

05/09-15:00hs Sala B

TESTE DE CORRIDA DE 5 SEGUNDOS: UMA NOVA PROPOSTA DE MEDIDA DA POTÊNCIA ANAERÓBICA ALÁTICA

Antonio Marques Junior, Mauricio José de Siqueira Cagno, Carlos Magalhães de Sousa, Carlos Eduardo Rangel Rodrigues e Victor Keihan Rodrigues Matsudo.
Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul.
Faculdade de Educação Física de Guarulhos.

Recentemente, CAGNO e cols. propuseram o teste de corrida de 5 segundos como medida indireta da potência anaeróbica alática. Neste estudo procuramos propor uma nova abordagem na análise dos resultados do teste de corrida de 5 segundos (TC 5) em que o peso do avaliado fosse considerado para o cálculo da potência anaeróbica alática (PAA) pela fórmula

$$PAA(Kg.m/seg) = \frac{PESO \times DISTÂNCIA PERCORRIDA}{TEMPO (5 SEG)}$$

Para analisarmos indiretamente a validade deste procedimento, procuramos verificar o índice de relação entre a PAA predita pelo teste de corrida de 5 segundos e a PAA predita pelo nomograma de Lewis. Para tanto foram avaliados 145 escolares sendo 75 do sexo masculino e 70 do sexo feminino na faixa etária de 8 a 10 anos para ambos os sexos, cujos resultados encontram-se na tabela abaixo:

CORRELAÇÃO (r) ENTRE PAA 5 SEG. X LEWIS

IDADE	8	9	10
M	0,96*	0,92*	0,93*
F	0,86*	0,91*	0,82*

*p<0,01

Esses altos coeficientes de correlação favorecem a hipótese em que o teste de corrida de 5 segundos parece ser uma boa alternativa de medida da potência anaeróbica alática, sendo que novos estudos serão realizados no sentido de aperfeiçoar a construção desse teste.

05/09-15:15hs Sala B

IDADE DE MENARCA EM UNIVERSITÁRIAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE DE MOGI DAS CRUZES (UMC)-ESTUDO PILOTO

Sandra Caldeira e Victor Keihan Rodrigues Matsudo

Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul - CELAFISCS - SP - Brasil

Como parte do projeto de determinação da idade de menarca em escolares e esportistas do CELAFISCS, este estudo teve como objetivo analisar a idade de menarca (IM) em universitárias de Educação Física da UMC e correlacionar a IM com o tamanho da família (TF). Para tanto, a partir de uma amostragem preliminar, a IM e o TF foram determinadas por questionários aplicados em 61 alunas obtendo-se o resultado médio de 12,93 anos (S=1,53) para a IM e de 3,67 (S=1,67) para o TF. A análise dos resultados evidenciou que as universitárias da UMC apresentam valores de IM mais tardia que os indicados nos estudos da população brasileira, não diferenciando no entanto, dos valores encontrados em universitárias de Educação Física das faculdades de São Caetano do Sul (IM=13,1 anos) e de Guarulhos (IM=13,2 anos). A correlação entre IM e TF foi significativa para as universitárias que tem de 2 a 8 irmãos (r=0,77), confirmando os recentes estudos que tem relatado a IM mais tardia em meninas de famílias grandes.

05/09-15:30hs Sala B

INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA SOBRE ALGUNS PARÂMETROS LÍPIDICOS SÉRICOS EM INDIVÍDUOS COM O HÁBITO DE FUMAR.

Mário Hirokyu Hirata*, Alexandre La Rocca Rossi**, Sérgio Miguel Zucas*, Eduardo Kokubun*, Antônio Boaventura da Silva*.

* Faculdade de Ciências Farmacêuticas - USP - São Paulo, ** Faculdade de Ciências Farmacêuticas de Ribeirão Preto - USP - Ribeirão Preto, + Escola de Educação Física - USP - São Paulo - Brasil.

Propusemos estudar o efeito da atividade física nos níveis séricos de alguns parâmetros lipídicos em grupos de indivíduos fumantes, ex-fumantes e não fumantes. Como sabemos, este hábito pode ser prejudicial, sendo considerado como um fator de alto risco para doenças coronarianas. Foram estudados 24 indivíduos dos quais 9 eram fumantes, 8 ex-fumantes e 7 não fumantes. Os componentes dos diversos grupos estudados foram submetidos a atividade física por 9 meses, tendo um recesso intermediário de 30 dias. Foram realizadas 4 coletas de amostras de sangue para a determinação dos parâmetros lipídicos. A primeira coleta foi realizada no início do programa de atividade física, a segunda após 4 meses, a terceira após um recesso intermediário de 30 dias e a quarta após 4 meses do reinício da atividade física. Pela análise de variância podemos concluir que: - os níveis de alfa-lipoproteína, pré-beta-lipoproteína e triglicerídeos séricos não apresentaram variação estatisticamente significativa no período estudado. Houve diferença significativa nos níveis de colesterol total, HDL-colesterol, HDL-triglicerídeos, ácidos graxos livres, beta-lipoproteína e na relação colesterol total/HDL-colesterol (p 0,05). O hábito do tabagismo não influenciou no padrão de respostas do perfil lipídico sérico embora o programa de atividade física tivesse influenciado.

05/09-15:45hs Sala B

CORRELAÇÃO ENTRE VELOCIDADE DE CORRIDA E DESEMPENHO NO SALTO EM DISTÂNCIA

Nelio Alfano Moura e Olga de Castro Mendes

Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul - CELAFISCS

Alguns estudos têm sido publicados procurando determinar os fatores limitantes do desempenho no salto em distância. A afirmação de que a velocidade de corrida é o fator primário na determinação da distância percorrida no salto é bem aceita tanto pelos pesquisadores quanto pelos profissionais atuantes na área. Assim, o objetivo desse estudo foi determinar a influência da velocidade média nos últimos 10 metros da corrida de aproximação no resultado do salto em distância, em um grupo de atletas do sexo masculino de diferentes níveis de treinamento. Para tanto, foram avaliados 11 atletas, que realizaram 6 saltos cada um, sendo medida a distância atingida no salto e o tempo no qual o atleta percorreu os últimos dez metros da corrida. O melhor resultado de salto de cada atleta, e sua respectiva velocidade média de corrida, foram considerados para efeitos de cálculo. O tratamento estatístico utilizado foi o coeficiente de correlação simples de Pearson. Os resultados estão demonstrados na tabela abaixo:

	\bar{x}	s	r
Idade (anos)	16,82	4,24	
Tempo de Prática (meses)	13,64	13,79	
Resultado do Salto (metros)	5,05	0,99	
Veloc.Média Corrida (m/seg)	7,98	1,03	0,95*

* p < 0,01

Os dados encontrados indicam que a velocidade média nos últimos 10 metros da corrida de aproximação é um fator de grande importância na determinação do resultado do salto em distância no grupo estudado. Sugere-se que novas pesquisas sejam feitas nessa área a fim de determinar definitivamente a grandeza da correlação entre velocidade de corrida e resultado do salto em distância, nos diferentes níveis de desenvolvimento técnico, bem como outros fatores limitantes do rendimento no mesmo.