

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Editora executiva

Natalia Oliveira

Assistente editorial

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Bruno Oliveira

Camila Alves de Cremo

Daphynny Pamplona

Luiza Alves Batista

Natália Sandrini de Azevedo

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

2022 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2022 Os autores

Copyright da edição © 2022 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



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 com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial**Ciências Biológicas e da Saúde**

Profª Drª Aline Silva da Fonte Santa Rosa de Oliveira – Hospital Federal de Bonsucesso

Profª Drª Ana Beatriz Duarte Vieira – Universidade de Brasília

Profª Drª Ana Paula Peron – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás



Prof. Dr. Cirêno de Almeida Barbosa – Universidade Federal de Ouro Preto
Prof^o Dr^a Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Prof^o 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^o Dr^a Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Prof^o Dr^a Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Prof^o Dr^a Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^o 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^o Dr^a Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Prof^o 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^o 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 Aderval Aragão – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^o Dr^a Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Prof^o Dr^a Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Prof^o 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^o Dr^a Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Maurilio Antonio Varavallo – Universidade Federal do Tocantins
Prof^o Dr^a Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Prof^o 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^o Dr^a Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Prof^o Dr^a Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^o Dr^a Sheyla Mara Silva de Oliveira – Universidade do Estado do Pará
Prof^o Dr^a Suely Lopes de Azevedo – Universidade Federal Fluminense
Prof^o Dr^a Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Prof^o Dr^a Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^o Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^o Dr^a Welma Emídio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco



Ciências do esporte e educação física: saúde e desempenho

Diagramação: Camila Alves de Cremona
Correção: Yaidy Paola Martinez
Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga
Revisão: Os autores
Organizador: Lucio Marques Vieira Souza

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C569 Ciências do esporte e educação física: saúde e desempenho
/ Organizador Lucio Marques Vieira Souza. - Ponta
Grossa - PR: Atena, 2022.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-258-0291-6

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.916221807>

1. Exercícios físicos e esporte para a saúde. 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



Atena
Editora
Ano 2022

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; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.



DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, *desta forma* não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.



APRESENTAÇÃO

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos mais uma importante Coletânea intitulada de “Ciências do Esporte e Educação Física: Saúde e desempenho” que reúne 18 artigos com pesquisas científicas de vários pesquisadores nacionais.

Estruturada desta forma a obra demonstra a pluralidade acadêmica e científica das Ciências do Esporte e da Educação Física, bem como a sua importância para a sociedade. Neste sentido, nos capítulos constam estudos de 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

CAPÍTULO 1..... 1

FUTSAL COMO ESTRATÉGIA TERAPÊUTICA PARA INDIVÍDUOS COM DEPENDÊNCIA QUÍMICA

Osvaldo Tadeu da Silva Junior

Rubens Venditti Junior

Julio Wilson dos Santos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218071>


CAPÍTULO 2..... 13

O ENSINO DA CORRIDA DE ORIENTAÇÃO NA EDUCAÇÃO BÁSICA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

Rogério Campos

Rodrigo de Souza Poletto

Aníbal Monteiro de Magalhães Neto

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218072>

CAPÍTULO 3..... 43

GESTÃO ESPORTIVA NO BRASIL, COMPARATIVO ENTRE OS JOGOS PAN-AMERICANOS NO BRASIL EM 1963 E 2007

Thalles Sanches Valle

Renato Dupas Bragagnollo

Sérgio Ribeiro Barbosa

Leandro Carlos Mazzei

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218073>

CAPÍTULO 4..... 57

ANÁLISE DE PERFIL HEMATOLÓGICO, LIPIDICO, GLICÊMICO E VITAMINA D SÉRICA DE JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL MASCULINO DO MARÍLIA ATLÉTICO CLUBE

