



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde – FACES

FERNANDA MATOS RODRIGUES PEREIRA

**ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE FUTEBOL NO PERFIL
CINEANTROPOMÉTRICO DE ESCOLARES**

**Brasília
2019**

FERNANDA MATOS RODRIGUES PEREIRA

**ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE FUTEBOL NO PERFIL
CINEANTROPOMÉTRICO DE ESCOLARES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília
2019

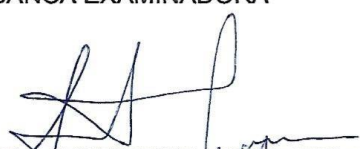
**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE FUTEBOL NO PERFIL
CINENANTROPOMETRICO DE ESCOLARES**

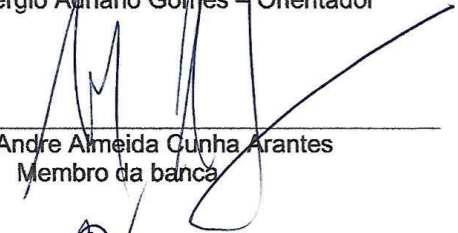
Folha de Aprovação do Trabalho de
Conclusão de Curso como requisito
parcial à obtenção do grau de Licenciatura
em Educação Física pela Faculdade de
Ciências da Educação e Saúde Centro
Universitário de Brasília – UniCEUB.

BRASÍLIA, DF, 13 / 11 / 2019.


BANCA EXAMINADORA



Prof. MSc. Sérgio Adriano Gomes – Orientador



Prof. Dr. Andre Almeida Cunha Arantes
Membro da banca



Prof. Me. Daniel Vasconcelos Veloso
Membro da banca

RESUMO

O objetivo deste estudo foi verificar o perfil cineantropométrico de praticantes de futebol feminino em idade escolar. A amostra foi composta por 30 alunas da Escola Americana de Brasília, divididas em dois grupos. Um de praticantes de futebol (PF) e outro de não praticantes de futebol (NPF). Foi realizada coleta de dados de estatura, massa corporal total, dobras cutâneas baseado no protocolo de três dobras por Guedes e colaboradores, e a fórmula de % de gordura proposta por AMCS (Colégio Americano de Medicina Esportiva). Para as medições foi utilizado estadiômetro, balança e adipômetro. Foi realizado também teste de agilidade (quadrado) e teste de impulsão horizontal para comparar as habilidades e capacidades físicas de cada um dos grupos. As meninas praticantes de futebol apresentaram menor massa corporal ($P = 0,006$), menor IMC ($P = 0,007$) e menor percentual de gordura corporal ($P = 0,001$) em relação às meninas que não praticam futebol. Em relação ao desempenho, as alunas praticantes de futebol demonstraram maior agilidade, com menor tempo para realização do teste do quadrado ($P = 0,001$) e melhor desempenho no salto horizontal, com melhor potência de membros inferiores ($P = 0,008$) em relação às alunas não praticantes de futebol. A diferença encontrada no presente estudo em todos os aspectos analisados, tais como, massa corporal, IMC, percentual de gordura, agilidade e impulsão horizontal, foi de $p \leq 0,05$, favorecendo o grupo praticante de futebol. Levando-se ainda em consideração fatores como alimentação e o nível maturacional das participantes, o estudo apresenta as diferenças no perfil cineantropométrico em alunas praticantes e não praticantes de futebol.

Palavras-chave: Futebol feminino. Escola. Composição corporal. Cineantropometria.

INTRODUÇÃO

A promoção da saúde e bem-estar na infância e adolescência tem como desafio aspectos como: sistema de saúde, educação e desenvolvimento social. A contribuição da Educação Física e da escola é fundamental nesse processo, sendo eles capazes de possibilitar uma educação com intuito de promover a saúde e motivando os alunos sobre a importância da prática de atividade física regular como principal forma de prevenção de doenças, garantindo também um maior equilíbrio corporal (SANTANA E COSTA, 2016).

Como apontado nos Parâmetros Curriculares Nacionais – PCNs de 1990, a Educação Física é de suma relevância nas etapas educacionais, uma vez que tal prática tende a propiciar aos educandos envolvidos no processo a possibilidade de desenvolver e aprimorar habilidades corporais, bem como auxiliá-lo na interação social.

A Educação Física escolar apesar de ser de suma importância no currículo escolar, sofreu um grande retrocesso por medidas do governo quando reduziram a carga horária mínima obrigatória nas escolas, como diz o Artigo 26 da LDB:

“Art. 26. § 3º A educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, com carga horária mínima de 2 horas semanais, sendo sua prática facultativa ao aluno: [...]”

No Brasil, o futebol é considerado o maior fenômeno social, representando uma grande parte da identidade nacional (GUTERMAN, 2009). É uma modalidade esportiva que inspira o imaginário de crianças e adolescentes alimentando o sonho de mudança de vida desses indivíduos através da possibilidade de mobilidade social e econômica oferecida pela profissionalização do esporte (MELO et al., 2016).

