

PERFIL DE INDICADORES RELACIONADOS À APTIDÃO FÍSICA DE ALUNOS INGRESSANTES NA FACULDADE, EM 2010.

Felipe Souza¹, João Paulo Borin².

¹Faculdade de Ciências Aplicadas – UNICAMP, Limeira, São Paulo, Brasil.

²Faculdade de Educação Física – UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil.

E-mail: felipels42@hotmail.com - Bolsista: SAE/UNICAMP.

Introdução: No âmbito da saúde, especialmente no aspecto físico, nota-se nos últimos anos, que as pessoas tem se tornado menos ativas, devido às adequações das necessidades do dia a dia e conseqüentemente uma preocupação relevante volta-se com as conseqüências do sedentarismo que incluem o diabetes mellitus, hipertensão, hipercolesterolemia, obesidade, diversas formas de câncer, osteoporose, calculose renal, biliar e até disfunção erétil (WHO, 2002). Nesse sentido, particular destaque aponta para as mudanças ocorridas na vida dos universitários, que alteram seu estilo de vida após o ingresso no meio acadêmico. **Objetivo:** O presente estudo tem como objetivo conhecer o perfil de indicadores da composição corporal e aptidão física de alunos ingressantes da Faculdade de Ciências Aplicadas da Unicamp, Campus Limeira, na área da Saúde. **Metodologia:** Foram avaliados 21 alunos do sexo feminino e 36 do sexo masculino do curso de Ciências do Esporte (CE) e 39 alunos do sexo feminino no curso de Nutrição (NU). Inicialmente os voluntários responderam dois questionários (IPAQ e PAR-Q), referentes ao nível de atividade física e anamnese, respectivamente. A seguir realizaram-se as medidas antropométricas de massa corporal (Kg), estatura (cm) e Índice de Massa Corporal (IMC) em m²/Kg e, por fim, os indicadores da aptidão física por meio do teste de potência dos membros inferiores e superiores (PMI e PMS, respectivamente), flexibilidade (FLE) e potência aeróbia (PA). Após coleta dos dados utilizou-se inicialmente a estatística descritiva, por meio da média e desvio-padrão para apresentação dos valores e, a seguir no plano inferencial, para comparar os resultados dos diferentes cursos foi utilizado Análise de Variância “One Way”, com o teste post-hoc Scheffé para localizar as possíveis diferenças entre os grupos, com nível de significância de p<0,05. **Resultados:** Os principais resultados apontam quanto ao nível de atividade física, que 66,6% das alunas do curso de NU, 19,2% das alunas e 52,6% dos alunos, ambos do curso de CE, estão classificados como ativos ou muito ativos. Houve diferença estatística na estatura entre o gênero feminino comparando os diferentes cursos, em que as alunas de CE apresentaram um valor de 163,3 ± 5,4cm e as de NU, 160,2 ± 4,4cm. Nas variáveis da aptidão física os homens apresentaram melhores resultados na maioria das variáveis, exceto na FLE, enquanto que entre as mulheres, apresentaram resultados estatisticamente diferentes, as alunas de CE destacando-se em FLE (36,5 ± 6,3cm); PMS (2,5 ± 0,5m) e PMI (24,9 ± 5,2cm), enquanto que as de NU apresentaram valores ligeiramente superiores em PA (34,3 ± 3,4 ml/Kg.min). **Conclusão:** A partir de tais dados, nota-se que mesmo após o ingresso na universidade os alunos continuam praticando atividades físicas regularmente, apesar das altas cargas horárias de estudo e que tais práticas apresentam resultados diferentes ao comparar os diferentes grupos em vários indicadores de aptidão física.

Palavras-chave: universitários, aptidão física e atividade física.

World Health Organization. **The world health report 2002.** Reducing risks, promoting healthy life. Geneva: World Health Organization; 2002. Disponível em: <http://www.who.int/whr/2002/en/Overview>.