Lucas Cápia Castro de Carvalho

Jefferson Cristiano Jacinto Dos Santos

Mauro Audi

Uri Adrian Prynck Flato

Eduardo Federighi Baisi Chagas

Jesselina Francisco dos Santos Haber

Daniela Alves Dantas


Daniel de Mélo Carvalho







Rose Cristina Messias dos Santos

Natália Chaga Coelho

Jamille de Souza Castro

Déborah de Souza Bahia

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218074>

CAPÍTULO 5	61
A INFLUÊNCIA DOS JOGOS DIGITAIS NO ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA	
Fabiano Miranda do Couto	
Patrick Costa Ribeiro-Silva	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218075	
CAPÍTULO 6	70
DEMÊNCIA NOS ESPORTES COM TRAUMATISMO CRANIANO REPETIDO	
Raphael Lucas da Silva Marques	
Aline Cristina Batista Resende de Moraes	
Leonardo Ferreira Caixeta	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218076	
CAPÍTULO 7	77
HIDROGINÁSTICA PARA O ESTILO SAUDÁVEL E PROMOÇÃO DA SAÚDE DE IDOSOS	
Leslie Andrews Portes	
Moacyr de Paula Portes Júnior	
Flávio André Silva	
Natália Cristina de Oliveira	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218077	
CAPÍTULO 8	89
A VISÃO DOS PROFESSORES SOBRE A REPOSIÇÃO HIDROELETROLÍTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	
Jose Elias Carneiro	
Neila Maria Mendes Borges	
Cristiane da Silva Santos	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218078	
CAPÍTULO 9	100
CRIATIVIDADE, IMPROVISACÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA: ALGUMAS APROXIMAÇÕES	
Laudir Matias Seger	
Carlos Luiz Cardoso	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.9162218079	
CAPÍTULO 10	126
PERFIL DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE ATUA NA ÁREA DA SAÚDE NA CIDADE DE PORTO VELHO- RO	
Milena Cristina Silva de Souza	
Samara Alves de Souza	
Kaymann Scheidd Skroch	
Luís Felipe Silio	
 https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180710	
CAPÍTULO 11	131
QUALIDADE DE VIDA, FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS E NIVEL DE ATIVIDADE	

FÍSICA DE UNIVERSITÁRIOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Letícia Queiroz Teixeira
Mariane Tamires Sousa Moura Rios
Fabrício Pereira Borges Rios
Debora Cristina Couto Oliveira
Patrícia Uchôa Leitão Cabral
Márcia Cristiane Araújo
Francilene Batista Madeira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180711>

CAPÍTULO 12..... 144

FATORES MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA DA MUSCULAÇÃO NA REDE DE ACADEMIAS BIOFIT EM JUAZEIRO DO NORTE-CE


Rauan Macedo Goncalves
Hudday Mendes da Silva
Lucas Vieira de Lima Silva
Naerton José Xavier Isidoro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180712>

CAPÍTULO 13..... 152

RISCO DE QUEDA DE IDOSOS PRATICANTES DE TREINAMENTO FUNCIONAL DAS CIDADES DE JUAZEIRO DO NORTE E CRATO – CE


Leonardo Genilson Santos de Sousa
Luciana Nunes de Sousa
Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra
Naerton José Xavier Isidoro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180713>

CAPÍTULO 14..... 160

ESCOLA PROMOTORA DA SAÚDE DA ATIVIDADE FÍSICA E DOS ESPORTES

Lília Braga Maia
Ana Maria Fontenelle Catrib

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180714>

CAPÍTULO 15..... 175

ANÁLISE DOS ASPECTOS MOTIVACIONAIS DE PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Leonardo Bizerra de Alencar
Geysa Cachate de Araújo Mendonça
Lis Maria Machado Ribeiro Bezerra
Naerton José Xavier Isidoro
Simonete Pereira da Silva


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180715>

CAPÍTULO 16..... 187

EFEITOS PERCEBIDOS POR PROFESSORES NAS HABILIDADES AQUÁTICAS DE CRIANÇAS E PRÉ-ADOLESCENTES PRIVADOS DA PRÁTICA EM FUNÇÃO DA

COVID-19

Almir Constanzo Marchetti
William Urizzi de Lima
Ana Maria Gaino Pinheiro
Reinaldo Arcaro Junior
Gustavo Borges
Fabrício Madureira Barbosa

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180716>

CAPÍTULO 17..... 197

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DOS DISCENTES DAS ESCOLAS DE ENSINO MÉDIO DO CRATO – CE


Theofolo Correia da Silva
Naerton José Xavier Isidoro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180717>

CAPÍTULO 18..... 206

PREDISPOSIÇÃO A DISMORFIA MUSCULAR EM PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

Cainara Lins Draeger
Pedro Henrique Alves de Albuquerque Silva
Lívia Maria Marques Venâncio da Silva
Vancléia Ribeiro de Oliveira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.91622180718>

SOBRE O ORGANIZADOR..... 216

ÍNDICE REMISSIVO..... 217

CAPÍTULO 16

EFEITOS PERCEBIDOS POR PROFESSORES NAS HABILIDADES AQUÁTICAS DE CRIANÇAS E PRÉ-ADOLESCENTES PRIVADOS DA PRÁTICA EM FUNÇÃO DA COVID-19

Data de aceite: 04/07/2022

Data de submissão 07/06/2022

Almir Constanzo Marchetti

Metodologia Gustavo Borges de Natação
Formativa
São Paulo – SP

William Urizzi de Lima

Metodologia Gustavo Borges de Natação
Formativa
Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU
São Paulo – SP

Ana Maria Gaino Pinheiro

Metodologia Gustavo Borges de Natação
Formativa
São Paulo – SP

Reinaldo Arcaro Junior

Metodologia Gustavo Borges de Natação
Formativa
São Paulo – SP

Gustavo Borges

Metodologia Gustavo Borges de Natação
Formativa
São Paulo – SP

Fabrcio Madureira Barbosa

Metodologia Gustavo Borges de Natação
Formativa
Faculdade de Educação Física de Santos –
FEFIS/UNIMES
<http://lattes.cnpq.br/0533411944711731>
<https://orcid.org/0000-0003-4898-6510>

