

ANÁLISE DOS PROTOCOLOS DE AVALIAÇÃO FÍSICA E ATESTADO MÉDICO EM ACADEMIAS DE MOGI DAS CRUZES

Erica Rafaella de Carvalho¹; Luara nascimento da Palma²; Ricardo Yukio Asano³

1. Estudante do curso de Educação Física; e-mail: erikacarvalhoem@gmail.com
2. Estudante do curso de Educação Física; e-mail: laura2011@gmail.com
3. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: ricardoasano@umc.br

Palavra-chave: Avaliação Física; Atestado Médico; Atividade Física; Saúde.

INTRODUÇÃO

A cada ano a pratica de atividades físicas, principalmente em academias, está aumentando (CONFEEF 2004), com isso aumenta se também a responsabilidade dos profissionais de Educação Física. As pessoas procuram a atividade física com objetivos diversos, certamente, em sua maioria, os encontrando. Os principais motivos desta procura são, estéticos, qualidade de vida, melhoras da flexibilidade e estresse (BIDDLE,1992; GUARNIERE, 1997). Já que estar em atividade traz consigo os benefícios de aspectos antropométricos, neuromusculares, metabólicos e psicológicos (MATSUDO E MATSUDO 2000). Além desses fatores a atividade física tem um papel determinante e essencial na saúde de qualquer indivíduo, jovem, adulto ou idoso, evitando diversas doenças, maiormente, doenças coronárias e metabólicas (MARON, 2000). Portanto, saber se qualquer indivíduo está apto para praticar uma ou qualquer atividade física é indispensável.

OBJETIVO GERAL

Analisar se as academias solicitam/realizam exame médico e avaliação física em seus alunos.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Determinação se as academias de Mogi das Cruzes fazem avaliação física;
- Determinação se as academias de Mogi das Cruzes solicitam exame médico;
- Analisar a qualidade das avaliações físicas;
- Analisar os exames médicos solicitados.

MÉTODO

Será uma pesquisa de campo que se caracteriza pelo fato do pesquisador buscar a informação diretamente no local da pesquisa, exigindo assim, um encontro mais direto do mesmo. E dessa forma, reunir as informações necessárias a serem documentadas (GONSALVES, 2001). Será uma pesquisa com delimitação de espaço e local, sendo estes as academias de ginástica de Mogi das cruzez Sp. Cada uma delas responderão a um questionário. Questionário o qual determina alguns aspectos sobre a utilização da avaliação física e exame médico. Com objetivo de saber sua condição prévia e se está apto a iniciar um programa de atividade física.

RESULTADOS

A figura 1 demonstra a porcentagem e o tipo de avaliações físicas realizadas em academias de Mogi das Cruzes. Os tipos de avaliação física realizadas são antropométricas, composição corporal, prontidão, capacidades físicas e parâmetros de saúde. Percebe-se que o exame médico não é citado nas avaliações iniciais, e além disso a baixa quantidade de academias que realizam avaliações de prontidão para atividades físicas, capacidades físicas e parâmetros de saúde.

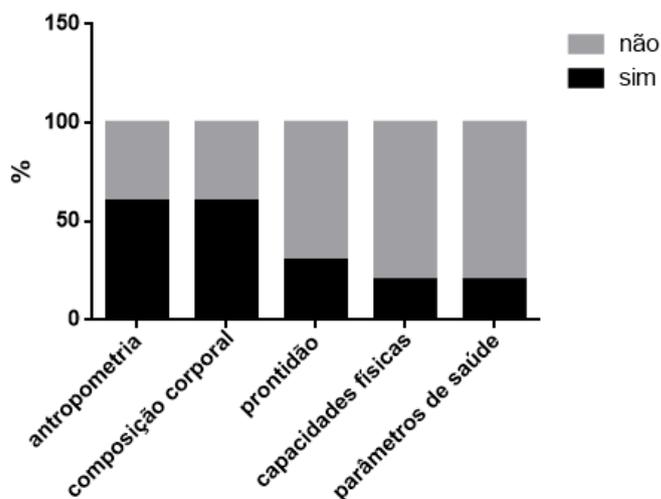


Figura 1. Porcentagem dos tipos de avaliações físicas realizadas por academias de Mogi das Cruzes.

