

Influências na Educação Física

Adalberto Ferreira Junior
(Organizador)



 **Atena**
Editora

Ano 2018

Adalberto Ferreira Junior

(Organizador)

Influências na Educação Física

Atena Editora

2018

2018 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação e Edição de Arte: Geraldo Alves e Natália Sandrini

Revisão: Os autores

Conselho Editorial

- Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Profª Drª Juliane Sant’Ana Bento – Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

143 Influências na educação física [recurso eletrônico] / Organizador Adalberto Ferreira Junior. – Ponta Grossa (PR): Atena Editora, 2018.

Formato: PDF.

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader.

Modo de acesso: World Wide Web.

Inclui bibliografia.

ISBN 978-85-85107-92-5

DOI 10.22533/at.ed.925180212

1. Educação física – Estudo e ensino. I. Ferreira Junior, Adalberto.

CDD 613.7

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2018

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.

www.atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

Os profissionais de Educação Física devem compreender as diversas áreas de conhecimento, principalmente as ciências humanas e biológicas. Sendo assim, adquirir uma ampla fundamentação teórica é de extrema importância, tanto para a formação profissional quanto para sua aplicação no campo de atuação.

A obra “Influências na Educação Física” é um e-book composto por 35 artigos científicos, dividido em duas partes. A primeira intitulada “Aspectos das ciências humanas e suas contribuições com a Educação Física” apresenta reflexões sobre diversas temáticas como aspectos históricos, processo ensino-aprendizagem, epistemologia, psicologia, entre outros. A segunda parte intitula-se “Aspectos relacionados a saúde e empreendedorismo e suas contribuições com a Educação Física” e apresenta reflexões com ênfase na atividade física, saúde pública, qualidade de vida, epidemiologia empreendedorismo e promoção da saúde.

Este e-book reúne autores de todo o Brasil e de várias áreas do conhecimento. Os artigos abordam assuntos de extrema importância na Educação Física construindo assim um referencial sólido e diversificado, visando disseminar o conhecimento e promover reflexões sobre os temas investigados.

Por fim, desejo a todos uma excelente leitura

Adalberto Ferreira Junior

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1 1

A CRÍTICA DO COLONIALISMO NAS AMÉRICAS COMO PERSPECTIVA EPISTEMOLÓGICA NOS ESTUDOS DOS JOGOS INDÍGENAS PATAXÓ

Fábio Souza Vilas Boas

Thelmo de Carvalho Teixeira Branco Filho

Romeu Araujo Menezes

Francisco Eduardo Torres Cancela

DOI 10.22533/at.ed.9251802121

CAPÍTULO 2 8

A EDUCAÇÃO FAMILIAR DE ATLETAS DA REGIÃO DOS LAGOS E SUA INFLUÊNCIA SOBRE A ESCOLHA ESPORTIVA E DE VIDA

Ricardo de Mattos Fernandes

Alexandre Motta de Freitas

Pedro Souza Alcebiádes

DOI 10.22533/at.ed.9251802122

CAPÍTULO 3 21

A ESCOLA PROMOVENDO UM PROCESSO CIVILIZADOR NA INCLUSÃO DO ALUNO SURDO NA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Eliane Maria Morriesen

Juliane Retko Urban

Débora Barni de Campos

Antonio Carlos Frasson

DOI 10.22533/at.ed.9251802123

CAPÍTULO 4 30

A IMPORTÂNCIA DO XADREZ COMO FERRAMENTA PEDAGÓGICA NA ESCOLA

André Barbosa de Lima

Roberto Nobrega

DOI 10.22533/at.ed.9251802124

CAPÍTULO 5 41

ANÁLISE DOCUMENTAL DOS TRABALHOS ACADÊMICOS PUBLICADOS E EM ANDAMENTO OBTIDOS POR MEIO DAS AÇÕES DO PROJETO DE EXTENSÃO RUAS DE LAZER NA COMUNIDADE DA VILA DA BARCA NA CIDADE DE BELÉM-PA

Alex Anderson Braga Gonçalves

Luiz Leopoldino Gonçalves Neto

Paulo Victor Nascimento Torres

Maria De Nazaré Dias Bello

Mariela De Santana Maneschy

DOI 10.22533/at.ed.9251802125

CAPÍTULO 6 47

AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA VIA DE MÃO DUPLA?

Lígia Maria Bacelar Schuck Vicenzi

André Ribeiro da Silva

Vânia Lurdes Cenci Tsukuda

Maikel Schuck Vicenzi

Eldernan dos Santos Dias

Guilherme Lins de Magalhães

Jitone Leônidas Soares

DOI 10.22533/at.ed.9251802126

CAPÍTULO 7	58
COMPARATIVO ENTRE O PERFIL DE DESENVOLVIMENTO MOTOR DE ESCOLARES REPETENTES E NÃO REPETENTES NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL	
<i>Judite Filgueiras Rodrigues</i>	
<i>Carla Vasconcelos De Menezes</i>	
<i>Eder Menuzzi</i>	
<i>Lucas Kemmerich Dornelles</i>	
DOI 10.22533/at.ed.9251802127	
CAPÍTULO 8	66
DESENVOLVIMENTO DO BEISEBOL NO BRASIL	
<i>Montenegro Barreto Jesús José</i>	
DOI 10.22533/at.ed.9251802128	
CAPÍTULO 9	79
IMPLEMENTATION OF THE TEACHING PERSONAL AND SOCIAL RESPONSIBILITY MODEL THROUGH PHYSICAL ACTIVITY: A PILOT STUDY	
<i>Fábio Duarte Almeida</i>	
<i>Rosiane Karine Pick</i>	
DOI 10.22533/at.ed.9251802129	
CAPÍTULO 10	88
INICIAÇÃO ESPORTIVA E ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE: ALGUMAS PREOCUPAÇÕES	
<i>Euarda Fernanda Schorne Marques</i>	
<i>Carlos Kemper</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021210	
CAPÍTULO 11	96
INVESTIGANDO O E-SPORT: UMA NOVA TENDÊNCIA PARA JOVENS E ADULTOS	
<i>Vilmar Rodrigues dos Santos</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021211	
CAPÍTULO 12	103
O CONTEÚDO ESPORTE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DE DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DO SER	
<i>Vânia Lurdes Cenci Tsukuda</i>	
<i>André Ribeiro da Silva</i>	
<i>Lígia Maria Bacelar Schuck Vicenzi</i>	
<i>Maikel Schuck Vicenzi</i>	
<i>Guilherme Lins de Magalhães</i>	
<i>Eldernan dos Santos Dias</i>	
<i>Roberto Lister Gomes Maia</i>	
<i>Jitone Leônidas Soares</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021212	
CAPÍTULO 13	110
O ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A ERA DIGITAL: FERRAMENTAS TECNOLÓGICAS NA APRENDIZAGEM DISCENTE	
<i>Greici Fior</i>	
<i>Carmem Scorsatto Brezolin</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021213	

