

A Educação Física como Área de Investigação Científica 3

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)



A Educação Física como Área de Investigação Científica 3

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)



Editora Chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant'Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Prof^ª Dr^ª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof^ª Dr^ª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves -Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof^ª Dr^ª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Prof^ª Dr^ª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^ª Dr^ª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^ª Dr^ª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Prof^ª Dr^ª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Prof^ª Dr^ª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^ª Dr^ª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Prof^ª Dr^ª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Dr^ª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Prof^ª Dr^ª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^ª Dr^ª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Dr^ª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Prof^ª Dr^ª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^ª Dr^ª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Dr. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^ª Dr^ª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Prof. Me. Alexsandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Ma. Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Profª Drª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Profª Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá
Profª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Profª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Alborno – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR
Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Ma. Lillian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior

Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Profª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará

Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco

Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal

Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba

Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Profª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão

Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo

Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana

Profª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí

Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo

Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Bibliotecária: Janaina Ramos
Diagramação: Luiza Alves Batista
Correção: Giovanna Sandrini de Azevedo
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizador: Lucio Marques Vieira Souza

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E24 A educação física como área de investigação científica 3 /
Organizador Lucio Marques Vieira Souza. – Ponta
Grossa - PR: Atena, 2020.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5706-577-8

DOI 10.22533/at.ed.778201311

1. Educação Física. 2. Esporte. 3. Exercício. I. Souza,
Lucio Marques Vieira (Organizador). II. Título.

CDD 613.7

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

Declaração dos Autores

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos.

APRESENTAÇÃO

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos mais uma importante Coletânea intitulada de “A Educação Física como Área de Investigação 2” que reúne 31 artigos abordando vários tipos de pesquisas e metodologias que tiveram contribuições significativas de professores e acadêmicos das mais diversas instituições de Ensino Superior do Brasil.

O objetivo principal é apresentar os avanços e atualidades da área e para isto a obra foi dividida em dois volumes: no Volume 2 com 03 principais eixos temáticos: Atividade Física e Saúde do capítulo 1 ao 5; Práticas alternativas e saúde coletiva do 6 ao 11 e Práticas corporais e aspectos sociológicos, entre os capítulos 12 e 16; no Volume 3 com 02 principais eixos temáticos: Educação Física Escolar do capítulo 1 ao 8 e Treinamento Físico do 9 ao 15.

Estruturada desta forma a obra demonstra a pluralidade acadêmica e científica da Educação Física, bem como a sua importância para a sociedade. Neste sentido, nos capítulos constam estudos diversas temáticas contemplando assuntos de importante relevância dentro da área.

Agradecemos a Atena Editora que proporcionou que fosse real este momento e da mesma forma convidamos você Caro Leitor para embarcar na jornada fascinante rumo ao conhecimento.

Lucio Marques Vieira Souza

SUMÁRIO

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

CAPÍTULO 1..... 1

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO COMBATE AO TRANSTORNO DO DESENVOLVIMENTO DA COORDENAÇÃO DE ESCOLARES

Ivson José dos Santos Silva
Danillo Fernando de Farias
Glauciano Joaquim de Melo Júnior

DOI 10.22533/at.ed.7782013111

CAPÍTULO 2..... 10

A PERCEÇÃO DOS ESTAGIÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIOESTE SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA E A MOTIVAÇÃO DOS ALUNOS NAS AULAS DO ENSINO MÉDIO

Vanessa Patrícia Völz
Adelar Aparecido Sampaio
Arestides Pereira da Silva Junior
Alvori Ahlert

DOI 10.22533/at.ed.7782013112

CAPÍTULO 3..... 23

APELIDOS ÉTNICO-RACIAIS NA ESCOLA: BRINCADEIRAS OU MANIFESTAÇÕES HISTÓRICAS DE RACISMO E PRECONCEITO RACIAL

Ronildo Neumann Pastoriza
Michele Andréia Borges

DOI 10.22533/at.ed.7782013113

CAPÍTULO 4..... 31

DANÇANDO HIP HOP: O *FREESTYLE* COMO MARCADOR IDENTITÁRIO

Larissa Natalia Macedo Moura Fujisse

DOI 10.22533/at.ed.7782013114

CAPÍTULO 5..... 38

DESVIOS POSTURAIS E OS FATORES ASSOCIADOS EM ESCOLARES DA CIDADE DE CRATO-CE

Maria Vitória Castro da Silva
Hudday Mendes da Silva
Camila Fagundes Martins
Guilherme Téo de Sá Fulgêncio
Lucas Eduardo Nazário de Sousa
Barbara Arraes de Sousa

