⁴ Enfermeira Obstetra, Docente da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - UNOCHAPECÓ.

AVALIAÇÃO QUANTITATIVA DE BACTÉRIAS OBTIDAS DAS MÃOS DE MANIPULADORES DE ALIMENTOS

Célio Aquino, Daiane Folego, Susan Paula Mançano Camargo Cardoso, Tamires Pazini da Silva, *Denilson Scaquitto.

*Orientador da IESP (INSTITUTO EDUCACIONAL DO ESTADO DE SÃO PAULO) TAQUARITINGA

celioakino@gmail.com / orientador: doutordenilson@hotmail.com

Estudo com o objetivo e finalidade de avaliar a técnica correta da lavagem das mãos e o comportamento dos manipuladores na manipulação dos alimentos, em todos os seguimentos no que diz respeito à alimentação segura, em padarias e confeitarias prevenindo a contaminação pela bactéria *Escherichia coli*, a forma mais comum está relacionado com a má higienização das mãos em manipuladores de alimentos. A imperfeição dessa prática em questão, e a manipulação sem os conhecimentos básicos para tal procedimento têm causado muitos agravos à saúde da população em geral, principalmente em pessoas com seu sistema imune debilitada tais como: mulheres grávidas, crianças, idosos e pessoas alérgicas á determinadas situações que irá piorar seu estado de saúde. Destacando ainda que a falta de conhecimento vai além da cultura e modo de vida da população, a falta de estrutura dos locais onde se manipula esses alimentos ainda deixa muito a desejar. Esse estudo tem uma característica importante, de ensinar o manipulador a utilizar dos meios existentes e descobrir e estratégias para a correta manipulação dos alimentos.

PALAVRAS-CHAVES: MANIPULAÇÃO, ALIMENTOS, CONTAMINAÇÃO E HIGIENIZAÇÃO

AVALIAÇÃO DO EFEITO CARCINOGENICO DO FORMALDEÍDO E DO POTENCIAL MEDICINAL ANTICANCERÍGENO DO CHÁ DE GRAVIOLA – ANONNA MURICATA – EM RATOS EM DESENVOLVIMENTO

Gisele Arruda, Margarete Nakatani

O câncer é considerado um problema de saúde pública, em todo o mundo. No Brasil, o número de casos de tumores diagnosticados aumenta a cada ano. Desde a antiguidade, na busca de alívio para suas dores e enfermidades, o homem procura na natureza auxílio para minimizar suas dores e/ou curar pequenas moléstias, e assim viu as plantas como grandes aliadas. Desta forma, o objetivo deste trabalho foi avaliar o efeito medicinal do chá de Graviola (*Annona muricata*), na prevenção e tratamento de cânceres. Para tanto, utilizou-se o formol para a indução do câncer, este foi injetado intraperitonealmente, numa amostra de 58 ratas fêmeas *Wistar*, em diferentes dosagens (17,5uL formol 100%, 20,0uL e 10,0uL formol 50%) e testado em diferentes grupos (chá de graviola, formol, formol + chá de graviola e formol depois chá de graviola), para, então, avaliar o potencial medicinal do chá da planta, preparada por infusão (5folhas/L), comparando com o grupo controle. Findo os dias de experimentações (140 dias) todos os animais foram sacrificados para análise histológica do fígado. Os resultados desse trabalho mostraram diferenças significantes nos diferentes grupos, apontando possíveis efeitos do formol, lesionando o tecido, formando desde cicatrizes até morte celular e possíveis efeito do chá da planta medicinal graviola que mostrou um aumentando de vasos sanguíneos no tecido sugerindo uma tentativa de regeneração do tecido lesionado pelo formol.

Palavras-chave: Câncer, Plantas Medicinais, Formaldeído

PROPRIEDADES DAS β -GLUCANAS NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Adriane Witkovski , Adriana Masiero Kühn

Departamento de Nutrição – UNICENTRO, Email: drica1w@yahoo.com.br

Objetivo: Verificar por meio de pesquisa bibliográfica o papel das β -glucanas na promoção da saúde através de sua ação no controle do colesterol, da glicose e na ativação de células de defesa. Metodologia: Revisão da literatura elaborada através de informações coletadas em artigos publicados em revistas científicas e teses de pós- graduação. Os artigos foram identificados a partir da base de dados BVS (Biblioteca Virtual de Saúde) utilizando-se os termos: β -glucanas, alimentos funcionais, diabetes mellitus e colesterol. Resultados preliminares: Os mecanismos de ação das β -glucanas, polissacarídeos não amiláceos, encontram-se ainda em fase de estudos (DE SÁ et. al, 2000), mas o fato dessas fibras não serem digeridas pelas enzimas digestivas, faz com que permaneçam na luz intestinal onde incorporam água formando um gel viscoso característico (WESTERLUND, 1993). Há evidências de que este gel interfere na absorção de nutrientes, como o colesterol e carboidratos, tendo, portanto, ação benéfica na diminuição de colesterol total circulante no organismo e também da sua fração nas Lipoproteínas de Baixa Densidade (LDLs) em indivíduos hipercolesterolêmicos (BITENCOURT, 2007). Por apresentarem características funcionais, devido seu papel metabólico e fisiológico no organismo, também poderiam diminuir a absorção da glicose (PICK et al, 1996 & WÜRSCH, 1997) por meio do esvaziamento gástrico mais lento fazendo com que a glicose endógena seja absorvida mais lentamente (Kiho et al, 1995). Além do controle do colesterol e do índice glicêmico, as β -glucanas estariam envolvidas no estímulo de funções imunológicas, pelo reconhecimento do sistema imune inato, em parte, devido à sua habilidade de interagir com receptores específicos da superfície celular e promover ativação de vias de sinalização imunorreguladoras em células imunocompetentes (Mueller A. et al, 2000 & Kougiias P. et al, 2001). Verifica-se a necessidade de realização de mais estudos a fim de conhecer os efeitos das β -glucanas no organismo para promover a qualidade de vida dos indivíduos

ATIVIDADE EDUCATIVA COM USUÁRIOS DA UNIDADE DE SAÚDE SÃO JOÃO DEL REY, CURITIBA, PR: PARASITOSSES INTESTINAIS

Carla C.B. Carneiro, Milena Culpi, Laura Q. Betes, Taciana Dal Toso, Cristiane D. Garcia, Caroline Orso, Paulo Frisso Junior, Renato B. dos Santos Neto, Geórgia C.K. Machado.