CAPÍTULO 14..... 122

O ENSINO DO CONTEÚDO DANÇA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: DIREITO, CONHECIMENTOS E POSSIBILIDADES

Welyza Carla da Anunciação Silva

Ronaldo Silva Júnior

Nilza Cleide Gama dos Reis

Antonio José Araujo Lima

DOI 10.22533/at.ed.92518021214

CAPÍTULO 15..... 133

O HISTÓRIO DA DANÇA E SUA IMPORTÂNCIA COMO UM DIREITO SOCIOCULTURAL ENQUANTO CONTEÚDO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: INTERVENÇÕES NO PROCESSO DE ENSINO APRENDIZAGEM

Welyza Carla da Anunciação Silva

Ronaldo Silva Júnior

Nilza Cleide Gama dos Reis

Antonio José Araujo Lima

DOI 10.22533/at.ed.92518021215

CAPÍTULO 16..... 142

O LEGADO AXIOLÓGICO DOS MEGAEVENTOS: APONTAMENTOS SOBRE A CONSTRUÇÃO PSICOLÓGICA DOS VALORES ESPORTIVOS

Vinícius Bozzano Nunes

DOI 10.22533/at.ed.92518021216

CAPÍTULO 17..... 151

O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM NAS MODALIDADES DE COMBATE

Cesar Augusto Barroso de Andrade

Danilo Bastos Moreno

João Airton de Matos Pontes

DOI 10.22533/at.ed.92518021217

CAPÍTULO 18..... 164

PERSPECTIVAS PARA DOCÊNCIA NO ENSINO SUPERIOR: A PRÁTICA PEDAGÓGICA EM DUAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS DO NORDESTE

Giselly dos Santos Holanda

Paula Roberta Paschoal Boulitreau

Rafaelle De Araújo Lima e Brito

Samara Rúbia Silva

Marcelo Soares Tavares de Melo

DOI 10.22533/at.ed.92518021218

CAPÍTULO 19..... 175

PRAÇAS: ESPAÇOS DE LAZER E SOCIABILIDADE EM BARRA DO GARÇAS-MT

Brenda Rodrigues da Costa

Minéia Carvalho Rodrigues

DOI 10.22533/at.ed.92518021219

CAPÍTULO 20..... 190

TERRITÓRIO, IDENTIDADE, LAZER E JOGOS INDÍGENAS PATAXÓ

Fábio Souza Vilas Boas

May Waddington Telles Ribeiro

Paulo Rogério Lopes

DOI 10.22533/at.ed.92518021220

CAPÍTULO 21	206
A DANÇA COMO CONTEÚDO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES	
<i>Wéveny Bryan da Silva Correia</i>	
<i>Morgana Alves Correia da Silva</i>	
<i>Lara Colognese Helegda</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021221	
CAPÍTULO 22	215
A SATISFAÇÃO DE CLIENTES E O PROCESSO DE FIDELIZAÇÃO EM UMA ORGANIZAÇÃO DO FITNESS	
<i>Christian Pinheiro Da Costa</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021222	
CAPÍTULO 23	225
ANÁLISE DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA COMO EMPREENDEDOR EM UMA ESCOLA DE ESPORTES NO DISTRITO FEDERAL	
<i>Kaê Fialho Coura</i>	
<i>Lucas Alves Oliveira</i>	
<i>Francielly Martins Prado</i>	
<i>Alexandre Lima de Araújo Ribeiro</i>	
<i>Américo Pierangeli Costa</i>	
<i>Leonardo Lamas Leandro Ribeiro</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021223	
CAPÍTULO 24	232
ATRIBUIÇÕES E IMPORTÂNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA SAÚDE PÚBLICA	
<i>Gildiney Penaves de Alencar</i>	
<i>Maria da Graça de Lira Pereira</i>	
<i>Thiago Teixeira Pereira</i>	
<i>Cristiane Martins Viegas de Oliveira</i>	
<i>Camila Souza de Moraes</i>	
<i>Gabriel Elias Ota</i>	
<i>Fabiana Maluf Rabacow</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021224	
CAPÍTULO 25	239
AVALIAÇÃO DA AGILIDADE COM ADOLESCENTES DE 13 A 16 ANOS PRATICANTES DE MODALIDADES ESPORTIVAS	
<i>Álvaro Luis Pessoa de Farias</i>	
<i>Divanalmi Ferreira Maia</i>	
<i>Marcos Antonio Torquato de Oliveira</i>	
<i>Mailton Torquato de Oliveira</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021225	
CAPÍTULO 26	246
AVALIAÇÃO DA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL EM PRATICANTES DE ARTES MARCIAIS	
<i>Ricardo Clemente Rosa</i>	
<i>Fabrcio Faltarone Brasilino</i>	
<i>Pedro Jorge Cortes Morales</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021226	