RESUMO: Introdução: Em fevereiro de 2020, piscinas de todas as regiões do Brasil foram fechadas por períodos entre 30 a 80 dias, privando crianças da prática natatória. Esta restrição suscitou questionamentos importantes para a retomada às atividades, entre eles: O que ocorreu com as habilidades natatórias aprendidas pré-pandemia? Qual foi a magnitude do impacto na qualidade de execução de diferentes habilidades natatórias? e Quais pontos terão que ser repensados dentro dos programas de ensino de natação para que os efeitos percebidos sejam amenizados e readequados ao momento que se vive?. Objetivo: investigar, segundo a percepção dos professores de natação, a magnitude da influência da privação de prática nos componentes das habilidades natatórias em crianças com diferentes níveis de aprendizagem. Metodologia: após o consentimento livre e esclarecido dos pais, 143 crianças participaram voluntariamente do experimento, com idades entre 3 e 12 anos, em distintas fases pedagógicas. Os voluntários nadavam em 6 instituições de diferentes regiões do país. O instrumento utilizado para as análises continha 9 questões sobre habilidades natatórias. Resultados: verificou-se que nas fases de adaptação e iniciação aos nados, houve pouca modificação na qualidade de execução das habilidades natatórias básicas e, na fase de aperfeiçoamento houve regressão nas habilidades mais complexas, bem como, na tarefa que envolvia condicionamento físico. Conclusão: os achados parecem indicar que as estratégias e abordagens dos conteúdos utilizados demonstram ser eficientes haja vista, a manutenção da qualidade de execução das

habilidades básicas, entretanto, nas habilidades mais complexas e de condicionamento os resultados parecem indicar regressão considerável.

PALAVRAS-CHAVE: Aprendizagem motora, natação infantil e privação da prática.

EFFECTS PERCEIVED BY TEACHERS ON THE AQUATIC SKILLS OF CHILDREN AND PRE-ADOLESCENTS PRIVATE FROM PRACTICE DUE TO COVID-19

ABSTRACT: Introduction: As of February 2020, swimming pools in all regions of Brazil were closed for periods ranging from 30 to 80 days, preventing children from swimming. The restriction raised important questions for resuming activities, including: What happened to the skills learned before the pandemic? Did the magnitude of differences in swimming skills impact the quality of their execution? What points will need to be rethought within the swimming teaching programs in order to mitigate the perceived effects and adapt to the times we live in? Objective: The purpose of the study was to investigate, according to the perceptions of swimming teachers, the magnitude of the effect of practice deprivation on the components of swimming skills in children with different levels of learning. Methodology: The experiment was conducted with 143 children aged between 3 and 12 years, in different pedagogical phases, after obtaining parental consent and fully informed consent. The volunteers came from six different regions of the country and swam in six different institutions. There were nine questions regarding swimming skills in the instrument used for the analysis. Results: During the phases of adaptation and initiation to swimming, there was little change in the quality of the execution of basic swimming skills, and, during the improvement phase, there was regression in more complex skills, as well as in the task involving physical conditioning. Conclusion: The findings of this study indicate the contents and strategies employed are efficient in maintaining the quality of execution of basic skills; however, in the more complex and conditioning skills, the results indicate significant regression.

KEYWORDS: Motor learning, children's swimming and practice deprivation.

INTRODUÇÃO

Na obra de Hattie, (2017) intitulada aprendizagem visível para professores, o autor reflete com base em mais de 900 metanálises, sobre o impacto de distintas estratégias de aprendizagem no ensino de crianças e jovens. Em síntese, o autor desencadeia uma pergunta central: qual o real impacto dos professores na aquisição de saberes, especificamente, quanto somos entretenimento e/ou eficiência?

O questionamento anterior, nos leva a Bregman, (2020) que após análises de dezenas de interpretações equivocadas de estudos clássicos sobre comportamento humano, conclui – somos otimistas por natureza, e isto, resulta em comportamentos de sobrevivência decisivos para a evolução da espécie, no entanto, por outro lado, limita as possibilidades do autoquestionamento em condições que não são de necessidade extrema, desta forma, uma analogia indagativa ganha forma, e ela reflete a relação sobre o professor de natação com suas ideias e recursos, especificamente, quais modificações significativas

e duradouras, ele desencadeia neste processo, naqueles que cruzam seu caminho das águas?

As soluções para as provocações acima parecem estar parcialmente na história evolutiva da nossa espécie, e a interpretação de Pinker (2018) sobre o novo iluminismo, ressalta as bases que têm conduzido o ser humano a níveis superiores de ações, que são: razão, ciência, humanismo e progresso. Desta forma, será com base na lógica, que construiremos designs de pesquisas que colocam nossos saberes a prova, muito além da nossa autopercepção. E são os resultados deste processo, que permitem a humanidade (o professor) progredir a níveis superiores de complexidade (estratégias e recursos), gerando intervenções mais seguras e eficazes aos pequeninos que mergulham em suas piscinas.

