



A INFLUÊNCIA DA AVALIAÇÃO FÍSICA NA MELHORA DO RENDIMENTO DAS ATLETAS DO TIME DE FUTSAL FEMININO DA UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ*

THE INFLUENCE OF PHYSICAL EVALUATION IN IMPROVING THE PERFORMANCE OF WOMEN'S FUTSAL ATHLETES OF THE UNIVERSITY OF THE STATE OF PARÁ

LA INFLUENCIA DE LA EVALUACIÓN FÍSICA EN LA MEJORA DEL RENDIMIENTO DE LAS ATLETAS DEL TIME DE FUTSAL FEMENINO DE LA UNIVERSIDAD DEL ESTADO DEL PARÁ

Évila Mirelly Martins e Silva

evilamirelly98@gmail.com

Jesywan Wilysses Oliveira Guimarães

jesywil02@gmail.com

José Luiz das Neves Costa Junior

luizjunior252@hotmail.com

Taize Rocha Coqueiro

tatacoqueiro@hotmail.com

Thayane Tamires Martins de Jesus

thaynetmdj@gmail.com

Yasmin Costa Coêlho

yasmincostac@gmail.com

Universidade do Estado do Pará (UEPA)

PALAVRAS-CHAVE: *Avaliação física; Futsal feminino; Universidade.*

INTRODUÇÃO

De acordo com André (2006), a "Avaliação é um processo de fundamental importância dentro da Educação Física, seja escolar, esportiva, de rendimento, entre outras." O futsal, é um exemplo de uma modalidade esportiva, sendo assim, utiliza a avaliação para quantificar o real estado físico do indivíduo. Segundo Garcia (1986 apud ZIERHUT, 2011), este é "O único esporte genuinamente brasileiro e que não

* O presente trabalho (não) contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

Trabalho concorrerá ao Prêmio de Literatura Científica do CBCE.

O trabalho é resultado de Relato de Experiência.



impõe o biótipo, geralmente requerido para certas modalidades 'importadas', podendo praticá-lo o alto, o baixo, o gordo, o magro, o jovem ou o mais idoso", por isso hoje existem quadras nos mais diversos lugares. No espaço universitário não é diferente, as quadras existem e a preferência pela prática do futsal também. Diante disso, este estudo tem como objetivo analisar as avaliações físicas de atletas do time de futsal feminino do Campus III da Universidade do Estado do Pará (UEPA), a partir das verificações de medidas do Índice de Massa Corporal (IMC) e percentual de gordura (%G), afim de detectar as limitações e propor uma orientação para superá-las.

METODOLOGIA

Foram avaliadas 10 atletas do Campus III da universidade do Estado do Pará, com idades entre 17 e 23 anos. Foram verificadas as medidas de massa corporal, estatura e das dobras cutâneas subescapular, tricipital, supra-ilíaca e coxa. Além disso, verificou-se a pressão arterial e as circunferências do tórax, braço relaxado, braço forçado, cintura, abdome (cicatriz umbilical), quadril (glúteo), coxa média e coxa proximal. O tipo de avaliação utilizado foi a diagnóstica. Esta foi realizada antes de começar qualquer período de treinamento para conhecer as condições iniciais das avaliadas. Para a aplicação dos testes foi utilizado uma balança, um estadiômetro, uma fita antropométrica, um adipômetro e um estetoscópio.

ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Analisou-se que das 10 atletas do time de futsal feminino pesquisadas, 9 se encontram com os valores do IMC nos limites desejáveis para um homem ou para uma mulher adulta, o que representa 90% e 1 uma se encontra com sobrepeso, o que representa 10%. Além disso, observou-se que 2 se encontram com o %G excelente, o que representa 20%, 2 se encontram com o %G bom, o equivalente a 20%, 3 se encontram com o %G acima da média, o que representa 30%, 2 se encontram com o %G na média e 1 se encontra com o %G ruim, o que equivale a 10%.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, conclui-se que 90% das atletas do time de futsal feminino do Campus III da UEPA apresentaram uma boa relação do IMC e do %G, com a classificação predominante considerada dentro dos padrões de normalidade, segundo Organização Mundial da Saúde (OMS). Esse resultado pode estar relacionado aos hábitos alimentares, à prática regular de exercício físico, às condições socioeconômicas e outros fatores. Em contrapartida, verificou-se que cerca de 10% das atletas do time de futsal feminino do Campus III da UEPA, apresentaram sobrepeso e um %G considerado ruim, segundo a OMS. Dessa forma, sugere-se que novas avaliações sejam realizadas na mesma população, após um período de ingestão alimentar menos calórica, uma fiscalização mais rígida sobre a regularidade da prática de exercícios físicos e descanso adequado.

REFERÊNCIAS

- ANDRE L. E. *Medidas e Avaliação em Educação Física*. 2006. 54 f. Dissertação (Mestrado) – Curso de Educação Física, Pontifícia Universidade Católica, Rio Grande do Sul, 2006.
- ZIERHUT, J. P. *Avaliação antropométrica e de desempenho em atletas de futsal em Guarapuava*. EFDeportes.com, Buenos Aires - Año 16 - Nº 157 - Junio de 2011. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd157/avaliacao-antropometrica-em-atletas-de-futsal.htm>>. Acesso em: 02 fev. 2019.