INTRODUÇÃO: Dentro do contexto da Estratégia Saúde da Família, pode-se destacar a importância do desenvolvimento de práticas educativas em saúde, a fim de manter uma maior proximidade da população com os profissionais e de enfatizar as ações de prevenção e promoção (VASCONCELOS, 1999). Do ponto de vista social, as parasitoses intestinais representam um grave problema de saúde pública, sendo responsáveis pela diminuição da qualidade de vida da população. (NEGHEME e SILVA, 1971; NEVES, 2000). A prevenção e controle são relativamente simples, mas estão aliadas à conscientização da comunidade. Desta forma, vê-se como necessário uma intervenção que altere os hábitos da população, através de atividades educacionais que visem à mudança comportamental. Devido à elevada incidência de parasitoses encontrada na área de abrangência da UMS São João Del Rey, identifica-se a importância da realização de uma atividade educativa com a participação da população. Os quesitos preconizados pela Estratégia de Saúde da Família, como participação popular com autonomia e sem autoritarismos, refletem a necessidade de uma atividade prática, com conteúdo de fácil fixação e que possa contribuir de forma permanente para vida e para o cotidiano dos participantes. **OBJETIVOS:** Realização de uma atividade educativa que consiga transmitir conhecimentos sobre higiene pessoal e parasitoses; desenvolver uma oficina de confecção de sabonetes artesanais, como algo que a população possa lembrar e levar para a sua vida até mesmo como forma de complementação de renda; orientar sobre a etiologia e fisiopatologia das parasitoses mais recorrentes na área de abrangência da Unidade de Saúde São João Del Rey; alertar sobre a importância da lavagem correta das mãos na prevenção de parasitoses. **METODOLOGIA:** A oficina foi desenvolvida na Escola Augusta Gluck Ribas, no período de atividades do Projeto Comunidade Escola. A confecção de sabonetes foi a primeira atividade desenvolvida. Em seguida, os participantes assistiram a uma palestra de aproximadamente 15 minutos sobre ascaridíase, teníase e giardíase, com participação simultânea dos espectadores. Após a palestra foi realizada uma oficina de lavagem de mãos, com a participação de cinco crianças voluntárias. **RESULTADOS:** A oficina teve participação de 13 pessoas, incluindo crianças e adultos, de ambos os sexos. Foram instruídos e esclarecidas as dúvidas sobre as principais enteroparasitoses, aliado à prática da correta lavagem das mãos. Os participantes também foram capacitados para confecção de sabonetes, onde perceberam que esta prática poderá servir como fonte auxiliar de renda. **CONCLUSÃO:** A oficina mostrou-se eficiente em transmitir o conhecimento sobre parasitoses contando com uma considerável adesão e satisfação por parte da população.

AVALIAÇÃO DA SENESCÊNCIA CELULAR EM MELANÓCITOS E CÉLULAS DE MELANOMA PELA AÇÃO DO OXIGÊNIO MOLECULAR SINGLETE

Gisele Arruda, Gláucia Regina Martinez, Sheila M. B. Winishofer, Guilhermina Rodrigues Noleto

Senescência celular é um processo natural caracterizado principalmente pela parada do crescimento, enquanto que as células cancerosas proliferam indefinidamente. Entretanto, descobertas recentes mostraram que células de melanoma podem ainda sofrer senescência induzida por oncogenes ou pelo estresse. Considerando-se que a senescência pode também ser explorada como uma estratégia terapêutica em pacientes com melanoma, o nosso principal objetivo foi investigar o papel do oxigênio molecular singlete (1O_2) gerado pela fotossensibilização com Rosa Bengala (RB) e luz visível na senescência de células de melanoma murino (B16-F10) e melanócitos murinos (Melan-a). Como as células de Melan-a crescem na presença do estimulador da proliferação celular PMA (forbol 12-miristato 13-acetato), ensaios com B16-F10 foram realizadas na presença e na ausência deste composto em meio de cultura como controle. Observou-se diminuição na viabilidade de células B16-F10 avaliada pelo ensaio de azul de tripan após 24 e 48 h na presença de PMA sem irradiação (8,4%) e após 96 h em células sem PMA, mas irradiadas na presença de RB (6,1%). Observouse aumento da atividade da senescência celular (ensaio β -galactosidase) em células B16-F10 sem PMA, após 48h da irradiação na presença de RB (300%) e em células B16-F10 com PMA, após 48h da irradiação na presença e ausência de RB (presença: 500%; ausência: 150%), mas esse efeito é menos intenso a partir de 96h. Não foram observadas diferenças na análise de ciclo celular por Citometria de Fluxo e nenhuma alteração foi observada em células Melan-a em todos os ensaios. Embora nossos resultados mostrem a indução da atividade β -galactosidase em células de melanoma em certas condições, a análise do ciclo celular não indica parada do crescimento, por isso sugerimos que este tratamento está afetando a sinalização, mas ainda outros dados moleculares são necessários para confirmar esse processo de senescência celular.

AÇÕES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE EM CRIANÇAS DURANTE FASE DE TRATAMENTO PARA LEUCEMIA LINFOCÍTICA AGUDA (LLA) NO AMBIENTE HOSPITALAR.

Gisele Knebel Zoletti, Fernando Behling, Joana Grando, Marina Betânia Pegoraro, Mark Andrey Mazaro

Introdução: A criança portadora de doença crônica em tratamento hospitalar pode ter afetado seu desenvolvimento físico e emocional, onde as alterações são decorrentes da enfermidade e do tratamento. O câncer destaca-se pela alta incidência e pelo tratamento prolongado, interferindo na capacidade funcional. A criança não se encontra pronta para enfrentar todo esse processo, pois mudam seus sonhos, relação com brincar, amigos, casa e família. Profissionais de saúde, preocupados com esta capacidade, criam estímulos através da ludicidade para enfrentamento da doença e melhora da qualidade de vida destas crianças. Objetivos: Desenvolver ações de promoção da saúde e melhora da qualidade de vida de pacientes através da ludicidade e técnicas de fisioterapia visando à postura e respiração adequada para crianças portadoras de Leucemia Linfocítica Aguda. Metodologia: As atividades são desenvolvidas três vezes por semana, na sala de quimioterapia do Hospital Regional do Oeste – HRO, que conta com materiais/brinquedos e poltronas para acomodação dos participantes, e consistem em estímulo para coordenação motora, sentidos, memória, equilíbrio e percepção corporal; treino de padrões ventilatórios; ganho de amplitude de movimento e flexibilidade para os membros. Resultados: Os relatos dos participantes e cuidadores mostra a melhoria na qualidade de vida destas crianças, no que se refere ao domínio físico da postura e da respiração, diminuindo assim os efeitos secundários ao tratamento da doença. A promoção da saúde contribui para que os participantes tenham uma melhor relação de entendimento do processo saúde-doença e participem do tratamento de forma menos agressiva. Considerações Finais: Diante dos resultados apresentados, temos a certeza que as ações de promoção da saúde em pacientes portadores de Leucemia durante o tratamento hospitalar são de importância fundamental para todos os atores envolvidos neste tratamento e necessitam de pesquisas e publicações na área.

