

COMPOSIÇÃO CORPORAL DE UMA EQUIPE PRÉ-INFANTIL DE BEISEBOL (APOIO UNIP)

Aluno: Jair Peres Faria Junior

Orientadora: Profa. Luciana Sigueta Nishimura de Faria

Curso: Nutrição

Campus: Anchieta

A prática regular de exercícios físicos em crianças é fundamental para favorecer o crescimento, desenvolvimento, redução de risco de doenças cardiovasculares devido à relação inversa entre gordura corporal, lipídeos séricos e pressão arterial. O beisebol é uma modalidade esportiva que exige força e habilidade e, em determinados momentos, apresenta elevado gasto energético, utilizando diferentes vias metabólicas para obtenção de energia, sendo um exercício intermitente. O objetivo deste trabalho é analisar a composição corporal de crianças do sexo masculino ($n=21$), de 7 a 10 anos de idade, praticantes de beisebol. As variáveis coletadas para a análise foram peso e altura, e, a partir destes, calculado o IMC. Estas foram classificadas quanto aos critérios peso/idade, estatura/idade e peso/IMC, os pontos de corte adotados foram as curvas de crescimento OMS/2006. Para as dobras cutâneas tricipital e subescapular foram registradas médias de 3 medidas rotativas e calculado o percentual de gordura corporal. Os dados analisados e apresentados na pesquisa mostram que o valor médio de peso, estatura e IMC estão dentro dos padrões de referência de acordo com o gênero e idade, porém, isoladamente, alguns atletas encontram-se com peso e IMC elevados. O indicador antropométrico IMC-para-idade mostra que 43% dos atletas estão classificados acima do peso. A média do percentual de gordura é de 19% sendo classificado como um percentual ótimo de gordura corporal. Observou-se que aproximadamente 65% dos atletas estão com o percentual adequado, tendo 35% com gordura corporal acima do desejado. De modo geral, a média da classificação da avaliação nutricional é positiva, mas é indispensável a atenção individual para os atletas com alta gordura corporal.