DOI 10.22533/at.ed.7782013115

CAPÍTULO 6..... 56

DIAGNÓSTICO DO ELEMENTO MOTOR EQUILÍBRIO DE ALUNOS DA EDUCAÇÃO

INFANTIL DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DE ITAPIRANGA – SANTA CATARINA

Jaíne Karal

Elis Regina Frigeri

DOI 10.22533/at.ed.7782013116

CAPÍTULO 7..... 67

ESTIMULANDO O DESENVOLVIMENTO INFANTIL: O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DIANTE DA RECREAÇÃO NO ENSINO BÁSICO

Alexandre Muzi Cardoso

Veronica Nunes da Silva Cardoso

DOI 10.22533/at.ed.7782013117

CAPÍTULO 8..... 77

RELATO DE EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO SUPERVISIONADO: ALUNOS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

Adriana Silva Meireles

Luiz Carlos Silva Albuquerque

Jurema Gonçalves Lopes de Castro Filha

Maria do Socorro Viana Rêgo

DOI 10.22533/at.ed.7782013118

TREINAMENTO FÍSICO

CAPÍTULO 9..... 84

A INFLUÊNCIA DA MUSCULAÇÃO NA BRAÇADA DO CRAWL EM ATLETAS DE NATAÇÃO

Alice Pereira de Oliveira

Beatriz Siqueira Bezerra

Karina Rocha Nascimento

Rafaello Pinheiro Mazzoccante

Leonardo Costa Pereira

DOI 10.22533/at.ed.7782013119

CAPÍTULO 10..... 93

A INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO FUNCIONAL E DO TREINAMENTO DE FORÇA TRADICIONAL NA PERCEPÇÃO CORPORAL E FATORES MOTIVACIONAIS DE MULHERES PRATICANTES

Vitória da Silveira

Deninson Nunes Ferenci

DOI 10.22533/at.ed.77820131110

CAPÍTULO 11..... 103

ADAPTAÇÕES NEURAIS E MORFOLÓGICAS DO TREINAMENTO COM AÇÕES EXCÊNTRICAS

Walter Reyes Boehl

Mauro Castro Ignácio

Augusto Dias Dotto

Anderson da Silveira Farias

Guilherme de Oliveira Gonçalves
Bruna Brogni da Silva
Raul de Fraga Seibel
Anelize Castro Ignácio
Paloma Müller de Souza
Ecio Hubner Lencina
Andressa Roberta Rodrigues Delazeri
Régis Mateus Hözer
Augusto Tuchtenhagen
Jacson Severo de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.77820131111

CAPÍTULO 12..... 115

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO RESISTIDO NO ENVELHECIMENTO E NA QUALIDADE DE VIDA

Luiz Carlos Silva Albuquerque
Adriana Silva Meireles
Maria do Socorro Viana Rêgo
Jurema Gonçalves Lopes de Castro Filha

DOI 10.22533/at.ed.77820131112

CAPÍTULO 13..... 123

EFEITO DO TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE E DO AERÓBIO CONTÍNUO ASSOCIADO AO TREINAMENTO DE FORÇA NA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE MULHERES FISICAMENTE ATIVAS

Bárbara Arraes de Sousa
Hudday Mendes da Silva
Maria Vitória Castro da Silva
Camila Fagundes Martins
Lucas Eduardo Nazário de Sousa
Guilherme Téó de Sá Fulgêncio

DOI 10.22533/at.ed.77820131113

CAPÍTULO 14..... 141

IMPORTÂNCIA DA ESTABILIDADE PROMOVIDA PELO CORE NA PREVENÇÃO DE LESÕES EM ATLETAS CORREDORES DE RUA

Carlos Sousa da Silva
Rômulo Martins
Pedro Jatene
Jeferson Oliveira Santana
Daniel Portella
Marcio Doro