CAPÍTULO 27	254
ELETROMIOGRAFIA E A FADIGA MUSCULAR: ANÁLISE DA COMPREENSÃO DE ALUNOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS - REGIONAL CATALÃO	
<i>Raissa Cristina Pereira</i>	
<i>Neila Maria Mendes Borges</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021227	
CAPÍTULO 28	270
IDENTIFICAÇÃO DOS PRINCIPAIS PROBLEMAS DO APARELHO LOCOMOTOR QUE ACOMETEM OS TRABALHADORES DA INDÚSTRIA TÊXTIL	
<i>Rayssa Lodi Mozer</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021228	
CAPÍTULO 29	281
LESÃO POR PRESSÃO EM PACIENTES INTERNADOS EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA	
<i>Rafaela Trindade do Ó Caminha</i>	
<i>Maria do Livramento Silva Bitencourt</i>	
<i>Edienne Rosângela Sarmiento Diniz</i>	
<i>Davanice dos Santos</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021229	
CAPÍTULO 30	289
LEVANTAMENTO PRELIMINAR DO QUANTITATIVO DE ARTIGOS QUE APRESENTEM A PRÁTICA DA DANÇA DE SALÃO APLICADA EM PACIENTES ONCOLÓGICOS	
<i>Manuela Trindade Almeida</i>	
<i>Natália Silva da Costa</i>	
<i>Alanna Carolinne da Silva</i>	
<i>Peterson Marcelo Santos Yoshioka</i>	
<i>Mariela de Santana Maneschky</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021230	
CAPÍTULO 31	295
OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA CRIANÇAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL	
<i>Alana Simões Bezerra</i>	
<i>Lindalva Priscila de Sousa Lima</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021231	
CAPÍTULO 32	304
OS EFEITOS DA HIDROGINÁSTICA NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS	
<i>Matheus Jancy Bezerra Dantas</i>	
<i>José Roberval de Melo Júnior</i>	
<i>Tháisa Lucas Filgueira Souza Dantas</i>	
<i>Paulo Victor dos Santos</i>	
<i>Julliane Tamara Araújo de Melo Campos</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021232	
CAPÍTULO 33	315
PREVALÊNCIA DE DTM E HÁBITOS PARAFUNCIONAIS EM ESTUDANTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR	
<i>Mathaus Andrey Cândido Custódio</i>	
<i>Anderson Santos Carvalho</i>	
<i>Washington Rodrigues</i>	
<i>Luis Carlos Nobre de Oliveira</i>	
<i>Ana Paula Nassif Tondato da Trindade</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021233	

CAPÍTULO 34..... 324

PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

Elayne Silva de Oliveira
Francisca Bruna Arruda Aragão
Zilane Veloso de Barros
Camilla Silva Gonçalves
Cíntia Sousa Rodrigues
Emanuel Péricles Salvador

DOI 10.22533/at.ed.92518021234

CAPÍTULO 35..... 333

RELEVÂNCIA DO TREINAMENTO DE FORÇA E SUAS VARIÁVEIS NOS MAIS DIVERSOS OBJETIVOS

Gildiney Penaves de Alencar
Maria da Graça de Lira Pereira
Thiago Teixeira Pereira
Cristiane Martins Viegas de Oliveira
Camila Souza de Moraes
Gabriel Elias Ota

DOI 10.22533/at.ed.92518021235

SOBRE O ORGANIZADOR 342

OS EFEITOS DA HIDROGINÁSTICA NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS

Matheus Jancy Bezerra Dantas

UNINASSAU, Faculdade de Educação Física

José Roberval de Melo Júnior

UNINASSAU, Faculdade de Educação Física

Natal/RN

Tháisa Lucas Filgueira Souza Dantas

UNINASSAU, Faculdade de Educação Física

Natal/RN

Paulo Victor dos Santos

UNINASSAU, Faculdade de Educação Física

Natal/RN

Julliane Tamara Araújo de Melo Campos

UFRN, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi

Santa Cruz-RN

RESUMO: Com o crescimento da população idosa, cada vez mais procura-se novos métodos para aumentar a expectativa e qualidade de vida desse grupo, tendo em vista que um grande número de idosos apresentam problemas de ordem funcional e/ou fisiológica. É de total consenso entre os profissionais da área de saúde que a atividade física pode proporcionar melhoras consideráveis para os idosos. Nesse contexto, práticas como a hidroginástica vem sendo amplamente estudada, visto que o exercício feito no meio aquático contribui de maneira significativa para a melhora dessas capacidades. O presente

estudo teve como objetivo analisar a qualidade de vida dessa população, onde foram avaliados pelo WHOQOL-Bref, questionário simplificado do WHOQOL-100 elaborado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Participaram desse estudo 30 idosos de ambos os sexos, sendo 86,5 % do sexo feminino e 13,5% do sexo masculino, com média de idade de $68,9 \pm 5,4$, praticantes de hidroginástica a pelo menos 12 semanas, no qual obtiveram um escore médio de $71,5 \pm 9,3$ na percepção da qualidade de vida, sendo o domínio psicológico o que apresentou maior pontuação ($80,1 \pm 11,3$) e o domínio físico a pior ($55,8 \pm 6,4$). Desta forma, a partir das observações e comparações realizadas neste estudo, concluiu-se que existe boa qualidade de vida nos idosos praticantes de hidroginástica no Serviço Social da Indústria do Rio Grande do Norte (SESI-RN), e que o domínio psicológico pode ser considerado o mais prevalente.

PALAVRAS-CHAVE: Qualidade de vida, idosos, hidroginástica.

ABSTRACT: Due to the growth of the elderly population, new methods are being increasingly required to increase the expectation and life quality of this group, since the most elderly people has functional and/or physiological disturbances. It is widely recognized among health professionals that physical activity can provide considerable improvements for the

elderly. In this context, practices such as hydrogymnastics have been widely applied, since exercises performed in aquatic environment contribute significantly to the improvement of these capacities. The aim of this study was to evaluate the life quality of this population by using the WHOQOL-Bref, a simplified questionnaire related to WHOQOL-100 that was elaborated by World Health Organization (WHO). 30 elderly people of both genders participated in this study, being 86.5% female and 13.5% male, with a mean age of 68.9 ± 5.4 , water aerobics practitioners, to analyze the quality of life of this population, in which it had a mean score of 71.5 ± 9.3 , and the psychological domain had the highest score (80.1 ± 11.3) and the physical domain to worse (55.8 ± 6.4). Thus, based on the observations and comparisons made in this study, it was concluded that there is a good quality of life in elderly people practicing water aerobics in the Rio Grande do Norte Industry Social Service (SESI-RN), and that the psychological domain can be considered the most prevalent.