A cultura brasileira e o futebol sempre andaram atrelados (CAVICHIOELLI, 2011). A bola é “de lei” o primeiro brinquedo oferecido às crianças, especialmente aos meninos. Logo que aprendem a andar, começam a chutar o objeto por onde passam, trazendo sentido exclusivo para o futebol a expressão “jogar bola” (FREIRE, 1998).

O Brasil, sendo considerado o país do futebol devido a todas as suas conquistas nesse esporte, fomentou o futebol como um esporte praticado pelos homens, por isso, sempre foram os primeiros a receber bolas de presente quando crianças. Em 1941, o então presidente Getúlio Vargas sancionou um Decreto-Lei que proibia a prática do futebol feminino no país, alegando ser uma prática desportiva “incompatível” com a natureza física feminina (BRASIL, 1941). Torna, assim, oficial e legalizado a cultura machista no esporte do Brasil que carrega o título de “País do Futebol”, sendo que poderia ser acrescentado “para homens” nesse cenário.

Muitos jogadores de futebol de campo começaram sua jornada do esporte nas quadras de futsal ou até mesmo nas ruas, devido a facilidade de acesso maior do que aos gramados. Com as mulheres não foi diferente. O futebol feminino, apesar de todo preconceito e barreiras que vêm sendo derrubadas, já é considerado uma realidade nas escolas brasileiras, sendo praticado pelas meninas preferencialmente nas aulas de Educação Física ou nos times que representam as escolas (BASTOS; NAVARRO, 2009).

Estudos como de Queiroga et al. (2008), realizados nos últimos anos, tiveram o objetivo de maior aprofundamento científico da prática do futebol para tentar encontrar o perfil cineantropométrico ideal ou de maior “sucesso” de seus praticantes. Identificar variáveis capazes de influenciar positivamente resultados esportivos é uma área de interesse muito antiga em atividades físicas competitivas (QUEIROGA et al., 2008). De acordo com estudos realizados com atletas de futsal feminino representantes da Seleção Brasileira, não se tem um único perfil ideal para atletas praticantes de futsal, sendo esta variável de acordo com o posicionamento tático em quadra (ROCHA et al, 2013).

Sendo assim, o objetivo do presente estudo é analisar a influência da prática do futebol no perfil cinen antropométrico de escolares do segmento feminino, analisando agilidade, potência de membros inferiores e % de gordura de alunas praticantes de futebol feminino em idade escolar, realizando então o comparativo com alunas que apenas praticam a Educação Física na escola.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 Aspectos Éticos

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética do Centro Universitário de Brasília (UniCEUB) sob número: CAAE 21044919.8.0000.0023.

Antes da coleta de dados, os representantes legais dos alunos selecionados foram convidados, individualmente, para autorizar a participação dos mesmos neste estudo. Nesta ocasião, foram esclarecidos o objetivo do estudo, a metodologia a ser utilizada, bem como a importância da participação destes alunos. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), constando como Anexo 1, foi apresentado, informando os estudantes quanto à participação voluntária, o anonimato, o sigilo e a garantia de exclusão do estudo a qualquer momento, sem qualquer tipo de prejuízo. Após este momento e a explicação oral sobre a pesquisa, os alunos foram solicitados a assinar o Termo de Assentimento (em anexo).

Os riscos são mínimos por se tratar de uma coleta de dados em um ambiente propício para a prática de atividade física e bem monitorado por profissionais e alunos capacitados.

2.2 Amostra

A amostra (N=30) de escolares do segmento feminino, foi dividida em dois grupos., O primeiro constituído por 15 alunas da Escola Americana de Brasília, que além de participarem da educação física escolar 2 vezes por semana, são praticantes de futebol feminino 3 vezes por semana por um período de 2 horas (PF), com idades variando entre 12 e 17 anos. O segundo grupo foi composto por 15 estudantes que participam apenas das aulas de Educação Física, que ocorrem 2 vezes por semana. O segundo grupo pertence a mesma faixa etária do primeiro e também são alunas da Escola Americana de Brasília (NPF).

A faixa etária escolhida foi adequada à metodologia do projeto seguindo os objetivos propostos na pesquisa e mantendo relação com os conteúdos aplicados nas séries escolares que participaram da pesquisa.

2.3 Métodos

A coleta dos dados foi dividida em duas etapas. Primeiramente foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que foi devidamente assinado pelas atletas e por seus responsáveis. Na segunda etapa foi feita a coleta dos dados em dois dias agendados com o treinador da equipe de futebol e com a professora de Educação Física para a coleta com os dois grupos participantes da pesquisa.

Na segunda etapa as coletas se dividiram em duas partes, coleta da composição corporal e testes de agilidade + salto horizontal, realizados após 3 meses do início dos treinos de futebol.

