

## AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA DE DISCENTES ESTUDANTES NO LARANJAL E COLÔNIA Z3: PROGRAMA VEM SER PELOTAS

WESLEY BANDEIRA GUERREIRO<sup>1</sup>; MILENA ANDRETTI PIANA<sup>2</sup>;  
FABRICIO BOSCOLO DEL VECCHIO<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – wesleyguerreiro1234@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – milenapiana2002@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – fabricioboscolo@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

Em atuação desde 2017, o Programa Vem Ser Pelotas (VSP) é um programa de extensão da Universidade Federal de Pelotas, em parceria com a Secretária Municipal de Educação e Desporto (SMED), com o objetivo principal de avaliar, identificar e selecionar escolares da rede pública de ensino para projetos de desenvolvimento esportivo e fornecer relatório a respeito da saúde dos jovens, classificando-os em diferentes zonas de risco para a saúde.

A aptidão física pode ser considerada como um indicador de saúde desde a infância e a adolescência, ressaltando assim, a relevância da incorporação de avaliações de resultados físicos como parte do acompanhamento da saúde (ORTEGA *et al.*, 2008). Além disso, destaca-se sua utilidade na identificação de jovens talentos (BERGMANN *et al.*, 2009).

Devido ao seu contexto socioeconômico, as escolas localizadas na região litorânea da cidade de Pelotas enfrentam desafios diversos em relação à promoção da atividade física, tanto nas escolas quanto em seus arredores. Isso pode resultar na possibilidade de não identificação de possíveis talentos esportivos em decorrência da falta de acesso à prática e processos de formação. Nesse contexto, o projeto Remar Para o Futuro (RPF), vinculado ao programa VSP, em atuação desde 2015, com sua sede situada às margens do Arroio Pelotas, desempenha função de destaque no desenvolvimento de atletas a longo prazo. Dessa maneira, foram selecionadas estrategicamente três escolas localizadas nas proximidades do RPF, com o propósito de equalizar as oportunidades de desenvolvimento esportivo nessas áreas, que enfrentam desafios de acesso a recursos educacionais e esportivos em comparação com as regiões mais centrais da cidade e, por conseguinte, encaminhar os jovens com alto desempenho motor ao projeto RPF.

Aliado à identificação, ao direcionar as avaliações para essas escolas, busca-se avaliar a saúde física dos jovens e em conjunto com as escolas, analisar e se necessário, traçar metas para a melhora da saúde dos escolares. Sendo assim, o presente estudo apresenta recorte das avaliações do VSP no ano de 2023 e tem como objetivo descrever quantitativamente os resultados de saúde e desempenho de escolares de uma região específica da cidade de Pelotas.

### 2. MATERIAIS E MÉTODOS

O processo de avaliação inicia com a autorização da SMED para acesso às escolas, posteriormente é realizado contato e agendamento com a equipe diretiva das instituições de ensino. No momento das coletas, é formado um coletivo de avaliadores, universitários de Educação Física da UFPel, previamente treinados até a escola com todo material necessário. A partir daí, são organizados pequenos grupos de estudantes (3 a 5 alunos) para um avaliador e, assim, são realizados os testes.

Os testes realizados seguiram o protocolo previsto pelo Projeto Esporte Brasil (PROESP-Br) proposto por GAYA *et al.* (2021) e envolveram a coleta das variáveis estruturadas em medidas antropométricas: massa corporal (MC), mensurada em balança digital com precisão de 100 gramas, estatura (EST) altura sentada (ALTSEN) e envergadura (ENV), coletadas com a utilização de fita métrica fixada em uma parede lisa, sendo instruído ao jovem retirar o calçado.