KEYWORDS: Quality of life, elderly, water aerobics.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo inevitável para a população levando a uma perda progressiva das capacidades funcionais do organismo (KALLINEN e MARKKU, 1995). O termo envelhecimento pode ser compreendido como um processo evolutivo, que começa no nascimento e termina com a morte. O fato de envelhecermos representa um desgaste nas capacidades fisiológicas, seja de modo progressivo, discreto ou grave (MELO e GIAVONI, 2004).

No Brasil, dados demográficos revelam uma transformação gradativa da pirâmide etária aproximando-a da observada em países desenvolvidos, com estreitamento da base, mostrando diminuição das taxas de natalidade e, progressivo alargamento do corpo e ápice revelando queda nas taxas de mortalidade e, conseqüente aumento da expectativa de vida (CARVALHO e WONG, 2008). Tais modificações tem como resultado o envelhecimento populacional. Nesse grupo (≥ 60 anos), a população que mais expressivamente aumenta é a composta por idosos em velhice avançada (≥ 80 anos) (CARVALHO e WONG, 2008). Estima-se que 2050 nós seremos a 6^o população de idosos no mundo.

A população de idosos não para de crescer a cada ano. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE), em 2010 os números nos mostravam que existiam cerca de 19 milhões de idosos no País, ou seja, 10% da população brasileira era constituída por idosos, um pouco abaixo dos dados apresentados pela Organização das Nações Unidas (ONU), os quais apontam os idosos representavam 12,3% da população global. Projeções futuras do IBGE nos remetem que, em 2030, os idosos no Brasil chegarão a 41 milhões (18% da população), enquanto que o número de crianças será de 39 milhões (17,6% da população), ou seja, a população está

vivendo mais.

A expectativa de vida do Brasileiro segundo o IBGE, chega a cerca de 75 anos de vida nos dias atuais, e com isso devemos nos preocupar cada vez mais em envelhecer com qualidade. Diante dessa perspectiva, a forma como é realizada a abordagem do exercício aquático, especialmente a hidroginástica, direciona a priorizar os movimentos relacionados às atividades da vida diária (AVD), como, equilíbrio, agilidade, reflexo e coordenação, assegurando assim a autonomia do idoso na sua rotina (SIMÕES, 2008).

Os Profissionais da área da saúde afirmam que o exercício físico pode ser um fator primordial quando se fala no processo de envelhecimento. Acredita-se que o exercício físico atua como forma de prevenção e reabilitação na saúde do idoso, revigorando a aptidão física, melhorando sua independência e autonomia, fazendo com que as AVD sejam mantidas por um período prolongado, seja no aspecto da saúde como nas capacidades funcionais (MATSUDO et al., 2011).

Lamentavelmente, nem todos os exercícios são indicados para idosos, especialmente os que apresentam problemas nas articulações e/ou hipertensão. Os exercícios aquáticos são, na maioria das vezes, indicados por exercerem um efeito equilibrador da pressão arterial e diminuem o estresse causado nas articulações, devido à pouca gravidade exercida com a força do empuxo, segundo o Princípio de Arquimedes (SILVA e RIBEIRO, 2010).

Essa população não busca fazer atividade visando à estética e sim envelhecer com mais qualidade de vida e fazer novas amizades em um convívio mais social, visto que muitas vezes eles são privados desse momento por sua própria família. A prática constante de hidroginástica pelos idosos é capaz de proporcionar modificações morfológicas, sociais e fisiológicas, melhorando as funções orgânicas e psíquicas do indivíduo (BONACHELA, 1994). A busca pela hidroginástica tem atraído muito esses indivíduos que compõem a terceira idade e vem aumentando exponencialmente no País, com o surgimento de novas academias, clubes ou condomínios. Essa população em especial não busca fazer atividade visando a estética e sim envelhecer com mais qualidade e fazer novas amizades.

Não é uma regra, mas o processo de envelhecimento leva a perda de vários fatores como a diminuição da flexibilidade, diminuição lenta e progressiva da massa muscular, da marcha, das fibras de contração rápida, da massa óssea e dos ligamentos, dificultando cada vez mais sua mobilidade, agilidade e tendo consequências na vida do idoso e na sua qualidade de vida (ARAGÃO e NAVARRO, 2004).

Nesse sentido, a qualidade de vida está diretamente relacionada ao estado de saúde do indivíduo, mas, não sendo o único fator preponderante, ela pode ser influenciada pelo sexo, escolaridade, idade, condição econômica e presença de incapacidades (LEBRÃO e LAURENTI, 2003). Essa expressão qualidade de vida está correlacionada também nas relações de sentimentos e emoções, relações pessoais, eventos profissionais, política, propaganda de mídias, atividades de apoio social,

dentre outros (GILL e FEISNTEIN, 1994).

Um dos métodos através do qual é mensurada a qualidade de vida é o questionário WHOQOL-BREF, que é uma forma abreviada do WHOQOL-100, que consiste em cem (100) perguntas referentes a seis (6) domínios (THE WHOQOL GROUP, 1994).

Sabendo do envelhecimento da população do Brasil; do aumento na procura da atividade física e dos poucos estudos no seguinte formato encontrados na literatura. Dessa forma, o objetivo desta pesquisa é analisar a qualidade de vida de idosos que praticam a hidroginástica no SESI/RN. Observando as possíveis diferenças entre todos os domínios (Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente) e verificando qual domínio pode ser considerado o mais relevante para a saúde dos idosos.

MÉTODOS

O estudo foi uma pesquisa transversal descritiva e se caracterizou como estudos frequentes que procuram determinar status, opiniões ou projeções futuras com as respostas obtidas. A técnica utilizada para obter informações foram os questionários e as entrevistas, abordando amostras de sujeitos de diferentes grupos etários (THOMAS, 1996).

Foi realizado um estudo transversal de amostra por conveniência, do tipo descritivo em idosos que praticam hidroginástica no Serviço Social da Indústria do Rio Grande do Norte (SESI-RN). Para o desenvolvimento do estudo foram entrevistados 30 idosos de ambos os sexos, sendo 86,5% do sexo feminino e 13,5% do sexo masculino, com faixa etária entre 60 a 89 anos, com média de $68,9 \pm 5,4$, praticantes da modalidade hidroginástica. Foram marcados encontros nas terças e quintas-feiras, das 16h00min às 16h30min, para o preenchimento do questionário no Serviço Social da Indústria do Rio Grande do Norte (SESI-RN), que fica localizado na Av. Capitão-Mor Gouveia, Lagoa Nova, em Natal-RN. Antes ao preenchimento do questionário, aconteceu um encontro prévio para falar da importância do tema supracitado, explicar o motivo da pesquisa, dúvidas, riscos e benefícios na qual ela propõe, e os participantes que mostraram interesse foram convidados a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), fazendo assim parte da amostra.