DOI 10.22533/at.ed.77820131114

CAPÍTULO 15..... 150

INFLUÊNCIA DO EXERCÍCIO NÓRDICO NA MOBILIDADE E FORÇA DOS MÚSCULOS ISQUIOTIBIAIS

João Paulo Jesus Duarte

Raimundo Auricelio Vieira
Jorge Frederico Pinto Soares
Demétrius Cavalcanti Brandão
Francisco José Félix Saavedra

DOI 10.22533/at.ed.77820131115

SOBRE O ORGANIZADOR.....	162
ÍNDICE REMISSIVO.....	163

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO RESISTIDO NO ENVELHECIMENTO E NA QUALIDADE DE VIDA

Data de aceite: 01/11/2020

Data de submissão: 18/09/2020

Luiz Carlos Silva Albuquerque

Faculdade Uninassau de São Luís, Educação Física.
São Luís – MA
<http://lattes.cnpq.br/4857693376648662>

Adriana Silva Meireles

Faculdade Uninassau de São Luís, Educação Física.
São Luís – MA
<http://lattes.cnpq.br/9871994651907807>

Maria do Socorro Viana Rêgo

Faculdade Uninassau de São Luís, Educação Física.
São Luís – MA
<http://lattes.cnpq.br/5979773513760254>

Jurema Gonçalves Lopes de Castro Filha

Faculdade Uninassau de São Luís, Educação Física.
São Luís – MA
<http://lattes.cnpq.br/1598738287373629>

RESUMO: O presente estudo objetivo analisar a qualidade de vida de idosos praticantes de um programa de exercício físico resistido. O estudo é longitudinal de natureza, qualitativa. Participaram do estudo 12 idosos, sendo avaliados pré e pós as 12 semanas de treino, com faixa etária de 60 a 70 anos que praticam atividade física três vezes por semana, com treinos moderados, duração de

60 minutos. O instrumento utilizado para avaliar a qualidade de vida foi o SF-36 versão reduzida, para fins de analisar a qualidade de vida dos mesmos. Os resultados fazem menção aos oito domínios que constituem esse instrumento, dos quais seis apresentaram resultados significativos estatisticamente. Os domínios que mostraram melhores resultados foram: o domínio referente aos Aspectos Sociais (AS) com valor de 0,0006, bem como foram encontrados resultados bastante expressivos nos domínios referentes a Capacidade Funcional (CF), 0,0016 e para a Dor, 0,0042. A prática de um programa de treinamento resistido em idosos demonstrou melhorias na qualidade de vida dos indivíduos, propiciando bem-estar.

PALAVRAS-CHAVE: Idosos, SF-36 e Atividade Física.

EFFECTS OF A RESISTANT TRAINING PROGRAM ON AGING AND QUALITY OF LIFE

ABSTRACT: This study aims to analyze the quality of life of elderly people practicing a resistance exercise program. The study is longitudinal in nature, qualitative. Twelve elderly participated in the study, being evaluated before and after 12 weeks of training, aged 60 to 70 years old who practice physical activity three times a week, with moderate training, lasting 60 minutes. The instrument used to evaluate the quality due was the SF-36 reduced version, to analyze their quality of life. The results mention the eight domains that constitute this instrument, of which six presented statistically significant

results. The domains that showed better results were: the Social Aspects (AS) domain with a value of 0.0006, as well as very significant results were found in the Functional Capacity (FC) domains, 0.0016 and for the Pain, 0,0042. The practice of a resistance training program in the elderly demonstrated improvements in the quality of life of individuals, providing well-being.

KEYWORDS: Elderly, SF-36 and Physical Activity.

1 | INTRODUÇÃO

No Brasil, a população idosa encontra-se em constante crescimento e cada vez mais vem evoluindo de maneira muito rápida, sem, contudo, ocorrer alterações nas condições de vida (CERVATO, DERNTL, LATORRE&MARUCCI, 2005; VERAS & OLIVEIRA,2018). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005), o crescente aumento da população idosa brasileira será de até 15 vezes, dos anos de 1950 a 2025, quando comparado ao restante da população como um todo, pois o crescimento populacional será de no máximo cinco vezes para esse mesmo período.

