

COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ATLETAS DE FUTSAL, DA CATEGORIA SUB 17, DE UMA ESCOLINHA DE SÃO MIGUEL DO OESTE, SANTA CATARINA

Orientadora: RIBEIRO, Andréa Jaqueline Prates

Pesquisadores: DE LARA, Ronaldo

BELTRAME, Dominique

Curso: Educação Física

Área do conhecimento: Área das Ciências da Vida

O estudo de variáveis antropométricas faz-se necessário uma vez que serve como forma de caracterizar populações e seus segmentos específicos, como identificação de padrões importantes nas variações metabólicas, como um instrumento para avaliar a aptidão física e, ainda, como uma forma para acompanhar atletas que estão se preparando ou competindo. Assim, o objetivo com o presente estudo foi avaliar a composição corporal de adolescentes atletas praticantes da modalidade de futsal de uma escolinha do Município de São Miguel do Oeste, SC. A amostra foi composta por 15 atletas de futsal, do gênero masculino. Os atletas participam de competições em nível de Estado, como: Olesc, Joguinhos, Jesc e Campeonato Catarinense. A coleta de dados foi realizada no Laboratório de Fisiologia do Exercício (Lafe) da Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc), usando o aparelho de bioimpedância elétrica para a avaliação da composição corporal dos atletas. Os dados foram tabulados a partir do programa Microsoft Excel®, sendo utilizada a estatística descritiva (média e desvio padrão) para a análise dos resultados. Salienta-se que o presente estudo foi realizado a partir de uma atividade/exercício proposto nas aulas de Medidas e Avaliação em Atividade Física do Curso de Educação Física da Unoesc São Miguel do Oeste, como exercício à pesquisa. Os indivíduos foram submetidos ao teste da bioimpedância elétrica e a partir disso foram analisadas as variáveis: percentual de gordura (%), peso de massa magra (Kg), peso total (Kg) e peso a perder (Kg). Os resultados mostraram que a maioria dos atletas se encontram se classificados dentro dos padrões de normalidade para a saúde em todas as variáveis analisadas, no entanto, cinco atletas encontraram-se com percentual de gordura acima dos padrões de referência. É importante salientar que a massa magra desses adolescentes se apresentou de acordo com o indicado para a sua faixa etária. Conclui-se que o futsal de rendimento serve como parâmetro para melhorias nas variáveis analisadas, uma vez que a intensidade dos treinos diários contribui para a diminuição da gordura corporal e o aumento da massa magra. Vale salientar que nessa modalidade, quanto menores os valores de gordura corporal, mais isso irá favorecer o rendimento dos atletas.

Palavras-chave: Composição corporal. Futsal. Atletas.

andrea.ribeiro@unoesc.edu.br

croco_peres@hotmail.com

dominiquebeltrame@hotmail.com