**DEFICIENTE AUDITIVO ROMPENDO BARREIRAS POR MEIO DA NATAÇÃO:
uma experiência na Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC)**

Luis Fernando Silveira dos Santos, Josiane Correa Soares, Gabriela Santos Martins

A ludicidade surge como forma de lazer, recreação, aprendizagem e promoção da saúde, assim como possibilidade de convivência social, entre as crianças. Nesse sentido destaca-se a importância de vivenciar o lúdico, desenvolver atividades de descontração, desinibição, integração e respeito aos colegas no convívio de grupos, bem como integração de crianças de diferentes etnias, classe social e idades. Surge assim o Projeto de Natação para Deficientes Auditivos, como iniciativa do Departamento do Marketing Esportivo da UNISC para inclusão social, a partir de uma demanda do Projeto Saúde e Estilo de Vida da Criança e Adolescente, de 07 a 18 anos das escolas públicas e privadas do município de Santa Cruz do Sul, como oportunidade de oferecer às crianças carentes um espaço para o desenvolvimento de atividades lúdicas, através das brincadeiras e dos brinquedos, no meio aquático. Os primeiros passos do projeto foram em torno de adaptação ao meio líquido. Na sequência desenvolveram atividades de iniciação ao nado, para que, após dominarem os fundamentos da natação, participar de aulas juntamente com outros jovens. Este relato tem como objetivo descrever a experiência da natação para deficientes auditivos, na ótica dos usuários, destacando aspectos de socialização, inclusão e coordenação motora. Os dados foram coletados junto aos usuários do Projeto e seus familiares, bem como junto aos bolsistas e professores envolvidos no mesmo, através de relatos e observações em aula, de março a agosto de 2011. Os resultados indicam que, o projeto se deu a partir da iniciativa de inclusão social de onze deficientes auditivos, de ambos os sexos, e consolidou-se pela satisfação dos alunos e professores, através da busca constante de comunicação em libras. Essa socialização pode ser observada tendo início no vestiário, pois, segundo relato dos professores, nesse momento os alunos deficientes buscam a comunicação com os demais, destacando efeitos na autonomia e autoestima. Os professores e bolsistas mencionam ainda que todos os alunos participem das atividades propostas em aula com receptividade e aceitação, demonstrando gostar mais daquelas relativas à interação, demonstrando melhoras na coordenação motora. Os usuários e seus familiares relatam entusiasmo com a oportunidade, o que pode ser destacado nas afirmações publicadas em reportagem do Jornal Gazeta do Sul, em 12 de maio de 2011, onde o projeto é visto como “compromisso inadiável”, “felicidade nas atividades recreativas na água”, “encontro com os colegas”, entre outros. Conclui-se que, na ótica dos usuários e seus familiares, bem como dos professores e bolsistas, o projeto atingiu suas metas de socialização, inclusão e a coordenação motora, bem com a autonomia e a autoestima. Considera-se este tipo de projeto uma oportunidade para a Universidade abrir portas à turmas com necessidades especiais, pois por meio dessa acessibilidade, pode se contribuir na formação destas crianças e adolescentes. “O retorno aparece no sorriso dos participantes que, entre um mergulho e outro, dão um passo a mais em direção ao seu futuro”.

DESEMPENHO MOTOR DE IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ACADEMIAS DA TERCEIRA IDADE DA CIDADE DE MARINGÁ, PARANÁ.

Francieli Furlan de Souza, Paula Manueira, Suyane Dinin Gozzi, Sonia Maria Marques Gomes Bertolini.

Centro Universitário de Maringá, Maringá, PR/Brasil. e-mail: fran_furlan9@hotmail.com

Apoio: FUNADESP.

INTRODUÇÃO: As Academias da Terceira Idade (ATI) foram criadas para proporcionar aos usuários, principalmente idosos, melhora nas condições de saúde e ganho na qualidade de vida. A capacidade fisiológica para executar as atividades diárias que envolvem trabalho muscular, de forma segura e independente, sem apresentar fadiga excessiva, inclui variáveis como força, resistência muscular, flexibilidade e equilíbrio. Essa capacidade fisiológica pode ser analisada por meio de testes de desempenho motor. **OBJETIVO:** Avaliar o desempenho motor dos idosos praticantes de atividades físicas nas ATI da cidade de Maringá, Paraná, no intuito de demonstrar o impacto dos espaços e práticas que estimulam a inserção social do idoso na promoção da saúde. **MÉTODOS:** Estudo de delineamento transversal, com idosos de ambos os gêneros, residentes na cidade de Maringá, Paraná. Os sujeitos foram selecionados por meio da técnica de amostragem aleatória simples. Participaram da pesquisa 100 idosos que estavam aptos aos testes motores, sendo 50 usuários das ATI (grupo teste) e 50 não usuários, frequentadores da Unidade Básica de Saúde Aclimação (grupo controle). Para coleta dos dados ambos os grupos foram submetidos à avaliação do desempenho motor objetivando analisar o equilíbrio, a coordenação e a agilidade. As dimensões avaliadas pelos três testes de desempenho motor incluem as variáveis funcionais de força muscular de membros inferiores, bem como, mobilidade/flexibilidade. Os dados coletados foram analisados por meio da estatística descritiva e inferencial. Para a comparação entre as variáveis categóricas dos grupos estudados foi utilizado o teste do qui-quadrado, com nível mínimo de significância de 5%. **RESULTADOS:** Os resultados mostraram que a maioria dos idosos era do gênero feminino nos grupos teste (54%) e controle (58%). A idade média do grupo teste era de $67,82 \pm 7,2$ anos, com tempo médio de prática de atividades físicas de 32 meses, sendo que a média de idade do grupo controle era de $66,9 \pm 7,3$ anos. Em relação ao desempenho motor, os resultados mostraram maior prevalência de indivíduos do grupo teste com equilíbrio “muito bom” ($p < 0,049$). Já as variáveis agilidade e coordenação não revelaram significância estatística ($p > 0,05$) na comparação entre os grupos. **CONCLUSÃO:** Os resultados sugerem que os idosos praticantes de atividades físicas em Academias da Terceira Idade apresentam melhor equilíbrio, quando comparados aos não praticantes.

