

## APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM ESCOLARES DA ESCOLA ESTADUAL PROFESSOR CESAR LEITE EM ITABAIANA/SE

RAFAEL LUIZ MESQUITA SOUZA(02300-G/SE)  
NARA MICHELLE MOURA SOARES (1.090-G/SE)  
EMERSON PARDONO (006088-G/SE)  
Universidade Tiradentes, Aracaju, Sergipe, Brasil.  
rlms2010@hotmail.com

**INTRODUÇÃO:** A aptidão física relacionada à saúde surge para avaliar resultados utilizando-se de testes que irão pré dizer como a saúde em geral dos indivíduos se apresentam em relação aos marcadores já estabelecidos de cada teste. Sabendo que crianças com estilo de vida ativo tendem a ser adultos com o mesmo estilo de vida, é de grande valia que essa população seja melhor avaliada. **OBJETIVO:** Analisar os indicadores de aptidão física relacionada à saúde em escolares do ensino médio, nas idades de 15, 16 e 17 anos, regularmente matriculados no ensino médio. **MÉTODOS:** O nível de aptidão física relacionada à saúde foi avaliado a partir dos testes de %G (dobra tricipital e subescapular), flexibilidade (teste de sentar e alcançar com banco de wells), força/resistência abdominal (realizar abdominais durante 1 minuto) e capacidade cardiorrespiratória (andar ou correr durante 9 minutos). Participaram voluntariamente do presente estudo, 77 alunos, sendo 20 alunos com 15 anos, 30 alunos com 16 anos e 27 alunos com 17 anos, todos devidamente matriculados na instituição de ensino. Na avaliação do %G e de flexibilidade (com exceção do sexo feminino para a idade de 16 anos) todos os escolares se mantiveram dentro de uma classificação aceitável, de acordo com a FITNESSGRAM e a PROESP-BR. Já para os testes de capacidade cardiorrespiratória e força/resistência abdominal, todos os escolares apresentaram resultados muito insatisfatórios. **RESULTADOS:** A composição corporal de todos os jovens encontra-se dentro dos padrões ideais classificados pelos valores referenciados pela FITNESSGRAM. Nos indivíduos do sexo masculino houve uma variação significativa entre a idade de 15 anos com relação às demais, variando 68,35% e 36,55. No teste de flexibilidade os adolescentes masculinos de 17 anos mostraram o menor score entre as idades 12,62%, bem similar a amostra feminina. Com o teste de força e resistência abdominal, a amostra masculina na idade de 15 anos obteve o pior resultado, divergindo com as adolescentes femininas que obtiveram uma margem maior de repetições comparada as outras idades. O teste de capacidade cardiorrespiratória, todos avaliados ficaram no indicador muito fraco, proposto pela PROESP-BR, sendo que a idade de 17 anos obteve escores melhores entre o público masculino e a mesma idade para o feminino, foi a que demonstrou piores resultados. **CONCLUSÃO:** O %G normal de todos os indivíduos. Para o teste de flexibilidade, exceto o grupo de feminino com 16 anos, os marcadores estavam dentro da normalidade, diferentemente dos testes motores (cardiorrespiratório e força abdominal), nos quais todos os escolares estavam muito abaixo dos indicadores normais, ficando entre fraco e muito fraco. Assim observou-se que estes adolescentes e jovens não se encontram dentro dos valores estabelecidos para a normalidade na AFRS, oscilando muito entre os testes avaliados, sendo necessária mais intervenções para a conscientização e para a adoção de um estilo de vida ativo.

**Palavras-chave:** escolares, saúde, aptidão física.