Diante de tal fato a consciência de que está em atravessa-se um processo de envelhecimento é importante melhorar as condições socioeconômicas da população, bem como as condições de vida de um modo geral da mesma, principalmente nos países em desenvolvimento, como o Brasil, afim de possibilitar uma boa qualidade de vida aos idosos.

Segundo as Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas, estabelecidas pelo Sistema Único de Saúde é colocado que envelhecer é algo natural, é irreversível e varia de indivíduo para indivíduo. É um processo heterogêneo entre grupo, que são influenciados por: meio social, condições de saúde, características biológicas, econômicas, ambiente físico, assistencialismo, hábitos e estilo de vida e fatores culturais (BRASIL, 2014). Mesmo sabendo que o envelhecimento ocorre de maneira deferente nas pessoas, é importante que o indivíduo envelheça com qualidade de vida.

A qualidade de vida (QV) é concebida como a capacidade do indivíduo, inserido na sociedade, em avaliar e ou perceber a sua condição de saúde, como também a outras dimensões da sua vida para definir o padrão de conforto e bem-estar ideal para aquele momento cronológico (COSTA JUNIOR et al, 2013 e CRUZ, COLLET & NÓBREGA,2018).

Dessa forma a qualidade de vida relacionada à saúde demonstra então a forma como o indivíduo percebe a sua saúde frente a enfermidade, as consequências, os tratamentos, o quanto a doença afeta a sua vida útil (capacidade de realizar tarefas), psicológico e social. (NETTO, 2004; PIMENTEL, 2006; MOTA, RIBEIRO, CARVALHO, & MATOS, 2006; JANUÁRIO, JUNIOR, LIUTTI, DECKER, & MOLARI, 2011; ORLANDO, SILVA, & JUNIOR, 2013; WANDERLEY at al, 2011 e CRUZ, COLLET & NÓBREGA,2018).

Nas pesquisas a avaliação da qualidade de vida geralmente se dar por questionário, com o instrumento SF-36.É amplamente usado em diversas populações: sobreviventes de câncer, enfermeiros, pacientes com problemas psicológicos, diabéticos, hipertensos e para toda a população de um modo geral (REF).

Dentre os domínios avaliados na qualidade de vida se encontra o aspecto físico que tem relação com as atividades da vida diária prática, autonomia e independência do idoso e esse domínio tem uma íntima relação com a prática de exercício físico. A recomendação é clara, é básica em que ressalta a importância da prática de atividade física regular a fim de prevenir problemas de saúde decorrentes do sedentarismo, morte prematura (queda, AVC, hipertensão arterial, obesidade, diabetes mellitus, ansiedade, depressão, hipotonia muscular), pode vir a estabilizar uma doença, retardar o surgimento e ou o quadro evolutivo da mesma (CICONELLI et al., 1999; BARNES E TAL, 2003 e DA CRUZ JOBIM & DA CRUZ JOBIM, 2015).

Sabe-se que a atividade física promove reduções no risco de desenvolver acidente vascular cerebral, ocorrência de doenças crônicas e prevenção da osteoporose. Promove melhora do humor, diminuição da ansiedade e da depressão, diminuição do estresse, promove socialização, redução da incapacidade funcional, melhoras no sistema cognitivo e sistema cardiovascular, Muitos destes aspectos são essenciais para um envelhecimento saudável (MATSUDO, MATSUDO & ARAÚJO, 2001; MEURER, BENEDETTI E MAZO, 2009 e DA CRUZ JOBIM & DA CRUZ JOBIM, 2015).

Desta forma buscou-se com o presente estudo analisar a qualidade de vida em idosos praticantes de treinamento resistido na qualidade de vida de idosos.

2 | METODOLOGIA

O presente estudo é do tipo transversal e a amostra foi constituída por 12 idosos praticantes de treinamento resistido (musculação), do gênero masculino, com idade média de 68,8 (\pm 5,5) anos, selecionados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, usando amostra não probabilística.

Os idosos realizavam treinamento 3 vezes por semana, com duração da sessão em 60 minutos, frequentadores de uma academia na cidade de São Luís do Maranhão.

Para participar da pesquisa foram estabelecidos critérios: idosos com idade entre 65 a 75 anos, que não praticassem um programa de musculação na frequência de três vezes por semana e treinassem por um período de 12 semanas.