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO, CONDIÇÕES DE SAÚDE E HÁBITOS DE VIDA DOS IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ACADEMIAS DA TERCEIRA IDADE, EM MARINGÁ – PARANÁ

Paula Manueira¹, Sonia Maria Marques Gomes Bertolini¹.

Instituição: ¹Centro Universitário de Maringá, Maringá, PR/Brasil. pmanueira@hotmail.com

Apoio: FUNADESP.

INTRODUÇÃO: Nos espaços urbanos observam-se as academias da Terceira Idade (ATI) que foram criadas para proporcionar aos usuários, principalmente idosos, melhora nas condições da saúde e ganho na qualidade de vida através da prática de atividade física. **OBJETIVO:** Avaliar o perfil sociodemográfico, as condições de saúde e os hábitos de vida dos idosos praticantes de atividades físicas em academias da terceira idade. **MÉTODOS:** Estudo de delineamento transversal, com idosos de ambos os gêneros, residentes na cidade de Maringá, Paraná. Os sujeitos foram selecionados por meio da técnica de amostragem por conveniência. Participaram da pesquisa 199 idosos de ambos os gêneros, sendo 133 (66,83%) usuários das ATIs (grupo teste) e 66 (33,16%) não usuários, freqüentadores das praças de jogos de cidade de Maringá - PR (grupo controle). Para coleta dos dados ambos os grupos responderam a um questionário com questões fechadas sobre perfil sociodemográfico, condições de saúde e hábitos de vida. Os dados coletados foram analisados por meio da estatística descritiva e inferencial. Para a comparação entre as variáveis categóricas dos grupos estudados foi utilizado o teste do qui-quadrado, com nível mínimo de significância de 5%. **RESULTADOS:** O tempo médio de prática de atividade física do grupo teste foi de 29 meses, sendo que a maioria (78%) frequenta as ATIs mais de 3 vezes por semana. A média das idades dos praticantes e não praticantes de atividades físicas foi de 68,58 anos e 69,95 anos, respectivamente. Houve diferenças significativas ($p < 0,05$) apenas nas variáveis escolaridade e renda familiar na comparação entre os grupos. Estes resultados sugerem que o grau de escolaridade pode contribuir para um melhor conhecimento dos benefícios das atividades físicas e maior aderência aos programas que visem uma melhora nas condições de saúde da população.

O JOGO COMO RECURSO PEDAGÓGICO

Anecy Ruvieri Ribeiro

GELL/PUCPR, e-mail: anecyrr@hotmail.com

Estamos vivendo um momento de transição, caracterizado por mudanças rápidas, profundas e provocadoras de instabilidades em todos os setores. Hoje, o campo da educação talvez seja o que com maior intensidade esteja refletindo essas transformações. Além do avanço tecnológico, a educação está mais exigente e complexa, de acordo com Moran (2004), que ao falar sobre as perspectivas da educação, destaca a mudança do ambiente de aprendizado; saindo da sala de aula para espaços presenciais e virtuais, e a figura do professor, que antes era o centro, a pessoa responsável pela transmissão do conhecimento, para formar o mediador da aprendizagem, fazendo com que todos participem e aprendam juntos. Muitas escolas ainda seguem a estrutura escolar enraizada nos moldes tradicionais e não conseguem se adaptar às novas mudanças globais. E é por esse e outros motivos que estamos passando por uma crise muito séria na educação: professores descontentes, alunos desmotivados e pais preocupados. Para uma melhora nessa situação, além da necessidade da formação continuada dos professores, deve-se buscar novas metodologias de ensino, repensar o conteúdo e as práticas pedagógicas; substituir a rigidez e a passividade imperantes no processo ensino-aprendizagem por métodos que reforcem o amor pela vida, pela alegria, pelo entusiasmo de aprender e seduzir os seres humanos para o prazer de conhecer. Como forma de aliar o lúdico ao aprendizado, temos os jogos como uma ferramenta apropriada para tornar a aprendizagem agradável e satisfatória, fundamental no desenvolvimento pessoal, social, cognitivo, afetivo, físico e motor. O presente trabalho tem como objetivo, através de pesquisa bibliográfica, identificar a importância da utilização dos jogos como um recurso pedagógico fundamental para o processo ensino aprendizagem. Com a pesquisa espera-se que os resultados mostrem aos professores uma nova forma de ensinar, com novas práticas para tornar a sala de aula um ambiente interativo e prazeroso.

SUPERLIGA DE VOLEIBOL: UM PRODUTO TURÍSTICO?

Luana Pedrini, Robson Rides de Souza, Luiz Carlos da Silva Flores

Este artigo tem por objetivo principal responder a questão “Pode a Superliga de voleibol brasileiro se tornar um produto turístico?” Para alcançar o objetivo foram definidos como procedimentos metodológicos tipologia de pesquisa exploratório-descritiva, com delineamento predominantemente qualitativo, com procedimentos de pesquisa documental e entrevistas com dirigentes do Voleibol. Com a análise dos dados pode-se afirmar que este esporte, devido a sua organização e planejamento, nos últimos 20 anos está em crescente expansão na vida do torcedor brasileiro. A Superliga possui muitos atrativos, porém faz-se necessários o planejamento do composto mercadológico, dos serviços de apoio que direta ou indiretamente proporcionem ao torcedor um maior prazer indo ao jogo e vivenciando uma excelente experiência



A ATIVIDADE FÍSICA COMO FATOR DE PROMOÇÃO DA SAÚDE

Jackson Vieira Machado, Hilda Aparecida da Rosa, Heleise Faria dos Reis de Oliveira
Universidade Estadual de Ponta Grossa, jackao.vieira@hotmail.com

O objetivo desse estudo é verificar como está a qualidade de vida dos alunos do ensino médio do Colégio Estadual Joana Torres Pereira da cidade de Castro-PR, justificado pela crescente preocupação das autoridades governamentais com a saúde e qualidade de vida da população, atribuindo à escola e em particular a Educação Física, o papel fundamental na prevenção e orientação dos educandos, pois muitos desses alunos ao saírem do ensino médio já ingressam no mercado de trabalho e param de estudar. Desta forma, espera-se que a Educação Física conscientize esses indivíduos da importância da atividade física para seu bem estar geral, não somente enquanto estudantes, mas que levem para suas vidas, fora da escola e sejam adultos ativos. Partindo desses pressupostos colocamos a seguinte situação problema: Qual a importância da Educação Física na promoção da saúde e qualidade de vida através da atividade física? Sendo assim, a metodologia será quantitativa e qualitativa e utilizará como instrumento metodológico, o protocolo Pentáculo do Bem-estar de Nahas (2001), que analisará o perfil de estilo de vida individual, verificando como estas questões influenciam a qualidade de vida, bem como, o papel da Educação Física. Os itens que compõe o questionário são: Nutrição; Comportamento Preventivo; Relacionamento Social; Controle de Stress; e Atividade Física. Pretende-se com a pesquisa apontar resultados positivos em relação à importância de se manter um estilo de vida ativo para a obtenção e ou melhora da qualidade de vida dos alunos.

