



CORRELAÇÃO ENTRE O IMC E AS CAPACIDADES MOTORAS CONDICIONAIS EM JOVENS PRATICANTES DE MODALIDADES DESPORTIVAS EXTRA-CURRICULARES

Alves, C.¹, Mercúrio, J.², Cruz, J.³, Amaro, N.⁴, Leitão, C.⁵, Coelho, L.⁶

Recibido: 25/04/2015
Aceptado: 25/05/2015

¹ Centro de Investigação em Qualidade de Vida Mail: catiascalves@hotmail.com;

² Centro de Investigação em Qualidade de Vida Mail: jdc_mercurio@hotmail.com;

³ Centro de Investigação em Qualidade de Vida, Mail: joaocruz@ipleiria.pt;

⁴ Centro de Investigação em Qualidade de Vida, Mail: nuno.amaro@ipleiria.pt;

⁵ Centro de Investigação em Qualidade de Vida, Mail: catarinaleitao.pt@gmail.com;

⁶ Centro de Investigação em Qualidade de Vida, Mail: coelho@ipleiria.pt

Correspondencia:
Mail: coelho@ipleiria.pt

Introdução

As capacidades motoras são “a base para a capacidade de aprendizagem sensorial e motora”, responsáveis pela execução de uma ação, desde a mais simples à mais complexa (andar, correr, etc.) (Moraes, 2003). Estas capacidades são condicionadas por fatores genéticos, contudo, desenvolvem-se através do treino, potenciando um elevado desempenho motor (Moraes, 2003). É, por isso, importante avaliar as capacidades motoras dos jovens, adequando por esta via, as experiências motoras a cada criança/grupo de crianças e/ou jovens (Neto, Marcarenhas, Nunes, Lepre & Campos, 2004). As relações entre a prática de atividade física e obesidade configuram-se como objeto de estudo prioritário e as evidências na literatura apontam para a existência de associação entre o excesso de peso na adolescência e alterações da sua saúde na idade adulta, dado o excesso de gordura corporal, além de ser fator de risco para diversas doenças, prejudica o desempenho físico.

Objetivo

Analisar a associação entre o IMC e as Capacidades Motoras Condicionais em jovens praticantes de modalidades desportivas extra-curriculares.

Método

Participantes.

A amostra foi constituída por 96 jovens federados em modalidades desportivas (49 rapazes e 47 raparigas), com idades compreendidas entre os 8 e os 15 anos.

Instrumentos.

Foi utilizado o protocolo Fitnessgram: Shuttle Run de Velocidade (velocidade de deslocação); Senta e Alcança (flexibilidade dos membros inferiores), Extensão do Tronco (flexibilidade dos tronco); Força (do abdominal – curl up; dos membros superiores - extensão de braços). Para a avaliação da Resistência foi usado o teste do degrau de Harvard. Para a medição da massa corporal utilizou-se uma balança modelo Tanita BC-420MA. Para a altura, foi utilizado um estadiómetro da marca Rosscraft.

Procedimento.

O investigador principal estabeleceu contato com os diretores das associações desportivas onde estavam inscritos os atletas para explicar os objetivos do estudo e solicitar a autorização das direções. Foi ainda pedida autorização aos encarregados de educação. O tratamento dos dados foi realizado no software SPSS 21 com recurso à prova Anova com o Teste Post Hoc (LSD), H de Kruskal-Wallis, o Coeficiente de Correlação Bivariada de Spearman, teste T de Student para amostras independentes e teste U de Mann-Whitney.

Resultados e discussão

Como seria de esperar os resultados obtidos indicam que para ambos os sexos, a maioria de jovens praticantes, encontra-se na classificação Normal de IMC (65,3%), estando 16,9% acima e apenas 13,9% abaixo. Ao analisarmos as diferentes categorias em função das capacidades condicionais, apenas foram identificadas diferenças estatisticamente significativas na força abdominal e de braços (p<0,05). Os melhores resultados na força abdominal foram da categoria Normal (m=37,1 ± 12,6), seguido pela Desnutrição Aguda Ligeira (m=35,8 ± 11,3). Sobrepeso e Obesidade alcançaram os piores resultados (m=26,9 ± 12,9 e m=18,3 ± 2,5, respetivamente). Para a força dos braços, destaca-se pela negativa o Sobrepeso (m=8,3 ± 4,1), com diferenças estatisticamente significativas em todos (p<0,05), à exceção da Obesidade.

Quando comparados os sexos, os valores da idade cronológica, IMC, flexibilidade e força abdominal e de braços foram semelhantes (p>0,05), verificando-se diferenças estatisticamente significativas para a velocidade (♂=21,5 ± 1,6 s, ♀=23,7 ± 1,7 s, p=0,000) e resistência aeróbica (♂=95,0 ± 9,7 bpm, ♀=103,8 ± 12,2 bpm, p<0,01).

Tabela 1. Desempenho das capacidades motoras condicionais obtidas em função da categoria de IMC.

Categoria do IMC	N	Idade	Flexibilidade	Velocidade	Resistência Aeróbica	Força Abdominal	Força de Braços
Desnutrição aguda moderada	1	12,0	26,0	20,0	92,0	50*	9,0*
Desnutrição aguda ligeira	13	11,5	25,9	22,9	96,0	35,8*	13,3*
Normal	66	11,3	24,1	22,5	98,9	37,1*	12,0*
Sobrepeso	14	10,4	23,4	22,3	103,6	26,9*	8,3*
Obesidade	3	9,3	21,0	24,5	103,0	18,3*	6,7
Total	97	11,2	24,2	22,5	99,2	35,0	11,4

*- Diferenças estatisticamente significativas, p<0,05.

Conclusões

A grande maioria dos jovens encontra-se dentro dos níveis saudáveis na relação da massa corporal com a altura (IMC), havendo no entanto uma percentagem considerável de jovens em categorias menos saudáveis. O IMC não está associado ao nível de desempenho de todas as capacidades motoras condicionais, tendo havido apenas diferenças para a força abdominal e de braços. Os rapazes são os mais desenvolvidos ao nível da velocidade e resistência aeróbica.

Referências

- Moraes, A. (2003). *Treinamento de saltos de velocidade em atletas de basquetebol infantil masculinos para a melhoria da performance neuromuscular*. Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências da Saúde - Universidade Metodista de Piracicaba, Brasil.
- Neto, A. S., Mascarenhas, L. P. G., Nunes, G. F., Lepre, C. & Campos, W. (2004). Relação entre fatores ambientais e habilidades motoras básicas em crianças de 6 e 7 anos. *Mackenzie de Educação Física e Esporte*. vol.3 (3), 135-140.