Após a seleção os participantes receberam todas as informações dos procedimentos da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), foram submetidos à aplicação do questionário, onde, isolados de outras pessoas, responderam os questionários acompanhados pelo pesquisador responsável. Todas as dúvidas pertinentes relacionadas aos itens contidos no questionário foram elucidadas pelos pesquisadores.

O instrumento utilizado para a avaliação da qualidade de vida foi o questionário “The Medical Outcomes Study Short Form” conhecido como SF-36. Este questionário é formado por 36 itens, englobados em 8 escalas ou componentes: capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais,

saúde mental e mais uma questão de avaliação comparativa entre as condições de saúde atual e de um ano atrás.

Os valores alcançados nas respostas foram convertidos em valores ponderados, nos quais os escores dos itens de cada escala foram somados e correspondiam às respostas dos entrevistados. Posteriormente, cada escore foi transformado em uma escala de 0 a 100, sendo que possuir o escore no valor igual ou próximos de 0 = pior e os escores próximos ou iguais a 100 = melhor resultado (CICONELLI, et al, 1999).

Os domínios que se aproximam de 100 e 0 significam melhor e pior qualidade de vida, respectivamente. No entanto, valores próximos a 50% representam que os indivíduos têm uma qualidade de vida intermediária.

Para análise dos dados, utilizou-se de ferramentas da estatística descritiva. Após teste de normalidade (Shapiro Wilk), a comparação entre os grupos foi realizada através do teste *t-Student*, considerando o $p < 0,05$.

3 | RESULTADOS

No presente estudo os resultados demonstram que para o G pré comparado com o G pós houve melhorias nos domínios: capacidade funcional ($p = 0,0016$), limitações dos aspectos físicos ($p = 0,0425$), dor ($p = 0,0042$), estado geral de saúde ($p = 0,0315$) e aspectos sociais ($p = 0,0006$).

A análise dos dados nos momentos Pré e Pós, período de treinamento é apresentada na tabela 1, em que, pelo questionário de qualidade de vida SF-36 versão reduzida, obtiveram-se diferenças significativas em seis dos oito domínios avaliados.

DOMÍNIOS	Pré	Pós	P
Capacidade funcional (CF)	52,68	86,00	0,0016*
Limitação dos aspectos físicos (LAF)	47,95	77,89	0,0425*
Dor (DOR)	53,66	80,55	0,0042*
Estado geral de saúde (EGS)	61,19	82,05	0,0315*
Vitalidade (V)	45,12	77,99	0,0311*
Aspectos sociais (AS)	53,90	86,30	0,0006*
Limitação por aspectos emocionais (LAE)	58,39	64,57	0,6293
Saúde mental (SM)	73,17	83,67	0,3694

Tabela 1 –Valores referentes às médias de cada domínio avaliado pelo questionário, SF-36 que avalia qualidade de vida em idosos praticantes de treinamento resistido.

GC, grupo antes; GE, grupo após. * Diferença estatisticamente significativa; $p < 0,05$.

4 | DISCUSSÃO

O estudo estudou a população masculina, pois na maioria das pesquisas grande parte do público alvo atingido nessa faixa etária e em outras são constituídas por mulheres. Desconstruir a visão de que somente mulheres vislumbram uma qualidade de vida maior e melhor se cuidando e se tratando.

Os achados demonstram que após 12 semanas de um programa de exercício físico, os indivíduos demonstraram melhorias nos seguintes domínios: Capacidade Funcional (CF), Limitação dos Aspectos Físicos (LAF), Dor (D), Estado Geral de Saúde (EGS), Limitação dos Aspectos Sociais (LAS), Limitações dos Aspectos Emocionais (LAE) e Saúde Mental (SM).

Nos quesitos que fazem menção a capacidade funcional e limitações dos aspectos físicos encontramos valores significativos, de acordo com a classificação da qualidade de vida, os idosos antes de iniciarem o programa de exercícios físicos, enquadraram-se com a qualidade de vida (QV) intermediária e após o término das 12 semanas observou-se um aumento e a mesma refletiu como boa. Alcântara et al., (2014), em seu estudo ao comparar a QV (SF-36) e seus domínios entre praticantes e não praticantes de atividade física, observou uma diferença significativa nos domínios capacidade funcional e nas limitações dos aspectos físicos também são corroborados pelos achados de Cordeiro et al.,(2014).