Como critérios de inclusão adotamos que os idosos deveriam ter entre 60 a 89 anos, que fossem praticantes da modalidade hidroginástica a pelo menos 12 semanas e que tivessem uma frequência semanal de no mínimo duas vezes. Os critérios de exclusão foram aplicados para os sujeitos que não concluíram todas as etapas de avaliações, que apresentaram alguma síndrome genética identificada, déficit cognitivo, e qualquer tipo de doença que viesse a comprometer os resultados do estudo ou oferecesse risco ao próprio sujeito e idosos que não se enquadraram na faixa etária.

Como instrumento da pesquisa foi utilizado o WHOQOL-BREF, questionário de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (OMS), que é constituído por 26

questões, dentre elas, 24 que abrangem 4 domínios para a avaliação da qualidade de vida (QV), sendo eles, os domínios físico, psicológico, das relações sociais e o do meio ambiente. E outras 2 questões que avaliam de forma mais geral a QV global e a percepção da saúde. Concernindo uma forma geral e reduzida das 100 questões originais do WHOQOL (WHOQOL GROUP,1998).

Ainda que o WHOQOL-BREF reconheça que a qualidade de vida é multidimensional, onde os instrumentos enfatizam a saúde (PATRICK, 2008), a escolha desse questionário se concedeu por ele ser de fácil aplicabilidade, com validade discriminante, concorrente e de conteúdo, sendo assim, já validado e possuir confiabilidade com teste-reteste. Vale salientar que, apesar de que seja um instrumento autoaplicável, os pesquisadores optaram pela administração deste estudo, devido a alguns participantes possivelmente possuírem problemas visuais e ter dificuldade na leitura, bem como ter inserido na amostra algum idoso que não seja alfabetizado. Contudo, os pesquisadores foram treinados e orientados a não exercer qualquer tipo de influência nas respostas dos idosos.

Os dados foram inseridos na planilha do Microsoft Office Excel, e em seguida foram analisados utilizando o software GraphPad Prism 7. As correlações foram realizadas através da correlação de Spearman. Dados com valor de $p < 0,05$ foram considerados estatisticamente significantes.

RESULTADOS

Os resultados obtidos foram baseados nos questionamentos investigados, apresentamos abaixo os dados em forma de figuras para facilitar o entendimento. A figura 1 apresenta a síntese dos resultados obtidos através da aplicação das equações ao conjunto de respostas apresentadas individualmente pelos idosos participantes da hidroginástica no SESI/RN, conforme os quatro domínios e a qualidade de vida geral que compõem o instrumento utilizado.

Os resultados apresentados demonstram que os idosos tem uma boa percepção de qualidade de vida, influenciada em ordem decrescente pelo domínio psicológico ($80,1 \pm 11,3$), social ($78,2 \pm 14,1$), meio ambiente ($71,7 \pm 13,8$) e físico ($55,8 \pm 6,4$).

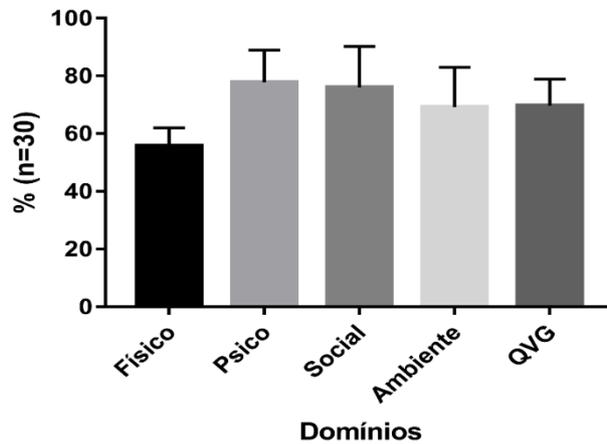
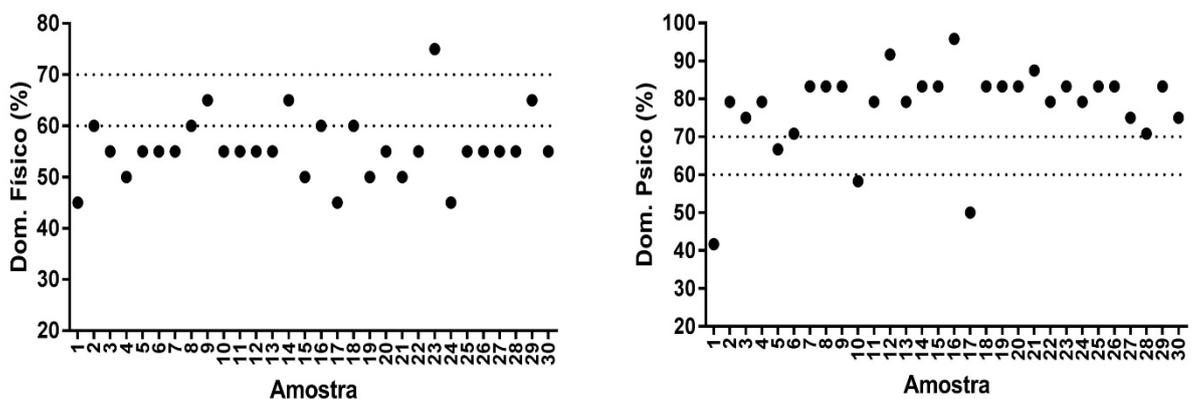


Figura 1. Demonstrativo dos 4 domínios e da qualidade de vida geral (QVG).

Observou-se que o domínio psicológico, bem como o social foram determinantes para a boa percepção de qualidade de vida geral. Os resultados fortalecem a importância do exercício físico, já que ele promove não apenas a manutenção e melhora dos sistemas orgânicos, mas também contribui para uma melhora no convívio social do idoso, melhora da autoestima, possibilitando um maior ciclo de amizade, já que existe uma grande socialização entre os participantes (FLECK et al., 2008).

