



ANAIS

X SEMANA ACADÊMICA DE

EDUCAÇÃO FÍSICA

ORGANIZADORES

MARCOS ANTONIO ARAÚJO BEZERRA
JOSÉ DE CALDAS SIMÕES NETO



UNILEÃO
Centro Universitário

CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO

**ANAIIS DA X SEMANA ACADÊMICA DE EDUCAÇÃO
FÍSICA**

10ª EDIÇÃO

Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

Copyright © Autores e Autoras

Coordenador Geral: José de Caldas Simões Neto

Coordenador Científico: Marcos Antonio Araújo Bezerra

Design da Capa e Diagramação: Marcos Antonio Araújo Bezerra

Anais da X Semana Acadêmica de Educação Física é publicada em acesso aberto. Os dados apresentados, bem como a revisão ortográfica e gramatical, são de responsabilidade de seus autores, detentores de todos os Direitos Autorais, que permitem o download e o compartilhamento, com a devida atribuição de crédito, mas sem que seja possível alterar a obra, de nenhuma forma, ou utilizá-la para fins comerciais.

ISBN: 978-85-65221-50-4

**JUAZEIRO DO NORTE
2022**

APRESENTAÇÃO

Os cursos de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio promoveram o X Semana de Educação Física, que foi realizado de 03 a 05 de novembro de 2022. Este evento teve por objetivo proporcionar o diálogo e a reflexão dos estudantes e profissionais da área sobre a pluralidade da Educação Física, bem como debater as questões contemporâneas que envolvem as práticas e as possibilidades de produção de conhecimento sobre o ser humano e a sociedade.

A X Semana de Educação Física, contou com profissionais renomados do âmbito regional, nacional e internacional que abordaram questões pertinentes à área da Educação Física. a programação do evento contou com palestras, minicursos, apresentações de trabalhos científicos na modalidade oral.

COMISSÕES

Comissão Executiva

Coordenação: Profº José de Caldas Simões Neto

Comissão Científica e Avaliação

Coordenação: Profº Marcos Antonio Araújo Bezerra

Profª Jenifer Kelly Pinheiro

Profª Loumaíra Carvalho da Cruz

Profº José de Caldas Simões Neto

Profº Ricardo Pereira Lemos

Profº Francisco Marcelo Catunda de Oliveira

Profª Pergentina Parende Jardim

Profº Marcos Antonio Araújo Bezerra

Profº João Marcos Ferreira Lima e Silva

Profª Francisca Alana de Lima Santos

Profº Renan Costa Vanali

Profº Cícero Idelvan de Moraes

Profº Cícero Rodrigo da Silva

Profº Paulo Cesar de Mendonça

Profº José Hildemar Teles Gadelha

Profº João Marcos Ferreira

Comissão de Divulgação e Marketing

Coordenação: Profº José de Caldas Simões Neto

Comissão Financeira e Inscrição

Coordenação: Profº José de Caldas Simões Neto

Comissão Mini - Cursos

Coordenação: Profº José de Caldas Simões Neto

Profº Renan Costa Vanali

Profº Cícero Idelvan de Moraes

Profº Cícero Rodrigo da Silva

Profª Loumaíra Carvalho da Cruz

Comissão de Apoio e Materiais

Coordenação: Profº José de Caldas Simões Neto

Comissão Discentes

Pedro Avelange Nascimento Filho

Gustavo Pereira Nunes de Alencar

Luis Claudio Santos de Santana

Ana Isabel Lima de Moraes

Mateus Silva Beserra Lima

Wellsa Teixeira Matias

PROGRAMAÇÃO

QUINTA-FEIRA – 03/11/2022

- **Apresentação Científica**
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 16h às 18h
- **Credenciamento do evento**
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 17h.
- **Abertura do evento**
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 18h30
- **Apresentação cultural**
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 19h.
- **Palestra:** Ciência e Educação Física.
Me. Cícero Rodrigo da Silva
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 19h30.
- **Palestra:** Educação Física e Saúde: experiências, possibilidades e desafios na investigação científica
Dra. Deborah Santana Pereira
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 20h30.

SEXTA-FEIRA – 04/11/2022

- **Minicurso:** Gestão e Organização de Eventos Esportivos
Profª Ma. Márcia de Paula Sousa
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 18h às 22h.
- **Minicurso:** Prevenção e Reabilitação de Lesão no Esporte
Profº Esp. Ma. Thiago Batista
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 18h às 22h.
- **Minicurso:** Esportes Paraolímpicos
Profª Dra. Ialуска Guerra
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 18h às 22h.

SÁBADO – 05/11/2022

- **Workshop:** Personal Dance – do atendimento premium à prática dos ritmos
Profª Esp. Salete Oliveira
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 8h às 12h.
- **Workshop:** Arbitragem de Voleibol de Areia
Profº Esp. Túlio D’Leon Catunda
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 8h às 12h.
- **Workshop:** Funcional Kids
Profº Me. Augusto Pedretti
Local: Bloco E – Campus Lagoa Seca
Horário: 8h às 12h.

RESUMOS

GT 01 – ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

001	Redução da pressão arterial diastólica e da sobrecarga cardíaca após 6 sessões de treinamento funcional.....	9
002	Motivação para prática de musculação de acordo com a satisfação corporal.....	10
003	Perfil das doenças de participantes do programa de extensão HIDRO+.....	11
004	Efeitos psicopatológicos e alterações comportamentais associados ao uso de esteroides anabolizantes em atletas recreativos: uma revisão de literatura.....	12
005	4 semanas de treinamento funcional reduz a pressão arterial de idosos com diabetes tipo 2.....	13
006	Efeito do treinamento multifuncional na pressão arterial, frequência cardíaca e índice de massa corporal em idosos hipertensos resistentes.....	14
007	Os efeitos do exercício físico na prevenção e controle da diabetes gestacional: uma revisão sistemática.....	15
008	Efeitos do treinamento de dança sobre a ansiedade e estresse de jovens universitários: uma revisão integrativa.....	16
009	Efeito agudo do estado do humor após uma sessão de hidroginástica.....	17
010	Respostas glicêmicas de idosos com diabetes tipo 2 após 4 semanas de treinamento funcional.....	18
011	Respostas do uso de máscara N95 no VO2 Máx em jovens universitárias praticantes de ginástica de academia.....	19
012	Efeito do treinamento de hidroginástica sobre o perfil lipídico de idosos hipertensos.....	20
013	Respostas do exercício físico em pacientes com alzheimer: um estudo de revisão.....	21
014	Jet Lag social em universitários.....	22
015	Associação entre a prática de hidroginástica, atividades instrumentais da vida diária e autoestima de idosos.....	23
016	Benefícios decorrentes da dança para o desenvolvimento motor de crianças e adolescentes: uma revisão de literatura.....	24

GT 02 – DANÇA, CORPO E CULTURA

017	Objetificação do corpo feminino no esporte: sexualização de uniformes esportivos.....	25
-----	---	----

GT 03 – EDUCAÇÃO INCLUSIVA

018	Barreiras sociais e sexualidade: percepções a partir dos pais e/ou responsáveis de pessoas com deficiência.....	26
-----	---	----

GT 04 – ESCOLA

019	Pesquisas na área de educação ambiental em uma instituição de ensino superior.....	27
-----	--	----

020	Análise da disciplina “história da educação física” dos cursos formação de professores de educação física na região do cariri – cearense.....	28
------------	---	----

GT 06 – RECREAÇÃO E LAZER

021	O envolvimento em atividades durante o tempo de lazer.....	29
------------	--	----

GT 07 – RELATO DE EXPERIÊNCIA

022	Yoga e meditação como ferramenta para o aprendizado e desenvolvimento na educação escolar: relato de experiência.....	30
023	Formação inicial em educação física escolar e literatura de cordel: um relato de experiência.....	31
024	Desafios do PIBID educação física em tempos de pandemia: um relato de experiência.....	32
025	Monitoria e trabalho de conclusão de curso i: um relato de experiência.....	33
026	Relato de experiência: extratos das experiências vividas nas aulas de educação física com crianças da creche São Miguel.....	34

GT 08 – TREINAMENTO ESPORTIVO

027	A importância da relação do desenvolvimento motor no atletismo em crianças: revisão integrativa.....	35
028	Iniciação esportiva precoce, desenvolvimento infantil e produção do conhecimento: uma cartografia de documentos.....	36

RESUMO 001

REDUÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL DIASTÓLICA E DA SOBRECARGA CARDÍACA APÓS 6 SESSÕES DE TREINAMENTO FUNCIONAL

Enok Yule Dias Araújo¹; Vinicius Santos Cazita Martins¹; Devydson Philyp Leite Andrade¹; Loumaíra Carvalho da Cruz²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

Introdução: O exercício físico tem sido apresentado como uma ferramenta eficaz na redução da pressão arterial, especialmente exercício aeróbio e de força. Porém pouco se sabe sobre tais respostas no treinamento funcional, modalidade que é composta por atividades que enfatiza movimentos que são utilizados no dia-a-dia. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi comparar a pressão arterial pré e pós 6 sessões de treinamento funcional em indivíduos de meia idade. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa de campo com análise quantitativa e amostragem por conveniência. Participam do treinamento funcional 6 indivíduos de meia idade com faixa etária de $47,2 \pm 5,9$ anos. As 6 sessões de treinamento funcional foram realizadas 2 vezes por semanas (segundas e quartas-feiras) sempre no mesmo horário do dia. As sessões de exercício funcional eram divididas em 3 blocos, um bloco de mobilidade, segundo bloco neuromuscular e o terceiro bloco com atividades de resistência cardiorrespiratória. Todos os participantes realizaram avaliação inicial com anamnese e testes de aptidão funcional. A pressão arterial foi aferida em todas as sessões nos momentos pré e pós exercício. Sendo o momento pré exercício realizado após 10 minutos de repouso e o momento pós exercício após 10 minutos de recuperação. Para a análise estatística Teste t de Student pareado foi utilizado para comparar os valores da pressão arterial sistólica (PAS), pressão arterial diastólica (PAD), frequência cardíaca (FC) e duplo produto (DP) pré semana 1 (S1) e semana 6 (S6). O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$ e o software utilizado para análise dos dados foi o SPSS 22.0 for Windows (SPSS, Inc., Chicago, IL). **Resultados:** O teste t de Student pareado encontrou diferença significativa para PAD entre S1 vs. S6 ($81,3 \pm 5,7$ mmHg vs. $76,4 \pm 5,6$ mmHg; $p = 0,01$) com uma redução de $-4,9 \pm 2,9$ mmHg ($5,9 \pm 3,4\%$), para FC (S1 vs S6: $86,5 \pm 13,6$ bpm vs. $77,3 \pm 11,2$ mmHg; $p = 0,02$) com uma redução de $-9,2 \pm 6,4$ bpm ($-10,1\% \pm 7,6\%$) e também para DP (S1 vs S6: $10853,2 \pm 1732,6$ bpm vs. $9479,2 \pm 1777,3$ mmHg; $p = 0,03$) com uma redução de $-1374,0 \pm 1084,2$ mmHg*bpm ($-12,6\% \pm 9,5\%$). Foi encontrada redução não significativa de $-0,6 \pm 12,4$ mmHg para PAS (S1 vs S6: PAS: $123,1 \pm 11,6$ mmHg vs. $122,6 \pm 6,1$ mmHg; $p > 0,05$). **Conclusão:** Conclui-se que apenas seis sessões de exercício funcional são suficientes para reduzir a PAD, FC e DP de pessoas de meia idade, provavelmente contribuindo para reduzir o risco de algum evento cardiovascular.

