



SUMÁRIO

A ÉTICA E OS VALORES NO RECREIO ESCOLAR.....	2
A FORMAÇÃO PROFISSIONAL E AS PRÁTICAS EDUCATIVAS VOLTADAS PARA O BRINCAR NA EDUCAÇÃO INFANTIL E ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL	3
Aptidão Motora de idosos: um estudo comparado entre Novo Hamburgo e Ivoti, RS.....	4
Coordenação global, equilíbrio, e índice de massa corporal: um estudo comparativo em idosos de Novo Hamburgo e Ivoti, RS, Brasil.	5
ESTUDO DA IDADE DE INÍCIO DA MARCHA INDEPENDENTE EM CRIANÇAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL.....	6
Exergames na educação física escolar.....	7
INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NAS VARIÁVEIS DINÂMICAS DA MARCHA E NA FUNCIONALIDADE DE IDOSOS.....	8
INFLUÊNCIA DA IDADE NAS VARIÁVEIS DINÂMICAS DA MARCHA DE IDOSOS.	9
MOTIVOS DA ADESÃO E PERMANÊNCIA DE MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO EM UMA ACADEMIA DE NOVO HAMBURGO, RS.	10
NÍVEL DE AUTOESTIMA DE CRIANÇAS DE JOVENS DO PROJETO FUTSAL SOCIAL/FEEVALE.....	11
O AGENDAMENTO DA COPA DAS CONFEDERAÇÕES 2013 E COPA DO MUNDO 2014, SOB A ÓTICA DO JORNAL FOLHA DE SÃO PAULO/BRASIL*	12
O OLHAR DA INICIAÇÃO CIENTÍFICA NOS RECREIOS ESCOLARES: ética e moral.	13
O RECREIO ESCOLAR COMO POSSIBILIDADE DE COOPERAÇÃO	14
QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO PERCEBIDA POR PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO MUNICÍPIO DE CAMPO BOM, RS	15
QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA AO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS DE NOVO HAMBURGO, RS.....	16
Relato de experiência sobre a participação e formação no processo ensino aprendido por meio da monitoria acadêmica.....	17
RELATO DE VIVÊNCIAS ACADÊMICAS NO ENSINO DO ATLETISMO NO CONTEXTO ESCOLAR	18
Verificação de teste de 1RM prospectivo, em pacientes com DPOC	19



A ÉTICA E OS VALORES NO RECREIO ESCOLAR

Tharles Gabrieli Cauduro¹; Fernanda Cocco¹; Claudinara Anezi de Souza¹; Maria Teresa Cauduro²

O estudo pretende verificar se as atividades vivenciadas pelos alunos no recreio estão promovendo a conscientização para o lazer motivado pela ética. Portanto, ética é definida como conjunto de valores que orientam o comportamento do homem em relação aos outros homens na sociedade em que vive. MOTTA (1984) Nas escolas, as relações do dia a dia deveriam traduzir respeito ao próximo, através de atitudes que levassem à amizade, harmonia, integração das pessoas. Objetivo: Analisar se os tipos de jogos realizados pelas crianças nos momentos livres (recreio escolar) estão permeados pela ética. Metodologia: Utilizou-se o método qualitativo descritivo interpretativo com estudo de caso. A pesquisa ocorreu em uma escola do município de Taquaruçu do Sul. Realizaram-se observações e notas de campo com relação à ética, frente ao desempenho de jogos e atividades das crianças com idade de 7 a 9 anos. As observações ocorreram no turno da tarde, por três meses. Análise de dados: Algumas brincadeiras recreativas observadas durante o recreio escolar, foram o tradicional “pega-pega” e a brincadeira de “policia e ladrão”. As atividades não apresentam distinções de sexo (masculino e feminino). Algumas meninas preferem passar o recreio dançando. Brincadeiras como a adoleta, amarelinha, bolinhas de gude e pular corda, também foram brincadeiras realizadas pelas crianças. Considerações finais: Constatei que a atitude ética dos alunos no recreio não é satisfatória. Não respeitam os colegas, falam mal e expressam palavrões. Alguns jogos propiciam esses desentendimentos por serem de caráter competitivo. Seria importante, que os professores trabalhassem nas suas práticas pedagógicas mais jogos cooperativos, fortalecendo assim, a questão de valores, visto que, a sociedade não o faz, pois é muito individualista e competitiva. (URI -FW)

Palavras-chave: Recreio Escolar, Educação Física, Ética. Formação de Professor

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (tharlescauduro@hotmail.com e maite@uri.edu.br)



A FORMAÇÃO PROFISSIONAL E AS PRÁTICAS EDUCATIVAS VOLTADAS PARA O BRINCAR NA EDUCAÇÃO INFANTIL E ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Vanusa Kerscner¹; Maria Teresa Cauduro²

O presente trabalho abordou O papel do brincar no conhecimento do corpo em crianças de Educação Infantil e Anos Iniciais do Ensino Fundamental e teve como objetivo investigar qual o papel da Educação Física Escolar no que diz respeito ao brincar e conhecer o corpo em crianças de Educação Infantil e Anos Iniciais do Ensino Fundamental, na intenção de divulgar e contribuir para novos estudos. A metodologia utilizada foi a pesquisa qualitativa, descritiva e interpretativa, norteadas pelo estudo de caso. Como instrumentos para a coleta de informações foram utilizados a observação de aulas de Educação Física, a entrevista (uma professora), as anotações de campo e documentos necessários ao estudo. A Análise dos dados foi realizada através da triangulação por fontes, teórica, reflexiva e metodológica. Foram encontradas três categorias: o corpo e o brincar, educação física escolar e formação profissional e seis subcategorias: características das crianças, necessidades corporais, os Parâmetros Curriculares Nacionais, os conteúdos da disciplina, a formação inicial e a formação continuada. Para esse trabalho será considerada a terceira categoria. No que diz respeito à formação da professora estudada tem-se: “[...] Eu tenho formação de Pedagogia [...]”. (Ep1). E como educação continuada a professora buscou: “[...] tenho pós-graduação em Psicopedagogia Clínica Institucional.” (Ep1). Infelizmente, essa formação não capacita especificamente para a licenciatura e sim para casos clínicos. A própria professora menciona como é importante a atuação do professor de Educação Física nas etapas iniciais de ensino e identifica a necessidade de se buscar conhecimento, uma vez que ela não apresenta um saber coerente aos conteúdos e práticas da Educação Física, visto que a professora afirmou ter buscado cursos na área da Educação Física, pois sua graduação não lhe permitiu grandes vivências nesse sentido. Concluímos que a sua prática revelou apenas uma professora que se esforça para atender as crianças como deveria. Quanto aos conteúdos a serem trabalhados nessa fase a professora mostrou-se equivocada ao centrá-los em conteúdos práticos, competitividade e aversão ao uso de cantigas. Porém, consegue discernir os momentos fundamentais de uma aula como aquecimento, desenvolvimento da aula e volta à calma, mas infelizmente, realizou alongamentos semelhantes aos de adultos que ferem ao desenvolvimento da criança e denota uma reprodução tradicional da Educação Física. (URI -FW)