No entanto, é principalmente em períodos ímpares – pandemia da COVID-19, como o que que vivemos agora, que as reflexões acima ganham mais força. Então, os questionamentos fazem florescer a pergunta central destinada aos professores de natação que é: - O isolamento social e a privação de longa duração da prática sistemática de aulas de natação por crianças, resultou em que tipo de consequências? Para um mergulho em questões de variáveis com maior cunho psicológico, vale a leitura de Urizzi et al, (2021) intitulada “Percepção dos pais e das crianças sobre a privação e o processo de retomada das aulas de natação”. Mas nesta obra, especificamente centrada nas habilidades natatórias, os questionamentos determinados como mais relevantes foram: O que ocorreu com as habilidades natatórias aprendidas pré-pandemia?; Qual foi a magnitude do impacto na qualidade de execução de diferentes habilidades? e Quais pontos terão que ser repensados dentro dos programas de ensino de natação, para que os efeitos percebidos sejam amenizados e readequados ao momento que se vive?

OBJETIVO

Analisar os efeitos percebidos por professores na privação de aulas de natação por longa duração, nas habilidades natatórias de crianças em fases distintas de aprendizagem.

METODOLOGIA

Participaram do experimento academias/escolas/clubes de natação em diferentes regiões do país, que fazem uso da mesma metodologia de ensino. Foram avaliadas, por seus respectivos professores: 62 crianças da fase de adaptação, 55 da fase de iniciação e 26 da fase de aperfeiçoamento, com idades entre 3 e 10 anos, sendo 82 do sexo masculino e 61 do feminino. Os dados relativos permitem afirmar que 62,3% das crianças praticavam natação há mais de 1 ano e 74,1% frequentam as aulas 2 vezes por semana antes do isolamento social.

Os instrumentos utilizados para analisar o impacto percebido por professores nas

habilidades natatórias, continham 9 questões sobre a qualidade de execução de habilidades correspondentes a cada fase de aprendizado. Na fase de adaptação foram avaliadas as habilidades básicas: controle respiratório, equilíbrio, flutuação, propulsão e movimentos combinados. Na fase de iniciação, as habilidades observadas foram: deslizes longos em posição ventral com impulsão da borda, pernada do nado crawl, respiração lateral, nado crawl rudimentar, deslizes longos em posição dorsal com impulsão da borda, pernada do nado costas e nado costas rudimentar e ondulação submersa com os braços ao longo do corpo. Por fim, na fase de aperfeiçoamento, as habilidades avaliadas foram: deslize dorsal submerso seguido de 4 ondulações, braçada unilateral com ondulação, nado borboleta fazendo 4 braçadas contínuas sem respirar, braçada do nado crawl com alavanca, braçada do nado costas com alavanca, virada olímpica do nado crawl, virada olímpica do nado costas, nado peito e 200 metros nado crawl sem parar.

Todas as habilidades foram classificadas com base em uma escala Likert, constituída de 5 níveis: muita regressão, pouca regressão, sem modificação, melhora e muita melhora, referentes ao estado da habilidade apresentado no retorno às aulas.

ESTATÍSTICA

Os resultados são apresentados de forma descritiva com base nas frequências absolutas e relativas apresentadas para as execuções das habilidades das crianças.

Para investigar o efeito da prática durante o isolamento, tempos de prática e frequências semanais nos desempenhos das habilidades optou-se pelo teste variância Anova para medidas independentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados serão discutidos separadamente, para os níveis de aprendizagem investigados, desta forma, seguir-se-á a progressão dos níveis, começando com adaptação.

Fase de Adaptação

Na fase de Adaptação, foram avaliadas 37 crianças do sexo masculino e 25 do sexo feminino. 52% dos participantes praticavam natação a mais de 1 ano e 63% frequentavam aulas 2 vezes por semana antes da pandemia. Durante o período em que as academias/escolas/clubes de natação ficaram fechadas, 67,8% dos participantes não praticaram a natação, 16,1% praticaram as vezes e 16,1% sempre praticaram como descrito na tabela 1.

TP	Part	FrS	Part	PratDI	Part	Td
Até 6 meses	15 (24%)	1 x	17 (27,4%)	Sempre	10 (16,1%)	*20,9(5,7)
7 meses a 1 ano	15 (24%)	2 x	39 (63%)	As vezes	10 (16,1%)	25,1(5,8)
Mais de 1 ano	32 (52%)	3 x	6 (9,6%)	Nunca	42 (67,8%)	26,1 (5,9)

*indica diferença entre as condições praticou sempre e nunca durante o isolamento p=0,04

Tabela 1: Tempo de prática (TP) antes do isolamento, frequência semanal (FrS), prática durante o isolamento (PratDI) e total do desempenho (Td) dos participantes (Part) da fase Adaptação.