Palavras-Chave: Pressão arterial; Treinamento Funcional; Doenças cardiovasculares.

RESUMO 002**MOTIVAÇÃO PARA PRÁTICA DE MUSCULAÇÃO DE ACORDO COM A SATISFAÇÃO CORPORAL**

Bárbara Raquel Souza Santos¹; Marcos Antonio Araújo Bezerra²; Jenifer Kelly Pinheiro²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

Introdução: A prática de atividade física é importante para manter a saúde e prevenir patologias independente da faixa etária e de qual tipo de atividade o indivíduo for praticar, sabendo disso a busca pela prática de atividade física pode ter diversas motivações, podendo ainda está ligada a percepção de imagem corporal dos praticantes de musculação. **Objetivo:** O estudo apresenta como objetivo identificar os fatores motivacionais de acordo de com a percepção de imagem corporal de praticantes de musculação. **Método:** Trata-se de um estudo de campo, descritivo, analítico, de corte transversal, realizado com 114 praticantes de musculação de uma academia escola do interior do Ceará, selecionados por conveniência. Para identificação dos fatores motivacionais foi aplicado a escala de motivos para a prática de atividade física (MPAM-R). Para verificação da percepção de imagem foi utilizado a escala de silhuetas de Stunkard. Os dados foram analisados por meio do programa estatístico JAMOV, através de análise descritiva, a comparação entre os fatores motivacionais e a satisfação corporal foi realizado através do teste t independente, adotando um alfa de 0,05. **Resultados:** Os participantes da pesquisa apresentaram uma idade média de $21,7 \pm 4,04$ anos, sendo sua maioria mulheres (76,1%). A maior proporção dos indivíduos tem prática regular da musculação menor que 6 meses (53,5%). Os resultados apontam diferenças estatisticamente significativas entre os constructos: diversão ($p=0,04$), aparência ($p=0,05$) e social ($p=0,03$) da motivação de acordo com a satisfação corporal, onde indivíduos insatisfeitos apresentam maiores índices de motivação. **Conclusão:** Conclui-se então que os fatores motivacionais têm relação direta com a percepção subjetiva de imagem corporal, onde os indivíduos que estão insatisfeitos com seu corpo têm uma motivação maior para a prática da musculação.

Palavras-Chave: Motivação; Imagem corporal; Treinamento de força.

RESUMO 003

PERFIL DAS DOENÇAS DE PARTICIPANTES DO PROGRAMA DE EXTENSÃO HIDRO+

Raissa Geremias Leite¹; Maria Gilmara Santos de Souza¹; João Vitor da Silva Leite¹; Jenifer Kelly Pinheiro²; Loumaira Carvalho da Cruz²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

Introdução: O programa de extensão HIDRO+ se trata de um projeto que envolve aulas de hidroginástica para a comunidade, visando promover saúde e qualidade de vida para indivíduos com comorbidades, uma vez que a hidroginástica tem sido apontada como uma modalidade de exercícios que podem promover benefícios cardiorrespiratórios e metabólicos, com reduções da pressão arterial, melhora do perfil lipídico e controle glicêmico, e ainda atenuar as dores crônicas ocasionadas por doenças ósteomioarticulares. Diante do exposto, a atividade tem sido bastante procurada por indivíduos com diversas patologias. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi identificar as doenças crônicas dos participantes do programa de extensão HIDRO+. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo descritivo, de corte transversal. Participam do programa HIDRO+ 69 indivíduos de ambos os sexos. As aulas do programa HIDRO+ acontecem as terças e quintas-feiras no turno matutino (8:30h às 9:30h) e vespertino (16h às 17h). Antes de iniciarem as atividades da hidroginástica todos os participantes responderam uma anamnese para identificação das patologias e medicamentos utilizados, e ainda realizaram uma avaliação física para verificação da aptidão funcional. As aulas são conduzidas por alunos monitores do curso de Educação Física e supervisionadas por 2 professoras também do curso de Educação Física. Para a identificação das patologias análise estatística descritiva absoluta e relativa (%) foi realizada. **Resultados:** Do total de praticantes de hidroginástica (69), 56,5% tem hipertensão, 24,6% tem hérnia de disco e 20,3% tem diabetes. Os demais apresentam outras causas como: fibromialgia (17,4%), Artrose (17,4%), Osteoporose (13,0%) e colesterol alto (8,7%). Dos 69 praticantes 37,7% (26) são idosos. Desses, 76,9% em hipertensão, 19,2% tem diabetes e 11,5% tem artrose. **Conclusão:** Considerando o total de participantes nas aulas de hidroginástica e o total de idosos, a maioria tem hipertensão, hérnia de disco e diabetes. A caracterização e perfil das doenças poderá contribuir para uma melhor orientação de exercícios, que possam ser mais direcionadas para esses problemas de saúde.

Palavras-Chave: Hidroginástica; Saúde; Doenças Crônicas.

RESUMO 004

EFEITOS PSICOPATOLÓGICOS E ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS ASSOCIADOS AO USO DE ESTEROIDES ANABOLIZANTES EM ATLETAS RECREATIVOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Felipe Silva Nogueira¹; Terentia Batista Sa de Norões²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

Introdução: O uso abusivo de esteroides anabolizantes é algo que está se tornando cada vez mais comum e apesar de já se conhecer bem seus efeitos adversos periféricos, os efeitos a nível comportamental é algo ainda controverso e vem sendo muito debatido no meio científico. Atletas recreativos fazem uso desses metabólitos de testosterona, hormônio masculino, para melhorar sua performance no esporte e buscar satisfação com a imagem corporal. No entanto, trabalhos recentes vêm associando o uso de androgênios a efeitos psicopatológicos, como depressão e ansiedade, além de alterações comportamentais, como agressividade e transtorno dismórfico corporal. **Objetivo:** O objetivo da pesquisa foi identificar na literatura atual se há ligação entre o uso de anabolizantes e a incidência de alterações comportamentais e doenças psiquiátricas. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão integrativa. Foi feita uma análise de combinação de artigos originais com diferentes metodologias de estudo. As bases de dados utilizadas foram PubMed, Google scholar e SciELO, buscando pôr os descritores: anabolizantes esteroides, psicopatologias, ansiedade e depressão. Os critérios de inclusão foram estudos científicos epidemiológicos publicados entre 2010 e 2022 que tinham combinações dos descritores discriminados acima. Os critérios de exclusão foram estudos cuja população era de indivíduos com hipogonadismo ou disforia de gênero. Para a análise dos resultados foi feita uma extração e quantificação dos efeitos desencadeados ou ausência de efeitos de dezoito artigos, dos quais seis tinham sido publicados entre 2010 e 2017 e doze entre 2018 e 2022. **Resultados:** Todos os artigos analisados mostraram correlação entre o uso de androgênios com transtornos comportamentais. Os resultados apontam associação dessas substâncias com os seguintes efeitos psicopatológicos e alterações comportamentais: agressividade (38,8%), ansiedade (33,3%), depressão com uso prolongado (16,6%) e comportamento antissocial (11,1%). **Conclusão:** Pode-se concluir de uma forma geral que o uso abusivo de anabolizantes em atletas do sexo masculino está associado a transtornos psicológicos e comportamentais, como ansiedade, depressão, comportamento antissocial e transtorno dismórfico corporal. Apesar do aumento do número de estudos nos últimos anos envolvendo esse tema, faz-se necessário a realização de mais estudos. Há também limitações nas metodologias para análise comportamental, o que reforça essa preocupação. Observamos também que existe uma escassez de trabalhos publicados relacionando o uso desses androgênios com o público feminino

Palavras-Chave: Esteroides anabolizantes; Psicopatologias; Alterações comportamentais.

RESUMO 005**4 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL REDUZ A PRESSÃO ARTERIAL DE IDOSOS COM DIABETES TIPO 2**

Hevelen Damaris Santos Pereira; Sthefany Maria Gomes dos Santos; Loumaíra Carvalho da Cruz²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A Diabetes é uma doença metabólica crônica que provoca doenças cardiovasculares, especialmente a hipertensão. Contudo, o exercício físico contribui na prevenção desse fator de risco. Porém, pouco se sabe efeitos do treinamento funcional no controle da pressão arterial. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi comparar as respostas hemodinâmicas em idosos com diabetes tipo 2 após 4 semanas de treinamento funcional. **Método:** Foi realizado uma pesquisa de campo com característica experimental e análise do tipo quantitativa. A amostra foi composta por 12 indivíduos com DM-2, os participantes foram divididos em dois grupos, o grupo controle (GC, $n=6$ $68,7 \pm 3,2$) os quais não realizaram nenhum tipo de exercício durante o período da intervenção e um grupo exercício (GE, $n=6$ $67,9 \pm 2,8$) os quais fizeram parte das sessões experimentais com aplicação dos exercícios. O GE realizou durante um período de 4 semanas o treinamento funcional. Ainda, durante este período mencionado, a pressão arterial de ambos os grupos (GE e GC) foram mensuradas em cada sessão pré e pós intervenção. As sessões experimentais aconteceram 3 vezes por semanas (segundas, quartas e sextas). As sessões de treinamento funcional tiveram duração de aproximadamente 45 minutos e cada sessão foi dividida em 3 blocos: o bloco 1 com atividades de mobilidade, equilíbrio e agilidade; bloco 2 neuromuscular e o bloco 3 com atividades de resistência cardiorrespiratória, e para finalizar a sessão, exercícios de alongamento. Cada exercício foi realizado por um período de 40 segundos, com descanso de 30 segundos entre os exercícios e 1 minuto entre os blocos. Estatística descritiva com média e desvio padrão foi adotada. ANOVA com delineamento misto foi utilizada. Teste t de Student não pareado foi utilizado para comparar a variação percentual ($\Delta\%$) entre semana 1 e 4. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$ e o software utilizado para análise dos dados foi o SPSS 22.0 **Resultados:** Houve diferença significativa da PAS entre semana 1 vs. semana 4 no grupo intervenção ($143,8 \pm 5,3$ mmHg vs. $114,0 \pm 6,5$ mmHg; $p < 0,01$). O mesmo não ocorrendo para o grupo controle ($143,5 \pm 3,7$ mmHg vs. $156,0 \pm 30,3$ mmHg; $p > 0,05$) em que houve um aumento (não significativo). Quando comparado os grupos na semana 4, houve diferença estatística do grupo intervenção vs. Controle ($114 \pm 5,3$ mmHg vs. $156,0 \pm 30,3$ mmHg; $p < 0,05$). Quando comparada a variação percentual entre a semana 1 e semana 4, foi encontrada diferença significativa entre grupo controle vs. intervenção ($+8,7 \pm 20,9\%$ vs. $-20,7 \pm 5,1\%$; $p < 0,05$). Para a PAD houve diferença apenas entre semana 1 vs. semana 4 no grupo intervenção ($77,8 \pm 6,8$ mmHg vs. $68,3 \pm 7,8$ mmHg; $p < 0,05$). Quando comparada a variação percentual entre a semana 1 e semana 4, foi encontrado encontrou significativa entre grupo controle vs. intervenção ($0,3 \pm 11,6\%$ vs. $-12,2 \pm 7,1\%$; $p < 0,05$). **Conclusão:** Conclui-se que quatro semanas de treinamento funcional, realizado três vezes por semana com duração de 40 minutos, reduz valores de PAS e PAD em idosos com diabetes tipo 2.