O domínio físico foi o que obteve o menor escore como mostra na figura 2, onde analisa separadamente cada indivíduo da amostra, verificando que 73,5% estão abaixo de uma linha satisfatória. Conte e Lopes (2005) avalia que não apenas a satisfação com a mobilidade e nível de energia envolve esse domínio. Fatores relacionados a dor e ao desconforto, nível de fadiga, ao sono e ao repouso, as atividades da vida cotidiana, a dependência de medicação e a própria capacidade de trabalho estão incluídas na avaliação. Assim, as médias mais baixas encontradas nesse estudo podem estar relacionadas a maior incidência de dores e desconfortos em idosos, uma vez que, estes indivíduos geralmente estão mais suscetíveis as doenças características do processo de envelhecimento.



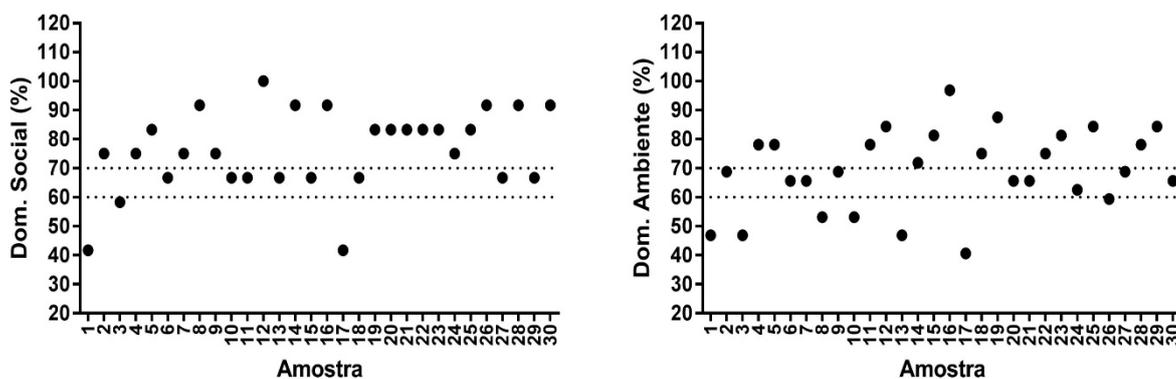


Figura 2. Domínios separados.

Ademais, os domínios psicológico e social tiveram resultados semelhantes, com maior destaque para o domínio psicológico que obteve respostas favoráveis em 90% da amostra. O domínio ambiental 80% dos idosos estão dentro de um padrão aceitável. Isso nos remete que a grande maioria dos idosos que praticam hidroginástica apresentam resultados positivos, indicando que a prática regular desta atividade pode ser de extrema importância na promoção de qualidade de vida de modo geral, sendo importante na reabilitação física, psicológica e social para pessoas idosas (FLECK et al., 2008). Corroborando com Pereira et al. (2006), quando considerada qualidade de vida como um conceito complexo, que engloba a saúde física, o estado psicológico, o nível de independência, as relações sociais e a relação com as características do meio ambiente (PEREIRA et al., 2006).

Em relação a percepção de qualidade de vida geral, 10% obtiveram resultados muito bom, 63% bom, 13,5% satisfatório e 13,5% ruim, como mostra na figura 3. Nesse sentido a qualidade de vida do idoso compreende a consideração de diversos critérios de natureza biológica, psicológica e sócioestrutural, pois vários elementos são apontados como determinantes ou indicadores de bem-estar na velhice: longevidade, saúde biológica, saúde mental, satisfação, controle cognitivo, competência social, produtividade, status social, continuidade de papéis familiares e relações informais com amigos (SANTOS et al., 2002).

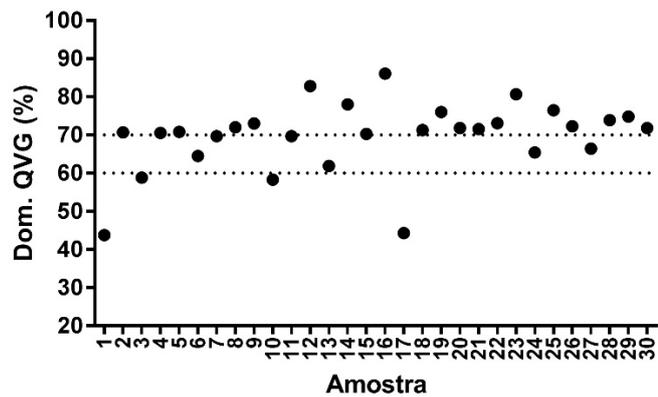
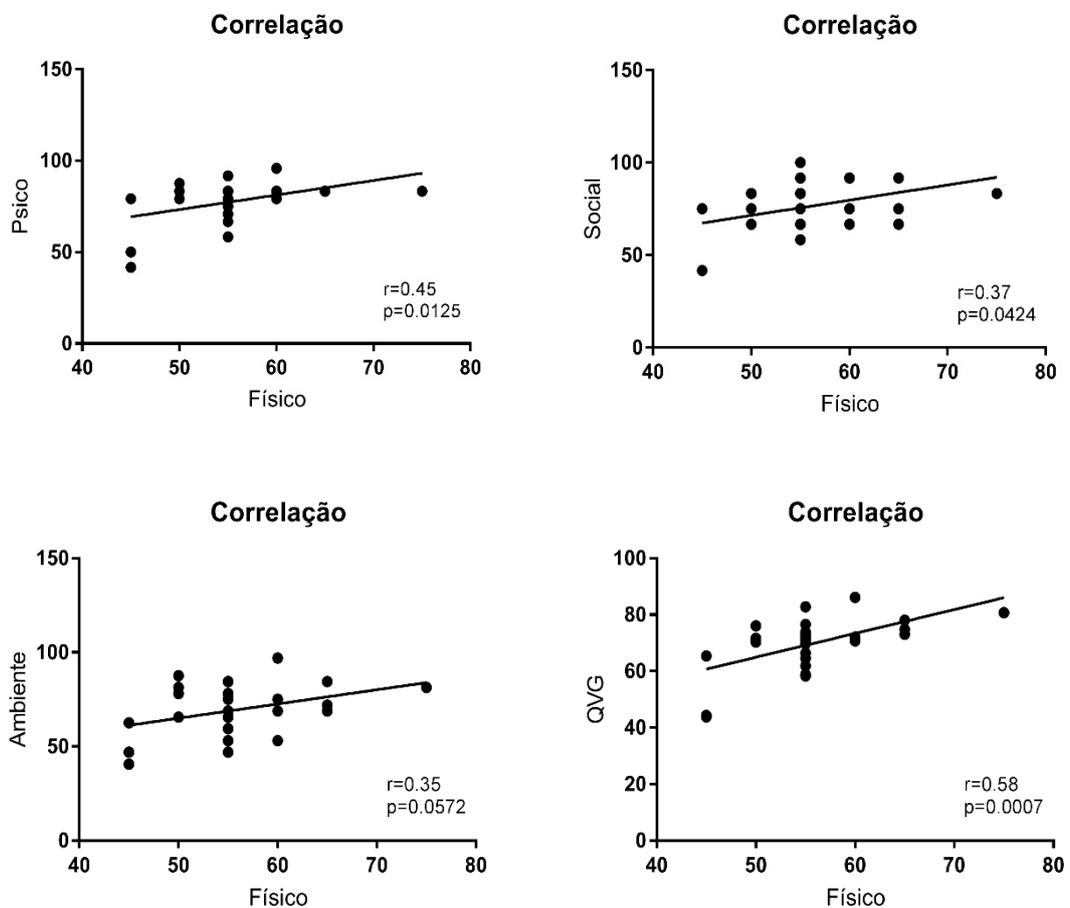