Neste momento, pode-se observar os possíveis efeitos da pratica deliberada que é definida por Ericsson (2003) e Farrow, Baker e MacMahon, (2008) como a relação direta entre a prática não direcionada e o nível de desempenho de determinadas habilidades. Desta forma, crianças que tiveram a possibilidade da prática mesmo sem orientação, apresentaram no retorno as aulas menores níveis de perda do desempenho e curiosamente, até evolução dos mesmos como será demonstrado a seguir, na tabela 2.

Habilidade	Muita regressão	Pouca regressão	Sem modificação	Melhora	Muita melhora
Controle Respiratório	1,6%	9,7%	50%	33,9%	3,3%
Flutuação	4,9%	9,7%	63%	19,4%	1,6%
Equilíbrio	4,9%	13%	63%	9,7%	9,7%
Propulsão	4,9%	8,1%	29,1%	43,4%	14,5%
Movimentos Combinados	1,6%	17,8%	54,7%	17,8%	8,1%

Os dados são apresentados na forma relativa (%) de frequência na identificação da escala likert

Tabela 2: Percepção dos professores sobre o efeito da privação da prática nas habilidades aquáticas de crianças na fase Adaptação.

Para as análises de tempo de prática não detectou-se diferença estatisticamente significativas entre as habilidades motoras investigadas, no entanto, para a frequência da prática semanal os resultados indicam achados significativos que são apresentados na tabela 3.

Habilidades	MPI	DFv	Ppr	Td
FrS	1	1	1	3
FrS	2*	2*	2*	1*
p	0,001	0,01	0,031	0,01

MPI – mergulho da plataforma; DFv – deslize com flutuação ventral; Ppr – propulsão de perna e Td – total do desempenho

Tabela 3. Indica as diferenças entre as condições de prática semanal, respectivamente uma (1), duas (2) e três (3) vezes por semana

Para Ucrinowitsch e Benda, (2011) compreender os tipos de prática, bem como, as formas de apresentação das mesmas e suas frequências, são fatores decisivos para a potencialização da aquisição de habilidades motoras, neste sentido, este trabalho indicou que crianças com maiores frequências de práticas no estágio de adaptação apresentaram desempenhos superiores em três tarefas

Síntese dos achados da adaptação - os resultados expostos até o momento indicaram que a prática deliberada influenciou no desempenho total para o grupo investigado, ainda, foi possível identificar que a frequência da prática semanal influenciou variáveis como a propulsão e flutuação. Finalmente, parece que as estratégias e abordagens dos conteúdos utilizados pelo programa executado com os jovens aprendizes, demonstrou ser eficiente haja vista, a manutenção da qualidade de execução, de todas as habilidades em mais de 80% dos investigados.

Fase de Iniciação

Nesta fase foram avaliadas 55 crianças, 29 do sexo masculino e 26 de feminino. Como descrito na **tabela 4**. 61,8% dos participantes praticavam natação a mais de 1 ano e 80% faziam aulas 2 vezes por semana. Com relação a prática deliberada, como na adaptação, observou-se efeito deste tipo de prática também na iniciação entre as condições sempre e nunca.

TP	Part	FrS	Part	PratDI	Part	Td
Até 6m	11 (20%)	1 x	5 (9,1%)	Sempre	11 (20%)	*25,7(1,7)
7m - 1ano	10 (18,2%)	2 x	44 (80%)	As vezes	21 (38,2%)	29,2(6,2)
+ 1ano	34 (61,8%)	3 x	6 (10,9%)	Nunca	23 (41,8%)	32,5 (7,2)

*indica diferença entre as condições praticou sempre e nunca praticou durante o isolamento $p=0,013$

Tabela 4: Tempo de prática (TP) antes do isolamento, frequência semanal (FrS), e pratica durante o isolamento (PratDI) dos participantes (Part) da fase Iniciação.

Na **tabela 5**. observa-se que as habilidades mais impactadas com a privação da prática foram as que exigiam maior sincronização de componentes: (1) nados costas rudimentar, (2) nado crawl rudimentar e (3) respiração lateral. Por outro lado, as habilidades de propulsão de pernas dos nados crawl, costas e peito foram as que mais apresentaram melhora apesar da privação de prática e a de deslizes longos em posição ventral, a que menos apresentou modificações.

Habilidade	Muita regressão	Pouca regressão	Sem modificação	Melhora	Muita melhora
Deslizes longos em posição ventral	9,3%	16,7%	63%	11,1%	%
Pernada do crawl	9,3%	24,1%	51,9%	14,8%	%
Respiração lateral	18,5%	18,5%	55,6%	7,4%	%
Nado crawl rudimentar	14,8%	25,9%	44,4%	14,8%	%
Deslizes longos em posição dorsal	7,4%	20,4%	57,4%	14,8%	%
Pernada do nado costas	9,3%	25,9%	44,4%	20,4%	%
Nado costas rudimentar	16,7%	27,8%	42,6%	13%	%
Pernada do nado peito	11,1%	20,4%	61,1%	7,4%	%
Ondulação submersa	7,4%	18,5%	59,3%	14,8%	%

Os dados são apresentados na forma relativa (%) de frequência na identificação da escala likert

Tabela 5. Percepção dos professores sobre o efeito da privação da prática nas habilidades aquáticas de crianças em nível de iniciação aos nados.