Palavras-Chave: Diabetes Mellitus tipo 2; Pressão Arterial; Treinamento Funcional.

RESUMO 006

EFEITO DO TREINAMENTO MULTIFUNCIONAL NA PRESSÃO ARTERIAL, FREQUÊNCIA CARDÍACA E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM IDOSOS HIPERTENSOS RESISTENTES

Bárbara Raquel Souza Santos¹; Marcos Antonio Araújo Bezerra²; Jenifer Kelly Pinheiro²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: O envelhecimento é um processo natural que mesmo não sendo sinônimo de doenças, mesmo com o surgimento de algumas patologias, tais como doenças cardiovasculares, dentre elas, a hipertensão arterial sistêmica, que é considerada uma doença multifatorial, caracterizada pela elevação e sustentação dos níveis pressóricos. Estima-se que de 10 a 20 % são de hipertensos resistentes (HR), definidos como indivíduos que mantêm os níveis elevados da pressão arterial (PA) mesmo tomando três ou mais anti-hipertensivos. Dentre essas estratégias não farmacológicas, sabe-se que o treinamento combinado que envolve o treinamento de força e o cardiometabólico tem um efeito positivo para auxiliar no controle da PA e peso corporal. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo foi avaliar o efeito do treinamento multifuncional na PA, frequência cardíaca (FC) e índice de massa corporal (IMC) de idosos HR do projeto Hiper funcional de um Centro Universitário da cidade de Juazeiro do Norte. **Método:** Trata-se de um estudo clínico, controlado. A amostra foi composta por 8 idosos com HR. Foram avaliados o índice de massa corporal, frequência cardíaca e pressão arterial antes e depois de cada sessão de treinamento. A intervenção teve duração de dez sessões. O treinamento foi dividido em quatro blocos com intensidade controlada via percepção subjetiva de esforço (OMNII-GSE) com variação entre dois e oito de acordo com cada bloco. O treinamento funcional foi dividido em: alongamento e mobilidade articular, neuromuscular 1, neuromuscular 2 e cardiometabólico. Após as dez sessões de treinamento o IMC foi novamente mensurado. Os dados foram analisados por meio do programa estatístico JAMOV, através de análise descritiva e teste t de Student pareado e adotando uma significância de $p < 0,05$. O tamanho do efeito foi estimado a partir do teste Partial Eta Squared. **Resultados:** A média de idade da amostra foi de $67,8 \pm 5,9$ anos. Observou-se resultados significativos na PA sistólica ($p = 0,037$) e na FC ($p = 0,047$) entre a primeira e a décima sessão de treinamento multifuncional, não havendo diferença estatisticamente significativa na PA diastólica ($p = 0,107$) e IMC ($p = 0,110$). Os resultados indicam forte efeito nas variáveis PA sistólica (0,912) e FC (0,804). **Conclusão:** Nesse sentido, dez sessões de treinamento multifuncional foram suficientes para induzirem respostas hipotensoras na PA sistólica e FC mas não na PA diastólica e IMC de idosos HR.

Palavras-Chave: Exercício Físico; Hipertensão; Idosos.

RESUMO 007**OS EFEITOS DO EXERCÍCIO FÍSICO NA PREVENÇÃO E CONTROLE DA DIABETES GESTACIONAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Viviane Ferreira Mendes Bezerra¹; Sthefany Maria Gomes dos Santos¹; Loumaíra Carvalho da Cruz²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A diabetes é uma doença metabólica causada pela destruição das células beta no pâncreas e com isso ocorre o aumento da glicose no sangue, a diabetes gestacional (DMG) é causada pela intolerância aos carboidratos durante a gestação que é ocasionada através dos hormônios que são produzidos pela placenta pois eles provocam a diminuição da ação da insulina e com isso ocorre o aumento de insulina na gestante. E o exercício físico pode ser utilizado no tratamento e prevenção da diabetes por trazer benefícios para a sua saúde e reduzindo as complicações durante a gravidez. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo é apresentar, por meio de uma revisão sistemática, informações científicas sobre efeitos do exercício físico na prevenção e controle da diabetes gestacional. **Método:** A amostra foi constituída por artigos originais após a busca realizada nas bases de dados Scielo, Lilacs e Pubmed. Os critérios de inclusão foram estudos originais que foram realizadas intervenções experimentais com mulheres com diabetes gestacional, redigidos nos idiomas português e inglês nos últimos 5 anos e estudos com o objetivo de verificar o efeito do exercício físico na prevenção e controle da diabetes gestacional. Os critérios de exclusão foram estudos duplicados e revisão sistemática e/ou de literatura. Para a busca de dados foram utilizados os termos em português: "exercício físico" e "diabetes gestacional", e traduzido para o inglês: "physical exercise" e "gestational diabetes" usando os filtros Inglês e Português e dos últimos 5 anos. No Lilacs foram encontrados 17 artigos e no SciELO foram encontrados 2, mas não foram incluídos por não atender os critérios de inclusão. No PubMed foram encontrados 721 estudos onde após o uso dos filtros restaram 56. Desses, 6 foram incluídos na pesquisa e o restante foi excluído por não atender aos critérios de inclusão e nem ao objetivo da presente pesquisa. **Resultados:** Ao final da busca foram incluídos 6 artigos no total onde 1 apresenta que o exercício reduziu o ganho de peso materno, bem como o ganho de peso excessivo e DMG. Outro artigo reporta que as intervenções dietéticas juntamente com exercício podem reduzir a incidência de DMG. Outros 2 artigos apresentam controle glicêmico e controle da hiperglicemia. E os dois últimos mostram que o exercício resistido tem melhor efeito tanto na glicemia de jejum assim como também nos níveis de glicemia pós-prandial de 2h, com isso foram benéficos para reduzir os níveis de glicose no sangue de gestantes. **Conclusão:** Pode-se concluir que todos dos estudos, incluídos na presente revisão, com intervenção de exercício físico encontraram que há um controle e redução da glicemia em mulheres gestantes com diabetes.

Palavras-chave: Diabetes mellitus, exercício físico, gestação.

RESUMO 008

EFEITOS DO TREINAMENTO DE DANÇA SOBRE A ANSIEDADE E ESTRESSE DE JOVENS UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.

Keliane Kerly Oliveira de Medeiros¹; Jenifer Kelly Pinheiro ²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A ansiedade é um transtorno mental caracterizado como uma experiência comum vivenciada pelo ser humano, podendo ser patológica ou não e que apresenta sintomas de medo, apreensão e preocupação. Já o estresse é uma reação do organismo como resposta à determinada situação, e ambos fazem parte da vida e da nova rotina de estudantes universitários. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi analisar os níveis de ansiedade e stress de jovens universitários após sessões de treinamento de dança através de uma revisão de literatura. **Método:** Classificado como estudo qualitativo, foi realizada uma revisão do tipo integrativa que é um método usado para sintetizar resultados de pesquisas sobre um determinado assunto. A pesquisa foi realizada através do banco de dados PubMed, onde para a seleção dos estudos foram usados os Descritores da Saúde: students, dance, anxiety e stress, tendo duas formas de busca: "University students and dance and stress" e "University students and dance and anxiety" com 2 e 15 achados, respectivamente, resultando em 4 artigos. **Resultados:** Na presente revisão após aplicar critérios, resultou-se em 4 achados. Dentre eles foram encontrados 3 com efeitos positivos relacionados à estresse e ansiedade e 1 com efeito diferente do esperado pelo autor. O primeiro estudo sobre dança esportiva nos apresenta que as dimensões relacionadas a estresse, autossatisfação, satisfação com a aparência, relacionamento interpessoal e satisfação pessoal foram significativamente melhoradas. No segundo estudo que foi dividido em fases, houve diferença positivas estatisticamente significativa para estresse-ansiedade em ambas. No terceiro estudo, os dados relacionados à ansiedade e estresse mostraram um aumento geral dos níveis entre o pré e pós teste. Já para os níveis de depressão e qualidade do sono houve melhora significativa. Por último, no grupo de Biodanza foram encontradas diferenças estatisticamente significativas na depressão (efeito grande), no estresse percebido (efeito médio) e na qualidade subjetiva de sono (efeito pequeno). **Conclusão:** Concluimos então, que a dança pode ser uma maneira de gerir os sintomas de ansiedade, estresse, depressão e qualidade de sono em jovens universitários, mas que também pode ser influenciada por outras variáveis.

Palavras-Chave: Exercício físico, Dança, Transtorno mental. Estresse.

RESUMO 009**EFEITO AGUDO DO ESTADO DO HUMOR APÓS UMA SESSÃO DE HIDROGINÁSTICA.**

Lohanna Lopes Ferreira¹; Sthefany Maria Gomes dos Santos²; Marcos Antonio Araújo Bezerra³

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

³ Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A hidroginástica quando praticada regularmente leva ao idoso a obter um leque de benefícios, dentre eles a melhoria da condição corporal, a melhoria do estado do humor, fazendo com que retarde os efeitos interligados ao processo temporal, ocasionando uma expectativa de vida maior. **Objetivo:** verificar o efeito agudo do estado do humor após uma sessão temática de hidroginástica. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de campo, descritivo, de corte transversal, com uma amostra do tipo conveniência de 22 participantes de um programa de hidroginástica. O instrumento utilizado para mensurar o estado do humor foi escala de humor de Brunel (BRUMS). A sessão de hidroginástica temática, foi realizada durante o período da tarde em alusão ao dia das crianças, no qual foi dividida em parte inicial (10min), parte principal(40min) e parte final(10min), com BPM's entre 120 e 150, totalizando 1 hora de aula. Ao final da aula foi realizada brincadeiras recreativas que recordassem memórias afetivas de brincadeiras realizadas por eles na infância. Para a análises dos dados foi utilizado o software JAMOV, através de estatística descritiva por distribuição de frequência, também foi utilizado o t pareado adotando um alfa de <0,05. **Resultados:** Os resultados apontam uma melhora do estado do humor em todos os seus constructos (tensão [$p=0,001$], depressão [$p<0,001$], raiva [$p<0,001$], vigor [$p<0,001$], fadiga [$p<0,001$], confusão mental [$p<0,001$], bem como no escore geral do humor (DTH [$p<0,001$]). **Conclusão:** Conclui-se, que idosos ao praticarem aulas de hidroginástica temáticas apresentam menor tensão, depressão, raiva, fadiga e confusão mental. Além disso, apresenta um melhor estado de humor e aumento no índice de vigor. Portanto, de acordo com os resultados obtidos a prática de hidroginástica é um fator positivo no estado de humor de idosos, tanto do sexo masculino como do sexo feminino.