Figura 3. Qualidade de vida geral.

Afim de verificar se existe correlação entre os domínios, fizemos a correlação de Spearman como mostra a figura 4 e foi observado que: quanto maior é o domínio psicológico maior também serão os domínios meio ambiente ($r=0,61$) e social ($r=0,69$), já quanto menor é o domínio físico menor serão os domínios ambiente ($r=0,35$), social ($r=0,37$) e psicológico ($r=0,45$). Quando foi comparado a percepção de qualidade de vida geral com os outros domínios tivemos os seguintes resultados: quanto maior o domínio ambiente, social e psicológico maior será também a percepção de qualidade de vida geral ($r=0,82$), ($r=0,85$) e ($r=0,87$), respectivamente.



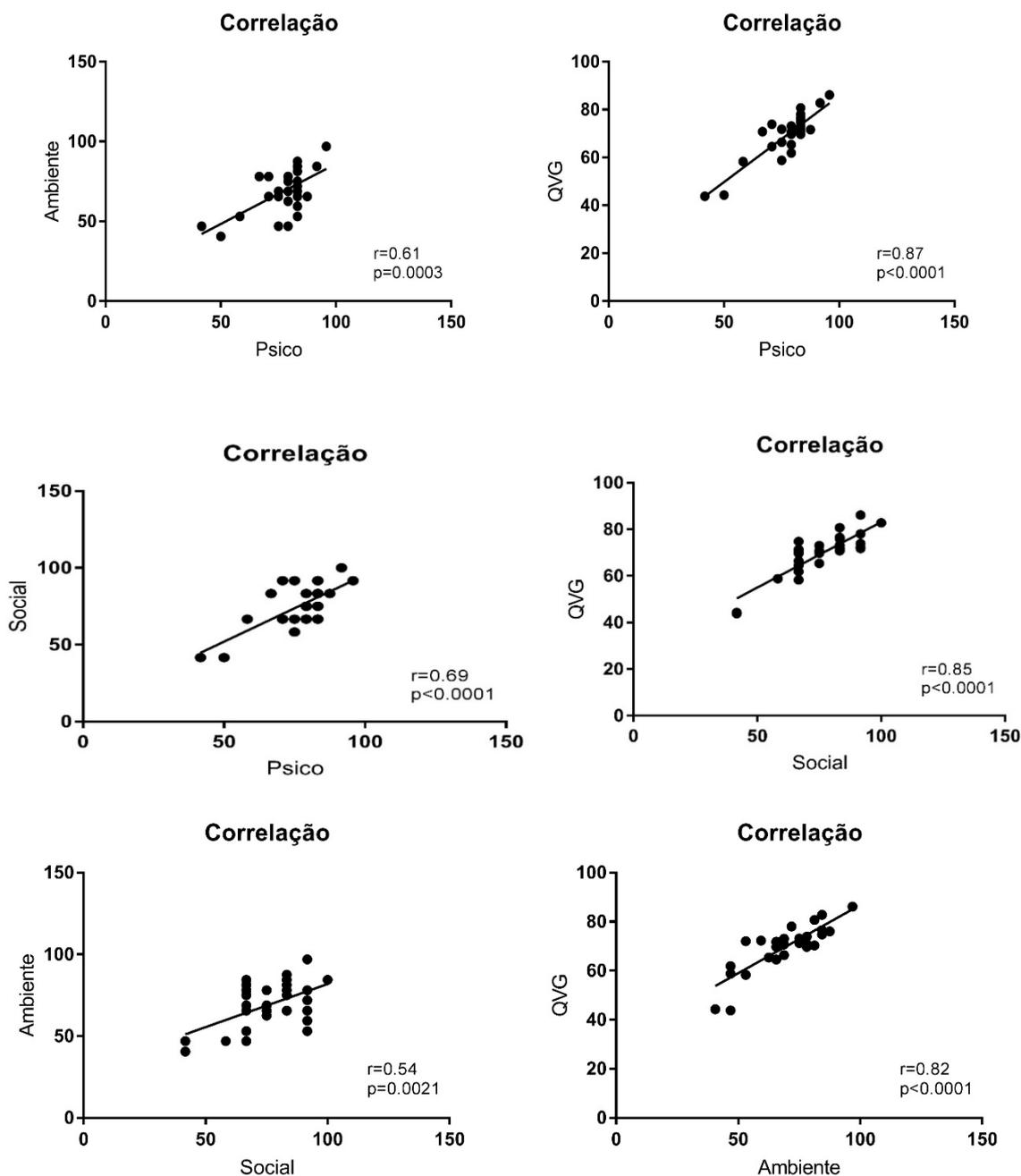


Figura 4. Correlações entre os domínios em si e entre a percepção da Qualidade de vida geral.