Na figura 2 estão as frequências em que são realizadas as avaliações a maioria das academias realizam entre 3 e seis meses, e em 20% as avaliações são opcionais.

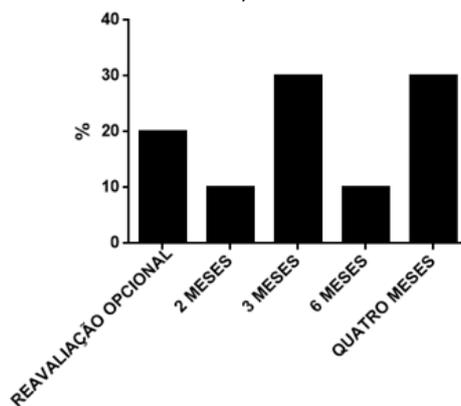


Figura 2. Porcentagem da frequência de realização de avaliações físicas em academias de Mogi das Cruzes.

Na figura 3 estão as porcentagens de academias que cobram um valor a mais pelas avaliações físicas. 90% das academias pesquisadas cobram a mais pela avaliação.

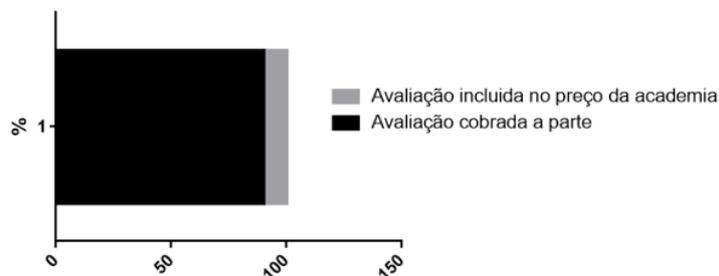


Figura 3. Porcentagem das academias que cobram pela avaliação física.

DISCUSSÃO

Os principais achados do presente estudo foram que o exame médico não faz parte das preocupações das academias pesquisadas bem como poucas aplicam questionários de prontidão para atividade física que determina se o aluno pode iniciar com segurança os exercícios físicos. Além disso, parte das academias não realizam reavaliações físicas e 90% das academias cobram um valor a mais pelas avaliações, ou seja, um processo a parte do programa de exercícios físicos. O número de praticantes de exercício em academias vem crescendo exponencialmente nas últimas décadas. Sendo assim, aumentam as preocupações associadas ao exercício físico como risco de morte ou lesões (MARINHO E GUGLIELMO,1997). Essas situações podem ser minimizadas com avaliações de prontidão para atividade física e solicitações de exames médicos, porém como observado na presente pesquisa, essas questões são negligenciadas pela maioria das academias de Mogi das Cruzes.

CONCLUSÃO

Concluimos que o exame médico e questionários de prontidão para atividade física não são solicitados na maioria das academias de Mogi das Cruzes, e parte das academias não realizam reavaliações físicas e 90% das academias cobram um valor a mais pelas avaliações, ou seja, um processo a parte do programa de exercícios físicos.

REFERÊNCIAS

BIDDLE S. Sport and Exercise Motivation: A Brief Review of Antecedent Factors and Psychological Outcomes of Participation. *Physical Education Review*. 1992; 15: 98- 110.

CONFED. E.F. Órgão Oficial do CONFED, ano III, nº11, março 2014.

GONSALVES, Elisa P. **Iniciação à pesquisa científica**. Campinas, SP: Alínea, 2001.

GUARNIERI JC. Academias de ginástica e as opiniões de praticantes de atividade Física. Rio Claro, 1997. 34 f. [Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física - Instituto de Biociências - Universidade Estadual Paulista

MARON BJ. The paradox of exercise. *N Engl J Med* 2000; 343(19):1409-1411.

MATSUDO, Sandra Mahecha, MATSUDO, Victor K.R, NETO, Turíbio Leite Barros. Efeitos Benéficos da Atividade Física na Aptidão Física e Saúde Mental Durante o Processo de Envelhecimento. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde. v.5, n.2, p.60-76, 2000.