As medidas de composição corporal incluíram massa (Kg), medida através de Balança Digital (CESCORP), e estatura medida através de Estadiômetro Compacto Tipo Trena (CESCORP). Com essas medidas foram realizados os cálculos para identificação do Índice de Massa Corporal (IMC) utilizando a fórmula $[Kg/(estatura)^2]$. Foram também calculados os percentuais de gordura corporal através da mensuração das três dobras cutâneas (tríceps, supra-ílica e coxa) utilizando o Adipômetro da marca CESCORP, com escala de 1mm e pressão constante em todas as aberturas de 10 g/mm².

A avaliação da composição corporal foi realizada pelo mesmo avaliador. Para as dobras cutâneas foram adotados os valores médios das mensurações ou dois valores coincidentes. A localização dos pontos de medida seguiu o preconizado por Petroski, (1995), como descrito abaixo conforme cada um dos três protocolos.

Protocolo três Dobras (GUEDES, 1994): A densidade corporal empregando-se a equação preditiva proposta por Jackson e Pollock (1978). A gordura corporal é estimada a partir da equação proposta por Siri (1961). $G\% = [(4.95/DENSIDADE\ C.) - 4.50] \times 100$ (fórmula de Siri) • 1- Densidade = 1,16650- 0,07063 log (CX + SI+ CX).

Dobra Cutânea Tricipital (TR): O local de mensuração dessa variável será determinado a partir da medida da distância entre a projeção lateral do processo acromial da escápula e a borda inferior do olécrano da ulna, pelo uso de uma fita métrica, estando o cotovelo flexionado a 90°. O ponto médio é marcado na parte lateral do braço. A dobra é mensurada na linha média do bordo posterior do braço, sobre o músculo tríceps, no ponto médio entre a projeção lateral do processo acromial da escápula e a margem inferior do olécrano.

Dobra Cutânea Supra-íliaca (SI): A dobra cutânea é mensurada imediatamente acima da crista-íliaca superior, na linha imaginária horizontal que passa pela cicatriz umbilical, estando o sujeito na posição ereta. A dobra é pinçada obliquamente.

Dobra Cutânea da Coxa (CX): Essa dobra cutânea é mensurada no ponto médio entre o ligamento inguinal, no ponto mais inferior da crista-íliaca anterior, e a borda proximal da patela. A dobra cutânea da CX é vertical, sendo mensurada com o sujeito sentado em uma cadeira, sem contração muscular, com os pés apoiados no solo.

Na segunda parte, foi realizado o Teste de Impulsão Horizontal segundo Kiss (1987).

1º passo: Foi providenciado o equipamento necessário para a realização do teste. Neste caso, uma fita métrica e giz.

2º passo: As atletas se posicionaram com os pés separados e paralelos, distantes alguns centímetros (10 - 20 cm), posicionados atrás de uma linha de saída demarcada no chão com um giz. Na preparação para o salto, a atleta balança os braços para trás e flexiona os joelhos. O salto deve ser efetivado com a atleta estendendo os membros inferiores durante o movimento. Três tentativas são permitidas, sendo que a medição é realizada da linha de saída até a primeira parte do corpo do atleta que tocou o solo. Foi coletada a melhor medida por meio de fita métrica.

3º passo: avaliar o nível de impulsão horizontal do atleta.

Teste de Agilidade segundo Ladehu, 2017 (teste do quadrado)

Material: Um cronômetro, um quadrado desenhado em solo antiderrapante com 4m de lado, 4 cones de 50 cm de altura.

Procedimento:

O aluno parte na posição de pé, com um pé avançado à frente imediatamente atrás da linha de partida. Ao sinal do avaliador, deverá deslocar-se até o próximo cone em direção diagonal. Na sequência, corre em direção ao cone à sua esquerda (ou direita) e depois se desloca para o cone em diagonal (atravessa o quadrado em diagonal). Finalmente, corre em direção ao último cone, que corresponde ao ponto de partida. O aluno deverá tocar com uma das mãos cada um dos cones que demarcam o percurso. O cronômetro deverá ser acionado pelo avaliador no momento em que o avaliado realizar o primeiro passo tocando com o pé o interior do quadrado. Serão realizadas duas tentativas, sendo registrado o melhor tempo de execução. A medida foi registrada em segundos e centésimos de segundo.

2.4 Análise de Resultados

Todas as análises foram realizadas utilizando o Pacote Estatístico para Ciências Sociais (IBM SPSS, IBM Corporation, Armonk, NY, EUA, 25.0). A análise descritiva foi utilizada para calcular a média e o desvio padrão de todas as variáveis. O Teste de Shapiro-Wilk foi utilizado para verificar a distribuição de normalidade dos dados e a estatística paramétrica foi utilizada. O Teste T para amostras independentes foi utilizado para comparação da composição corporal e desempenho entre os dois grupos: Praticantes de Futebol (PF) e Não Praticantes de Futebol (NPF). Adotou-se $p \leq 0,05$ como nível de significância

3. RESULTADOS

A Escola Americana da Brasília, local em que foi realizada a pesquisa, é localizada em ambiente urbano, e é frequentada por estudantes de classe alta de diversas nacionalidades e etnias. Segue uma cultura educacional estadunidense, que valoriza e

incentiva muito as capacidades físicas e proporciona um ambiente próprio para práticas desportivas de diversas modalidades.

