

INFLUÊNCIA DO ESTADO NUTRICIONAL SOBRE OS NÍVEIS DE FLEXIBILIDADE EM CRIANÇAS

Alberto Rodrigues Nogueira Filho, Milton Junior Alvarenga Laporte, Danielle Bernardes
Universidade Vale do Rio Verde – UNINCOR, Três Corações – MG – Brasil. ,
Instituto superior de Educação (ISE) – Licenciatura Plena em Educação Física,
daniellebernardes@gmail.com

Introdução e Objetivo: Vários estudos relatam que as condições de saúde são afetadas pela obesidade na infância, além de sua persistência na vida adulta. Além disso, sabe-se que os níveis de flexibilidade podem ser comprometidos por elevada concentração de tecido adiposo. E que os níveis de flexibilidade geralmente são maiores no gênero feminino. Diante destes fatos, o objetivo do presente estudo foi analisar a influência do estado nutricional sobre os níveis de flexibilidade em escolares de 8 a 10 anos matriculados nas escolas particulares da cidade de Caxambu (MG). **Metodologia:** foram avaliados 34 meninos e 34 meninas das escolas particulares de Caxambu quanto a peso, estatura, dobras cutâneas tricipital e subescapular, e flexibilidade através do teste de sentar e alcançar. Os dados referentes à massa corporal e estatura foram tratados para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e os dados das dobras cutâneas, para o cálculo do percentual de gordura pela fórmula de *Slaughter*. Após a coleta de dados, calculou-se as médias, desvios padrão e foi realizada análise de variância (ANOVA), sendo a diferença entre meninos e meninas verificada pelo Teste de Tukey com p-valor do teste < 0.05. A correlação entre os valores de flexibilidade e estado nutricional foi verificada pela matriz de correlação de Pearson. **Resultados:** segundo classificação do estado nutricional e do teste de sentar e alcançar, as meninas apresentaram médias significativamente maiores do que os meninos. Quanto a isto, os valores de IMC (kg/m^2), percentual de gordura e teste de sentar e alcançar foram para as meninas, respectivamente, $17,71 \pm 2,60$; $24,18 \pm 8,74$ e $26,12 \pm 8,55$ e, para os meninos, $16,28 \pm 2,59$; $19,12 \pm 7,37$ e $21,74 \pm 7,92$. No entanto, os valores de Pearson não demonstraram haver qualquer correlação entre os dados analisados. Um resultado importante do presente estudo foi o índice de 14,71% de sobrepeso e 8,82 % de obesidade entre as meninas. Diferente do que ocorreu com os meninos, que não apresentaram obesidade, mas um alto índice de sobrepeso (11,76%). **Conclusão:** neste estudo houve a verificação de valores superiores, tanto do índice de massa corporal (IMC), da adiposidade quanto dos níveis de flexibilidade, nas meninas em relação aos meninos. Todas as diferenças são significativas, e com esses números, constatou-se a confirmação de dados literários que demonstram índices de flexibilidade maiores nas meninas quando comparadas com meninos da mesma faixa etária. Em contrapartida, não confirmou a correlação negativa entre tecido adiposo e grau de flexibilidade.