

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

Resumo

Relato de Caso

PERFIL DO CICLISTA AMADOR DE UMA CIDADE DE MÉDIO PORTE DO RIO GRANDE DO SUL

AUTOR PRINCIPAL: Yashmim Soares Szydloski.

CO-AUTORES: Eduardo Favretto, João Otávio Martini

ORIENTADOR: Daniela Bertol Graeff

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo

INTRODUÇÃO:

A prática regular de ciclismo está em evidência como maneira de promoção de atividade física e também como forma de lazer, ganhando cada vez mais adeptos (KELLY et al., 2014). Os profissionais da saúde incentivam essa prática, corroborada pelos educadores físicos, e todos concordam que um estilo de vida ativo contribui diretamente para a saúde física e mental. Além de trazer benefícios cardiovasculares, o ciclismo também desenvolve habilidades como coordenação e equilíbrio (SOVNDAL, 2010), quando se relaciona aos aspectos físicos. Na saúde mental, a prática de exercício físico regular melhora a qualidade de vida significativamente, tratamento de indivíduos com depressão, por exemplo (SCHUCH et al., 2016). Apesar de todos os benefícios já mencionados sobre o ciclismo no nível amador, percebe-se que a incidência de lesões são muito frequentes, acarretando em problemas como a desistência da prática esportiva ou até mesmo, em casos mais graves, disfunções incapacitantes.

DESENVOLVIMENTO:

A pesquisa foi desenvolvida por acadêmicos e professores participantes da Liga Acadêmica de Nutrologia e Medicina Esportiva da Universidade de Passo Fundo (LIANME). A Liga tem por objetivo desenvolver ações multiprofissionais (medicina,

IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



nutrição, fisioterapia e educação física), interdisciplinares e integradas de ensino, pesquisa e extensão, com vistas à melhoria da vida acadêmica e das condições de saúde da comunidade local. Foi observado que a prática regular de ciclismo está em evidência e ganhando cada vez mais adeptos. Desta forma o nosso objetivo foi traçar o perfil epidemiológico de atletas amadores de ciclismo na cidade de Passo Fundo no Rio Grande do Sul. O estudo realizado foi de forma transversal descritivo demonstrado como média e desvio padrão (DP) para variáveis numéricas e como número de indivíduos (frequência) e percentual (%) para variáveis categóricas. Foram entrevistados 51 ciclistas amadores inscritos numa prova de ciclismo de estrada, no mês de setembro de 2016 na cidade de Passo Fundo no Rio Grande do Sul, que reuniu duas modalidades: longa distância denominada Brevets des Randonneurs 200 quilômetros, homologada pela Audax Clube Parisien; e o desafio 100 quilômetros. Os resultados que encontramos foi de que a maioria dos atletas (39; 76,5%) participou da prova de 200 km. A idade média dos ciclistas foi de 40 (DP=9,96) anos e apenas 5 (9,8%) eram mulheres. Os indivíduos tiveram como objetivos mais prevalentes para praticar o ciclismo a promoção da saúde por meio da atividade física (26;53,1%) e por esporte/competição (8;16,3%). Outro dado relevante, é que apenas dois (4%) participantes tinham treinador particular e quatro (8%) seguiam uma planilha de treinamento. Quando questionados sobre ocorrência de lesão causada por esse esporte, 14 (29,2%) ciclistas responderam positivamente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Nessa amostra, o ciclismo amador foi mais comum entre os homens e praticado principalmente como objetivo de promover a saúde. Porém, considerando que 96% dos atletas amadores dessa amostra não possuíam orientação de um profissional e que 29,2% relataram lesão desencadeada por esse esporte, percebe-se a necessidade de mais investigações e ações com essa população específica.

REFERÊNCIAS:

KELLY et al. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 2014.
SOVNDAL, S. Anatomia do ciclismo. 1. ed. São Paulo: Manole Ltda, 2010.



IV SEMANA DO CONHECIMENTO

COMPARTILHANDO E FORTALECENDO
REDES DE SABERES

6 A 10 DE NOVEMBRO DE 2017



SCHUH FB et al. Exercise improves physical and psychological quality of life in people with depression: A meta-analysis including the evaluation of control group response. Psychiatry Res. (2016)

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa): 1919745

ANEXOS:

Poderá ser apresentada somente uma página com anexos (figuras e/ou tabelas), se necessário.