Palavras-Chave: Humor. Exercício Físico. Idosos.

RESUMO 010**RESPOSTAS GLICÊMICAS DE IDOSOS COM DIABETES TIPO 2 APÓS 4 SEMANAS DE TREINAMENTO FUNCIONAL.**

Sthefany Maria Gomes dos Santos¹; Hevelen Damaris Santos Pereira¹; Viviane Ferreira Mendes Bezerra¹; Loumaíra Carvalho da Cruz²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A diabetes tipo 2 (DM-2) se caracteriza como uma doença metabólica caracterizada pela resistência à insulina. Dentre as formas de tratamento não farmacológico se destaca o exercício físico, tanto o aeróbio como o de força, porém pouco se sabe sobre as respostas glicêmicas no treinamento funcional. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi comparar as respostas glicêmicas em idosos com diabetes tipo 2 após 4 semanas de treinamento funcional. **Método:** Foi realizado uma pesquisa de campo com característica experimental e análise do tipo quantitativa. A amostra foi composta por 12 idosos com DM-2, os participantes foram divididos em dois grupos, o grupo controle (GC, $n=6$ $68,7 \pm 3,2$) os quais não realizaram nenhum tipo de exercício durante o período da intervenção e um grupo exercício (GE, $n=6$ $67,9 \pm 2,8$) os quais fizeram parte das sessões experimentais com os exercícios funcionais. O GE realizou durante um período de 4 semanas exercícios funcionais. Ainda, durante este período mencionado, a glicemia de ambos os grupos (GE e GC) foram mensuradas semanalmente pré e pós intervenção. As sessões experimentais aconteceram 3 vezes por semanas (segundas, quartas e sextas). As sessões de treinamento funcional tiveram duração de aproximadamente 45 minutos e cada sessão foi dividida em 3 blocos: o bloco 1 com atividades de mobilidade, equilíbrio e agilidade; bloco 2 neuromuscular e o bloco 3 com atividades de resistência cardiorrespiratória, e pra finalizar a sessão exercícios de alongamento. Cada exercício foi realizado por um período de 40 segundos, com descanso de 30 segundos entre os exercícios e 1 minuto entre os blocos. Estatística descritiva com média e desvio padrão foi adotada. ANOVA com delineamento misto foi utilizada. Teste t de Student não pareado foi utilizado para comparar a variação percentual ($\Delta\%$) entre semana 1 e 4. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$ e o software utilizado para análise dos dados foi o SPSS 22.0 **Resultados:** Não houve diferença significativa entre medidas de glicemia da semana 1 para semana 4 entre o grupo intervenção vs. controle ($237,2 \pm 92,2$ mg/dL vs. $167,8 \pm 52,9$ mg/dL; $p > 0,05$), mesmo o grupo intervenção apresentando redução de $-49,3 \pm 37,8$ mg/dL e o grupo controle aumento de $19,2 \pm 56,5$ mg/dL. No entanto, quando comparada a variação percentual entre a semana 1 e semana 4, foi encontrada diferença significativa entre grupo controle vs. Intervenção ($+10,7 \pm 26,3\%$ vs. $-22,8 \pm 16,1\%$; $p < 0,01$). **Conclusão:** Quatro semanas de treinamento funcional, realizado três vezes por semana com duração de 40 minutos, reduz valores de glicemia em pessoas idosas com DM-2.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus tipo 2; Glicemia; Treinamento Funcional.

RESUMO 011**RESPOSTAS DO USO DE MÁSCARA N95 NO VO2 MÁX EM JOVENS UNIVERSITARIAS PRÁTICANTES DE GINÁSTICA DE ACADEMIA.**

Francisco Evanio Paes Júnior¹; Jenifer Kelly Pinheiro²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A pandemia do COVID-19 levou a população mundial a ficar em suas casas, assim, tendo a proibição de praticar atividades esportivas ou sociais. Com isso, durante a pandemia, observou-se um efeito geral negativo no nível de atividade física da população em geral, bem como um aumento no consumo de alimentos menos saudáveis e uma elevação de 28,6% no comportamento sedentário. Dessa forma, a aptidão cardiorrespiratória reduziu de forma significativa. A medida padrão-ouro para a aptidão cardiorrespiratória é o consumo máximo de oxigênio (Vo2máx), que é quantificado como a quantidade máxima de oxigênio que o corpo pode usar em 1 minuto, durante o trabalho dinâmico com grande massa muscular. Durante a pandemia, as máscaras faciais projetadas especificamente para restringir o fluxo de ar, demonstraram ter um impacto negativo nas classificações de esforço percebido sem uma resposta metabólica benéfica durante o treinamento de resistência, tanto as máscaras cirúrgicas quanto as máscaras respiratórias N95. **Objetivo:** Avaliar as respostas do treinamento de ginástica de academia na modalidade de Jump no Vo2máx de praticantes de ginástica de academia com e sem o uso de máscara N95. **Método:** Trata-se de um ensaio clínico randomizado e controlado. A amostra foi composta por seis jovens universitárias, sedentárias, acima de 18 anos. Inicialmente foi realizado o teste de Vo2máx no banco de McArdle, e após aplicado dez sessões de atividades de ginástica em academia na modalidade de Jump, duas vezes na semana com duração de 60 minutos, com intensidade mensurada pela escala de percepção subjetiva de esforço entre 13 e 16 Borg. O tratamento para a análise dos dados foi elaborado a partir de um banco de dados digitado no programa Microsoft Excel®, 2013. Em seguida, as análises dos dados da pesquisa foram realizadas por meio do programa software JAMOWI versão 1.6. Foram consideradas análises estatísticas descritivas e inferenciais. O Teste ANOVA para medidas repetidas foi utilizado para diferenciar as variáveis do grupo com máscara e do grupo sem máscara nos dois momentos, adotando um alfa <0,05. O tamanho do efeito foi estimado a partir do teste Partial Eta Squared. **Resultados:** A amostra apresenta média de idade de 19,2±0,98, e médias de Vo2máx pré intervenção de 31,5±1,14 e pós intervenção de 31,7±1,44 para o grupo com máscara e Vo2máx pré intervenção de 25,2±5,05 e pós intervenção de 35,1±4,29 para o grupo sem máscara N95. Observou-se resultados significativos no Vo2 máximo entre os grupos (p=0,046) e efeito moderado da intervenção (d=0,690). **Conclusão:** Portanto, o uso da máscara n95 durante as dez sessões de treinamento de ginástica de academia na modalidade de Jump podem reduzir os ganhos no Vo2máx de jovens universitárias quando comparado com quem não fez uso.

Palavras-chave: Ginástica. Pandemia. Aptidão Cardiorrespiratória.

RESUMO 012

EFEITO DO TREINAMENTO DE HIDROGINÁSTICA SOBRE O PERFIL LIPÍDICO DE IDOSOS HIPERTENSOS.

Wellsa Teixeira Matias¹; Luís Claudio Santos de Santana¹; Gislene Pereira da Silva¹; Marcos Antonio Araújo Bezerra²; Jenifer Kelly Pinheiro²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: O envelhecimento é considerado um processo multifatorial, caracterizado por declínios progressivos ao longo da vida, tanto nos aspectos fisiológicos como funcionais, psicológicos e sociais. No Brasil, estima-se que há cerca de 30,2 milhões de idosos. Diante das mudanças acarretadas pelo envelhecimento, aliadas ao sedentarismo ocorrerem redução na qualidade de vida e o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis. Nesse contexto, uma das doenças cardiovasculares que mais acomete idosos é a hipertensão arterial sistêmica. As doenças cardiovasculares são fatores de riscos provenientes de alterações do perfil lipídico. Dessa forma, a prática de exercícios é de extrema importância para a prevenção e controle das doenças cardiovasculares e controle dos componentes do lipidograma. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo foi avaliar o efeito do treinamento de hidroginástica no perfil lipídico de idosos hipertensos. **Método:** A amostra foi composta por 10 idosos hipertensos, sendo quatro do grupo controle (GC), e seis para o grupo experimental (GE). Ambos os grupos responderam a anamnese e realizaram análise sanguínea, lipidograma, em jejum. O GC não recebeu nenhum tipo de intervenção, já o GE realizou quatro semanas de treinamento de hidroginástica, duas vezes na semana com 60 minutos de aula. A intensidade na parte principal da aula foi mensurada a partir da percepção subjetiva de esforço, sendo de 14 -15 Borg. Após o período de intervenção ambos os grupos repetiram o lipidograma. Após constatar a normalidade dos dados através do teste Shapiro Wilk, considerou-se média e desvio padrão. E para atender ao objetivo geral da pesquisa utilizou-se do teste ANOVA de dois fatores para medidas repetidas. **Resultados:** A média de idade foi de $68,5 \pm 6,16$ anos para o GE e quatro GC com idade média de $67,2 \pm 4,06$ anos. Os resultados apontaram diferença estaticamente significativa nas variáveis colesterol ($p=0,011$), HDL ($p=0,016$), LDL ($p=0,019$) e triglicerídeos ($p=0,009$), não ocorrendo diferença na variável NÃO HDL ($p=0,075$) entre os grupos. Dessa forma, o efeito da intervenção no Colesterol (0,575), HDL (0,589), LDL (0,519) e triglicerídeos (0,593) foram considerados moderados, enquanto no NÃO HDL (0,344) foi considerado baixo. **Conclusão:** Diante dos resultados, podemos concluir que o treinamento na modalidade hidroginástica mostrou eficácia na melhoria do perfil lipídico em quase todos os componentes do lipidograma de idosos.

Palavras-chave: Exercício Físico; Idosos; Hipertensão.