Participaram do presente estudo 30 adolescentes do sexo feminino ($13,47 \pm 1,01$ anos), sendo ($n=15$) praticantes de futebol (PF) e ($n=15$) não praticantes de futebol (NPF).

As alunas praticantes de futebol apresentaram menor massa corporal ($P = 0,006$), menor IMC ($P = 0,007$) e menor percentual de gordura corporal ($P = 0,001$) em relação às meninas que não praticam futebol (Tabela 1).

Tabela 1. Comparação das características antropométricas e composição corporal entre praticantes e não praticantes de futebol

	PF (n=15)	NPF (n=15)	P
Massa (kg)	49,67 ± 9,41	57,85 ± 5,13	0,006*
Estatuta (m)	1,58 ± 0,08	1,63 ± 0,06	0,082
IMC (kg/m²)	19,61 ± 2,41	21,82 ± 1,68	0,007*
%GC (%)	15,48 ± 3,11	21,06 ± 3,49	0,001*

PF= Praticantes de futebol. NPF=Não praticantes de futebol. IMC= índice de massa corporal. %GC= percentual de gordura corporal. * Diferença significativa em relação ao grupo NPF ($P \leq 0,05$).

Em relação ao desempenho, as meninas praticantes de futebol demonstraram maior agilidade, com menor tempo para a realização do teste do quadrado ($P = 0,001$) e melhor desempenho no salto horizontal, com maior impulsão ($P = 0,008$) em relação às meninas não praticantes de futebol (Tabela 2).

Tabela 2. Comparação do desempenho entre praticantes e não praticantes de futebol

	PF (n=15)	NPF (n=15)	P
Agilidade (seg)	6,55 ± 0,36	7,23 ± 0,44	0,001*
Salto Horizontal (m)	1,70 ± 0,20	1,53 ± 0,12	0,008*

PF= Praticantes de futebol. NPF= Não praticantes de futebol * Diferença significativa em relação ao grupo NPF ($P \leq 0,05$).

4. DISCUSSÃO

No Brasil as crianças são influenciadas a praticar o futebol desde muito novas, têm fácil acesso a jogos e informações de partidas e têm livre acesso à prática, principalmente em ambientes escolares, nos quais em sua maior parte, pode-se encontrar quadras ou campos destinados ao desporto futebol. É por isso que, segundo Freire (1998), a expressão “jogar bola” tornou-se privativa à prática do futebol.

Nos últimos vinte anos, o futebol feminino vem tendo um movimento claramente crescente, tomando dimensões cada vez maiores tanto dentro quanto fora de campo. Essa evolução no esporte acaba sendo refletida na área da pesquisa. O que antes era proibido para as mulheres, além de se popularizar cada vez mais com o incentivo da mídia, se torna também objeto de pesquisa, para que haja a evolução nesse esporte que vem tendo a adesão de participantes de diferentes idades e níveis sociais (RAMOS, 2012).

Apesar do movimento crescente nesse esporte, há poucos estudos e registros sobre a influência do futebol feminino nos aspectos das habilidades motoras e no desempenho físico.

De acordo com Gallahue e Donnelly (2008), a habilidade motora consiste em uma série de movimentos realizados com exatidão e precisão. Cada modalidade desportiva exige um repertório de habilidades motoras para ser praticada adequadamente, e o futebol requer a corrida como uma das principais habilidades motoras, que segundo Mohr, Krusturup e Bangsbo (2003), é um elemento crucial na performance de um jogador de futebol. Também são apontadas como as capacidades motoras exigidas e trabalhadas no treinamento do futebol a força, resistência, velocidade, flexibilidade e coordenação.

Ianni (2010) afirma que no aspecto dos treinamentos práticos do futebol as qualidades físicas que serão trabalhadas para se jogar podem ser basicamente classificadas como: a resistência (aeróbia e anaeróbia), força, velocidade, flexibilidade, coordenação. Os achados do presente estudo vão ao encontro desses quesitos, já que o grupo de alunas que obteve melhores resultados nos testes que exigiam velocidade,

coordenação, força e potência de membros inferiores (impulsão), é o das que de fato treinam e exercem mais a prática de tais capacidades motoras durante os treinamentos focados para o futebol, que ocorrem 3 vezes por semana, além das aulas de Educação Física.

Foram realizados neste estudo os testes físicos de impulsão horizontal (KISS, 1987), teste de agilidade (teste do quadrado) e de avaliação cineantropométrica segundo o protocolo de Guedes (1994) de três dobras cutâneas para a obtenção do percentual de gordura de cada indivíduo.

O grupo das alunas do time de futebol (PF) obteve melhores resultados nos testes físicos, tanto de impulsão horizontal (potência de membros inferiores), em que foi encontrado $p = 0,008$, quanto no teste de agilidade do quadrado tendo $p = 0,001$, em comparação com as alunas não praticantes de futebol (tabela 2). Os resultados encontrados na comparação entre os dois grupos confirmam a ideia apresentada de que o futebol influencia positivamente no perfil cineantropométrico de escolares do segmento feminino.