Palavras-chave: Formação Profissional, Conhecimentos da área, Educação Física.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (vanusa.ker@gmail.com e maite@uri.edu.br)



Aptidão Motora de idosos: um estudo comparado entre Novo Hamburgo e Ivoti, RS.

Alexandre Machado de Campos¹; Ana Luísa Saldanha da Silveira¹; Daisiane Mendes¹; João Carlos Jaccottet Piccoli²

Com o avançar da idade observa-se uma tendência natural à diminuição da atuação do indivíduo idoso em seu meio. A capacidade de realizar as atividades do seu cotidiano pode sofrer reduções que frequentemente se associam ao risco de incapacidade e à piora da qualidade de vida, acarretando a perda da independência e autonomia para a realização de suas atividades de vida diária. Este estudo descritivo, de corte transversal, avaliou o nível de aptidão motora de 433 indivíduos (93 homens e 340 mulheres), distribuídos nas faixas etárias de 60-69 e 70-79 anos, residentes em Novo Hamburgo e Ivoti, RS, a partir de uma amostragem aleatória, todos, participantes de grupos de terceira idade. A aptidão motora dos idosos foi avaliada através da Escala Motora para Terceira Idade, nos seguintes domínios: Motricidade Fina (AM1), Coordenação Global (AM2), Equilíbrio (AM3), Esquema Corporal (AM4), Organização Espacial (AM5), Organização Temporal (AM6) e Aptidão Motora Geral (AMG). Os dados foram submetidos ao teste estatístico não paramétrico de Mann-Whitney U ($\alpha = 0,05$) através do programa estatístico SPSS-versão 17.0. A média de idade foi de 68,5 anos em Novo Hamburgo e 65,2 em Ivoti; quando comparados por gênero, os idosos do sexo masculino (posto médio 58,8, $p = 0,01$) e feminino (posto médio 188,9, $p = 0,01$) de Novo Hamburgo apresentaram resultados superiores aos de Ivoti (masculino, posto médio 40,1, $p = 0,01$ e feminino, 142,1, $p = 0,01$) na aptidão motora geral. Quando comparados os dados da aptidão motora geral da amostra separada por faixa etária, constatou-se que os idosos de 60-69 anos de Novo Hamburgo (posto médio 136,25, $p = 0,01$) obteve melhor desempenho do que os da mesma idade de Ivoti (posto médio 109,41, $p = 0,01$). Quanto ao grupo de 70-79 anos de Novo Hamburgo (posto médio 109,43, $p = 0,01$), mais uma vez, apresentaram resultados nos testes superiores aos de Ivoti (posto médio 69,32, $p = 0,01$). Concluiu-se que os idosos do sexo masculino e feminino de Novo Hamburgo foram superiores aos de Ivoti nos testes de aptidão motora. Quanto à idade agrupada, em ambos os grupos houve a superioridade de Novo Hamburgo, classificada como “Normal Médio”, sobre Ivoti, classificada como “Normal Baixo”. (FEEVALE; UNIVERSIDADE FEEVALE; FEEVALE)

Palavras-chave: Envelhecimento; Aptidão motora;

¹Autor(es) ²Orientador(es)



Coordenação global, equilíbrio, e índice de massa corporal: um estudo comparativo em idosos de Novo Hamburgo e Ivoti, RS, Brasil.

Tatiana Kunz¹; Cassiana Luiza Pistorello Garcia¹; João Carlos Jaccottet Piccoli²

O envelhecimento é um conjunto de processos que resulta no decréscimo das capacidades motoras, redução da força, flexibilidade e velocidade além da redução dos níveis de VO₂ máximo, ocasionando a deteriorização da qualidade de vida e a perda da independência do indivíduo. O objetivo do presente estudo descritivo, de corte transversal, foi verificar e comparar o Índice de Massa corporal (IMC), Coordenação Global (AM2) e Equilíbrio (AM3) em idosos de Novo Hamburgo (NH) e Ivoti, RS, separados por faixa etária (60-69 e 70-79 anos) e gênero. Foi avaliada uma amostra aleatória de 240 idosos de Novo Hamburgo, 85,8% feminino e 14,1% masculino, e 193 idosos de Ivoti, 69,4% feminino e 30,5% masculino. Os dados foram obtidos através da Escala Motora para Terceira Idade, especificamente os domínios coordenação global (AM2) e equilíbrio (AM3) e calculou-se o Índice de Massa Corporal (IMC), classificando-se a amostra a partir dos pontos de corte propostos pela OPAS. Foi utilizado o teste estatístico não paramétrico Mann-Whitney U e correlação de Spearman ($\alpha = 0,05$) através do programa estatístico SPSS-versão 17.0. Quando comparados por faixa etária em relação ao IMC, os idosos de NH apresentaram um posto médio de 220,5 ($p > 0,05$) superior ao de Ivoti (212,6, $p > 0,05$). Quanto a AM2 (219,1, $p > 0,05$) e AM3 (229,0, $p = 0,05$) de NH e AM2 (214,2, $p > 0,05$) e AM3 (202,0, $p = 0,05$) de Ivoti, constataram-se postos médios superiores na primeira cidade. Constatou-se que a amostra de 60-69 anos de Novo Hamburgo, na AM2 (125,3, $p > 0,05$) e AM3 (134,0, $p = 0,05$) apresentou postos médios superiores a de Ivoti, AM2 (119,7, $p > 0,05$) e AM3 (111,5, $p = 0,05$); o mesmo acontecendo com a de 70-79 anos de NH na AM2 (97,7, $p > 0,05$) e AM3 (100,6, $p = 0,05$) e Ivoti, AM2 (90,0, $p > 0,05$) e AM3 (84,9, $p = 0,05$). Nas amostras estratificadas por sexo, o feminino de NH apresentou postos médios superiores na AM2 (176,4, $p > 0,05$) e AM3 (174,9, $p > 0,05$) em relação à Ivoti, AM2 (161,3, $p > 0,05$) e AM3 (163,6, $p > 0,05$). Também, constatou-se no masculino de NH, AM2 (50,1, $p > 0,05$) e AM3 (62,4, $p = 0,05$) e Ivoti, AM2 (45,1, $p > 0,05$) e AM3 (38,1, $p = 0,05$). Concluiu-se, então, que os idosos avaliados de NH e Ivoti apresentaram uma correlação negativa entre as variáveis avaliadas (IMC, AM2 e AM3), isto é, à medida que o peso (IMC) aumenta os resultados dos testes (AM2 e AM3) diminuem, e a medida que os resultados dos testes (AM2 e AM3) mostram-se aumentados, o peso (IMC) é menor. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Coordenação Global. Equilíbrio estático. Índice de Massa Corporal.