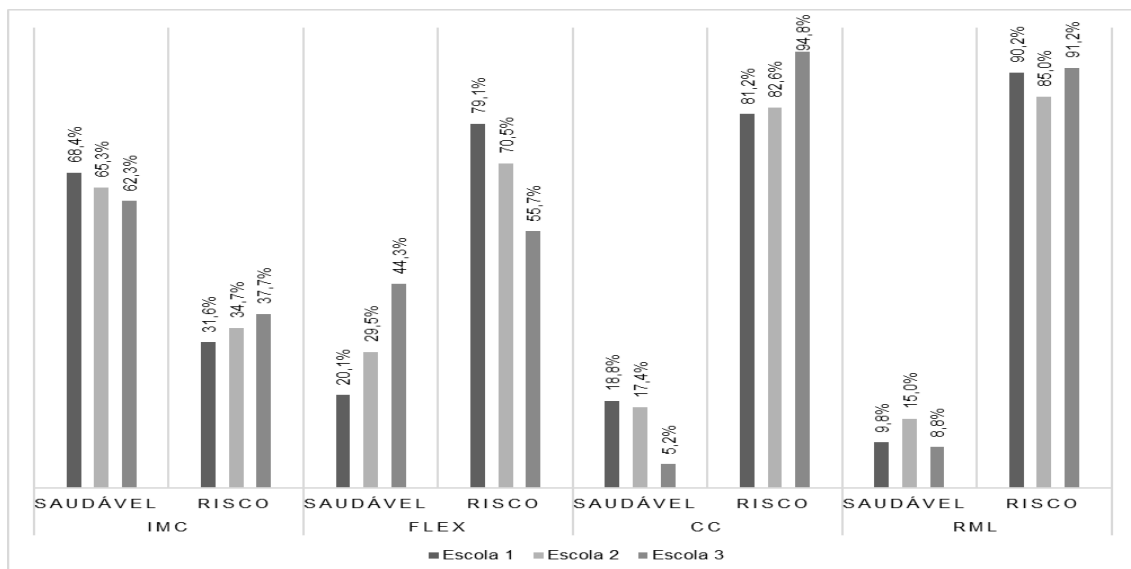
Os testes físicos utilizados são: potência de membros superiores (teste de arremesso de medicineball - PMS), potência de membros inferiores (teste de salto horizontal - PMI), velocidade com troca de direção (teste do quadrado - VTD), velocidade linear (corrida de 20 metros - VL), resistência muscular localizada (abdominal em 1 minuto - RML), flexibilidade (sentar e alcançar - FLEX) e capacidade cardiorrespiratória (avaliada a partir do teste de corrida ou caminhada em 6 minutos - CC).

Ao final das avaliações, os dados são tabulados digitalmente e é criado um banco de dados no qual, posteriormente, são realizadas análises estatísticas para a classificação de zonas saudáveis ou de risco para variáveis de saúde e classificadas em excelente, muito bom, bom, regular ou ruim para variáveis de desempenho, utilizando como referência o manual proposto pelo PROESP-Br.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No ano de 2023, nas escolas da região litorânea foram avaliados 415 escolares, de 10 a 15 anos de ambos os sexos (236 meninos e 179 meninas), de 2 escolas municipais e 1 da rede estadual. Na figura 1, estão apresentados os dados relativos à saúde, sendo que os resultados mais preocupantes foram observados nos testes de FLEX, CC e RML nas escolas 1 e 2.

Figura 1. Dados relacionados à saúde dos escolares (n = 415).



Na escola 1, apenas 20,1% dos alunos apresentaram valores considerados saudáveis para sua idade e sexo no teste de FLEX, enquanto 18,8% obtiveram resultados positivos no teste de CC e apenas 9,8% tiveram valores positivos no teste de RML. Na escola 2, 29,5% dos alunos alcançaram valores classificados como saudáveis no teste de FLEX, 17,4% no teste de CC e 15% no teste de RML. Por fim, a escola 3 também exibiu níveis críticos nos testes de CC e RML, sendo que apenas 5,2% e 8,8% dos alunos obtiveram valores considerados saudáveis. Na tabela 1 são

apresentados os dados relativos ao desempenho das escolas. Observa-se semelhança nos resultados entre as três escolas, com desempenho insatisfatório no teste de potência dos membros superiores, no qual nenhuma das escolas conseguiu atingir o percentual de 3% na classificação excelente. Notavelmente, a escola 2 apresentou desempenho inferior em comparação com as outras duas escolas no teste de mudança de direção, com apenas 28,3% da amostra obtendo classificação excelente nesse aspecto.