RESUMO 013

RESPOSTAS DO EXERCÍCIO FÍSICO EM PACIENTES COM ALZHEIMER: UM ESTUDO DE REVISÃO.Wellsa Teixeira Matias¹; Jenifer Kelly Pinheiro²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A doença de Alzheimer é considerada um tipo de demência que acomete idosos de 60 anos acima, podendo ocorrer de forma precoce. Segundo Sereniki o Alzheimer se caracteriza por decadência cognitiva, ocorrendo um comprometimento da memória e dano progressivo da habilidade funcional. De acordo com Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, mais de 45 milhões de pessoas no mundo possui a doença e este número provavelmente irá dobrar a cada 20 anos. Segundo o último encontro anual da Alzheimer's Disease International em 2021 foi concluído que a demência se tornou a sétima principal causa de morte no mundo inteiro, sendo a doença que mais tem custos caros devido à falta de conhecimento sobre a causa da mesma. No Brasil acredita-se que existe cerca de 1,2 milhão de casos, sendo que a maioria deles não tenha diagnóstico. É observado que a cada nível da doença o paciente fica cada vez mais dependente do seu cuidador ou familiar para realizar atividades simples. Entretanto, com o avanço de estudos na ciência foram encontrados, outros meios não farmacológicos, dentre eles o exercício físico já que é comprovado os benefícios que o mesmo traz para o ser humano para tratar a doença.

Objetivo: Avaliar o efeito do exercício físico em idosos com doença de Alzheimer através de uma revisão de literatura integrativa. **Método:** Esta pesquisa de abordagem qualitativa. Foi pesquisado artigos utilizando os seguintes descritores em português Estado Mental, Exercício Físico e Alzheimer, em inglês utilizamos Mental Status or Dementia Tests, Exercise, Alzheimer nos bancos de dados e encontramos os seguintes artigos: Lilacs 8 artigos, Pubmed 36 artigos e Scielo 4 artigos que totalizou 48 artigos, após a leitura e aplicar os critérios apenas 3 foram selecionados para compor o estudo. **Resultados:** No artigo 1 o Grupo Controle apresentou resultados semelhantes ao Grupo Treinamento nas variáveis de força, já na variável de cognição não houve tanta melhora no grupo controle. No artigo 2 Houve interação estatisticamente expressiva entre grupos. Na análise intragrupo mostrou piora expressiva no grupo rotina, porém, apresentou melhoras no grupo intervenção. No último estudo os resultados mostraram que a pontuação do Exame do Estado Mental Mínimo, a pontuação da Doença de Alzheimer da Qualidade de Vida e o nível de Apo-a1 no plasma aumentaram significativamente para o grupo aeróbio após intervenção. **Conclusão:** Após avaliar cada artigo, foi concluído que o exercício físico tem efeitos positivos na cognição e capacidade funcional do paciente com a doença de alzheimer.

Palavras-chave: Alzheimer; Exercício Físico; Estado Funcional; Mini-Exame do Estado Mental

RESUMO 014

JET LAG SOCIAL EM UNIVERSITÁRIOS.

Maria Stéfany Santos Marinho¹; Jane Ferreira do Nascimento Ribeiro²; Marcos Antonio Araújo Bezerra³

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

³ Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: O JetLag Social (JLS), pode ser definido como a discrepância entre os horários de sono em dias habituais da semana e dias livres como finais de semana, ocorrendo um desalinhamento no relógio biológico e social, este desalinhamento pode trazer consequência para vida do indivíduo, em universitários tal fato se considera relevante devido as alterações que podem ocasionar prejuízos a saúde física, mental e no desempenho acadêmico. **Objetivo:** O estudo apresenta como objetivo verificar a incidência de JLS em universitários. **Método:** Trata-se de um estudo de campo, descritivo, analítico, de corte transversal, realizado com 105 universitários, selecionados por conveniência. O JLS foi calculado da seguinte forma: $JLS = (\text{Ponto médio do horário que dorme e acorda em um dia habitual da semana} - \text{ponto médio do horário que dorme e acorda nos finais de semana})$, chegando assim ao resultado de discrepância em dias habituais da semana e final de semana, aqueles que chegam à diferença do ponto médio de sono >1 hora classifica-se com JLS. Os dados foram analisados por meio do programa estatístico JASP, através de análise descritiva, a comparação entre os pontos médios foi realizada através do teste t pareado adotando um alfa de 0,05. **Resultados:** Os resultados apontam existir o JLS em cerca de 1/3 dos universitários (38;36,2%), destacando-se o sexo masculino (16; 38,1%). Os dados apresentaram uma diferença estatisticamente significativa de 56 minutos entre o ponto médio semanal e ponto médio no final de semana [$t(104) = -7,89, p < 0,001$]. **Conclusão:** O JLS está presente em 1/3 dos universitários, podendo assim gerar efeitos negativos

Palavras-chave: Sono; Saúde; Ritmos biológicos.

RESUMO 015

ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE HIDROGINÁSTICA, ATIVIDADES INSTRUMENTAIS DA VIDA DIÁRIA E AUTOESTIMA DE IDOSOS.

Luis Claudio Santos de Santana¹; Barbara Raquel Souza Santos¹; Jamile Carneiro Santos¹; Salomão Rodrigues Santana¹; Jenifer Kelly Pinheiro²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: O envelhecimento é um processo que está sendo definido não apenas pela idade cronológica e sim pelas mudanças associadas a ele. É um processo universal e irreversível que traz consigo uma série de alterações físicas, psicológicas e fisiológicas além de aspectos sociais. A baixa autoestima em idosos pode acarretar uma série de patologias associadas, como a falta de funcionalidade que compromete as atividades de vida diária da pessoa idosa. A prática regular de exercício que além de melhorar a saúde física, melhora a qualidade de vida e a forma como o idoso vê a si mesmo aumentando a autoeficácia e a autoestima, melhorando a qualidade de vida do indivíduo. **Objetivo:** associar a prática de hidroginástica com as classificações das atividades instrumentais da vida diária e autoestima de idosos. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de abordagem quantitativa com idosos que realizam a prática de hidroginástica, 2 vezes na semana com duração de 60 minutos de aula. A amostra foi de 21 idosos no total, 10 que praticam hidroginástica e 11 que não praticam nenhum exercício físico. Foram utilizadas duas escalas validadas para coleta dos dados a Escala de Atividades Instrumentais de Vida Diária – AIVD e a Escala de Autoestima. As análises dos dados foram realizadas por meio do programa software JAMOVI versão 1.6. Para atingir o objetivo geral da pesquisa foi utilizado o teste qui-quadrado para possíveis associações. **Resultado:** A média de idade do grupo foi de $71,8 \pm 7,65$. Observou-se resultado significativo na associação entre a prática de hidroginástica e as classificações de AIVD ($p=0,021$), destaca-se um número maior de idosos independente para o grupo que pratica hidroginástica ($n=7; 70\%$). Quanto a variável autoestima não se observou associações significativas entre os dois grupos ($p=0,757$). **Conclusão:** Conclui-se que há uma associação entre a prática de hidroginástica e as classificações de AIVD, porém a prática de hidroginástica não se associou com maiores níveis de autoestima.

Palavras-chave: Autoestima; Exercício Físico; Idosos.

RESUMO 016

BENEFÍCIOS DECORRENTES DA DANÇA PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES: UMA REVISÃO DE LITERATURA.

Felipe Silva Nogueira¹; Francisco Davi Pereira Lima¹; José Erlânio Sousa Santos¹
Ramon Valdomiro de Sousa Oliveira¹; Renan Costa Vanali²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: Os níveis de atividade física das crianças e adolescentes vêm diminuindo ao longo dos últimos anos e a cada dia a sedentarização desses indivíduos aumenta exponencialmente, efeito que é decorrente digitalização do ambiente em que vivem. Apesar da dança infantil ainda ser uma atividade pouco utilizada no Brasil, em outros países é bastante utilizada para ajudar no desenvolvimento motor de crianças e adolescentes, pois a mesma atua na manutenção da saúde. **Objetivo:** O objetivo da pesquisa foi identificar na literatura atual os benefícios que a dança pode trazer no desenvolvimento motor de crianças e adolescentes, juntamente com isso fazendo a manutenção da saúde e prevenindo doenças. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão integrativa. Foi feita uma análise de combinação de artigos originais com diferentes metodologias de estudo. As bases de dados utilizadas foram PubMed e Google scholar buscando por os descritores: dança, desenvolvimento motor, dança infantil. Os critérios de inclusão foram estudos científicos epidemiológicos publicados entre 2010 e 2022 que tinham combinações dos descritores discriminados acima. Os critérios de exclusão foram estudos cuja dança não foi praticada no período da infância ou adolescência. Para a análise dos resultados foi feita uma pesquisa em 16 artigos, dos quais 3 tinham sido publicados entre 2010 e 2017 e treze entre 2018 e 2022. **Resultados:** Todos os artigos analisados mostraram que a dança é uma atividade benéfica tanto para crianças como para adolescentes e a mesma atua na melhora dos seguintes aspectos: postura, flexibilidade, desenvoltura corporal e na socialização. Além disso pode ser utilizada como forma de terapia para pessoas deficientes. **Conclusão:** Pode-se concluir de uma forma geral que a dança traz inúmeros benefícios a saúde do praticante, além de ajudar a desenvolver o físico-motor do público juvenil e infante juvenil. Apesar da dança ainda ser uma atividade pouco praticada no Brasil, principalmente quando se trata do público masculino, é uma das melhores formas de fazer a inclusão de crianças na sociedade, além de ser uma atividade física muito completa, onde trabalha o físico em muitos aspectos. Por isso é uma atividade que deve ser influenciada a ser praticada, pois a mesma possui muitos benefícios.

Palavras-chave: Dança; Desenvolvimento motor; Dança infantil.