¹Autor(es) ²Orientador(es)



ESTUDO DA IDADE DE INÍCIO DA MARCHA INDEPENDENTE EM CRIANÇAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Ane Paola dos Santos Ramos¹; Eliane Fatima Manfio²

O objetivo deste estudo foi identificar a idade de início da marcha independente nas crianças e identificar a influencia do uso do andador na idade de início da marcha. Participaram do estudo (n=60) responsáveis por crianças matriculadas na escola de educação infantil, sendo 45% (27) meninas e 55% (33) meninos, com média de idade $2,6 \pm 1,3$ anos, estatura de nascimento de $48,7 \pm 2,9$ cm, massa corporal no nascimento de $3,176 \pm 0,529$ kg, idade gestacional de $38,08 \pm 1,4$ semanas e idade média de acesso à escola de educação infantil de $8,9 (\pm 10,3)$ meses. Para a coleta dos dados foi utilizado um questionário entrevista pré-estruturado realizado com responsáveis pelas crianças, com questões sobre os dados demográficos, características físicas ao nascimento, deslocamentos que antecedem a marcha independente; o uso do andador infantil e a influência da escola no desenvolvimento das crianças. Os resultados deste estudo mostram que a idade média para início na educação infantil foi de $8,9 (\pm 10,3)$ meses e ainda que (98,3%) dos responsáveis acreditam que a escola possa influenciar positivamente no desenvolvimento motor de seus filhos, destacando desta forma a importância das crianças terem acesso a escola de educação infantil. Observou-se ainda que, (86,7%) das crianças não praticam nenhuma atividade física orientada fora da escola e (13,3%) das crianças praticam atividade física fora da escola, sendo esta atividade o Ballé Clássico, praticado por 100% (8) das crianças que realizam alguma atividade física fora da escola. Verificamos que (90%) das crianças realizaram algum deslocamento antes de adquirir a marcha. E que a média de idade de início da marcha independente foi de $14 (\pm 3,9)$ meses. Verificou-se que apenas (28,3%) das crianças avaliadas utilizam ou ainda fazem uso do andador e que (71,3%) dos pais afirmam não ter utilizado o andador infantil. Obteve-se (5%) de relatos de algum tipo de acidente enquanto a criança usava o andador Infantil. A partir das correlações feitas entre a idade de início da marcha e tempo e idade de início dos deslocamentos que antecedem a marcha independente, podemos afirmar que quanto maior o período que a criança permanece deslocando-se anteriormente ao início da marcha, mais tarde se dá o início da marcha. Observou-se através da correlação entre a idade de início da marcha e o tempo de uso do andador, que quanto maior for o tempo que a criança permanecer utilizando o andador, mais tarde será o início da marcha independente. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Início da marcha independente. Andador. Escola e Desenvolvimento Motor

¹Autor(es) ²Orientador(es)



Exergames na educação física escolar

Felipe Jacoby Rodrigues¹; Luís Eurico Kerber²

Nos dias de hoje diversos fatores influenciam a vida das pessoas mudando seus comportamentos de tempos em tempos. Dentre eles os avanços tecnológicos tem papel importante. Nas escolas estes avanços também são perceptíveis, embora a maioria das escolas ainda se encontre ultrapassada nesse quesito. Na educação física isto é ainda mais evidente levando em consideração que podem auxiliar de forma significativa o desenvolvimento das aulas e dos alunos. Com o advento da tecnologia de forma tão rápida, as escolas e os professores ainda se encontram um passo atrás em relação a estas transformações. A separação entre o sério e o que é apenas diversão ainda impera e continuam a serem utilizados processos e métodos ultrapassados no ensino. Dentro dessas tecnologias temos os exergames. Os exergames são a combinação do exercício físico com o game unindo a diversão do mundo virtual com a prática necessária e saudável de atividade física. A partir disso, a presente pesquisa de revisão bibliográfica analisa a inserção e as possibilidades que as tecnologias, especificamente os exergames possuem na educação física escolar. Com base nos escassos estudos sobre a temática, analisamos as relações que podem ser feitas com essa tecnologia e as aulas de educação física. Como resultados dos estudos podemos citar alguns fatores importantes e bastante relevantes com relação aos *exergame* e a educação física escolar. Estudos apontam que os *game* podem perfeitamente ser inseridos no contexto escolar e os *exergame* na educação física não são diferentes. Existem diversas possibilidades ainda inexploradas como, por exemplo, a transposição do virtual para o real. Outro fator importante reportado nos estudos até o momento é a possibilidade de trabalhar diversas valências físicas e habilidades com a utilização dos *exergame*, como velocidade, agilidade, entre outros. Além disso, os *exergame* pertencem a uma realidade diferente mais bonita, onde o êxito é comemorado, é premiado e onde cada um pode superar seus próprios limites. Ainda é visivelmente escassa a formação adequada para o uso de qualquer tipo de tecnologia. Mesmo nos cursos superiores ainda há bastante resistência quanto à inserção desses meios na grade curricular. O que é bastante claro é que o videogame com ou sem os *exergame*; bastante claro é que o videogame com ou sem os *exergames* pode ser um auxílio muito positivo como recurso motivador e ampliador do conhecimento para todos, tanto alunos quanto professores (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Exergames. Educação Física. Games. Escolar.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (corodagoiaba@hotmail.com e luislek@feevale.br)



INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NAS VARIÁVEIS DINÂMICAS DA MARCHA E NA FUNCIONALIDADE DE IDOSOS.