JOPEF
Brasil

A ATUAÇÃO DO MÉTODO PILATES NA REABILITAÇÃO DE LOMBALGIAS

Luana Pedrini, Caroline von der Hayde Glatz

Objetivo: Verificar quais os efeitos do método Pilates no tratamento de lombalgias. Metodologia: Este estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura, realizada no período de janeiro de 2012 a fevereiro de 2012, onde foram pesquisados artigos científicos nas bases de dados www.sciencedirect.com e www.scielo.br, através dos seguintes descritores: Pilates, lombalgia. Resultados: Os desequilíbrios musculares são uma tentativa do corpo de compensar uma instabilidade gerada em alguma área. Caso tal instabilidade não seja tratada, o desequilíbrio muscular se agrava, chegando a um ponto em que ocorrem quadros álgicos e alterações posturais. Em se tratando de lombalgias, o desequilíbrio muscular causador destas geralmente é o que existe entre a musculatura flexora e a musculatura extensora do tronco. No tratamento das lombalgias, os exercícios de fortalecimento abdominal sempre foram largamente utilizados, mas, com tal conduta, não se obtém resultados muito favoráveis. Com a realização de pesquisas sobre outros tratamentos para lombalgias, iniciaram-se estudos sobre a situação da musculatura extensora de tronco e da musculatura profunda de abdômen em indivíduos lombálgicos. Os estudos demonstram que, com a prática do método Pilates, os músculos extensores de tronco, que, geralmente, apresentam-se com déficit de função, possuem sua função melhorada. Assim, a instabilidade vertebral gerada por este desequilíbrio é reduzida. Além do déficit de função, em indivíduos lombálgicos, os músculos multifídios apresentam-se hipotróficos e, com a prática de Pilates observa-se uma hipertrofia dos mesmos. Outro músculo que vem sendo bastante relacionado com a dor lombar é o transverso do abdômen, que também é estabilizador vertebral e apresenta-se enfraquecido em indivíduos com dor lombar. O Pilates atua também no fortalecimento deste músculo, visto que este é um dos músculos que necessita estar sempre contraído durante a execução dos exercícios do método.

GINÁSTICA LABORAL COMO PREVENÇÃO DE DORES ARTICULARES

Filipe Augusto Baier de Andrade, Heleise Faria dos Reis de Oliveira, Jackson Vieira Machado, Bibiana Garcia.

Universidade Estadual de Ponta Grossa, filipe_bio2k10@live.com

Na atualidade, o ser humano vive seu trabalho, muitas vezes, num ritmo muito acelerado, principalmente quando este envolve o uso de computadores, o que pode causar certa dependência; devido ao fato de sempre estar enviando informações rapidamente, proporcionando um vício durante o trabalho o que muitas vezes, pode impossibilitar a prática de exercício físico, no ambiente laboral. Desta forma, verificou-se através de queixas por parte dos funcionários, do órgão da Delegacia da Receita Federal da cidade de Ponta Grossa, possuem dores corporais provavelmente devidos carga horária de trabalho, passada em longos períodos na frente do computador. Todavia, isso não parece os impedir de continuar com o serviço, cada vez mais exigente. Sendo assim, objetivou-se a utilização de exercícios terapêuticos de origem chinesa, denominado Lian Gong das 18 terapias. Como atividade diversificada da ginástica laboral, com a finalidade de prevenir e/ou aliviar as tensões oriundas do local de trabalho. Tendo como problemática: Qual a influência da ginástica laboral, como prevenção e ou alívio, das dores articulares? Acredita-se que através da terapia, utilizada durante a prática da ginástica laboral, seja possível reduzir e até mesmo ocorrer uma ação profilática, em relação às dores articulares e ainda melhorar o desempenho e o bem estar dos funcionários. Para tanto, será utilizado como metodologia, uma pesquisa de campo de análise quantitativa. Todavia, para esse primeiro momento, utilizou-se somente uma pesquisa bibliográfica, através da qual verificou-se que a ginástica laboral, por meio de atividades com fins terapêuticos, poderá trazer melhoras aos trabalhadores, quanto as dores articulares originadas pelo ambiente de laboral, além de qualidade de vida aos mesmos.

EFEITOS DE UM PROGRAMA MULTICOMPONENTE DE ACTIVIDADE FÍSICA NO PERFIL LIPÍDICO MULHERES PRÉ E PÓS-MENOPAUSICAS

Victor Reis¹, Bruno Figueira¹, António Reis¹, André Carneiro^{1,2}, Igor Cruz², Andrea Gomes Bernardes³, António Silva¹.

¹Universidade Trás-os Montes e Alto Douro–UTAD/Portugal, ²Faculdades Integradas do Norte de Minas–Funorte, ³Universidade do Norte do Paraná–UNOPAR.

