



Comparação da composição corporal e padrões de movimentos de acadêmicos de educação física

AUTORES

Gabriel Elias Ota
Nelson Thiago Andrade Ferreira
Eduardo Feijó da Rocha
Jackeline Okumoto Franco
Fernando Sérgio Silva Barbosa
Cleberon Dias Lima
Camila Souza de Moraes

Faculdade Estácio de Sá, Campo Grand, Mato
Grosso do Sul, Brasil.

CONTATO

ota_gabriel@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):113

Resumo: No curso de graduação em Educação Física, os discentes adquirem embasamento teórico e prático para compreender, aplicar e auto utilizar as ferramentas avaliativas para a prescrição do exercício físico. Portanto, o objetivo do presente resumo foi comparar a composição corporal e padrões de movimentos funcionais entre acadêmicos de educação física. Participaram da amostra 10 acadêmicos do sexo masculino de Educação Física de uma Faculdade de Campo Grande – MS que foram divididos em 02 grupos, G1 (1º semestre) com idade (25 ± 4) e o G2 (5º semestre) com idade (26 ± 6). Além da perimetria e percentual de gordura (tríceps, supra-íliaca, abdômen) foi realizado o teste do FMS (*Funcional Movement Screen*), que analisa 7 padrões de movimentos que avaliam a força, flexibilidade, equilíbrio e mobilidade. Os resultados encontrados foram comparados entre grupos e classificados de acordo as recomendações para a população brasileira e o *score* do FMS. A análise estatística adotada foi o Test t – *student* e o nível de significância adotado foi de 5%. Na avaliação da massa corporal (G1: $84,0 \pm 9,2$; G2: $85,0 \pm 11,9$ Kg; $p > 0,05$), percentual de gordura (G1: 21 ± 3 ; G2: $21 \pm 3\%$; $p > 0,05$) e na avaliação do padrão funcional do movimento (G1: 13 ± 2 ; G2: 13 ± 2 score; $p > 0,05$), não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos. Conclui-se que ambos os grupos se classificam acima da média para o percentual de gordura e abaixo da média nos padrões de movimentos.

Palavras-chave: Educação Física; Treinamento físico; Composição corporal



Este obra está licenciado com uma Licença
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-
CompartilhaIgual 4.0 Internacional.



XII CBAFS