Ronie Fagundes¹; Taís Elena Heidrich¹; Rosangela Angelica Schonardie Kollet¹; Eliane Fatima Manfio²

O envelhecimento crescente da população brasileira mostra a importância de ações específicas para esta população na área da saúde pública. Com o envelhecimento ocorrem alterações nas funções neuro-músculo-esqueléticas e associadas ao sedentarismo, geralmente diminuem a mobilidade geral e provocam alterações na locomoção e no equilíbrio, levando a limitações na realização das atividades da vida diária (AVDs). Assim a identificação destas alterações podem contribuir para a elaboração de programas de atividade física e/ou de reabilitação, específicos e direcionados, para melhorar a funcionalidade e a qualidade de vida dos idosos. O objetivo desse estudo foi avaliar a influência da atividade física no comportamento da distribuição de pressão plantar, na funcionalidade e na conformação dos pés de idosos. Participaram deste estudo 80 idosos na faixa etária de 60 a 84 anos, divididos em: Grupo Não Praticante (GNP), com 42 idosos (37 feminino e 5 masculino) que não praticam atividade física regular e Grupo Praticante (GP), com 38 idosos (31 feminino e 7 masculino) que praticam atividade física regularmente. Os instrumentos utilizados neste estudo foram: questionário-entrevista, balança, estadiômetro e o Sistema Emed-X, para avaliação da distribuição de pressão plantar. Os resultados mostram que a maioria (63,2%) dos idosos do GP apresentaram frequência semanal de atividade física de somente 2 vezes, sendo a dança e a hidroginástica as atividades mais praticadas. O GNP, nos últimos dois anos, relatou um percentual mais elevado de quedas (54,8% não praticante e 34,2% praticante) e apresentou maiores dificuldades na realização das AVDs (69% GNP; 58% GP). As AVDs que apresentaram maiores dificuldades, para ambos os grupos, foram, o agachar, subir e descer escadas, sentar e levantar, colocar o calçado e caminhar. Não foram encontradas diferenças significativas, entre os grupos, para as variáveis Índice do Arco Plantar, Pico de Pressão Plantar, Área de Contato e Integral Pressão-Tempo. Os resultados deste estudo mostram que a prática da atividade física pode melhorar o nível de aptidão física e a estabilidade postural dos idosos, diminuindo assim a frequência das quedas e melhorando as condições para a realização das atividades de vida diária. Porém os tipos de atividades, as formas de execução e a frequência da prática das atividades físicas do GP (idosos dos grupos de convivência de terceira idade) não foram suficientes para melhorar as variáveis dinâmicas da marcha. (UNIVERSIDADE FEEVALE; FAPERGS, FEEVALE)

Palavras-chave: Idosos. Atividade Física. Marcha. Pressão Plantar. Quedas.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (ronie.lineabella@terra.com.br e 0121378@feevale.br)



INFLUÊNCIA DA IDADE NAS VARIÁVEIS DINÂMICAS DA MARCHA DE IDOSOS.

Taís Elena Heidrich¹; Rosangela Angelica Schonardie Kollet¹; Eliane Fatima Manfio²

O objetivo deste estudo foi avaliar a influência da idade nas variáveis dinâmicas da marcha de idosos, tendo em vista que o processo de envelhecimento é caracterizado por uma série de modificações nas funções neuro-músculo-esqueléticas, que ocasionam um decréscimo das capacidades motoras, redução da força muscular, diminuição de flexibilidade e velocidade do movimento. Participaram deste estudo 101 idosos (18 masculinos e 83 femininos), divididos em dois grupos de acordo com a faixa etária: Grupo 1, com 49 idosos na faixa etária de 60 a 69 anos de idade (média de idade de $64,9 \pm 3,1$ anos, massa corporal $71,5 \pm 13,6$ kg, estatura $1,58 \pm 0,08$ m e IMC $28,6 \pm 4,7$ kg/m²) e Grupo 2, com 52 idosos na faixa etária de 70 a 84 anos de idade (média de idade de $74,0 \pm 3,2$ anos, massa corporal $68,8 \pm 11,4$ kg, estatura $1,57 \pm 0,07$ m e IMC $27,8 \pm 3,8$ kg/m²). Os instrumentos utilizados neste estudo foram: questionário-entrevista, balança, estadiômetro e o Sistema Emed-X, com sensores capacitivos, resolução de 4 sensores/cm² e taxa de aquisição de 100Hz, para avaliação da distribuição de pressão plantar durante a marcha descalça. Foram adquiridas 3 tentativas na velocidade auto-selecionada da marcha. Os tratamentos estatísticos foram realizados através do SPSS-16.0, com nível de significância de 0,05. Na comparação entre os grupos foram encontradas diferenças significativas somente para os picos de pressão plantar na região do arco plantar, com picos mais elevados para o Grupo 1 (60 e 69 anos). Não foram encontradas diferenças significativas, entre os grupos, para o índice do arco plantar, ângulo do hálux, picos de pressão plantar para as demais regiões plantares (calcanhar, cabeça dos metatarsos e dedos) e para as variáveis, área de contato, força máxima, integral pressão-tempo e integral força-tempo. A correlação entre a idade e as variáveis dinâmicas da marcha, mostram correlações significativas fracas com o índice do arco plantar, picos de pressão na região do arco plantar, área de contato no arco plantar e no hálux e integral força-tempo no calcanhar. Para as demais regiões plantares e para as variáveis, força máxima e integral pressão-tempo não foram encontradas correlações significativas com a idade dos idosos. O aumento da idade dos idosos apresenta correlação fraca com as variáveis dinâmicas da marcha, ocorrendo alterações principalmente na região do arco plantar, mostrando assim que os idosos apresentam alterações independente da faixa etária. (UNIVERSIDADE FEEVALE; FEEVALE, FAPERGS)

Palavras-chave: Idosos. Marcha. Pressão plantar.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (tais_elena_@hotmail.com e 0121378@feevale.br)



MOTIVOS DA ADESÃO E PERMANÊNCIA DE MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO EM UMA ACADEMIA DE NOVO HAMBURGO, RS.

