

FORÇA DE MEMBROS SUPERIORES E INFERIORES EM ESCOLARES ATENDIDOS PELO PROJETO PIBID SUBPROJETO EDUCAÇÃO FÍSICA

MELLO, Kimberly da Silva (autora) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.
PEREIRA, Michelle Alves (autora) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.
JUNIOR, Valter Mariano dos Santos (orientador) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.

A força muscular possui um papel fundamental no desempenho atlético, porém exerce no jovem ações que podem melhorar a sua promoção de saúde, a perda de força muscular está associada à diminuição do segmento transversal do músculo estriado esquelético, correlacionando-se com diversas doenças cardiometabólicas. O presente estudo teve como finalidade avaliar a força muscular de membros superiores (FMMS) e inferiores (FMMI) de escolares do sexo masculino e feminino, atendidos pelo PIBID-Educação Física da UNIFEV. A força muscular, foi mensurada por meio dos protocolos propostos por Matsudo (1989). Para mensurar FMMS utilizou-se um dinamômetro manual Jamar®, com escala de força de 200 libras e teste de impulsão vertical para avaliar FMMI. O estudo foi composto por 34 alunos, sendo 18 meninas e 16 meninos. As meninas apresentaram valores médios e desvio padrão em relação à faixa etária de $13,8 \pm 0,69$ anos de idade, FMMS de $24,2 \pm 4,79$ quilogramas e FMMI de $2,20 \pm 0,25$ metros de altura. Já os meninos apresentaram valores médios e desvio padrão em relação à faixa etária de $13,9 \pm 0,56$, FMMS de $35,9 \pm 8,88$ quilogramas e FMMI de $2,82 \pm 0,29$ metros de altura. De acordo com Matsudo (1989), é possível dizer que os jovens participantes da pesquisa, estão dentro dos níveis esperados considerando os valores médios, no entanto recomendam-se mais estudos referentes a essa população com o intuito de promover intervenções significativas no cotidiano do escolar.

Palavras Chave: Força Muscular; Escolares; Pressão Manual.

REFERÊNCIAS:

MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues. Uma comparação das características físicas entre escolares brasileiros e canadenses de 7 a 18 anos. Revista Brasileira de Ciência do Movimento. V.3, n.9. São Caetano do Sul-SP, 1989.