Neste sentido, vale ressaltar que a aprendizagem motora (AM) é caracterizada por modificações no sistema nervoso central, resultantes da prática sistemática e literalmente indelévels (TANI & CORRÊA, 2016). Isto significa que o nível de aprendizagem do indivíduo melhora com a prática e é frequentemente inferido pelas observações de níveis relativamente estáveis do desempenho motor (SCHMIDT & WRISBERG, 2001). Desta forma, as habilidades que de fato foram aprendidas deveriam manter-se estáveis mesmo sobre efeito da restrição, já as que a aquisição não foi estabelecida retrocederiam em termos de desempenho.

Prática	DLPV	PrCw	RL	NCwR	DLPD	PrCt	NctR	PrPt	OndSub
1	2,9 (0,7)	2,7 (0,8)	2,9 (0,5)	2,9 (0,8)	2,8 (0,6)	2,7 (0,7)	3 (0,8)	3 (0,4)	2,7 (0,6)
2	2,7 (0,5)	2,8 (0,6)	3 (0,9)	2,9 (1,1)	2,7 (0,5)	3 (0,7)	3,1 (0,6)	3 (0,8)	2,7 (0,5)
3	3,5 (0,7)^#	3,6 (0,7)^#	3,8 (0,8)^#	3,7 (0,8)^#	3,5 (0,8)^#	3,5 (0,9)^#	3,7 (0,9)^	3,6 (0,7)	3,5 (0,7)^#

*indica diferença estatística entre a condição 1 e 2,

^indica diferença entre a condição 1 e 3,

#indica diferença entre a condição 2 e 3. As habilidades natatórias foram: 1- DLPV- Deslizes longos em posição ventral com impulsão da borda; 2- PrCw - Pernada do nado crawl; 3- RL- Respiração lateral, 4- NCwR - Nado crawl rudimentar; 5- DLPD- Deslizes longos em posição dorsal com impulsão da borda; 6- PrCt - Pernada do nado costas ; 7- NctR - Nado costas rudimentar; 8- PrPt - Pernada de peito e 9- OndSub - Ondulação submersa com os braços ao longo do corpo

Tabela 6. Comparação entre o tempo de prática e o desempenho em cada uma das tarefas analisadas, sendo até 6 meses (1), 7 a 1ano (2), e acima de 1ano (3)

O tempo de prática, demonstrado na **tabela 6**. Indicou que foi decisiva a quantidade de prática para a estabilização das habilidades, demonstrando que o grupo acima de 1 ano de prática, foi superior aos outros grupos, especialmente quando comparado a prática de 7 meses a 1 ano, foi melhor em sete das nove variáveis. A estabilização da habilidade motora é um importante marco para a caracterizar a aprendizagem (TANI et al, 2004), importante ressaltar que ela não é um fim, mas sim, um momento no processo contínuo em direção ao aumento de complexidade, para mais detalhes – TANI et al (2014) “processo adaptativo em aprendizagem motora”. Ainda, os dados também permitem afirmar que a frequência de prática semanal não influenciou o desempenho em nenhuma das tarefas analisadas.

Síntese dos achados na iniciação - os resultados apresentados, apontam que como na adaptação, a prática deliberada influenciou o desempenho total entre as condições nunca e sempre praticou durante a pandemia. O efeito do tempo de prática influenciou em todas as variáveis exceto a pernada do nado costas, entretanto a frequência da prática semanal não interferiu nos achados.

Fase de Aperfeiçoamento

A fase de Aperfeiçoamento contou com a participação de 16 crianças do sexo masculino e 10 do sexo feminino. Identificando-se que 88,5% praticavam natação a mais de 1 ano e frequentavam aulas 2 vezes por semana. 76,9% dos participantes ficou privado de prática durante o isolamento como descrito na **tabela 7**.

Tp	Part	FrS	Part	PratDI	Part	Td
Até 6m	1 (3,8%)	1 x	1 (3,8%)	Sempre	%	
7m - 1ano	2 (7,7%)	2 x	23 (88,5%)	As vezes	6 (23,1%)	31,1(4,4)
+ 1ano	23 (88,5%)	3 x	2 (7,7%)	Nunca	20 (76,9%)	35,3 (6,1)

Tabela 7: Tempo de prática (TP) antes do isolamento, frequência semanal (FrS), e pratica durante o isolamento (PratDI) dos participantes (Part) da da fase Aperfeiçoamento.

Três são as características que resultam em uma ação habilidosa, sendo elas o domínio da sequência da ação, a interação entre os componentes da habilidade e a aplicação de força. Neste experimento, por se tratar de análise cinemática envolveu as duas primeiras características, e os resultados deste trabalho sugerem, que a interação entre os componentes, deve ser algo priorizado na retomada das aulas de natação, haja vista, nestas habilidades a percepção dos professores indicou um maior impacto negativo da privação da prática, como descrito na **tabela 8**.