Objetivo: analisar os efeitos de um programa multicomponente de actividade física no perfil lipídico mulheres pré e pós-menopausicas. Metodologia: a amostra constituiu em 38 mulheres entre 40 e 60 anos, divididas em 3 grupos: (G1) grupo de 10 mulheres pós-menopausicas, (G2) com 18 mulheres pré-menopausicas e um controlo com 10 mulheres (G3). Os G1 e G2 participaram de um programa multicomponente de actividade física envolvendo hidroginástica e trabalho funcional durando 6 meses e 3 vezes por semana. As actividades body combat, caminhada e step duraram respectivamente, dois meses, um mês e três meses. As avaliações sanguíneas e variáveis adicionais, foram efectuadas antes (pré-teste) e após 6 meses de treino (pós-teste). Resultados: No grupo G1 encontrou-se significância nas variáveis: tensão arterial sistólica (TAS) ($t= 3.736$, $p= 0.005$) e tensão arterial diastólica (TAD) ($t= 3.914$, $p= 0.004$), Índice de massa corporal (IMC) ($t= 4.610$, $p= 0.001$), perímetro da cintura (PC) ($t= 6.278$, $p= 0.005$) e perímetro do quadril (PQ) ($t= 6.278$, $p= 0$). No grupo G2: Glicose ($t= 3.266$, $p= 0.005$), TAS ($z= -3.311$, $p= 0.001$) e TAD ($t= 4.213$, $p= 0.005$) e PQ ($t= 4.734$, $p= 0$). No G3 a PQ ($t= -2.355$, $p= 0.043$). Os G2 e G3 foram as variáveis: PC e C-HDL ($\rho=-4,72$; $p=0,011$), IMC e TAS ($\rho=0.533$; $p=0.04$), IMC e TAD ($\rho=0.482$; $p=0.009$) e PC e TAS ($\rho=0.398$; $p=0.036$). O G1 não apresentou correlação, enquanto G2 apresentou entre: IMC e TAS ($\rho=0.686$; $p=0.002$), IMC e TAD ($\rho=0.552$, $p=0.018$), PC e C-HDL ($\rho=-0.484$; $p=0.042$), PC e CT/C-HDL ($\rho=0.471$; $p=0.049$), PC e TAS ($\rho=0.555$; $p=0,017$), PQ e TAS ($\rho=0.487$; $p=0.041$), PC/PQ e C-HDL ($\rho=-0.748$; $p=0.000$) e PC/PQ e CT/C-HDL ($\rho=0.540$; $p=0.021$). Conclusão: Os resultados revelam que a frequência num programa multidisciplinar influencia positivamente o perfil lipídico de mulheres pós e pré-menopausicas

RECREAÇÃO E GINÁSTICA LABORAL: EFEITOS NA QUALIDADE DE VIDA DO TRABALHADOR.

Benecta Patricia Fernandes, Ferreira, Jânio Cesar
e-mail: bectriciaf@bol.com.br

Objetivos: O presente trabalho tem por objetivo analisar os benefícios da recreação associadas à ginástica laboral no ambiente corporativo, bem como mostrar os resultados alcançados por ela. Metodologia: Diversos programas de bem estar e aptidão física realizadas no ambiente de trabalho, tem se tornado parte integral das estratégias da corporação para redução dos custos com cuidados com a saúde, melhoria do humor do trabalhador, diminuição do absenteísmo, e melhoria do comportamento, associados com o aumento da produtividade do trabalhador. Baseado nesses princípios, o SESI-RR apresentou uma proposta de ginástica laboral recreativa, em parceria com a empresa GEAP no período de maio a agosto de 2011. Esta proposta e ação tiveram por objetivo, promover e fortalecer os laços de integração, cooperação e interação entre todos os funcionários no âmbito da referida instituição. As atividades eram realizadas em grupos e tinha por objetivo despertar o lúdico dos colaboradores através de atividades recreativas livres e com materiais, como bolas, bastões, balões, petecas, giz e corda de pular. As avaliações foram realizadas por meio de depoimentos e relatórios com os colaboradores da referida empresa. Resultados: Os resultados sugerem que a prática da recreação associadas à ginástica laboral trouxe benefícios aos colaboradores da empresa citada (GEAP). Os mesmos apresentaram maior disposição para o trabalho, relaxamento, socialização, disposição para o trabalho em grupo, integração pessoal e maior integração de valores. Conclusão: Nesta perspectiva conclui-se que as empresas buscam a implantação de programas de ginástica laboral e recreação com a finalidade de alcançarem maior otimização dos resultados.

COMPARATIVO DE FLEXIBILIDADE EM PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE GINÁSTICA LABORAL NA DELEGACIA DA RECEITA FEDERAL DE PONTA GROSSA

Bibiana Garcia Sartori, Heleise Faria dos Reis de Oliveira

Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), bibianasartori@hotmail.com

Dentre as capacidades físicas abordadas nos programas de Ginástica Laboral, podemos destacar a flexibilidade, conservada através das sessões de alongamento, como uma das mais trabalhadas. A flexibilidade caracteriza-se como qualidade física relacionada à capacidade funcional das articulações e músculos em realizarem e permitirem a realização de ações, explorando sua amplitude de movimento. OBJETIVO: O objetivo geral é o de verificar as diferenças nos resultados obtidos com os testes de flexibilidade entre os indivíduos participantes e os não participantes, da Ginástica Laboral. O objetivo específico será o de construir um banco de dados base, caracterizando este estudo como uma avaliação inicial, confirmando os possíveis benefícios da prática e a evolução do grupo avaliado em uma futura reavaliação, além de tornar possível a estipulação de metas a serem atingidas. METODOLOGIA: Esta se dará de forma descritiva de análise quantiquantitativa. A amostra será composta por servidores públicos da Delegacia da Receita Federal de Ponta Grossa, de ambos os sexos, dos 18 aos 65 anos de idade, praticante e não praticante da Ginástica Laboral. O teste de flexibilidade aplicado será o de “sentar e alcançar”, utilizando o Banco de Wells. Este estudo deverá passar pelo Comitê de Ética da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG). RESULTADOS: Os dados obtidos poderão revelar a diferença (ou não), na flexibilidade apresentada por praticante e não praticantes da Ginástica Laboral na Delegacia da Receita Federal de Ponta Grossa. CONCLUSÃO: Com a execução deste estudo e de acordo com os resultados obtidos, poderemos manter a metodologia de trabalho no desenvolvimento da Ginástica Laboral ou readequar a sua prática, visando à promoção de saúde e bem-estar entre os avaliados, além de uma melhora significativa (se necessário), na flexibilidade dos mesmos, enaltecendo a importância da prática diária de exercícios de aquecimento, compensação e relaxamento, ofertados na Ginástica Laboral.

AVALIAÇÃO DO IMC E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ESCOLARES DE 7 A 14 ANOS DA ESCOLA MUNICIPAL JOSÉ BARBOSA DE OLIVEIRA DA CIDADE DE CATUTI – MG

Igor Cruz^{1,2}, Andrea Gomes Bernardes³, Rodrigo Silva^{1,4}, Wellington Soares^{1,2,4,5}, André Carneiro^{2,3}, Victor Reis².

