AValiação Física em Praticantes de Musculação na Academia Escola da URCA

CAMILA FAGUNDES MARTINS, SIMONETE PEREIRA DA SILVA, MARIA VITORIA CASTRO DA SILVA, NAERTON JOSÉ XAVIER ISIDORO, GUILHERME TEO DE SÁ FUGÊNCIO, JAQUELINE GONÇALVES DE BARROS, HUDDAY MENDES DA SILVA

A avaliação física consiste em um processo sistematizado que compreende a ação da coleta no tratamento de análise de informações relacionados aos aspectos morfológicos e funcional, além de informações clínicas, nutricionais entre outras. Com isso, projeto de avaliação morfofuncional vinculado a Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Regional do Cariri, tem por objetivo oferecer aos participantes de projetos inerentes ao departamento de Educação física da Universidade, parâmetros morfológicos e de aptidão física relacionada à saúde. Dessa forma, o projeto de musculação desenvolvido na academia escola, como laboratório de aplicação de prática de exercício físico, vem utilizando-se das avaliações físicas para auxiliar nos parâmetros de planejamento das atividades. Apresentar o perfil antropométrico e funcional de praticantes de musculação da academia escola da URCA. Em relação ao perfil antropométrico e funcional do sexo masculino e feminino, respectivamente, obteve-se os seguintes quantitativos: Para o Índice de Massa Corporal (0,0%;16,7%) foram classificados como baixo peso, peso normal (91,7%;77,8%), sobrepeso (8,3%; 5,6%). Para Circunferência de Abdome (91,7%; 72,8%) foram classificados como risco baixo e (8,3%; 27,8%) risco aumentado. Para Relação Cintura Quadril (41,7%; 38,9%) foram classificados como risco baixo (41,7%; 38,9%), risco moderado (8,3%; 16,7%) risco alto. Para Percentual de Gordura (8,3%; 22,2%) foram classificados como abaixo da média, (8,3%; 16,7%) bom, (8,3%; 5,6%) excelente, (8,3%; 5,6%) média, (25,0%; 11,1%) ruim e (41,7%; 38,9%) muito ruim. Flexibilidade (25,0%; 33,3%) foram classificados acima da média, (8,3%; 16,7%) excelente, (8,3%; 5,6%) média e (58,3%; 11,1%) ruim. Resistencia Muscular Localizada abdominal (16,7%; 27,8%) foram classificados abaixo da média, (8,3%; 16,7%) média, (33,3%; 5,6%) acima da média, (8,3%; 0,0%) excelente e (33,3%; 50,0%) fraco. Resistencia Muscular Localizada de membros superiores (8,3%; 22,2%) foram classificados abaixo da média, (16,7%; 38,9%) média, (50,0%; 5,6%) acima da média e (25,0%; 33,3%) fraco. Para o Vo2max (8,3%; 38,9%) foram classificados como fraco, (50,0%; 61,2%) regular e (41,7%; 0,0%) bom. Concluiu se que o IMC no sexo masculino foi 0,0% baixo peso em relação ao sexo feminino 16,7%, ou seja, subtende-se isso ocorre pelo fato dos homens ter uma vida mais ativa em relação as mulheres, como também o fator genético por ter grande influência no aspecto morfológico.

PALAVRAS-CHAVE: AVALIAÇÃO FÍSICA, MORFOFUNCIONAL, PERFIL ANTROPOMÉTRICO

ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

FORMA DE APRESENTAÇÃO: ORAL