No estudo de Rolim(2005), a prática de atividade física pelo idoso proporcionou a manutenção da capacidade funcional para uma vida independente, redução do risco de doenças coronarianas, retardo da progressão de doenças crônicas e a provisão de oportunidades para uma interação social, aspectos indispensáveis para um equilíbrio orgânico do indivíduo.

Conforme Nakagava e Rabelo(2007), a capacidade funcional é importante para o indivíduo executar as atividades da vida diária (AVD's), que são compreendem as atividades de cuidados pessoais básicos como: vestir-se, banhar-se, levantar-se da cama e sentar-se, utilizar o banheiro, comer e caminhar pequenas distâncias, mantendo assim certa autonomia e independência. E a independência funcional do indivíduo idoso é fundamental para uma boa qualidade de vida.

Para os domínios dor e estado geral da saúde apresentaram melhoras na média após as 12 semanas praticando exercícios físicos, sendo estatisticamente similares aos achados no estudo de Santos e colaboradores (2017) em que analisaram a qualidade de vida de idosos praticantes de ritmos, musculação e hidroginástica sugerindo que ter saúde significa ter uma condição de bem-estar e inclui o corpo funcionando bem. Ter a sensação de bem-estar psicológico, nas relações com o meio e as pessoas nele inseridas, bem como o domínio da dor. Desta forma pode-se afirmar que o programa de exercícios físicos foi benéfico abrangendo a condição cardiorrespiratória, melhoras nos níveis de força, disposição, redução dos índices glicêmicos e lipídicos, bem como reduzindo fatores limitantes, causados pela dor e melhoria na qualidade do sono.

No domínio vitalidade, os resultados demonstraram melhorias saindo de uma classificação abaixo da média para uma boa QV caracterizando uma diferença significativa. Cordeiros et al., (2014) em seus achados também verificou alterações em relação ao grupo que não praticava atividade física e o grupo ativo. A vitalidade se relaciona com a disposição em realizar tarefas e tal efeito pode estar vinculado a melhora do aspecto geral da saúde e independência do grupo avaliado.

No tocante do domínio aspectos sociais, verificou-se inicialmente resultados medianos e posteriormente um aumento, o que culminou em resultados bem significativos estatisticamente. Podendo ser justificado pelo maior contato com novas pessoas em ambiente diferente do que os mesmos já conhecem, em contato com pessoas também da própria idade, trocas de experiências, atenção por parte de todos os professores e colegas da sala de musculação. A prática regular de exercício comumente nos idosos é associada como oportunidade de conviver com outros grupos e desta forma aumentar as relações sociais dos participantes.

Por fim os domínios referentes as limitações dos aspectos emocionais e a saúde mental, obtivemos diferenças mais não foram estatisticamente significativas, na sua maioria saíram respectivamente de uma classificação mediana e boa, e não foi observado um aumento significativo do escore alcançado pelo grupo. O indivíduo idoso pode apresentar características depressivas por conta das suas mudanças na vida social e na sua saúde física. Entretanto neste trabalho não houve investigação do estado de saúde mental dos idosos, assim reconhece-se uma limitação na interpretação deste achado, além disso pouco se sabe do real efeito da atividade física na saúde mental do idoso.

5 | CONCLUSÃO

Observou-se uma melhor qualidade de vida após o período de treinamento realizado em quase a totalidade dos domínios avaliados. No entanto, no aspecto cognitivo e emocional não se obteve êxito. Os aspectos emocionais e cognitivos são particularmente mais complexos de serem avaliados e o exercício de forma isolada pode não ser a única variável responsável.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, Á. R. et al. Análise comparativa qualidade de vida entre idosas praticantes e não-praticantes de atividade física em Teresina-Piauí. Revista Eletrônica Gestão & Saúde, v. 5, n. 5, p. 3004-3014, 2014.

BARNES, D.E, YAFFE, K, SATATIANO, W. A, TAGER, I. B. **A longitudinal study of cardiorespiratory fitness and cognitive function in healthy older adults.** J. Am Geriatric Soc. 2003; 51(4): 459 – 65.

CAVALCANTE, I. et al. **Contribuições da caminhada para melhor qualidade de vida de idosos.** Edeportes.com, Revista Digital, Buenos Aires, v.16, n.157, 2011.