O resultado obtido por meio desta pesquisa, principalmente o que correlaciona positivamente o domínio psicológico ao social, está diretamente relacionado ao que foi definido por Matsudo, et al (2001) em relação a QV, como sendo um entrelaçamento de diversos fatores, que engloba o estado psicológico, estado de independência e relação com o meio em que se vive como fatores que interferem diretamente na esfera social.

Assim como no domínio psicológico, os idosos entrevistados também tiveram maior desempenho no domínio social. Isso corrobora com o que Silvino, et al (2016), encontrou em sua pesquisa realizada no município de Sarandi/PR, no qual os idosos tiveram média de $79,4 \pm 7,1$ sobre a qualidade de vida em praticantes de hidroginástica, sendo o domínio psicológico o que apresentou a maior pontuação e o físico a menor.

Portanto um programa de hidroginástica, bem elaborado, regular e orientado, pode trazer inúmeros benefícios para a saúde do idoso, melhorando principalmente os aspectos psicológicos. O professor deve planejar suas aulas de tal forma que o idoso possa realizá-la com o máximo de segurança e eficiência, devendo ter em mente que a população supracitada possui limitações, tanto pelos efeitos decorrentes do envelhecimento quanto pelas características individuais. Sempre atentar que é através da execução com periodicidade contínua das aulas que se consegue alcançar os objetivos ou os benefícios já expostos no presente trabalho.

CONCLUSÃO

Considerando as naturais perdas decorrentes do processo de envelhecimento sobre algumas características físicas, a hidroginástica apresenta-se como uma importante opção de prática de exercício físico.

Os idosos investigados apresentaram uma boa percepção da qualidade de vida, sendo os domínios psicológico e social os que contribuíram de uma forma mais acentuada. Acredita-se que uma maior incidência de dores e desconfortos entre idosos, especialmente entre os de idade mais avançada, tenha sido determinante para uma percepção menos positiva no aspecto físico.

Portanto, a partir das observações e comparações realizadas neste estudo, concluiu-se que existe boa qualidade de vida nos idosos praticantes de hidroginástica e o domínio psicológico é o mais prevalente para essa população. Contudo, o estudo apresentou limitações como ausência de um grupo controle, constituído por idosos não praticantes de hidroginástica. Outro aspecto que pode ser destacado refere-se a um único local de coleta de dados, fato observado que pode resultar em diferentes mensurações, se comparado com outros locais.

REFERÊNCIAS

ARAGÃO, F. A.; NAVARRO, F. M. Influências do Envelhecimento, do tempo de Evolução da Doenças e do Estado Cognitivo sobre os Episódios de Quedas, em uma População Parkinsoniana. **Revista FisioBrasil**. São Paulo, n.67, Setembro/Outubro, 2004.

BONACHELA, V. **Manual básico de hidroginástica**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.

CARVALHO, J. A. M.; RODRIGUEZ-WONG, L. L. A transição da estrutura etária da população brasileira na primeira metade do século XXI. **Caderno de Saúde Pública**, v.24, n.3, p.597-605, 2008.

FLECK, M. P. A. et al. **A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

- GILL T.M, FEISNTEIN A.R. **A critical appraisal of the quality of quality-of-life measurements.** JAMA. 1994; 272(8): 619-26.
- KALLINEN, M. & MARKKU, A. **Aging, physical activity and sports injury. An overview of common sports injuries in the elderly.** Sports Med 1995.
- MATSUDO, S.M.; MATSUDO, V.K.R. & BARROS NETO, T.L. **Impacto do envelhecimento nas variáveis, antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física.** Revista Brasileira de ciência e movimento, v. 8, n. 4, 2011.
- MELO, G. & GIAVONI, A. **A comparação dos efeitos da ginástica aeróbica e da hidroginástica na composição corporal de mulheres idosas.** Revista Brasileira de ciência e Movimento, Brasília, DF, v.12, n.2, jun 2004.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Envelhecimento ativo: uma política de saúde.** Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde. 2005.
- PARK, K.S.; CHOI, J.K.; PARK, Y.S. **Cardiovascular regulation during water immersion.** Journal of Physiological Anthropology. v. 18, n. 6, p. 233-41, 1999.
- PATRICK, D. L. A qualidade de vida pode ser medida? Como? In: FLECK, M. P. A. et al. **A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde.** Porto Alegre: Artmed, 2008. p. 29-39.
- PEREIRA, RENATA JUNQUEIRA et al. **Contribuição dos domínios físico, social, psicológico e ambiental para a qualidade de vida global de idosos.** Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, v. 28, n. 1, p. 27-38, jan. /abr. 2006.
- SANTOS SR, SANTOS IBC, FERNANDES MGM, HENRIQUES MERM, **Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da escala de Flanagan.** Revista Latino-am Enfermagem. 2002;10(6):757-64.
- SILVA, A.G. & RIBEIRO, J.C. **Hidroginástica na terceira idade.** Ágora: Revista de divulgação científica, Mafra, v.17, n.2, 2010.
- SILVINO, R.S., ANDRADE, J.R.N.J., FIORESE, L.V. VICENTINI, D.O. **Qualidade de vida e capacidade funcional de idosos praticantes de hidroginástica no município de Sarandi/PR.** Revista Brasileira de Qualidade de Vida-RBVQ, 2016.
- SIMÕES REGINA ET. AL. **Hidroginástica: propostas de exercícios para idosos.** São Paulo: Phorte, 2008.
- The WHOQOL Group. **The development of the World Health Organization Quality of Life Assessment Instrument (the WHOQOL).** In: Orley J, Kuyken W. Quality of life assessment: international perspectives. Heidelberg: Springer Verlag; 1994. p. 41-60.
- THOMAS, Jerry R. e NELSON, Jack K. (1996) **Research methods in physical activity.** 3.ed. Champaign: Human Kinetics.
- WHOQOL GROUP. **Development of the World Health Organization WHOQOL-B: quality of life assessment.** Psychological Medicine, Cambridge, v. 28, n. 3, p. 551-558, maio. 1998.

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-85107-92-5



9 788585 107925