Fernando Becher¹; Aline da Silva Pinto²

Este estudo teve como objetivo principal analisar os motivos da adesão e da permanência de mulheres jovens praticantes de musculação em uma academia de ginástica do município de Novo Hamburgo, RS, buscando compreender os aspectos que influenciam nesse processo. Para a fundamentação teórica foram abordados os seguintes assuntos: histórico das academias de ginástica, benefícios do treinamento físico, os motivos da adesão e da permanência na prática de exercícios, influência da mídia e o culto ao corpo e as representações corporais femininas. A metodologia escolhida para atingir os objetivos apoiou-se no paradigma qualitativo observacional descritivo. Os instrumentos escolhidos para a realização desta pesquisa foram a observação não-participante, entrevista semiestruturada e diário de campo, realizado por meio de registros por escritos. Colaboraram para esta investigação oito alunas da academia, praticantes da modalidade de musculação há pelo menos um ano e com idade entre 20 e 35 anos. Os dados coletados originaram três categorias de análise: musculação: por que as mulheres iniciam na prática?; fatores da permanência das mulheres nas academias de ginástica e a exposição do corpo e do exercício físico na mídia. Essas categorias foram criadas e desenvolvidas para analisar as informações, proporcionando um entendimento sobre os motivos de adesão e permanência de mulheres em academia, tendo em vista os motivos e objetivos pessoais e os estímulos e influências de terceiros, sendo a mídia a mais importante. No geral, as mulheres da pesquisa ingressaram na academia por motivos estéticos ou por saúde, permaneceram na mesma pelo prazer do exercício e pelo êxito pessoal ao atingir os objetivos predefinidos. Ademais, a mídia expõe atrizes e atletas que são tomadas como exemplos a serem seguidos, influenciando as participantes do estudo. Refletindo sobre isso, compreende-se que a musculação proporciona vários benefícios para a saúde, estética e aptidão mental, social, emocional, espiritual e física. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Musculação. Mulheres. Aderência. Permanência. Mídia.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (fernandobecher@hotmail.com e alinepinto@feevale.br)



NÍVEL DE AUTOESTIMA DE CRIANÇAS DE JOVENS DO PROJETO FUTSAL SOCIAL/FEEVALE

Roger da Silveira Vanner¹; Thiago Carvalho de Almeida¹; Gustavo Roese Sanfelice²; Alexandre José Höher²

Este estudo teve por objetivo avaliar a autoestima de crianças e jovens participantes do projeto esportivo Futsal Social de Novo Hamburgo/RS, no ano de 2012. A autoestima é uma condição essencial para uma vida plena, pois a sua falta afeta crucialmente todos os aspectos da existência humana e dessa forma, torna-se muito importante para o desenvolvimento social e a integração da aprendizagem dos atendidos no projeto social. Para tanto, foi aplicado o instrumento de avaliação da autoestima (ROSEMBERG, 1989), para 214 crianças e jovens de um dos cinco núcleos do Futsal Social, sediado na cidade de Novo Hamburgo/RS. Neste estudo, uma autoestima satisfatória foi definida por um escore na escala de Rosenberg maior que 30; média autoestima, com escore entre 20 e 30 e baixa autoestima, com escore menor que 20 foram consideradas insatisfatórias. O escore pode variar de 10 a 40, sendo calculado somando-se as pontuações obtidas através de avaliações de 10 frases feitas por cada criança, pontuações essas que podem ser no mínimo 1 e no Máximo 4 em cada frase. Quando o item era positivo (por exemplo, “eu sou capaz de fazer as coisas tão bem quanto às outras pessoas”), concordar totalmente era pontuado com 4; concordar, com 3; discordar, com 2 e discordar totalmente, com 1; os itens positivos são o 1, 4, 7 e 10. Quando o item for algo negativo (por exemplo, “Às vezes acho que não presto pra nada”), a pontuação se inverte (concordo totalmente e pontuado com 1 e assim por diante); os itens negativos são 2, 3, 5, 6, 8 e 9) Para a determinação do comportamento e atitude em relação à família utilizou-se um questionário fechado, com 5 perguntas com respostas de múltipla escolhas junto aos responsáveis dos alunos. O nível de autoestima das crianças atendidas no projeto é medida através da Escala de autoestima de Rosenberg (1989) e foi classificado de média autoestima com 28,13 de escore. Comparando a média dos escores de 2012/01 que foi 1,67 pontos com o de 2012/02 que teve a média de 2,81, logo, podemos dizer que houve uma melhora no nível de autoestima das crianças atendidas pelo projeto de 68,3% em relação ao primeiro semestre. Concluimos que as ações/metodologias do projeto futsal social representam um ambiente favorável as crianças e jovens atendidas no projeto, aumentando o seus grupos de amizade e trazendo benefícios principalmente à suas autoestima, fatores que corroboram para o desenvolvimento educacional e social desses beneficiados. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Projeto social esportivo. Autoestima. Futsal.

¹Autor(es) ²Orientador(es)



O AGENDAMENTO DA COPA DAS CONFEDERAÇÕES 2013 E COPA DO MUNDO 2014, SOB A ÓTICA DO JORNAL FOLHA DE SÃO PAULO/BRASIL *

Lafaiete Luiz de Oliveira Junior¹; Alessandra Fernandes Feltes¹; Gustavo Roese Sanfelice²; Norberto Kuhn Junior²; Joaquin Marin Montin²

Este Estudo tem como objetivo identificar os enquadramentos e mapas de significado de produção de sentido estabelecidos pela Folha de São Paulo/Brasil, sobre a pré cobertura da Copa do Mundo 2014. A presente pesquisa se caracteriza como qualitativa descritiva, tendo seu corpus coletado de março a junho de 2013, buscando no acervo digital do respectivo veículo todas inferências relacionadas a Copa das Confederações e Copa do Mundo. Logo, os fragmentos de registro foram analisados pela lógica da construção da notícia do jornal por dia e período do recorte, classificando-os em 5 categorias: Esporte Economia, Esporte Resultado, Infraestrutura, Publicidade e Questões Sociais. Na busca de identificar o discurso desse veículo frente a expectativa para Copa do Mundo. Com isso, como resultado, obtivemos 124 matérias sobre Esporte Economia, 259 sobre Esporte Resultado, 155 sobre Infraestrutura, 130 sobre Publicidade e 222 sobre Questões sociais, contabilizando um total de 890 inferências. Desta forma, a mídia como operadora e produtora de sentidos e significados sociais, em certa medida seleciona os fatos que considera relevante. Sendo notável o destaque do Jornal Folha de São Paulo para as questões relacionadas ao lado social e político e ao lado esportivo, e por muitas vezes atrelando os dois temas, criando assim uma perspectiva para o que será o próximo Megaevento Esportivo brasileiro, a Copa do Mundo FIFA 2014. (UNIVERSIDADE FEEVALE; UNIVERSIDAD SEVILLA; FAPERGS)

Palavras-chave: Copa do Mundo; Agendamento; Mídia

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (lafaiete_junior@hotmail.com e sanfeliceg@feevale.br)



O OLHAR DA INICIAÇÃO CIENTÍFICA NOS RECREIOS ESCOLARES: ética e moral.