Os achados do presente estudo que favorecem o grupo PF podem ser justificados também com bases pedagógicas das poucas horas destinadas à prática desportiva no currículo escolar proposto pelas Leis de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (1996), que impõe a obrigatoriedade das Aulas de Educação Física apenas 2 vezes por semana por um período de 50 minutos. Sendo assim podemos apontar que para a melhora das capacidades físicas a quantidade de horas destinadas à educação física escolar são insuficientes, visto que os 50 minutos acabam se tornando ainda menores já que existe o tempo de deslocamento entre sala de aula e quadra/campo nos casos de aulas práticas, sem contar com o tempo de explicação gasto pelo professor.

Além dos resultados dos testes físicos favoráveis ao grupo praticante de futebol, as alunas apresentaram também menor IMC ($p = 0,007$) e menor percentual de gordura corporal ($p = 0,001$) em relação às meninas que não praticam futebol.

De acordo com Farias et al. (2015), a atividade física pode provocar importantes modificações na composição corporal e na massa magra e é um importante fator no controle do excesso de peso em crianças e adolescentes. A atividade física regular na infância e adolescência aumenta a força e a resistência ajudando a construir ossos e músculos saudáveis. Outros benefícios muito importantes são o controle de peso, a redução da ansiedade e do estresse, o aumento da autoestima, além do controle de colesterol.

Apesar do futebol ser um fator que, de acordo com os dados desta pesquisa, influencia positivamente no perfil cineantropométrico de seus praticantes, os resultados referentes ao percentual de gordura das alunas não podem ser atribuídos unicamente à prática de futebol. Segundo a World Health Organization, os principais fatores apontados como determinantes do aumento dos casos de excesso de peso na adolescência são os hábitos alimentares e o sedentarismo. O consumo alimentar pode vir a resultar em alterações antropométricas em adolescentes, conforme apontam Chiarelli, Ulbrich e Bertin (2011).

Outro fator relevante ao acúmulo de gordura corporal nessa faixa etária são os hormônios e a fase maturacional em que os adolescentes se encontram. De acordo com Gentil, Oliveira e Silva (2018), durante a puberdade ocorrem variações no percentual de gordura e diferenças na composição e distribuição de gordura corporal, sendo que nas meninas os hormônios induzem a um maior ganho de massa gorda decorrente do desenvolvimento sexual e reprodutivo.

5. CONCLUSÃO

Diante dos achados do presente estudo podemos inferir o futebol feminino é não somente uma modalidade esportiva que vem crescendo, como também constitui um esporte que traz benefícios à saúde de suas praticantes e influencia positivamente no desenvolvimento de suas capacidades físicas, psicológicas e sociais por ser um jogo que estimula a coletividade e o espírito colaborativo.

De acordo os dados do presente estudo, pôde-se obter resultados favoráveis que fortalecem a convicção da influência positiva do futebol, tanto para a composição corporal de seus praticantes quanto para sua melhora em desempenho de capacidades físicas, tais como velocidade, força e coordenação.

Pode-se concluir também que a carga horária proposta pela LDB destinada as aulas de educação física escolar são insuficientes para uma melhora no desenvolvimento das capacidades físicas requeridas á prática de futebol, levando a crer que esse foi um fator de grande influência para os melhores resultados do grupo PF das alunas que praticam o futebol 3 vezes por semana além das aulas de Educação física obrigatórias do currículo escolar.

Conclui-se que comparando os dois grupos foi encontrado valor significativo de p favorecendo o grupo praticante de futebol em todos os aspectos analisados, sendo eles: Massa corporal, IMC, percentual de gordura, agilidade e impulsão horizontal. Mesmo sendo levado em conta fatores como alimentação e influência hormonal, o estudo permite concluir que os benefícios trazidos pela prática do esporte são de suma relevância para estudantes do segmento feminino.

Levando em conta a saúde das adolescentes, o estudo também apontou que a prática de atividade física, sendo ela o futebol ou não, afeta positivamente os indivíduos, uma vez que o sedentarismo foi descrito como um dos principais fatores de risco para o acúmulo de gordura em crianças e adolescentes, que em casos não tão raros pode levar à obesidade nessa fase da vida ou, futuramente, na fase adulta.

O momento de ascensão que o futebol feminino vive deve ser aproveitado para maior aprofundamento de estudos e pesquisas que favoreçam o desenvolvimento do esporte e de suas atletas. Permitindo então aprofundar cada vez mais os conhecimentos em relação aos benefícios oferecidos a seus/suas praticantes em vista da evolução dos indivíduos praticantes.

REFERÊNCIAS

BASTOS, P.; NAVARRO, A. O futsal feminino escolar. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 1, n. 2, p.144-162. Maio/Jun./Jul./Ago. 2009.