Habilidade	Muita regressão	Pouca regressão	Sem modificação	Melhora	Muita melhora
Deslize e ondulação	16%	48%	36%	-	-
Ondulação c/ braço unilateral.	24%	28%	48%	-	-
Nado Borboleta	32%	28%	40%	-	-
Crawl c/ alavanca	20%	32%	40%	8%	-
Costas c/ alavanca	16%	36%	48%	-	-
Virada olímpica crawl	20%	52%	28%	-	-
Virada olímpica Costas	24%	56%	20%	-	-
Nado Peito	16%	40%	36%	8%	-
200 crawl	36%	36%	28%	-	-

Tabela 8: Efeitos percebidos por professores, da privação da prática de natação, nas habilidades aquáticas de crianças e pré-adolescentes

Não detectou-se diferenças estatisticamente significativas, quando feitas as análises para influência do tempo de prática e frequência de prática semanal sobre as habilidades natatórias investigadas, como hipótese, para esta ocorrência, foi que quase 90% da amostra praticavam a natação a mais de 1 ano e duas vezes por semana.

Síntese dos achados no nível aperfeiçoamento - Os resultados indicaram que os participantes tiveram suas habilidades específicas, influenciadas negativamente com a privação da prática, sendo dos três níveis de aprendizagem investigados, o mais impactado, haja vista, as habilidades testadas dependiam de alta interação entre os componentes, bem como, condicionamento físico para suas execuções.

CONCLUSÃO

Os achados apontam respostas distintas entre os níveis de aprendizagem para a privação das aulas de natação, sendo evidenciados no nível de adaptação a estabilização das habilidades; na iniciação, impactos significativos nas habilidades de forte interação entre os componentes e finalmente, no nível de aperfeiçoamento, detectou-se os maiores níveis de regressão, em função da interação entre complexidade das ações e controle de esforço para sua execução. Desta forma, sugere-se cautela no retorno, principalmente com níveis de aprendizagem onde as atividades que envolvam condicionamento físico e sugere-se reforço nos fatores de aprendizagem das habilidades com forte interação entre os componentes.

REFERÊNCIAS

BREGMAN, R. Humanidade: uma história otimista do homem. Ed. Crítica, 2020

ERICSSON, K. A. Development of elite performance and deliberate practice. In: STARKES, L. J.; ERICSSON, K. A. Expert performance insports: advances in research on sport expertise. Ed Human Kinetics, 2003

FARROW, D.; BAKER, J.; MACMHON, C. Developing sport expertise: researches and coaches put theory into practice. Ed. Routledge, 2008

HATTIE, J. Aprendizagem visível para professores. Ed. Penso. 2017

PINKER, S. O novo iluminismo. Ed Companhia das letras, 2018

SCHIMDT, R.A.; WRISBERG, C.A. Aprendizagem e performance motora: teorias e aplicações práticas. São Paulo: Manole, 2003.

TANI, G., & CORRÊA, U. C. Aprendizagem motora e o ensino do esporte. Ed. Blucher. 2016.

TANI, G.; CORRÊA U.C.; BASSO L.; BENDA R. N.; UGRINOWITSCH H.; CHOSHI K. An adaptive process model of motor learning: insights for the teaching of motor skills. *Nonlinear Dynamics Psychol Life Sci.* v.18(1), p.47-65, 2014

TANI, G.; FREUDENHEIM, A. M.; MEIRA JÚNIOR, C. M.; CORRÊA, U. C. Aprendizagem motora: tendências, perspectivas e aplicações. *Rev. paul. Educ. Fís., São Paulo*, v.18, p.55-72, 2004.

UGRINOWITSCH, H e BENDA, R. N. Contribuições da Aprendizagem Motora: a prática na intervenção em Educação Física. *Rev. bras. Educ. Fís. Esporte, São Paulo*, v.25, p.25-35, 2011

URIZZI, W. L.; MARCHETTI, A; PINHEIRO, A. M.; ZOCATELLI, M.; MADUREIRA, F. Natação infantil no brasil: olhar sobre a magnitude da adesão em diferentes fases do nadar. *FIEP BULLETIN*, v.90, p, 579-82, 2020.

Endereço: Rua Washington Luis, 385 apto 44 (13) 97-4099396 – fabricio.madureira@unimes.br

ÍNDICE REMISSIVO

A

Acadêmicos 126, 133, 135, 139, 140, 142, 143, 207

Afeto 2

Aprendizagem motora 188, 193, 194, 196

Área da saúde 66, 126, 127, 128, 129, 132, 133, 138, 139

Aspectos motivacionais na musculação 175

Atividade física 1, 4, 10, 59, 81, 84, 85, 87, 95, 96, 98, 121, 122, 127, 131, 133, 134, 135, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 153, 155, 159, 160, 161, 163, 169, 170, 176, 177, 178, 184, 185, 197, 198, 199, 202, 203, 204, 205, 206, 208, 211, 212, 213, 216