Fernanda Cocco¹; Claudinara Anezi de Souza¹; Tharles Gabrieli Cauduro¹; Maria Teresa Cauduro²

O estudo pretendeu verificar com que atividades os alunos se ocupam no recreio escolar. Mais ainda, verificar se estas práticas estão promovendo a conscientização para o lazer motivado pela ética e a moral. Como pergunta norteadora partimos:: É possível verificar nos jogos realizados pelas crianças nos momentos livres as opções éticas e morais utilizadas? Para responder a pergunta, buscamos uma escola de Frederico Westphalen. O objetivo da investigação foi: Analisar a participação de crianças em jogos, nas escolas nos momentos livres, na intenção de captar a ética e moral resultantes destas vivências para catalogar, mapear e sistematizar. Foi utilizado para esta investigação o método qualitativo descritivo interpretativo com estudo de caso. Foram realizadas observações e notas de campo com relação ao desempenho de jogos e atividades das crianças com idade de 7 a 9 anos. O recreio visitado foi no turno da tarde das 15h às 15:30 hs, por um período de três meses. Os resultados obtidos foram: o chute a gol, onde as crianças usam a quadra poliesportiva; o pega-pega, o pega-cola. As meninas brincavam com dança enquanto meninos de lutas. Foram presenciados também jogos de cartas que são trazidas de casa por um participante e, brincadeiras de outras épocas (culturais) como a “adoleta”. Destacamos os momentos de conversas que também fizeram parte do recreio escolar, onde houve, troca de lanches. Como considerações finais, pudemos observar e catalogar as atividades encontradas nos recreios. Presenciamos o respeito, as regras durante os jogos, mesmo construídas por eles. Esperavam sua vez, respeitavam as normas. Incluíam as crianças portadoras de necessidades especiais nas brincadeiras. A grande maioria das crianças gostam do recreio. A brincadeira no recreio é um processo rico em relações interpessoais. Portanto, foi possível verificar nos jogos realizados pelas crianças nos momentos livres as opções éticas e morais utilizadas por elas que, segundo Piaget (1978), “as atividades lúdicas atingem um caráter educativo, como também na formação da personalidade das crianças”, assim chegamos à conclusão que as crianças observadas possuem sua ética, demonstrada em suas atitudes e valores nas atividades que realizaram durante os recreios. (URI -FW)

Palavras-chave: Pesquisa, Educação Física, Recreio Escolares, Ética.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (fernanda.cocco@hotmail.com e maite@uri.edu.br)



O RECREIO ESCOLAR COMO POSSIBILIDADE DE COOPERAÇÃO

Claudina Anezi de Souza¹; Fernanda Cocco¹; Tharles Gabrieli Cauduro¹; Maria Teresa Cauduro²

Este estudo pretendeu verificar e analisar os jogos e atividades cooperativas durante os recreios escolares, onde oferecem às crianças mais oportunidades de diversão e harmonia, baseado na cooperação, na aceitação, no envolvimento evitando a exclusão, a seletividade e a agressão. Como pergunta norteadora do estudo queremos saber: as crianças utilizam jogos e atividades cooperativas no recreio escolar? Para responder a questão buscamos uma escola de Frederico Westphalen, para observar os recreios. O objetivo da investigação foi: analisar a importância dos jogos cooperativos nos recreios escolares como um fator de aprendizado para a vida e para a transformação social. Foi utilizada para esta investigação o método qualitativo descritivo interpretativo com estudo de caso. Foram realizadas observações e notas de campo com relação ao desempenho de jogos e atividades das crianças com idade de 7 a 9 anos. O recreio visitado foi no turno da tarde das 15h às 15:30 hs, por um período de três meses. Os resultados obtidos na primeira etapa de coleta foram que, algumas brincadeiras recreativas observadas durante o recreio escolar são cooperativas, destacamos o chute a gol, onde as crianças esperavam sua vez, respeitavam as regras e ouvem as idéias dos colegas. Também o pega-cola onde, havia necessidade da cooperação dos colegas para ter continuidade da brincadeira. A dança que incluíam as crianças que possuíam dificuldades e não eram excluídas. Ao final da observações foram encontradas sete (7) atividades cooperativas (jogos de cartas, brincadeiras de culturais como a "adoleta", momentos de conversa com divisão de lanche, atividades com brinquedos próprios divididos com as demais crianças), dando ênfase as três citadas anteriormente, que foram as mais praticadas. Como considerações finais, pudemos observar e catalogar as atividades cooperativas e podemos concluir que os recreios escolares trazem às crianças inúmeros benefícios, dentre eles o desenvolvimento da convivência pessoal e social além de promover a ética e a cooperação, diminuindo assim a competição, pois o interesse se volta para a participação, eliminando a pressão de ganhar ou perder produzida pela competição. Segundo Brotto (1997) "Cooperação é um processo onde os objetivos são comuns e as ações são benéficas para todos." Assim, o exercício de convivência ajuda a solucionar problemas, harmonizar conflitos, superar desafios e realizar objetivos em comum com toda a sociedade. (URI-FW)

Palavras-chave: Pesquisa, Educação Física, Recreio Escolares, Jogos de Cooperação

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (clauanezi@hotmail.com e maite@uri.edu.br)



QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO PERCEBIDA POR PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO MUNICÍPIO DE CAMPO BOM, RS