BRASIL. Lei nº 10,793, de 1 de dezembro de 2003. Institui as **Leis de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**: Artigo 26 parágrafo 3º

BRASIL. Presidência da República. Decreto-Lei n. 3.199, de 14 de abril de 1941. Estabelece as bases de organização dos desportos em todo o país. **Diário Oficial da União** - Seção 1 - 16/4/1941, Página 000 (Publicação Original).

CAVICHIOILLI, F. et al. O processo de formação do atleta de futsal e futebol: análise etnográfica. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v. 25, n. 4, p. 631-647, out./dez. 2011.

CHIARELLI, G.; ULBRICH, A. Z.; BERTIN, R. L. Composição corporal e consumo alimentar de adolescentes da rede pública de ensino de Blumenau. **Rev. Bras. Cineantropom. & Desempenho Humano**, Blumenau, v.13, n. 4, p. 265-271. Nov. 2011.

FARIAS, E. S. et al. Efeito da atividade física programada sobre a composição corporal em escolares pós-púberes. **Jornal de Pediatria** Rio de Janeiro, v.91 n. 2 p. 122-129. 2015.

GALLAHUE, D. L.; DONNELLY, F. C. **Educação Física Desenvolvimentista para todas as crianças**. 4. ed. São Paulo: Phorte Editora, 2008.

GENTIL, M. S.; OLIVEIRA, C. C. de; SILVA, H. M. B. S. da. Relação entre gordura corporal e maturação sexual de adolescentes. **BRASPEN J**, v. 33 n.1 p. 70-75. 2018.

GUTERMAN, M. **O futebol explica o Brasil**: uma história da maior expressão popular do país. São Paulo: Contexto, 2009.

IANNI, F. Aspectos gerais do treinamento físico no futebol. **Universidade do Futebol**. Jan. 2010. Disponível em: <https://universidadedofutebol.com.br/aspectos-gerais-do-treinamento-fisico-no-futebol/>.

MELO, L.; ROCHA, H.; SILVA, A.; SOARES, A. Jornada escolar *versus* tempo de treinamento: a profissionalização no futebol e a formação na escola básica. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, São Paulo, v. 38 n. 4 p. 400-406. 2016.

QUEIROGA, M.; FERREIRA, S.; PEREIRA, G.; KOKUBUN, E. Somatotipo como indicador de desempenho em atletas de futsal feminino. **Rev. Bras. Cineantropom. & Desempenho Humano**, v. 10 n. 1 p. 56-61. 2008.

RAMOS, S. S. **Habilidades motoras específicas do futebol**: um estudo comparativo entre diferentes categorias e posições. Trabalho de Conclusão de Curso (Educação Física), UFRGS, Porto Alegre, RS. 2012.

ROCHA, R. E. R.; WALTRICK, T.; VENERA, G. D. Composição corporal, qualidades físicas e características dermatoglíficas das atletas da seleção brasileira de futsal feminino por posição de jogo. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 5, n. 17, p. 233-240. Set./Out./Nov./Dez. 2013.

SANTANA, Dayane Pereira de; COSTA, Célia Regina Bernardes. educação física escolar na promoção da saúde. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo Do Conhecimento**. Ano 01, Edição 01, Vol. 10, pp. 171-185, Novembro de 2016

MIQUELIN, E.; FERNANDES, M.; PAGANI, M.; SILVA, R. A educação física e seus benefícios para alunos do ensino fundamental. 2014.

ANEXO A



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

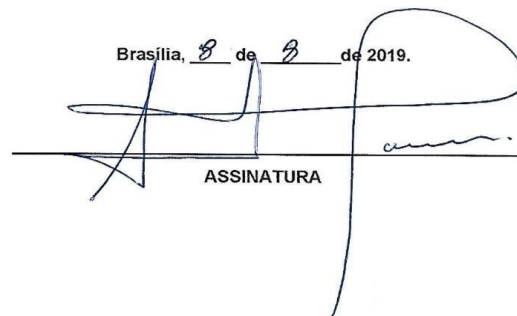
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de aceite do orientador

Eu, Sergio Adriano Gomes , declaro aceitar orientar o(a) discente FERNANDA MATOS RODRIGUES PEREIRA no Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 8 de 8 de 2019.



ASSINATURA



ANEXO B



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de Autoria

Eu, Fernanda Matos Rodrigues Pereira, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(es) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 18 de 11 de 2019.

Orientando



ANEXO C



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, FERNANDA MATOS RODRIGUES PEREIRA
RA:21708920 me responsabilizo pela apresentação do
TCC intitulado **ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE
FUTEBOL NO PERFIL CINEANTROPOMÉTRICO DE
ESCOLARES**

no dia 18 / 11 do presente ano, eximindo qualquer
responsabilidade por parte do orientador.