RESUMO 017**OBJETIFICAÇÃO DO CORPO FEMININO NO ESPORTE: SEXUALIZAÇÃO DE UNIFORMES ESPORTIVOS**

Ana Beatriz Matos Moreira¹; José de Caldas Simões Neto²

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A objetificação do corpo feminino é uma demanda social urgente, visto que ao longo da história da humanidade a mulher sempre foi vista como um símbolo de conquista pelo sexo masculino - o qual tenham/detem?! - sobre o corpo feminino. Esses princípios vêm sendo rotineiramente refletidos em propagandas, redes sociais, indústria da beleza e no âmbito esportivo. Quanto aos esportes, as mulheres lutaram e ainda lutam por igualdade de acesso às práticas nas diversas modalidades, e quando conquistam essa batalha, passam a sofrer com a objetificação do seu corpo, em especial quando as exigências para o uso de uniformes. Como o uso de maiô nas ginastas, enquanto os ginastas usam uniformes com calças mais cobertos, no voleibol as meninas usam biquíni e os meninos camisa e shorts. Quanto a isso a equipe feminina de handebol de praia da norueguesa foi multada em 1,5 mil euros por recusaram a jogar com os biquínis, mesmo afirmando que os uniformes prejudicavam o desempenho por restringir alguns movimentos, pelo desconforto e pela hipersexualização das peças. **Objetivo:** O objetivo do estudo foi refletir sobre a objetificação do corpo feminino pela sexualização dos uniformes esportivos. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo descritivo, documental e de cunho qualitativo. Foi utilizado como base de dados os relatórios, documentos das federações e noticiários sobre os uniformes femininos no período dos Jogos Olímpicos de Tóquio em 2021. **Resultados:** Durante o treino de pódio o time de ginástica da Alemanha usou calças ao invés de collants, a argumentação foi sobre a objetificação das mulheres a partir de seus uniformes, passando a ser um destaque internacional e disseminou o início de uma nova revolução no esporte. A roupa/vestimentas das atletas deve ser elaborada para o conforto, além de garantir um bom desempenho nas modalidades. Infelizmente os uniformes femininos ultrapassam esse ideal e buscam promover por meio da sexualização do corpo feminino a sua objetificação. Segundo a professora norte-americana de Educação Física e Fisioterapia Emily Wughalter, isso é causado pela "female apologetic", que é a descaracterização da mulher pela prática dos esportes, as atletas estariam apresentando características que são consideradas "masculinas" pelo imaginário popular, como força e agilidade, produzindo vários estereótipos de masculinidades e lesbiandade, assim as roupas consideradas "femininas" seriam uma forma de compensar essa "falta de feminilidade" das atletas. **Conclusão:** Pode-se acompanhar que fatos isolados de algumas equipes ou atletas femininas em competições de nível internacional, são de grande relevância para tornar público esses temas, que tanto interferem na individualidade das atletas como na coletividade das mulheres. Após esses casos, já podemos observar algumas mudanças significativas, como a atualização das regras sobre uniformes femininos de handebol de praia pela Federação Internacional de Handebol que atualizou o regulamento para a partir de 11 de janeiro de 2022, podendo usar shorts até o meio da coxa em vez de biquíni. Essa é uma conquista de todas.

Palavras-Chave: Uniforme; Corpo; Feminino; Esporte

RESUMO 018

BARREIRAS SOCIAIS E SEXUALIDADE: percepções a partir dos pais e/ou responsáveis de pessoas com deficiência.Lohanna Lopes Ferreira¹; Renan Costa Vanali²

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: A pessoa com deficiência sempre sofreu repressão, não era considerada digna de estar presente na sociedade por ser considerada fora do padrão estabelecido. A sociedade por si só constrói problemas e barreiras, onde barreiras consistem em atitudes preconceituosas, políticas discriminatórias e o não conhecimento dos direitos sociais. Quando há o nascimento de um filho com deficiência as reações familiares podem ser distintas. **Objetivo:** Assim, o objetivo deste estudo foi verificar a percepção dos pais ou responsáveis de pessoas com deficiência nas principais barreiras sociais mediante sexualidade. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como sendo de campo com abordagem quantitativa, com amostra do tipo conveniência de 100 participantes, todos maiores de 18 anos. Foi utilizado um questionário elaborado pelos proponentes da pesquisa, constituído de 08 questões, sendo 03 sociodemográficos e 05 relacionados ao objeto da pesquisa. O preenchimento do questionário ocorreu de forma individual. Para a análise dos dados utilizou-se o software JAMOVI, através de estatística descritiva por distribuição de frequência. **Resultados:** Percebeu-se em relação aos participantes da pesquisa uma prevalência do sexo feminino com 84% e sexo masculino com 16%, em relação ao sexo dos filhos notou-se prevalência do sexo masculino com 66.3% e 33.7% feminino. Quando questionado se já ouviram falar sobre barreiras, 8% do sexo masculino e 39% do sexo feminino responderam que não, enquanto 8% do sexo masculino e 45% do sexo feminino responderam que sim. Em relação ao conhecimento sobre as diversas barreiras, 90% afirmaram que não possuem conhecimento sobre barreiras urbanísticas, 91% não conhecem barreiras arquitetônicas, 58% não conhecem as barreiras nos transportes, 77% não conhecem as barreiras nas comunicações, 83% não conhecem as barreiras atitudinais e 94% não possuem conhecimento sobre barreiras tecnológicas. Após breve explicação do conceito de barreiras, os pais julgaram quais barreiras causavam maior impacto na vida de seus filhos, apresentando um percentual de 14% barreiras urbanísticas, 21% barreiras arquitetônicas, 44% barreiras nos transportes, 49% barreiras nas comunicações, 56% barreiras atitudinais e 11% barreiras tecnológicas. Foi mensurado se nos dias atuais há total acessibilidade em todos os aspectos para a pessoa com deficiência, obtendo um resultado de 58% para sim, porém em poucos espaços. **Conclusão:** Mediante aos resultados, percebeu-se que todas essas barreiras geram iniquidades, e podem resultar no aumento da exclusão social. Permitir a uma pessoa com deficiência exercer plenamente sua cidadania implica fazer cumprir os direitos humanos reconhecidos. A partir do questionário, notou-se que a presença do sexo feminino é mais atuante na vida de seus filhos. O saber sobre as barreiras é algo importante, visto que, os pais e filhos convivem diariamente enfrentando os desafios presentes pelas barreiras, mas não possuem o conhecimento da definição.

Palavras-chave: Deficiência; Barreiras Sociais; Sexualidade

RESUMO 019**PESQUISAS NA ÁREA DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR**

Franciclécia Rocha Gomes Ferreira¹; José de Caldas Simões Neto²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: As atuais circunstâncias sociais, econômicas, políticas e ambientais em que vivemos, nos faz repensar além da nossa forma de agirmos, como, também, a formação dos novos sujeitos e profissionais, que irão atuar nas próximas gerações. Assim iniciamos o nosso estudo com uma questão geradora sobre o qual papel da Educação Ambiental no ensino superior como ferramenta geradora de novos sentidos de convivência da humanidade com o meio ambiente e sobre a adesão dessa temática em âmbito educacional de ensino. E com as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Ambiental, destacam como um componente essencial e permanente da educação nacional, devendo estar presente, de forma articulada, em todos os níveis e modalidades do processo educativo, em caráter formal e não formal. **Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo identificar através dos trabalhos de conclusão de curso em uma instituição de ensino superior, o quanto e em quais áreas a Educação Ambiental vindo sendo desenvolvida. **Método:** O estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva de cunho quanti-qualitativa. A análise dos trabalhos foi realizada a partir da leitura dos títulos e resumos dos trabalhos disponíveis na plataforma da biblioteca virtual da instituição, através dos descritores Educação Ambiental, Meio Ambiente e Impactos Ecológicos para recuperar os trabalhos, no período da década de 2006 a 2016. **Resultados:** Foram recuperados vinte e nove (29) trabalhos de conclusão de curso na plataforma, os quais foram avaliados pela leitura dos títulos e resumos para análise de aderência à área e objetivos do presente estudo dos quais foram selecionados vinte e sete (27) trabalhos. Dos treze (13) cursos da instituição de ensino superior (IES) quatro (04) cursos apresentam pesquisa na área de Educação Ambiental ou afins, sendo os cursos de Administração, que apresenta o maior número de pesquisa com dezessete (17) trabalhos equivalente a 63% de pesquisa na instituição; o segundo curso que mais desenvolve estudos nessa área foi o curso de Serviço Social com cinco (05) trabalhos equivalentes a 19%, em seguida o curso de Ciências Contábeis com três (03) trabalhos equivalente a 11% e curso de Biomedicina com dois (02) trabalhos com percentual de 07%. A grande parte dos trabalhos tem foco principal sobre impacto ambiental e educação ambiental nas empresas da região do cariri cearense – Brasil, bem como novas formas de ações e gerenciamento para o uso dos recursos de forma mais sustentáveis. **Conclusão:** Esse número de trabalhos realizados dentro da temática da educação ambiental, meio ambiente e impactos ecológicos, ainda é baixo, visto que existem cursos com disciplinas obrigatórias nas matrizes curriculares ligadas a Educação Ambiental e Meio Ambiente, além dessa temática forma profissionais para perceber, refletir e gerar novas competências e habilidades para sua atuação na sociedade com o senso crítico, possibilitando pensar de forma global para agir na relação entre ser humano e natureza de forma mais ética e moral.

Palavras-Chave: Educação Ambiental. Ensino Superior. Currículo. Pesquisa

RESUMO 020**ANÁLISE DA DISCIPLINA “HISTÓRIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA” DOS CURSOS FORMAÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA REGIÃO DO CARIRI – CEARENSE**

Emmanuel Pereira de Souza¹; José de Caldas Simões Neto²

¹ Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Paulista

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: Com os Cursos de Licenciatura em Educação Física completando mais de quinze anos de existência na região Cariri cearense, surge a necessidade de estudar as matrizes curriculares dos cursos. Percebemos que o processo desta construção é fundamental para entendermos os questionamentos e inquietações sobre a formação de docentes nesse território. Com isso, surge a indagação: o conteúdo História da Educação Física na região do Cariri é contextualizado na disciplina História da Educação Física dos cursos de formação de professores dessa Região? Especificamente no que diz respeito ao curso de Educação Física, através do site de busca e-MEC, foram listadas dezoito Instituições de Educação Superior – IES nessa região obedecendo aos critérios inclusivos de ofertar o curso de Licenciatura em Educação Física, após utilizar o critério de exclusão, eliminaram-se as instituições que ofereciam o curso à distância, ou de forma semipresencial e aquelas que ainda não haviam formado nenhuma turma, assim o corpus documental foi composta por 3 (três) matrizes curriculares dispostas entre as cidades de Crato e de Juazeiro do Norte; sendo um curso da rede estadual na cidade de Crato-CE instituído em abril de 2003, um curso ofertado a partir de 2004 da rede privada e o iniciado em 2005 da rede federal. **Objetivo:** Analisar as ementas da disciplina História da Educação Física nos cursos de Licenciatura em Educação Física da Região do Cariri – Cearense para verificação e categorização dos componentes curriculares referentes Educação Física na região do Cariri - cearense. **Método:** O estudo caracteriza-se como pesquisa documental, descritiva do tipo qualitativa, foi analisada as matrizes curriculares dos Cursos de graduação em Educação Física ofertados na Região do Cariri, para verificação e categorização dos componentes curriculares referentes à disciplina História da Educação Física. Os dados foram coletados através da observação indireta e sem a intervenção, assim foi analisado descritivamente de forma qualitativa a ementa das disciplinas de cada IES referente, utilizando o Microsoft Word 2013, listando o conteúdo que abordam as disciplinas de cada IES. **Resultados:** Percebeu-se que apenas uma das instituições aborda os conteúdos referentes à História da Educação Física na região do Cariri cearense, e as outras instituições detém-se a história da Educação Física no mundo e no Brasil, não abordando a cultura, as práticas corporais, a história e os aspectos da região onde o curso está localizado. Isso pode acontecer pelo fato de existir uma carência de publicações relacionadas ao tema e a falta de um material didático que contenha a história Educação Física no Cariri, para ser utilizado pelos professores universitários nas aulas da referente disciplina. **Conclusão:** Percebe-se a necessidade de um maior estímulo para a pesquisa na área da História da Educação Física na região do Cariri e também um aprimoramento das ementas da disciplina de História da Educação Física dos IES da região, pois devem conter conteúdos relacionados à história da Educação Física e as primeiras praticam corporais e esportivas da sociedade caririense, na qual o curso está inserido.