B

Bioquímica 58

C

Ciências da nutrição 58

Cognição 2, 9, 23, 110

Corrida de orientação 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 29, 32, 33, 34, 37, 38, 41

Criatividade 64, 65, 69, 85, 100, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 112, 113, 114, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 162

D

Demência 70, 71, 72, 73, 78, 79, 87, 202

Desenvolvimento 17, 23, 24, 26, 30, 31, 36, 37, 54, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 74, 78, 83, 95, 108, 115, 133, 140, 148, 161, 162, 175, 179, 180, 184, 198, 209, 211, 213, 215, 216

Dismorfia muscular 206, 207, 208, 210, 211, 212, 213, 215

E

Educação física 9, 13, 14, 16, 24, 26, 31, 37, 38, 41, 49, 56, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 100, 101, 102, 103, 114, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 133, 135, 136, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 146, 151, 160, 161, 163, 166, 167, 168, 171, 173, 175, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 187, 196, 197, 205, 216

Educação física escolar 16, 38, 68, 89, 123, 205, 216

Ensino 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35,

36, 37, 38, 39, 40, 41, 61, 62, 63, 64, 68, 69, 73, 90, 91, 94, 95, 103, 123, 124, 133, 134, 137, 138, 140, 141, 155, 156, 160, 162, 171, 187, 188, 189, 196, 197, 198, 199, 204, 210

Envelhecimento 78, 79, 83, 86, 130, 152, 153

Equilíbrio 8, 61, 63, 67, 68, 81, 82, 83, 87, 152, 154, 157, 158, 159, 190, 191, 202, 203

Escola 21, 22, 24, 25, 27, 30, 31, 36, 37, 41, 69, 89, 91, 94, 95, 96, 97, 98, 121, 124, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172

Esporte 1, 10, 11, 15, 17, 18, 21, 22, 25, 27, 28, 33, 35, 37, 38, 41, 43, 44, 48, 49, 50, 54, 55, 56, 58, 60, 61, 68, 70, 72, 73, 86, 97, 98, 101, 102, 115, 119, 120, 121, 122, 124, 125, 130, 151, 160, 161, 163, 169, 170, 171, 185, 196, 215, 216

Estilo de vida 77, 78, 79, 95, 140, 146, 153, 155, 159, 161, 173, 197, 198, 199, 201, 202, 204, 205

Estudantes 51, 63, 67, 68, 73, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 101, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 151, 161, 162, 163, 164, 171, 197, 199, 202

Estudantes de ciências da saúde 131

Exercício 1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 58, 59, 65, 77, 79, 80, 81, 82, 83, 85, 87, 91, 92, 95, 97, 98, 116, 127, 128, 143, 144, 146, 153, 154, 161, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 184, 185, 186, 202, 206, 207, 208, 211, 213, 215, 216

Exercício compulsivo 206

Exercício físico 3, 8, 59, 77, 80, 85, 87, 127, 144, 146, 153, 175, 176, 177, 178, 182, 184, 185, 202, 206, 207, 208, 213

Exercício resistido 144

F

Futebol 8, 49, 50, 54, 57, 58, 60, 71, 73, 74, 99

H

Hidratação 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 98

Hidroeletrolitos 89, 91

Hidroginástica 77, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 88

História do esporte 43, 55

I

Idoso 85, 87, 152, 153, 154, 158, 184

Improvisação 100, 101, 103, 105, 108, 109, 114, 116, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124

J

Jogos digitais 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69

Jogos Pan Americanos 43, 45, 46, 47, 48, 49, 51, 52, 53, 54, 55

M

Motivação 31, 85, 86, 144, 145, 146, 147, 151, 175, 177, 178, 183, 184, 185, 186, 211, 212

Musculação 144, 146, 147, 149, 151, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 207, 209, 210, 211

N

Natação infantil 188, 196

P

Políticas públicas 43, 131, 138, 141

Privação da prática 188, 191, 192, 193, 194, 195

Profissional de educação física 9, 126, 129, 175, 179, 181, 183

Promoção da saúde 2, 77, 79, 98, 124, 130, 131, 133, 140, 141, 142, 156, 160, 161, 162, 164, 171, 172, 173, 184, 197

R

Revisão sistemática 13, 14, 16, 87, 159, 208

S

Saúde mental 2, 9, 10, 11, 140, 202, 204

T

Transtorno obsessivo-compulsivo 206

Transtornos dismórficos corporais 206, 207

Traumatismo cranioencefálico 70, 73, 74

Treinamento físico 152, 216

U

Universidades 23, 101, 118, 131, 133, 143

V

Vigorexia 206, 207, 211, 215

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

-  www.atenaeditora.com.br
-  contato@atenaeditora.com.br
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  www.facebook.com/atenaeditora.com.br

CIÊNCIAS DO ESPORTE E EDUCAÇÃO FÍSICA:

Saúde e desempenho

-  www.atenaeditora.com.br
-  contato@atenaeditora.com.br
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  www.facebook.com/atenaeditora.com.br