Junior Odir Grolli¹; João Carlos Jaccottet Piccoli²

Diante da grande contribuição do professor no desenvolvimento individual e social dos seres humanos, buscou-se, por meio deste estudo descritivo e de corte transversal, verificar a percepção de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) de professores de Educação Física dos anos finais do Ensino Fundamental em escolas municipais de Campo Bom. Participaram da investigação 17 indivíduos, com idade média de 39,12 anos e desvio padrão de 8,21. Foram utilizados dois instrumentos: um formulário em que se coletou os dados sócio-demográficos dos participantes investigados e a “Escala de Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho Percebida por Professores de Educação Física do Ensino Fundamental e Médio” (QVT-PEF), que contempla 34 questões distribuídas em oito dimensões, constituindo um questionário em forma de escala do tipo Diferenciador Semântico de Osgood (1 a 7). Para analisar os dados foi utilizada a estatística descritiva a fim de traçar o perfil da amostra; o teste Qui-quadrado, para relacionar as variáveis. A população investigada se apresentou, de forma geral, satisfeita quanto à QVT, sendo que 88,2% dos professores se classificaram neste nível e o restante dos participantes (11,8%) se classificou como indeciso. Observa-se que a maior frequência (n=14, 82,4%) de ausência de satisfação com a QVT ocorreu na D1 (Remuneração e Compensação Financeira), onde nenhum professor com apenas graduação se mostrou satisfeito e o nível de satisfação aumentou de acordo com o avanço na carreira docente, sendo que os únicos que revelaram satisfação quanto a essa dimensão são os que possuíam especialização. Outra situação onde a população não estava satisfeita ocorreu na D7 (n=9, 52,9%), Trabalho e Espaço Total de Vida. Os professores investigados demonstraram, com o avanço da idade, sentimento de menor autonomia quanto ao planejamento e execução das atividades de ensino. A maior ocorrência de insatisfação foi encontrada no sexo feminino, sendo que em todas as dimensões houve maior insatisfação por parte das mulheres. Quanto aos Ciclos de Desenvolvimento Profissional, os únicos docentes que não estavam satisfeitos com a QVT, de forma geral, encontravam-se na fase caracterizada pela busca da diversificação na carreira docente, onde foram encontrados os maiores índices de ausência de satisfação (insatisfação e indecisão) quando se analisando por dimensão. Concluiu-se que a população investigada se apresenta, de forma geral, satisfeita quanto à Qualidade de Vida no Trabalho. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Qualidade de Vida no Trabalho. Professor de Educação Física. Ciclos de Desenvolvimento Profissional.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (junioro.grolli@uol.com.br e joaopiccoli@feevale.br)



QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA AO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS DE NOVO HAMBURGO, RS

Ane Vanuza Nicolei¹; Alexandre Machado de Campos¹; Tatiana Kunz¹; Nitiele do Nascimento Pires¹; João Carlos Jaccottet Piccoli²

O envelhecimento é o processo que traz ao ser humano alterações biopsicossociais de extrema importância e que com o passar do tempo ocasionam uma perda de adaptabilidade, deficiência funcional e, finalmente a morte. Assim, se faz necessário proporcionar subsídios para o aperfeiçoamento ou expansão das políticas públicas voltadas à melhoria da qualidade de vida e saúde dos cidadãos idosos. O presente estudo descritiva, de corte transversal, teve por objetivo avaliar a percepção de qualidade de vida e sua correlação com o nível de atividade física de idosos de Novo Hamburgo, RS. Foram utilizados os questionários WHOQOL-OLD e IPAQ adaptado para idosos e dados sócio demográficos. Participaram 240 idosos, escolhidos aleatoriamente, sendo 14% (n=34) homens e 86% (n=206) mulheres. Quanto à idade, 50% (n=119) estavam entre 60 e 69 anos e 50% (n=121) estavam entre 70 e 79 anos. Os dados foram submetidos à estatística descritiva e inferencial, utilizando-se o teste de correlação de Spearman para dados não-paramétricos. As pontuações por domínio no WHOQOL-old foram: Participação Social (=72,03); Atividades Passadas, Presentes e Futuras (=69,81); Intimidade (=67,86); Autonomia (=62,91); Funcional do Sensório (=37,83) e Morte e Morrer (=35,98). E no WHOQOL-bref: domínio Físico (=61,11), Psicológico (=64,44), Relações Sociais (=72,53) e Meio Ambiente (=65,63). No IPAQ, o gasto médio por semana do grupo masculino foi de 1.789,56 Mets, ao passo que o feminino foi de 1.596,71. O grupo de 60-69 anos gastava em média 1.862,08 MET'S e o grupo de 70-79 anos apenas 1.389,92. Encontrou-se uma correlação positiva fraca entre o nível de atividade física dos idosos e sua qualidade de vida. Esta ocorreu apenas no domínio de participação social, no grupo das mulheres (Rho=0,171, p= 0,014) e no grupo entre 70-79 anos (Rho= 0,229, p= 0,011), assim, quanto maior sua participação social, maior seu nível de atividade física. Calculando-se a média geral entre toda a amostra (n=240) no questionário WHOQOL-OLD, se chegou ao valor de 57,74 e no questionário IPAQ obteve-se uma média de gasto calórico de 1624,03 MET'S por semana. Assim, se conclui que a percepção dos idosos quanto à sua qualidade de vida está regular e que são suficientemente ativos. (UNIVERSIDADE FEEVALE; FEEVALE)

Palavras-chave: Envelhecimento. Nível de Atividade Física. Qualidade de vida. Novo Hamburgo.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (ane_vanuza@yahoo.com.br e joaopiccoli@feevale.br)



Relato de experiência sobre a participação e formação no processo ensino aprendido por meio da monitoria acadêmica