Palavras-Chave: História da Educação Física, Cariri, Análise.

RESUMO 021

O ENVOLVIMENTO EM ATIVIDADES DURANTE O TEMPO DE LAZER

Eudes Mendes Cavalcante¹; Marcos Antonio Araújo Bezerra²; Cícero Idelvan de Moraes²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: O lazer é um conjunto de atividades que o indivíduo pratica no seu tempo livre e que seja em um momento de descanso do seu trabalho ou estudo, que assim proporcione satisfação, prazer, saúde e uma melhor qualidade de vida que é praticada tanto por crianças como por adultos e envolvem diversas atividades de lazer que podem ser praticadas de acordo com o que cada pessoa gosta, e que podem ter vários lugares diferentes que a atividade de lazer acontece. **Objetivo:** Investigar o envolvimento da população adulta em atividades no seu tempo de lazer, diferenciando a preferência entre homens e mulheres. **Método:** Esta pesquisa caracteriza-se como de campo, descritiva, quantitativa, com corte transversal, tendo como amostra 345 acadêmicos estratificados dos cursos da área da saúde de um centro universitário da região do cariri cearense, sendo 70,3% do sexo feminino, com média de idade de $22,1 \pm 4,99$ anos. Para investigar o nível de envolvimento em atividades durante o tempo de lazer foi utilizado a escala de práticas de lazer (EPL). As análises dos dados foram administradas por meio do software JASP na versão 0.9.0.1, através de estatística descritiva e por distribuição de frequência e teste t independente, para verificar a diferença entre a utilização das variáveis de acordo com o sexo. Ressalta-se que em todas as análises foi adotado o nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** Constatou-se que há uma diferença dos constructos Físico/Esportivos [$t(342) = 2.5401$; $p = 0.003$] e Contemplação/Ócio [$t(340) = 0.0148$; $p = 0.003$] de acordo com o sexo. **Conclusão:** Pode-se concluir que de uma forma geral as atividades, Artísticas, Manuais, Intelectuais, Sociais, turísticas e Virtuais, apresentaram-se comuns para ambos os sexos, mas as atividades Físico/Esportivos e Contemplação/Ócio apresentaram uma diferença significativa quanto a amostra verificada, cabendo futuras investigações.

Palavras-Chave: Atividades de Lazer; Políticas Públicas; Direito.

RESUMO 022

YOGA E MEDITAÇÃO COMO FERRAMENTA PARA O APRENDIZADO E DESENVOLVIMENTO NA EDUCAÇÃO ESCOLAR: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Emanuela Nayara da Silva Bandeira¹; Raiff Marques do Nascimento²; Marcos Antonio Araújo Bezerra³

¹ Discente do Curso de Pós-graduação em Ludopedagogia em Educação Física Escolar na FAVENI.

² Discente do curso de Educação física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

³ Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: Muitos docentes se deparam com a falta de concentração e alto confiança dos alunos em sala de aula. O excesso de informações do mundo atual tem contribuído para o aumento da dificuldade de concentração e atenção dos alunos durante as aulas. Um caminho metodológico para enfrentar essas dificuldades e melhorar a concentração, pode ser a utilização de exercícios simples de relaxamento e respiração, próprios do yoga de forma lúdica. O presente relato trata-se do projeto Yoga e Meditação para crianças, desenvolvido durante o ano de 2022 em uma escola do ensino fundamental series iniciais da rede privada de Juazeiro do Norte-CE, com duração de cinquenta minutos uma vez por semana e com intervenções durante as aulas, sempre que a professora considerasse necessário. **Objetivo:** Relatar a vivência a parti do ponto de vista do professor orientador. **Método:** Adotou-se a perspectiva do relato qualitativo do projeto Yoga e Meditação para crianças, através dos registros como diários e planos de aula. No primeiro encontro explicamos aos alunos o que é o Yoga e a Meditação, se já vivenciaram, quais os benefícios o que eles podiam esperar com essa prática, dentro e fora da escola, em aulas subsequentes realizamos alongamentos, introdução as posturas (asanas) de forma lúdicas, fizemos atividades como pega pega yoga, estatua yoga, meditação do super-herói, exercícios de respiração, saudação ao sol, os exercícios de respirações para crianças, músicas para relaxamento e histórias ligadas a prática do Yoga. **Resultados:** Embora não possamos mensurar a experiência de cada criança nas aulas podemos perceber a partir de algumas reflexões ao final de cada aula o estado de concentração e de liberdade que a meditação e a prática lúdica do yoga trouxe para cada criança que vivenciou esse momento. **Conclusão:** Temos conhecimento que o corpo está em contínuo aprendizado e desenvolvimento, e que a formação da criança deve ser construída considerando o seu contexto e as suas experiências de vida. O Yoga e a meditação quando implementado na escola pode fazer diferença na vida da criança, pois os benefícios são inúmeros e de grande relevância, as mudanças estão para além dos muros da escola proporcionando a formação integral da criança.

Palavras-chave: Yoga; Meditação; Yoga na escola; Meditação para crianças.

RESUMO 023

FORMAÇÃO INICIAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E LITERATURA DE CORDEL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Izabel da Silva Costa¹; Luciana Nunes de Sousa²

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri

² Docente do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri.

Introdução: A literatura de cordel é uma manifestação cultural popular, principalmente de cunho nordestino, que se caracteriza pela poesia rimada, impressa em folhetos que são pregados em cordel ou barbante, originando assim o nome que recebe. Atualmente sofre preconceito por ser um gênero literário popular marcado pela linguagem coloquial. No entanto, são essas características que a definem como uma eficaz ferramenta pedagógica, pois associando o popular ao científico proporciona um ambiente lúdico e descontraído podendo trabalhar uma diversidade de temas do currículo. Nesse sentido, muitos professores/as de diferentes áreas de conhecimentos fazem uso em suas aulas. **Objetivo:** Dessa forma objetivamos com esse trabalho relatar uma experiência vivenciada por estudantes de Educação Física, no trato pedagógico do conteúdo de Jogos, através da literatura de cordel. **Método:** A produção do cordel, foi desenvolvido por alunos do 3º semestre do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri-URCA, durante a disciplina de Metodologia do Ensino dos Jogos. O trabalho foi organizado em quatro momentos, no início, o professor propôs que apresentássemos um seminário sobre o livro Homo Ludens: O Jogo como Elemento da Cultura, do autor Johan Huizinga, nos desafiando a trazer novas formas pedagógicas de apresentação. Em seguida, os alunos organizaram-se em equipes, os quais discutiram sobre a melhor metodologia a ser utilizada, no nosso caso a literatura popular de cordel, logo após, houve a leitura do livro e confecção do cordel, onde dois dos integrantes por apresentarem maior facilidade na construção das rimas, auxiliaram aqueles que tinham mais dificuldades. E pôr fim, apresentação do conteúdo jogos por meio do cordel. **Resultados:** Dessa forma percebe-se que o uso do cordel como instrumento pedagógico de ensino, tem forte potencial, pois é uma ferramenta da cultura popular, e ficou evidente por meio da interação e comentários dos/as discentes e docente, que o mesmo apresenta-se como uma metodologia ativa e facilitadora de compreensão de conteúdos mais complexos, além de se mostrar inovador e lúdico, além de possibilitar durante o ensino ir para além das metodologias tradicionais, como também meio de disseminação e valorização da cultura regional. **Conclusão:** Pode-se concluir, que o uso da literatura de cordel como recurso didático/pedagógico na universidade é uma proposta desafiadora, sabendo do universo de recursos didáticos a disposição, inclusive tecnológicos, associar o cordel a uma produção literária científica proporcionou a turma um maior entendimento do livro, visto que a rima funcionou como um mecanismo facilitador de compreensão e assimilação de conteúdo.

Palavras-Chave: Ferramenta Pedagógica; Manifestação Cultural Popular; Educação Física Escolar.

RESUMO 024

DESAFIOS DO PIBID EDUCAÇÃO FÍSICA EM TEMPOS DE PANDEMIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Francisco Wagner Conrado Cruz¹; Antônio Lucas Lacerda Gomes¹; Francisco Danilo da Silva Sousa¹; Lucas Vieira de Lima Silva²

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri

² Docente do curso de Licenciatura em Educação Física Universidade Regional do Cariri.

Introdução: trabalho visa socializar como foram desenvolvidas as experiências do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) Educação Física da URCA 2020/2022. **Objetivo:** Teve como objetivo apresentar as experiências desenvolvidas pelo coletivo de bolsistas, Professor Supervisor da escola e Coordenador de Área (CA) do referido programa em tempos de pandemia, destacando, sobretudo, os desafios enfrentados. **Método:** A pesquisa tomou como referência o método descritivo com o objetivo de relatar, explicar e interpretar as vivências, ainda em andamento, dos bolsistas do PIBID, acadêmicos do Curso de Educação Física da URCA, realizadas no Ensino fundamental II durante o período de regência, na Escola de Ensino Fundamental Estado da Paraíba no bairro Pimenta no município de Crato-CE. Para tanto, utilizamo-nos de uma pesquisa de natureza qualitativa do tipo pesquisa de campo em formato remoto, através da plataforma online Google Meet durante as aulas de Educação Física. **Resultados:** Observamos avanços importantes nos alunos em relação às suas participações em cada aula ocorrida: ampliação da comunicação verbal e por escrita entre eles; capacidade de organização e apresentação dos trabalhos em aula; e capacidade de fazer relações entre os jogos e brincadeiras com a vida social na qual estão inseridos. **Conclusão:** Constatamos que alunos e alunas da Escola Estado da Paraíba se superaram apesar das limitações que enfrentamos por conta do período de cuidados sanitários e distanciamento social. E, por fim, verificamos que a comunicação se constituiu um dos pontos importantes neste processo de experiência, obrigando-nos encontrar pistas e caminhos de como lidarmos com o contexto das atividades remotas. Trabalhar dessa maneira foi difícil, mas não impossível mesmo quando se trata de uma pandemia, considerando termos que buscar novas maneiras de como, metodologicamente, desenvolvermos nossos trabalhos na Educação, especialmente, na Educação Física, impondo-nos possibilidades nesse delicado período da história humana.

Palavras-Chave: Atividades remotas; Educação Física; PIBID.

RESUMO 025

MONITORIA E TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO I: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

José Bruniel Silva Neves¹; Marcos Antonio Araújo Bezerra²

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: Nos anos iniciais dos cursos de graduação, por fatores diversos, os discentes têm pouco contato com textos científicos, o que posteriormente, poderá afetar negativamente sua inserção em pesquisas acadêmicas, além da redação final do artigo científico comum a todos os cursos de graduação. A monitoria da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso I, ofertado pelos cursos de Educação Física, busca elevar as potencialidades dos discentes quanto metodologia científica e sua escrita.