ASSINATURA

ANEXO D



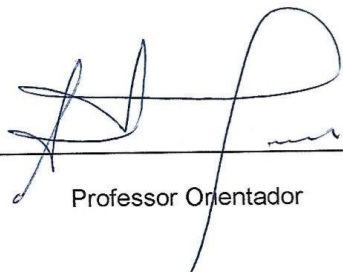
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, SERGIO ADRIANO GOMES, venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: **ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE FUTEBOL NO PERFIL CINEANTROPOMÉTRICO DE ESCOLARES**

autorizar sua apresentação no dia 18 / 11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Professor Orientador



ANEXO E



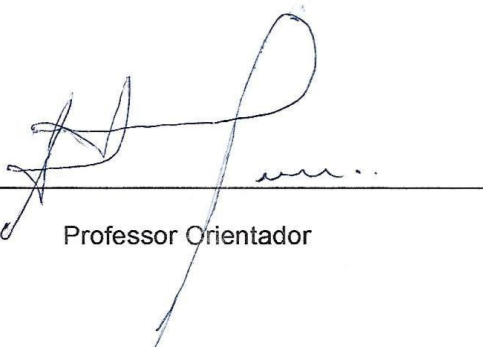
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE
TCC

Eu, SERGIO ADRIANO GOMES venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: **ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE FUTEBOL NO PERFIL CINEANTROPOMÉTRICO DE ESCOLARES**

autorizar a entrega da versão final no dia 27/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Professor Orientador



ANEXO F



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

AUTORIZAÇÃO

Eu,

Fernanda Matos Rodrigues Pereira,

RA 21708920, aluno (a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado **ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE FUTEBOL NO PERFIL CINEANTROPOMÉTRICO DE ESCOLARES**, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 8 de Novembro de 2019.

Assinatura do Aluno

ANEXO G

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE FUTEBOL NA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ESCOLARES DO SEGMENTO FEMININO

Pesquisador: sergio adriano gomes

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 21044919.8.0000.0023

Instituição Proponente: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.627.838

Apresentação do Projeto:

Segundo o projeto: Será um estudo experimental.

População: A amostra será constituída por 20 atletas de futebol feminino da Escola Americana de Brasília com idades entre 12 e 17 anos e 20 estudantes que participam apenas das aulas de Educação Física da mesma faixa etária, totalizando 40 indivíduos.

As medidas de composição corporal incluirão massa (Kg), medida através de Balança Digital (Sanny Brasil), e estatura medida através de Estadiômetro Compacto Tipo Trena (Sanny Brasil). Com essas medidas serão realizados os cálculos para identificação do Índice de Massa Corporal (IMC) utilizando a fórmula $[Kg/(estatura)^2]$.

Serão também calculados os percentuais de gordura corporal através da mensuração das sete dobras cutâneas (tríceps, supra-ílica e coxa) utilizando o adipômetro da marca LANGE (Cambridge Scientific Industries, Inc. Cambridge, Maryland, USA), com escala de 1mm e pressão constante em todas as aberturas de 10 g/mm².

A avaliação da composição corporal será realizada pelo mesmo avaliador, para as dobras cutâneas serão adotados os valores médios das mensurações, ou dois valores coincidentes. A localização dos pontos de medida seguirá o preconizado por Petroski, (1995), conforme descrito abaixo conforme cada um dos três protocolos.

Teste de impulsão horizontal Segundo Kiss (1987)

1: Com uma fita métrica e um giz serão demarcados os locais de início e medida do teste.

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 3.627.838

2: A atleta ficará com os pés separados e paralelos, distantes alguns centímetros (10 - 20 cm), posicionados atrás de uma linha de saída demarcada no chão com um giz. Na preparação para o salto, o atleta balança os braços para trás e flexiona os joelhos.

O salto deve ser efetivado com o atleta estendendo os membros inferiores durante o movimento. 3 tentativas serão permitidas, sendo que a medição será realizada da linha de saída até a primeira parte do atleta que tocou com os calcanhares no solo. Este shuttle run de velocidade 5 metros (Eurofit, 1988)
Equipamentos: Piso limpo e não derrapante, cronômetro, fita métrica, fita adesiva e cones de plástico.
Procedimentos: A aluna assumirá a posição em pé, atrás da linha de saída com os pés em afastamento antero-posterior. Ao ser dado o comando, a aluna deverá correr o mais rápido possível para a outra linha e retornar a linha inicial, cruzando ambas as linhas com os dois pés. Esta movimentação é considerada como um ciclo. A aluna deverá realizar três ciclos. Duas linhas paralelas serão desenhadas no solo (fita adesiva) a 5 metros de distância. As linhas irão conter 1,20m de comprimento cada serão demarcadas com os cones para melhor visualização da aluna.

Critério de Inclusão: Serão incluídos os participantes que aceitarem realizar os testes e assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Serem praticantes da modalidade Futebol feminino e estarem em idade escolar. Serem estudantes que apenas participam da Educação Física escolar.

Critério de Exclusão: Serão excluídos os participantes se recusarem a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), possuir alguma lesão que impossibilite de realizar os testes e/ou não realize todos os testes solicitados, ou se recusar a participar voluntariamente da pesquisa.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Verificar o perfil cineantropométrico de atletas de futebol em idade escolar.

