83 - NIVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ATLETAS DE FUTSAL

Wanessa Karoline Brito Marques1,2
Alessandra de Magalhães Campos Garcia3, Antonio Coppi Navarro2,3
1 - Educação Física da Universidade Federal do Maranhão, Brasil.
2 - Grupo de Pesquisa e Estudo sobre Futsal e o Futebol da Educação Física na Universidade Federal do Maranhão, Brasil.
3 - Departamento de Educação Física da Universidade Federal do Maranhão, Brasil.

doi:10.16887/87.a1.83

INTRODUCTION

The direct relation between physical activity and better health standards are intensively shown and Cleslak et. al., (2012), affirm the the low level of physical activity is a risk factor and sedentary lifestyle is also a risk factor that increases the morbid-mortality and that is in high world prevalence which generates even more costs with health.

In this sense, the physical activity practice favors improvements in the quality of life condition as precognizes the World Health Organization as defines the quality of life concept as “the perception of the individual of its position in life in the context of culture and values system where it lives and in relation to its objectives, expectations, patterns and concerns” (The Whoqol Group, 1995).

In this way, the event Men's Open Futsal Cup where the young university students participate may come to be an overcoming of the sedentary lifestyle.

In this way, this study aims to evaluate the level of physical activity of the university athletes participating of the Men's Open Futsal Cup in 2015.

METHODS

This study is explanatory type (Thomas, Nelson e Silverman, 2012). The individuals will participate of the study after reading and signing the Consent Form according to the 466/12 resolution from the Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde.

This study was realized with 3 teams, totalizing 30 athletes being 10 atletes for each team that participate of the Men's Open Futsal Cup from the Universidade Federal do Maranhão in 2015. From the total of athletes were excluded 10 participates for not answering adequately the questionnaire, totalizing 20 samples.

The instrument utilized was the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) (Guedes, Lopes e Guedes, 2005), long version and the proceeding was given in the following way: was solicited to the athlete the reading and the filling of the questionnaire moments before the game of its team in the sports court of the Núcleo de Esporte da Universidade Federal do Maranhão.

The period of the collect of information occurred in a single day. After the collect of the information, the data were tabulated and analyzed and discussed.

It was utilized in this study the descriptive statistics: absolute frequency and relative frequency.

RESULTS

Table 1 – Classification of the level of Physical Activity in young university students. (n=20)

Classificação	Muito Ativo	Ativo	Irregularmente Ativo	Sedentário
Frequência absoluta	5	12	1	2
Frequência relativa	25%	60%	5%	10%

DISCUSSION

The present study presented and elevated percentage of 60% of university students practitioners of futsal with classification active and 25% very active, demonstrating, thus and excellent level of physical activity. In this form, these sampled for maintaining and elevated standard of physical activity may have a low probability of developing chronic-degenerative disease and thus contribute with the health system in a general form (Rodrigues, Cheik, Mayer, 2008).

However, 20% of the sampled are classified as sedentary and in this sense according to (Cieslak e colaboradores, 2012), may come to present morbid-mortality risk.

The study of Silva et. al., (2014) presented 50% of the university students as actives, in the present study, was shown 60% presenting a similar percentage to this study.

The study of Raddi et. al., (2014) classified 75,2% of the sampled as those who reached the recommendations of physical activity and in this study the found was 85%, in this way, superior.

CONCLUSION

With the data of this study is plausible to affirm that 85% of the young university students that participated of the Open Cup Futsal UFMA 2015, practice physical activity regularly and thus present a great Level of Physical Activity.

REFERENCE

Cieslak, F.; Cavazza, J. F.; Lazarotto, L.; Titski, A. C. K.; Stefanello, J. M. F.; Leite, N. Analise da Qualidade de Vida e do Nível de Atividade Física em Universitários. Revista de Educação Física da UEM. Vol. 23. Núm. 2. p. 251-260. 2012.

Guedes, D. P.; Lopes, C. C.; Guedes, J. E. R. P. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física em adolescentes. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 11. Núm. 2. 2005.

Raddi, L. L. O.; Silva Júnior, J. P.; Ferrari, G. L. M.; Oliveira, L. C.; Matsudo, V. K. R. Nível de Atividade Física e acúmulo de tempo sentado em estudantes de Medicina. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 20. Núm. 2. 2014.

Rodrigues, E. S. R.; Cheik, N. C.; Mayer, A. F. Nível de Atividade Física e Tabagismo em Universitários. Revista de Saúde Pública. Vol. 42. Núm. 4. p. 672-8. 2008.