CERVATO, A. M., DERNTL, A. M., LATORRE, M. R. O., & MARUCCI, M. F. N. (2005). **Educação nutricional para adultos e idosos: uma experiência positiva em Universidade Aberta para Terceira Idade.** Revista de Nutrição, 18(1), 41-52. doi: 10.15 90/S1415-52732005000100004.

CICONELLI, R.M.; FERRAZ, M.B.; SANTOS, W. ET AL. **TRADUÇÃO PARA A LÍNGUA PORTUGUESA E VALIDAÇÃO DO QUESTIONÁRIO GENÉRICO DE AVALIAÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA (BRASIL SF-36).** REV. BRAS REUMATOL, V. 39, P.143-150, 1999.

CORDEIRO, J. et al. **Efeitos da atividade física na memória declarativa, capacidade funcional e qualidade de vida em idosos.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 17, n. 3, p. 541-552, 2014.

COSTA JUNIOR, G. R.; TONELLO, L.; NEVES, R. L.; RIBEIRO, J. C., MIRANDA, E. F. **Qualidade de vida, estilo de vida e saúde: um artigo de revisão.** Revista Amazônia, 1(1), 33-40, 2013.

CRUZ, Déa Silvia Moura da, COLLET, Neusa e NÓBREGA, Vanessa Medeiros. **Qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes com dm1- revisão integrativa.** Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2018, v. 23, n. 3 [Acessado 17 de Dezembro 2018], pp. 973-989. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018233.08002016>. ISSN 1678-4561. https://doi.org/10.1590/1413-81232018233.08002016.

DA CRUZ JOBIM, Fátima Angelina Rondis; DA CRUZ JOBIM, Eduardo Furtado. **Atividade Física, Nutrição e Estilo de Vida no Envelhecimento.** Journal of Health Sciences, v. 17, n. 4, 2015.

JANUÁRIO, R., JUNIOR, H., LIUTTI, M., DECKER, D., & MOLARI, M. (2011). **Qualidade de vida em idosos ativos e sedentários.** ConScientiae e Saude, 10 (1), 112-120.

LIMA, A. M. M., SILVA, H. S., & GALHARDONI, R. (2008). **Envelhecimento bem-sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras.** Interface, 12(27), 795-807.

MATSUDO, S M & MATSUDO, V K R; ARAÚJO, T L. **Perfil do nível de atividade física e capacidade funcional de mulheres maiores de 50 anos de idade de acordo com a idade cronológica.** Rev Bras Atividade Física e Saúde. 2001;6,(1):12-24.

MEURER, S. T.; BENEDETTI, T. R. B.; MAZO, G. Z. **Motivação de idosos para a adesão a um programa de exercícios físicos.** Psicologia para América Latina.v. 18, p. 1-8, 2009.

MOTA, J., RIBEIRO, J., CARVALHO, J., & MATOS, M. (2006). **Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física.** Revista Brasileira Educação Física Esporte, 20 (3), 219-225.

NERI A. L., & GUARIENTO, M. E. (ORGS.). (2011). **Fragilidade, saúde e bem-estar em idosos: dados do estudo FIBRA Campinas.** Campinas: Alínea

NETTO, F. (2004). **Aspectos biológicos e fisiológicos do envelhecimento humano e suas implicações na saúde do idoso.** Pensar a Prática, 7, 75-84.

OMS. **Envelhecimento Ativo: uma política de saúde**. Organização Pan-Americana da Saúde, Brasília, 2005.

ORLANDO, M., SILVA, M., & JUNIOR, I. (2013). **The influence of the practice of physical activity on the quality of life, muscle strength, balance, and physical ability in the elderly**. *Revista Brasileira Geriatria Gerontologia*, 16 (1), 117-126.

PIMENTEL, F. L. (2006). **Qualidade de Vida e Oncologia**. Coimbra: Almedina.

VERAS, Renato Peixoto e OLIVEIRA, Martha. **Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado**. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. 2018, v. 23, n. 6 [Acessado 18 Novembro 2018], pp. 1929-1936. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>>. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>.