Tabela 1. Dados relacionados ao desempenho dos escolares de cada escola

Teste	Classificação	Escola 1	Escola 2	Escola 3
Velocidade linear	Excelente	58,0%	42,1%	46,6%
	Muito bom	15,3%	20,0%	22,9%
	Bom	18,3%	13,1%	16,9%
	Razoável	8,4%	23,4%	13,6%
	Fraco	0,0%	1,4%	0,0%
Velocidade com troca de direção	Excelente	56,8%	28,3%	48,3%
	Muito bom	20,5%	16,6%	18,6%
	Bom	15,9%	29,0%	24,6%
	Razoável	6,8%	22,8%	8,5%
	Fraco	0,0%	3,4%	0,0%
Potência de membros superiores	Excelente	0,8%	2,1%	0,0%
	Muito bom	18,5%	18,6%	18,2%
	Bom	21,5%	29,0%	27,3%
	Razoável	20,8%	18,6%	19,0%
	Fraco	38,5%	31,7%	35,5%
Potência de membros inferiores	Excelente	48,5%	45,5%	60,5%
	Muito bom	12,9%	19,3%	13,4%
	Bom	21,2%	13,8%	11,8%
	Razoável	15,2%	16,6%	14,3%

Fraco 2,3% 4,8% 0,0%

Resultados semelhantes foram identificados por MELLO *et al.* (2016), em que apenas 4,9% dos estudantes do sexo masculino e 4,3% do sexo feminino apresentaram desempenho excelente no teste de PMS. Por outro lado, o estudo de CONTREIRA *et al.* (2016) encontrou resultados contrastantes em relação à variável FLEX, na qual 75,7% dos estudantes se encontraram na zona saudável, as diferenças observadas nos resultados podem, em parte, ser atribuídas à composição da amostra estudada.

No estudo conduzido por TORIOLA *et al.* (2018), demonstrou uma correlação negativa entre um IMC e testes de flexibilidade, salto horizontal e abdominal. Podendo concluir que a aptidão musculoesquelética pode servir como um indicador de possíveis riscos para a saúde tanto de jovens desnutridos como de jovens com excesso de peso.

ORTEGA *et al.* (2008), por meio de uma revisão na literatura afirma a melhora na aptidão cardiorrespiratória está diretamente associada a prevenção de fatores de risco de doenças cardiovasculares e parecem ter um efeito positivo na saúde esquelética, qualidade de vida e na depressão, ansiedade, estado de humor e autoestima.

#### 4. CONCLUSÕES

Considerando os dados obtidos, evidencia-se a importância da avaliação abrangente dos estudantes, não apenas para informar as práticas esportivas, mas também para obter visão ampliada da saúde de crianças e adolescentes na região litorânea da cidade de Pelotas.

Este estudo destaca a necessidade de não apenas identificar talentos esportivos, mas de monitorar e melhorar o acompanhamento de parâmetros objetivos (antropométricos e físicos) de saúde em geral da juventude local. Além disso, os impactos potenciais de estudos como estes são significativos para obter compreensão mais profunda da natureza física e da saúde dos estudantes, fornecendo às autoridades educacionais e de saúde subsídio para direcionar recursos de forma mais eficaz para áreas com necessidades específicas.

#### 5. REFERÊNCIAS

- BERGMANN, G.G. *et al.* Crescimento somático de crianças e adolescentes brasileiros. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v.9 n.1, p. 85-93, 2009.
- CONTREIRA, A.R. *et al.* Perfil de aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. **Saúde e Pesquisa**, v. 9, n. 2, p. 309-315, 2016.
- GAYA, A.R. *et al.* **Projeto Esporte Brasil: Manual de medidas, testes e avaliações**. 5ª ed. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2021.
- MELLO, J.B. *et al.* Projeto Esporte Brasil: perfil da aptidão física relacionada ao desempenho esportivo de crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 18, n. 6, p. 658-66, 2016.
- ORTEGA, F.B. *et al.* Aptidão física na infância e adolescência: um poderoso marcador de saúde. **Revista Internacional de Obesidade**, v. 32, n. 1, pág. 1-11, 2008.
- TORIOLA, A. *et al.* Relationship between body composition and musculoskeletal fitness in Nigerian children. **Asian Journal of Scientific Research**, v. 11, n. 2, p. 169-176, 2018.