Faculdades Integradas do Norte de Minas – Funorte

Objetivo: analisar o nível de composição corporal de escolares de 7 a 14 anos da Escola Municipal José Barbosa de Oliveira, da cidade de Catuti – MG. Metodologia: O estudo caracterizou como descritivo com corte transversal envolvendo 124 escolares sendo 60 meninas (13.48 ± 1.53) e 64 meninos (12.95 ± 1.45 anos). A massa corporal foi mensurada através de uma balança digital da marca Toledo com capacidade de 150 kg, precisão de 100g e a estatura foi aferida com estadiômetro da madeira fixado a parede com capacidade de 2 m e com precisão de 0.10 cm, na qual calculou-se o Índice de Massa Corporal ($IMC = \text{Massa Corporal}/\text{Estatura}^2$). A composição corporal foi avaliada a partir das dobras cutâneas tricipital (TR) e subescapular (SE) por meio do compasso de dobras modelo Cescorf com escala de 0.1mm. Os dados foram analisados por meio o pacote estatístico SPSS 18.0 for Windows. Resultados: os resultados mostram que apenas 9.10% e 18.18% estão abaixo, enquanto que 85.45% e 81.82% estão adequados e 5.45% dos meninos estão com IMC acima dos padrões saudáveis. O percentual de gordura apresentou baixo em 50.90 e 39.40% dos avaliados enquanto que outros 34.55 e 50% estão com níveis aceitáveis e 9.1 e 9.09% mostraram moderadamente altos e 5.45% e 1.51% quantificam-se como muito alto (meninos e meninas respectivamente). Comparando o IMC entre os gêneros observou-se que os meninos estão dentro dos padrões aceitáveis e a composição corporal apresentou uma pequena prevalência de obesos em ambos os gêneros, mas as comparações não apresentou significância. Conclusão: o estado nutricional dos escolares e a composição corporal mostram-se dentro dos padrões aceitáveis. A aplicação prática desses indicadores reflete-se que os mesmos apresentam uma eficiência no diagnóstico prematuro de doenças crônico-degenerativas.

ÍNDICE DE ENCURTAMENTO DE ISQUIOTIBIAIS E SUA RELAÇÃO NA CAPACIDADE EM SALTOS VERTICAIS EM MENINOS ADEPTOS À PRÁTICA DE FUTEBOL

Laura Silveira de Oliveira, Cássia Regina Saade Pacheco

Objetivo: A pesquisa tem por objetivo avaliar o grau de flexibilidade dos isquiotibiais; mensurar a capacidade dos atletas em salto vertical e correlacionar o grau de flexibilidade de isquiotibiais ao desempenho em salto vertical. Metodologia: A pesquisa será realizada na cidade de Assis, no centro de treinamento do time Braços Abertos Brasil. Serão excluídos desta pesquisa jogadores do gênero feminino, meninos não cadastrados no time da ONG Braços Abertos Brasil, e possíveis jogadores de outras modalidades, que não seja a de futebol. No local dos jogos e em sala reservada, os jogadores preencherão um questionário rápido de identificação contendo dados socioeconômicos e de saúde e serão submetidos ao teste de sentar e alcançar (CARDOSO, JR et al., 2007) de flexibilidade dos isquiotibiais que utiliza o banco de Wells. Posteriormente, os atletas serão avaliados com o Sargent Jump Teste (Modificado, 2003) que mede de forma indireta a força dos músculos de membros inferiores em saltos verticais (Laboratoru Manual, 1994) citado por Fernandes Filho (1993). O resultado será registrado quando a distância entre as referências de alcances estático e dinâmico forem medidas por uma fita métrica. Serão permitidas 3 tentativas por sujeito. Os dados coletados serão analisados estatisticamente para o alcance dos objetivos. Resultados Esperados: Através dos estudos e levantamentos bibliográficos realizados para elaboração desta pesquisa considera-se provável a existência de uma relação íntima entre o encurtamento muscular e a performance do salto vertical, sendo de maior importância nos meninos com menos tempo de prática do futebol

NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA DE CADETES DA POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DE SÃO PAULO

Victor Reis¹, Alexandre Alves¹, Felipe Aidar¹, André Carneiro^{1,2}, Igor Cruz¹, Andrea Gomes Bernardes³.

¹Universidade Trás-os-Montes e Alto Douro–UTAD/Portugal. ²Universidade Estadual de Montes Claros–Unimontes, ³Universidade do Norte do Paraná–UNOPAR.

Objetivo: analisar os níveis de aptidão física de integrantes da Polícia Militar do Estado de São Paulo (PMESP). Metodologia: A amostra constituiu em 308 policiais militares entre 22 a 29 anos, do sexo masculino. Aplicou-se o teste de aptidão física padrão da corporação, constituído por: flexão e extensão de cotovelos em suspensão em barra fixa, abdominal tipo remador em 01', corrida de 50 metros e corrida em 12'. Os sujeitos haviam sido avaliados no ano de formação na PMESP (T1). Os testes foram repetidos por todos em 2010 (T2) com a adição dos testes antropométricos: pesagem corporal, estatura e dobras cutâneas. Para avaliar o nível de atividade física e situações de risco à saúde aplicaram-se os questionários: IPAQ, versão longa, PAR-Q e Risco de Doenças Coronarianas. Para os tratamentos estatísticos, utilizou-se o programa SPSS, versão 15.0. Resultados: existe paridade nos níveis de aptidão física na PMESP (T1), constatando índices elevados independente do ano em que se formaram. Nos testes cumpridos em T2, a *performance* apresentou declínio proporcional ao aumento dos anos de serviço. As medidas antropométricas verificadas em T2 revelou um aumento do peso corporal e percentual de gordura proporcional ao número de anos de serviço. Os avaliados apresentam níveis de atividade física entre alto e muito alto, decorrente das exigências profissionais e não pela participação em programas de treinamento físico, além disto, aproximadamente 70% dos avaliados indicaram pelo menos uma situação de risco à saúde. Conclusão: os níveis de aptidão física, demonstrados pelos policiais militares ao término da Escola Superior de Soldados, não se mantêm com o passar dos anos e vão diminuindo já nos primeiros anos de serviço, assim como ocorre com as medidas antropométricas com aumento da massa corporal e dos percentuais de gordura.

Palavras-chave: Policial Militar, Aptidão Física, Estado de São Paulo, Antropometria.

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL DOS UNIVERSITÁRIOS INGRESSOS DAS FACULDADES INTEGRADAS DO NORTE DE MINAS - FUNORTE NO CAMPUS JK

Igor Rainneh Durães Cruz^{1,2}, Andrea Gomes Bernardes³, Rodrigo Gonçalves Silva^{1,4}, Wellington Danilo Soares^{1,2,4,5}, André Luiz Gomes Carneiro^{2,3}, Felipe Aídar².