WANDERLEY, F. A. C., SILVA, G., MARQUES, E., OLIVEIRA, J., MOTA, J., & CARVALHO, J. (2011). **Associations between objective lyass essed physical activity level sand fitness and self-reported health-related quality of life in community-dwe lling older adults**. *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care and Rehabilitation*, 20 (9), 1371–1378. <https://doi.org/10.1007/s11136-011-9875-x>

ÍNDICE REMISSIVO

A

Adaptações Neurais 103, 104, 105, 106, 107, 112

Aeróbico Contínuo 123, 125, 127, 128, 131, 132, 133, 134, 135

Apelidos Étnico-Raciais 23, 24, 26, 28, 29

Atividade Física 1, 2, 4, 7, 9, 21, 39, 40, 43, 53, 55, 71, 74, 102, 114, 115, 117, 119, 120, 121, 126, 130, 131, 139, 154

B

Biomecânica 84, 90, 144, 148

Brincadeiras 1, 4, 6, 23, 24, 26, 57, 61, 69, 74, 82

C

Composição Corporal 8, 38, 90, 123, 125, 126, 127, 128, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 139

Conscientização 23, 29

Core 86, 97, 101, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149

Corredores 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147

D

Dano Muscular 104, 105, 109, 111, 112

Deficiências 5, 77, 81, 83

Desenvolvimento Infantil 1, 3, 9, 67, 68, 70, 71, 74

Desenvolvimento Motor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 69, 79

Desenvolvimento Neuropsicomotor 67, 68, 70, 74, 75

Destreza Motora 1, 3

Desvios Posturais 38, 39, 40, 41, 42, 43, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55

Diálogo 14, 23, 24, 29, 31, 34

Discente 31, 32, 82

E

Educação Física 2, 1, 3, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 36, 37, 40, 53, 54, 57, 58, 61, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 81, 83, 89, 92, 95, 102, 106, 115, 121, 147, 162

Educação Infantil 8, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 63, 64, 65, 66, 68, 72, 74, 75

Equilíbrio 2, 6, 38, 39, 42, 43, 56, 58, 59, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 74, 82, 89, 91, 95,

119, 147, 148, 155

Escolares 1, 2, 7, 8, 9, 19, 26, 38, 40, 41, 42, 44, 45, 46, 51, 52, 53, 54, 55, 61, 68, 69, 74

Estágio Supervisionado 11, 77, 78, 79, 81, 82, 83

Exercício Nórdico 150, 152, 153, 155, 156, 157

Exercícios Estabilizadores 141

Experiências 7, 30, 32, 34, 36, 57, 58, 64, 73, 77, 81, 82, 120

F

Fatores Motivacionais 93, 97, 98, 99, 100

Futebol 17, 150, 151, 155

H

HIIT 123, 124, 125, 126, 127, 129, 131, 132, 133, 134, 135

Hip Hop 31, 32, 33, 34, 35, 36

I

Identidade 26, 27, 30, 31, 32, 34, 36, 96

Idosos 42, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 126

Isquiotibiais 145, 150, 151, 152, 153, 155, 156, 157

M

Motivação 10, 12, 14, 15, 18, 20, 21, 95, 96, 97, 100, 101, 102, 121

Musculação 84, 86, 87, 88, 89, 90, 92, 93, 94, 96, 97, 99, 100, 101, 102, 117, 119, 120, 123, 129, 130, 133, 135

N

Natação 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 132

P

Percepção Corporal 93, 94, 96, 97, 100

Prática Pedagógica 10, 12, 13, 14, 16, 20, 78

R

Racismo 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30

Reabilitação 8, 95, 101, 146, 148, 150, 151

Recreação 67, 69, 70, 71, 74, 76

S

SF-36 115, 116, 117, 118, 119, 121

T

Treinamento 84, 88, 92, 93, 97, 101, 102, 107, 113, 114, 124, 126, 128, 129, 133, 134, 139, 147, 148, 162

Treinamento de Força Tradicional 93, 94, 96, 97, 98, 99, 100

Treinamento Funcional 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 147, 148

Treinamento Resistido 84, 86, 115, 117, 118, 124, 128

Treino Excêntrico 104, 105, 106, 150

A Educação Física como Área de Investigação Científica 3

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

Atena
Editora

Ano 2020

A Educação Física como Área de Investigação Científica 3

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 