Objetivo: O objetivo do presente estudo foi relatar as experiências vividas pelo monitor da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso I do curso de Educação Física de um Centro Universitário. **Método:** Inicialmente foi apresentado a estrutura dos encontros de monitoria, na sequência, foi descrito sobre a criação e compartilhamento digital de matérias instrucionais, propondo o acesso no momento conveniente à cada discente. Posteriormente foi relatado acerca da dinâmica de acompanhamento da monitoria no ato. **Resultados:** Os encontros de monitoria aconteceram com frequência semanal, dividido em dois momentos de 4 horas, tendo assim, um montante de 32 horas mensais de acampamento direto aos discentes. Devido ao fato de muitos discentes serem de localidades distantes, e por isso, não terem a oportunidade de sempre estarem presentes nos encontros de monitoria, foram criados e divulgados em ambiente digital, matérias de apoio para o acesso em momentos pertinentes à realidade e disponibilidade de cada um. Inicialmente, foram criados slides com explicações de conceitos, normas e estrutura de um projeto de pesquisa, e posteriormente, foram elaborados vídeos, em formato de pílula e com duração máxima de 5 minutos, sobre os conteúdos e tópicos pertinentes à criação do projeto. Conjuntamente, foi desenvolvido um e-book constando todos os passos para a criação do projeto de pesquisa, passando pela elaboração do tema e problema, desenvolvimento do método, referencial teórico e demais partes constantes no mesmo. Referente ao ato da monitoria, os discentes com presença frequente nos encontros de monitoria, e que acessaram os materiais de apoio, tiveram um melhor aproveitamento do tempo despendido nos respectivos projetos, de acordo com seus próprios relatos. No processo de ensino-aprendizagem decorrente da monitoria, foi percebido uma evolução na compreensão dos processos de planejamento de pesquisas por parte do monitor, devido ao constante contato com diversos tipos de estudos. Demonstrando que, as experiências devem se alinhar aos estudos teóricos, para que se haja um real domínio dos processos pertinentes à pesquisa científica. **Conclusão:** Percebeu-se, a importância de ofertar de forma mais direta, experiências com a elaboração de textos acadêmicos e métodos científicos comumente adotados no curso de Educação Física, a fim de alavancar o domínio dos futuros profissionais na pesquisa científica.

Palavras-chave: Trabalho de Conclusão de Curso I; Monitoria; Prática Pedagógica.

RESUMO 026

RELATO DE EXPERIÊNCIA: EXTRATOS DAS EXPERIÊNCIAS VIVIDAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM CRIANÇAS DA CRECHE SÃO MIGUEL.

Lucas Costa Santiago¹; Eleonôra Nunes Oliveira²

¹ Discente do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri

² Docente do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri.

Introdução: Este relato foi desenvolvido através da inserção em uma escola de educação infantil (fundamental I) por meio da disciplina Estágio Curricular Supervisionado I, do Curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – URCA. O estágio curricular supervisionado em educação infantil propicia ao/a estudante vivências com crianças pequenas, configurando-se como um momento profícuo para o aprofundamento dos conhecimentos a respeito desta etapa educacional. Se consolida como uma relação entre teoria e prática, uma rica oportunidade de vivenciar as rotinas escolares, conviver e aprender com as crianças. Tal estágio tratou das experiências vivenciadas por três estagiários, alunos/as do Curso de Educação Física da URCA, com crianças de três, quatro e cinco anos, na Creche Pe. Frederico Nierhoff (Creche São Miguel), em Crato/CE. **Objetivo:** Relatar as experiências vividas pelos estagiários no estágio que se refere a educação infantil. **Método:** Trata-se um Relato de Experiência em que se reuniu elementos descritos precisamente através de uma retratação de uma experiência vivida. **Resultados:** Destaca-se aqui dois pontos que nos fez refletir sobre a educação física na educação infantil, no caso das escolas públicas do Crato/CE: a não existência da disciplina; a falta de material didático/pedagógico. Mesmo com as dificuldades encontradas, foi possível desenvolver as atividades planejadas e consequentemente adquirir novos conhecimentos sobre esta fase educacional. Perceber a falta que faz para as crianças pequenas, as aulas de educação física, pois nesta fase, as crianças necessitam de movimento para melhor se desenvolverem, e o que se percebeu durante as aulas, foi a dificuldade de as crianças entenderem as atividades e ao método utilizado, uma vez que não estavam habituadas a esse tipo de aula. **Conclusão:** Entendeu-se também que o estágio se torna uma prática necessária e indispensável na formação de acadêmica do licenciado, pois através deste o/a acadêmico/a descobrirá se de fato possui afinidade para atuar na docência.

Palavras-chave: Estágio supervisionado. Educação infantil. Prática pedagógica.

RESUMO 027

A IMPORTÂNCIA DA RELAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO MOTOR NO ATLETISMO EM CRIANÇAS: REVISÃO INTEGRATIVA.

Larissa Fiorelli de Mendonça¹; Paulo César de Mendonça²; Renan Costa Vanali²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Docente dos cursos de Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

Introdução: Estudar o movimento humano possibilita conhecer o corpo e suas formas de expressões. Com isso, cada pessoa tem jeito de se expressar, o que o difere de outros indivíduos, mas ainda o compreende como um coletivo. O mesmo conceito se aplica em crianças, ao movimentarem-se as crianças expressam sentimentos, emoções e pensamentos, ampliando e descobrindo conhecimento. Para o desenvolvimento dessas habilidades motoras, a iniciação esportiva é extremamente visada durante essa fase, de 7 a 10, uma vez que nesta fase -chamada de operatório-concreto, a criança passa a ter mais afinidade com a ideia de socialização com pessoas, objetos e conceitos. Portanto, o atletismo é considerado um esporte base, pois abrange aspectos de todas as habilidades motoras e seus movimentos servem de base em outros esportes e movimentos do cotidiano. **Objetivo:** O objetivo desse estudo foi compreender a importância da relação do desenvolvimento motor no atletismo em crianças. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa, utilizando as bases de dados: Scielo, BVS e Google Scholar, utilizando os descritores: atletismo, lúdico, desenvolvimento motor, adicionados ao termo booleano AND, foram incluídos estudos que relatam a associação do atletismo no desenvolvimento motor em crianças através do meio lúdico, disponíveis na íntegra e gratuitamente, após a leitura dos estudos foram selecionados 5 estudos. **Resultados:** Observou-se nos estudos selecionados a melhora no desenvolvimento das habilidades motoras básicas e específicas. Ressalta em um dos estudos a melhora na agilidade, gerando um resultado positivo no equilíbrio estático e dinâmico em crianças com atraso de desenvolvimento motor. Identifica-se também que a ludicidade juntamente com a prática do atletismo é uma estratégia pedagógica que facilita o desenvolvimento motor e a inclusão social da criança, sendo possível trabalhar movimentos e gestos básicos como correr, pular que estão presentes em atividades e brincadeiras por elas praticadas. **Conclusão:** Considera-se que a relação da iniciação esportiva através do atletismo associado a ludicidade promove melhora no desenvolvimento motor da criança. Promover atividades lúdicas durante a infância ainda que na iniciação esportiva torna-se importante para o desenvolvimento motor e social dos envolvidos nas atividades. Sugere-se que novos estudos sejam realizados dando ênfase em estudos de campo com a finalidade da obtenção de novos dados da realidade a que se pretende intervir.

Palavras-Chave: Atletismo; Lúdico; Desenvolvimento motor.

RESUMO 028**INICIAÇÃO ESPORTIVA PRECOCE, DESENVOLVIMENTO INFANTIL E PRODUÇÃO DO COHECIMENTO: uma cartografia de documentos.**

Glênio Silva Moreira¹; Francisco Arrais Nascimento²

¹ Discente do curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

² Pós-doutorando em Comunicação pela Universidade Estadual Paulista.

Introdução: Em tempos hodiernos, existe um consenso acerca dos benefícios da iniciação esportiva enquanto um propulsor do desenvolvimento biopsicossocial do indivíduo, a depender de como ela é coordenada e de como seus métodos e objetivos são organizados. Diante disso, adentrou-se ao domínio do conhecimento produzido pela área de Educação Física no Brasil (1987-2022) acerca da temática da iniciação esportiva precoce e do desenvolvimento infantil. **Objetivo:** cartografar a produção bibliográfica acerca da iniciação esportiva precoce e do desenvolvimento infantil no Brasil no período de 1987 a 2022. **Método:** desenvolveu-se um estudo qualitativo de cunho documental, apoiado em pesquisa bibliográfica, sob a forma de cartografia de documentos, onde em um primeiro momento, identificou-se o universo da pesquisa utilizando o catálogo de teses e dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), onde realizou-se uma varredura utilizando-se dos descritores: Desenvolvimento Motor, Iniciação Esportiva e Especialização Precoce. Em um segundo momento, recorrendo-se à técnica de mineração de textos por meio dos softwares Voyant Tools Wordcounter, foi possível a visualização de correlações, coocorrências, fluxos e dispersão de temáticas textuais. Ressalta-se que, as informações foram extraídas de três aspectos das produções textuais (Teses e Dissertações), a saber: Título, resumo e palavras-chave. As ferramentas utilizadas para este estudo foram a nuvem de tags, o gráfico de links e a análise da densidade dos termos de forma a compreender o corpus de 2.879 produções identificadas, de onde se extraíram 4.943 descritores. Ressalta-se que, determinados fatores de exclusão foram aplicados: produções bibliográficas que não apresentavam descritores, coocorrências e produções bibliográficas recuperadas de forma parcial ou não recuperadas (Produzidas em anos anteriores a plataforma Sucupira). **Resultados:** A área de Educação Física apresenta um índice de produções elevado, com uma variedade de temáticas e correlações com outras áreas do conhecimento clara. No entanto, ocorre na Educação Física uma pulverização de publicações em diversas áreas do conhecimento, o que pode vir a impactar de forma negativa para a área, no tocante a produção do conhecimento registrado em periódicos da área. No tocante as tendências e/ou temáticas que compunham o universo analisado, questões de gênero atravessam o domínio da produção científica acerca da iniciação esportiva precoce e do desenvolvimento infantil de forma contundente, interseccionando-se com práticas esportivas específicas como basquetebol, natação, artes marciais, entre outros, além de emergir do contexto das produções condições sociofisiológicas como a obesidade, hipertensão e doenças associadas. **Conclusão:** O volume de informações produzidos no âmbito das temáticas analisadas é elevado, porém, a pulverização de publicações em diversas áreas do conhecimento torna a recuperação da informação ineficiente, a depender da estratégia utilizada. Com isso, é necessário uma organização e formalização dos futuros estudos no domínio da Educação Física.

Palavras-Chave: Iniciação Esportiva. Desenvolvimento Motor. Especialização Precoce