¹Faculdades Integradas do Norte de Minas – Funorte. ²Universidade Trás-os Montes e Alto Douro – UTAD/Portugal. ³Universidade do Norte do Paraná – UNOPAR.

⁴Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes. ⁵Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde - PPGCS, Unimontes.

Objetivo: analisar o nível de atividade física habitual dos universitários ingressos das Faculdades Integradas do Norte de Minas - Funorte no campus JK. Metodologia: este estudo caracteriza-se como descritivo com corte transversal, envolvendo 237 universitários de 17 a 32 anos, sendo 138 ($m= 21.87$; $sd= 3.21$) e 99 ($m= 21.73$; $sd= 3.56$) sendo masculino e feminino respectivamente. A escolha da amostra ocorreu de forma aleatória simples. O instrumento utilizado foi questionário Baecke, na qual categoriza a atividade física em 3 dimensões: atividade física de trabalho (AFT), atividade física de lazer (AFL) e atividade física desportiva (AFD) que somadas resultam a atividade física habitual (AFH). Os dados foram analisados através do pacote estatístico SPSS versão 18.0 for Windows. Resultados: os acadêmicos apresentam uma AFT baixa (2.45 ± 0.32) devido estes permanecerem a maior parte da jornada de trabalho sentados. A AFL concentrou no nível baixo (2.15 ± 0.52) porque os investigados aproveitam este tempo para estudar, sair com amigos e assistirem televisão. A AFD foi a dimensão mais ativa (2.79 ± 0.47) entre os universitários devido 40.53% praticarem esportes, como: futebol, natação, musculação e caminhada sendo esta a mais assinalada pelo gênero feminino. A idade apresentou significância com o nível de AFH ($- 0.548$; $p = 0.039$) resultando que a sua prática diminui com a idade. Conclusão: O nível de AFH dos universitários é baixo o que favorece o sedentarismo e doenças crônico-degenerativas não transmissíveis.

Palavras Chave: universitários, atividade física habitual e sedentarismo.

ESTUDO DESCRITIVO DO FUNDAMENTO TOQUE DO VOLEIBOL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA SOCIOESPORTIVO DO INSTITUTO COMPARTILHAR

Vinicius Afonso Petrunko, Fábio Heitor Alves Okazaki
Instituto Compartilhar, Curitiba, Paraná, Brasil
vinicius@compartilhar.org.br

Introdução: O voleibol é uma modalidade esportiva complexa, pois diferente de outras modalidades, os erros na execução dos gestos técnicos implicam em ponto para o adversário. Portanto, a aprendizagem correta dos gestos técnicos é um fator importante no processo de aprendizagem da modalidade. **Objetivos:** Este estudo teve como objetivo descrever o gesto técnico toque do voleibol em jovens praticantes de mini vôlei de quatro faixas etárias definidas. **Metodologia:** A amostra foi constituída de 232 jovens de ambos os gêneros, com idade entre 9 e 15 anos, praticantes de voleibol do projeto Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná. Os alunos foram divididos por grupos de idade, G1 (9 e 10 anos), G2 (11 e 12 anos), G3 (13 anos) e G4 (14 e 15 anos). Para a coleta de dados foi utilizada a avaliação técnica do fundamento toque do Instituto Compartilhar. Esta avaliação consiste em oito itens que descrevem de forma analítica o fundamento. Os dados foram coletados após o período proposto para a aprendizagem do fundamento. **Resultados:** Os resultados da avaliação foram: G1=49,9%, G2=69,4%, G3=74,7% e G4=86,1%. Para cada uma das idades, havia uma expectativa de aprendizagem, sendo que todos os grupos apresentaram valores próximos do esperado. **Conclusão:** Todos os grupos apresentaram valores de aprendizagem do fundamento satisfatório, sendo que apenas o G3 teve um resultado abaixo do esperado para a idade, fator que pode ser explicado pelas mudanças maturacionais que acontecem nesta idade, principalmente relacionadas ao crescimento.

Palavras-chaves: Habilidades, Mini Vôlei, Toque.

ESTUDO DESCRITIVO DOS FUNDAMENTOS: TOQUE, MANCHETE E SAQUE POR BAIXO DO VOLEIBOL EM CRIANÇAS PARTICIPANTES DE UM PROJETO DO PROGRAMA SOCIOESPORTIVO DO INSTITUTO COMPARTILHAR

Vinicius Afonso Petrunko, Fábio Heitor Alves Okazaki
Instituto Compartilhar, Curitiba, Paraná, Brasil
[vinicius @compartilhar.org.br](mailto:vinicius@compartilhar.org.br)

Introdução: Sendo o voleibol considerado uma modalidade complexa e a execução correta dos gestos técnicos uma preocupação constante, pois os erros implicam no ponto para o adversário, avaliar a execução dos fundamentos e iniciar aprendizagem pelos mais fáceis podem ser fatores motivacionais para os aprendizes. **Objetivos:** Este estudo teve como objetivo avaliar a aprendizagem dos gestos técnicos: toque, manchete e saque por baixo de crianças praticantes de mini vôlei do Instituto Compartilhar. **Metodologia:** A amostra foi constituída de 47 crianças de ambos os gêneros, com idade entre 9 e 10 anos, denominados como categoria Mini 2x2 no projeto Núcleos de Iniciação ao Voleibol no Paraná. Os alunos realizaram as avaliações de toque, manchete e saque por baixo após um período de tempo necessário para a aprendizagem dos gestos. Para a coleta de dados foi utilizada a avaliação técnica de cada fundamento desenvolvida pelo Instituto Compartilhar. As avaliações de toque e manchete consistem em oito itens e a avaliação de saque por baixo consiste em seis itens, que descrevem de forma analítica cada um dos respectivos fundamentos. **Resultados:** Os resultados da avaliação foram: 49,9% para a aprendizagem do toque, 40,4% para a aprendizagem da manchete e 81,7% para a aprendizagem do saque por baixo. Devido a quantidade de itens avaliados em cada fundamento, o toque e manchete apresentavam uma expectativa de aprendizagem em torno de 60% e o saque por baixo de 100%. **Conclusão:** Levando em consideração a expectativa de aprendizagem de cada fundamento as crianças apresentaram níveis satisfatórios. Podemos afirmar ainda que o saque apresenta-se como o fundamento mais fácil de ser aprendido, uma vez que seu aprendizado ficou em 81,7%, seguido pelo toque e pela manchete.

Palavras-chaves: Habilidades, Mini Vôlei, Fundamentos.