Silva, G. S. F.; Bergamaschine, R.; Rosa, M.; Melo C.; Miranda, R.; Bara Filho, M. Avaliação do Nível de Atividade Física de Estudantes de Graduação das Áreas Saúde/Biológica. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 13. Núm. 1. 2007.

Thomas, J. R.; Nelson, J. K.; Silverman, S. J. Métodos de Pesquisa em Atividade Física. 6ª edição. Artmed. 2012.

RESUMO

Objetivo: O objetivo deste estudo foi avaliar o nível de atividade física dos atletas universitários participantes da Copa Aberta de Futsal Masculino da UFMA em 2015. Materiais e Métodos: Este estudo foi realizado com 20 atletas que participam da Copa Aberta de Futsal Masculino da UFMA em 2015. O instrumento utilizado foi o questionário internacional de atividade física (IPAQ), versão longa e o procedimento se deu da seguinte forma: foi solicitado ao atleta à leitura e o preenchimento do questionário no ambiente da quadra pré-jogo. Neste estudo foi utilizada a estatística descritiva. Resultados e Discussão: De acordo com a análise do questionário podemos afirmar que 60% dos atletas que participaram da Copa Aberta de Futsal 2015 são ativos e 25% com classificação muito ativo, demonstrando assim um excelente nível de atividade física. Conclusão: Dessa forma, esses amostrados por manterem um elevado padrão de atividade física.

Palavras-chave: Futsal. Atividade Física. Jovens.

ABSTRACT

Physical Activity Level in Futsal Athletes

Objective: The objective of this study was to evaluate the level of physical activity of university athletes participating in the UFMA Men's Open Futsal Cup in 2015. Materials and Methods: This study was conducted with 20 athletes participating in the UFMA Open Futsal Men's Cup in 2015. The instrument used was the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), long version and the procedure was as follows: The athlete was asked to read and complete the questionnaire in the pre-match court environment. In this study we used the descriptive statistics. Results and Discussion: According to the analysis of the questionnaire we can affirm that 60% of the athletes that participated in the Open Cup of Futsal 2015 are active and 25% with very active classification thus demonstrating an excellent level of physical activity. Conclusion: In this way, those sampled for maintaining a high standard of physical activity.

Key words: Futsal. Physical Activity. Young.

RESUMEN

Nivel de actividad física en deportistas de futsal

Objetivo: El objetivo de este estudio fue evaluar el nivel de actividad física entre los atletas universitarios que participan en el Abierto de la Copa de Fútbol Sala Masculino UFMA en 2015. Materiales y Métodos: Este estudio se realizó con 20 atletas que participan en el Abierto de la Copa de Fútbol Sala Masculino UFMA en 2015. El instrumento utilizado fue el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ), versión larga y el procedimiento se llevó a cabo de la siguiente manera: Se le preguntó al atleta a leer y completar el cuestionario en el bloque de pre-juego desde el medio ambiente. En este estudio se utilizó la estadística descriptiva. Resultados y Discusión: De acuerdo con el análisis del cuestionario podemos decir que el 60% de los atletas que participaron en la Copa de Fútbol Sala Abierta 2015 están activos y 25% con la clasificación muy activo, demostrando de este modo un excelente nivel de actividad física.conclusión: De esa forma,los muestreados para el mantenimiento de un alto nivel de actividad física.

Palabras clave: Fútbol Sala. Actividad Física. Young.

RÉSUMÉ

Physique de niveau d'activité dans les athlètes futsal

Objectif: Le but de cette étude était d'évaluer le niveau d'activité physique chez les athlètes des collèges participant à l'Open Coupe de futsal Homme UFMA en 2015. Matériels et méthodes: Cette étude a été menée avec 20 athlètes participant à l'Open Coupe de futsal Homme UFMA en 2015. L'instrument utilisé était le International Physical Activity Questionnaire (IPAQ de), version longue et la procédure a eu lieu comme suit: il était a demandé à l'athlète de lire et remplir le questionnaire dans le bloc d'avant-match de l'environnement. Cette étude a utilisé des statistiques descriptives. Résultats et discussion: Selon l'analyse du questionnaire, nous pouvons dire que 60% des athlètes qui ont participé au Futsal Open Cup 2015 sont actifs et 25% avec une classification très active, démontrant ainsi un excellent niveau d'activité physique. conclusion: ainsi, ceux échantillonnés pour maintenir un haut niveau d'activité physique.

Mots-clés: Futsal. Activité physique. Young.