Objetivo Secundário:

Analisar a diferença de perfil de praticantes não praticantes de futebol feminino em idade escolar.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: Os riscos são mínimos por se tratar de uma coleta de dados em um ambiente propício para a prática de atividade física e bem monitorado por profissionais e alunos capacitados. Possíveis

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 3.627.838

riscos de constrangimento nas avaliações serão minimizados pois o atendimento durante a coleta dos dados de estatura, massa corporal total e dobras cutâneas para minimizar qualquer risco ou incômodo será realizado de maneira individual em sala reservada. Caso algum procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento a a voluntária estará ciente que não precisa realizá-lo.

Benefícios: Podem existir benefícios para os participantes através da conscientização a respeito da área do presente estudo. As atletas terão total acesso aos resultados e o treinador poderá se basear nos resultados do time para futura periodização dos treinamentos da equipe.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

De acordo com os dados apresentados no projeto:

- A pesquisa tem relevância acadêmica, porque os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas. Entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar o nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com a privacidade da participante.
- Na apresentação do projeto não foram encontrados problemas éticos.
- O cronograma está bem elaborado, constando coleta de dados para o período entre 02/10/2019 e 10/10/2019.
- O instrumento para a coleta de dados está bem explicado e tem fundamentação científica.
- O Currículo Lattes da pesquisador está de acordo com a área da pesquisa.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

De acordo com os dados apresentados pelos pesquisadores:

- A Folha de Rosto (FR): está com as informações da pesquisa, do pesquisador responsável, da instituição proponente.
- Termo de Aceite Institucional: foi apresentado.
- Foi apresentado o termo de assentimento.

Recomendações:

O CEP-UniCEUB ressalta a necessidade de desenvolvimento da pesquisa, de acordo com o protocolo avaliado e aprovado, bem como, atenção às diretrizes éticas nacionais quanto ao às

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar
Bairro: Setor Universitário **CEP:** 70.790-075
UF: DF **Município:** BRASÍLIA
Telefone: (61)3966-1511 **E-mail:** cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 3.627.838

Resoluções nº 446/12 e nº 510/16 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto:

A responsabilidade do pesquisador é indelegável e indeclinável e compreende os aspectos éticos e legais, cabendo-lhe:

I - apresentar o protocolo devidamente instruído ao sistema CEP/Conep, aguardando a decisão de aprovação ética, antes de iniciar a pesquisa, conforme definido em resolução específica de tipificação e gradação de risco;

II - desenvolver o projeto conforme delineado;

III - conduzir o processo de Consentimento e de Assentimento Livre e Esclarecido;

IV - apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela Conep a qualquer momento; manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período mínimo de 5 (cinco) anos após o término da pesquisa;

V - encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto;

VI - elaborar e apresentar os relatórios parciais e final;

VII - apresentar no relatório final que o projeto foi desenvolvido conforme delineado, justificando, quando ocorridas, a sua mudança, interrupção ou a não publicação dos resultados.

Observação: Ao final da pesquisa enviar Relatório de Finalização da Pesquisa ao CEP. O envio de relatórios deverá ocorrer pela Plataforma Brasil, por meio de notificação de evento.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

A pesquisa se encontra apta a iniciar a coleta de dados, devendo antes:

1. iniciar a coleta de dados após a aprovação da pesquisa, conforme às diretrizes da ética em pesquisa:

A responsabilidade do pesquisador é indelegável e indeclinável e compreende os aspectos éticos e legais, cabendo-lhe:

I - apresentar o protocolo devidamente instruído ao sistema CEP/Conep, aguardando a decisão de aprovação ética, antes de iniciar a pesquisa;

2. realizar revisão textual no TCLE.

Considerações Finais a critério do CEP:

Protocolo previamente avaliado, com parecer n. 3.627.838/19, tendo sido homologado na 17ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB do ano, em 04 de outubro de 2019.

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASILIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 3.627.838

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1432607.pdf	11/09/2019 19:58:59		Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto_fernanda.pdf	11/09/2019 19:46:47	sergio adriano gomes	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_cep_assentimento_fernanda.docx	10/09/2019 11:26:55	sergio adriano gomes	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_responsaveis.docx	10/09/2019 11:25:23	sergio adriano gomes	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	aceite_fernanda.pdf	10/09/2019 11:24:58	sergio adriano gomes	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_cep_fernanda.pdf	10/09/2019 11:23:44	sergio adriano gomes	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BRASILIA, 08 de Outubro de 2019

Assinado por:
Marília de Queiroz Dias Jacome
(Coordenador(a))

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASILIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

APÊNDICE A

FICHA DE COLETA DE DADOS

DOBRAS	1	2	3	4
TRICIPTAL				
SUPRA ILÍACA				
COXA				

VOLUNTÁRIO	
IDADE	
PESO	
ESTATURA	
IMC	

SHUTTLE RUN 5 METROS	
IMPULSÃO HORIZONTAL	

DATA: __/__/__