Janaina Andretta Dieder¹; Alexandre José Höher²

A monitoria possibilita experiência da vida acadêmica, através da participação em diversas funções da organização e desenvolvimento das disciplinas dos cursos, além de possibilitar a apropriação de habilidades em atividades didáticas. Esse trabalho tem como objetivo, por meio de relato de experiência, analisar a participação acadêmica como monitora na disciplina de Esportes Individuais I do Curso de Educação Física, considerando as implicações de sua participação no processo ensino aprendido. Para sustentar as ponderações desse trabalho, recorreu-se a participação como monitora nas quartas-feiras 1º semestre letivo de 2013, num total de 60hs de observação-ação na disciplina (3 horas semanais). RESULTADOS: Pode-se organizar 3 grupos de análises: a) envolvimento nas atividades da disciplina; b) formação acadêmica por meio da monitoria e; C) ponderações sobre a aprendizagem discente na disciplina. Quanto ao envolvimento nas atividades participei tanto de horas de planejamento como, auxiliei os alunos na situação de ensino-aprendizagem; o professor na preparação e seleção de material; no acompanhamento dos processos de avaliação e produção acadêmica; na demonstração e correção das habilidades e competências relacionadas aos conteúdos abordados. Quanto a formação acadêmica vinculada a monitoria, pode-se destacar que aprendi uma concepção alternativa de metodologia de ensino, visto que, minhas vivências como atleta e árbitra eram restritas ao método tecnicista, enquanto na disciplina, o professor utiliza um método global, trabalhando a partir da cultura corporal, fundamentando-se na abordagem crítico-emancipatória, onde o objetivo é a promoção do crescimento pessoal dos alunos. Quanto as ponderações em relação aos discentes da disciplina, pude perceber como o conhecimento inicial dos acadêmicos em relação ao atletismo é insuficiente, tanto conceitual como processualmente. A grande maioria não havia vivenciado a modalidade na escola. Percebeu-se uma evolução em termos de participação e elaboração do conhecimento para que pudessem trabalhar com a modalidade. Assim, a participação como monitora me auxiliou muito, principalmente ao vivenciar um método de ensino alternativo que somou-se ao conhecimento técnico que já possuo. Percebi que a participação de monitores agregam conhecimentos e auxiliam no processo de aprendizado dos acadêmicos na disciplina. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Educação Física. Monitoria. Esportes Individuais. Saberes e experiências.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (janinha_jad@hotmail.com e alexandre@feevale.br)



RELATO DE VIVÊNCIAS ACADÊMICAS NO ENSINO DO ATLETISMO NO CONTEXTO ESCOLAR

Luísa Cristiane Senna de Andrade¹; Priscila Trevisan¹; Graciane Bock¹; Alexandre José Höher²

Como acadêmicas do curso de Educação Física (EF) vivenciamos o ensino dos esportes individuais, entre eles o atletismo e ponderamos que esse tem grande importância, tanto na formação dos professores como no desenvolvimento dos alunos. Entretanto, conforme identificamos nos relatos de acadêmicos em suas observações, sua prática nas escolas é minimizada pela ocorrência do ensino dos esportes coletivos. O presente estudo tem por objetivo investigar como vem sendo abordada e a importância recebida da modalidade Atletismo no cotidiano da Educação Física escolar, a partir da prática e do olhar de profissionais que atuam na área. Para tanto, foram feitas 40 horas de observações em campo e aplicado questionário realizados com 2 profissionais de EF atuantes no sistema público de ensino do município de Novo Hamburgo. Os profissionais observados expressaram que o atletismo é pouco explorado nos contextos escolares, mas reconhecem as ricas possibilidades que a modalidade oportuniza, como o aperfeiçoamento da coordenação motora, o desenvolvimento de capacidades físicas básicas e, através de vivências das habilidades naturais do homem (correr, saltar, arremessar), oferece uma gama de possibilidades para os sujeitos descobrirem e explorarem suas aptidões esportivas. Vindo, assim, de encontro à revisão bibliográfica realizada, que demonstra ser esta uma modalidade base para as demais práticas esportivas. Foi percebido o ensino por meio da realização de iniciação com jogos e brincadeiras recreativas, o que pode ser adaptado às particularidades de onde serão realizadas as práticas, até mesmo dentro da sala de aula em dia de chuva em uma atividade de estafetas. Assim, facilmente adaptável quanto aos espaços físicos, aos materiais e às suas regras, o que contraria os discursos de professores para o não ensino dessa prática. Também, ponderou-se que tratar sobre os conteúdos específicos da modalidade é essencial após a iniciação, incentivando os alunos à pesquisa, utilizando o espaço do próprio bairro para vivenciar as provas, como a rua, envolvendo a comunidade escolar no projeto, promovendo corridas no bairro (com acompanhamento da guarda municipal) e construir os materiais para as diversas modalidades com materiais reutilizados. Assim, percebe-se que o Atletismo é uma modalidade indispensável na formação de docentes e na prática pedagógica de Educação Física, ao promover vivências únicas e habilidades importantes ao desenvolvimento motor. (FEEVALE)

Palavras-chave: Educação Física. Atletismo. Escola. Ensino-aprendizado. Formação.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (0117690@feevale.br e alexandre@feevale.br)



Verificação de teste de 1RM prospectivo, em pacientes com DPOC

Daniela Bervian Linck¹; Luísa Cristiane Senna de Andrade¹; Dhionatan Plasito da Rosa¹; Rafael Machado de Souza²; Cássia Cinara da Costa²; Dáverson Bordin Canterle²

Introdução: A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é caracterizada por diminuição do fluxo aéreo que não é totalmente reversível. É causada por alterações estruturais do parênquima pulmonar, acarretando alterações como intolerância ao exercício e dispneia para atividades diárias com o avançar da doença. Esse processo desencadeia a depleção de massa magra e perda de força muscular. Justificando a importância da execução deste estudo que apresenta o seguinte objetivo: Avaliar a força muscular pré e pós-reabilitação física em pacientes com DPOC. **Metodologia:** Paradigma quantitativo e prospectivo. Para a obtenção dos dados de carga máxima foram realizados dois testes de carga máxima, um no início da reabilitação e outro ao final, os participantes foram submetidos ao treinamento de duas series de dez repetições com a evolução de carga crescente de 50% a 80%, com frequência de três vezes por semana completando um total de doze semanas. Foi utilizado o teste de carga máxima nos exercícios de abdominal, flexão e extensão dos joelhos, e a função pulmonar foi obtida através de exame de espirometria da marca micro lab 3500 e os participantes apresentaram três bons sopros. **Resultados:** Os valores referentes à função pulmonar foram: CVF $1,98 \pm 0,60$ Litros representando 55,12% da capacidade; VEF1 $1,00 \pm 0,29$ Litros representando 35,26% de capacidade; CVF/VEF1 $55,02 \pm 14,23$ classificando como obstrução grave. Em relação aos exercícios, nos abdominais a melhora foi de 35,3% (24,66 repetições para 33,3 ao final), na extensão de joelhos foi de 43,3% (41,88Kg para 60,58Kg), na flexão de joelhos foi de 31% (42,33Kg para 55,56Kg). **Conclusão:** Foi observado melhora na capacidade de força em pacientes com DPOC que reabilitaram no programa de reabilitação pulmonar. (FEEVALE)

Palavras-chave: TREINAMENTO DE FORÇA PARA DPOC. REABILITAÇÃO PULMONAR. TREINAMENTO DE 1RM NA DPOC.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (danielalinck@feevale.br e rafaelms@feevale.br)