

AVALIAÇÃO MOTORA E FUNCIONAL EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE ATLETISMO DE UMA ESCOLA DO RIO DE JANEIRO

Rafael do Nascimento Martins, Samantha de Sousa Silva, Thamires Rocha Fernandes, Fábio Luís Feitosa Fonseca.
Fabio.fonseca@ifrj.edu.br

O atletismo, apesar de ser uma modalidade esportiva fundamental para o desenvolvimento motor humano, ainda é pouco explorado no ambiente escolar brasileiro, muitas vezes em razão da falta de infraestrutura, material e preparo técnico. No entanto, sua prática é capaz de promover benefícios essenciais como melhora da força, resistência, flexibilidade e agilidade, aspectos particularmente relevantes na adolescência, fase marcada por rápidas mudanças físicas e hormonais. Nesse contexto, compreender o impacto do atletismo no desenvolvimento músculo-esquelético de jovens torna-se crucial para identificar padrões de crescimento, prevenir lesões e favorecer um desempenho saudável e sustentável. Este estudo tem como objetivo avaliar aspectos musculoesqueléticos e funcionais em adolescentes de 11 a 16 anos praticantes de atletismo em uma escola municipal do Rio de Janeiro. Trata-se de um estudo observacional-transversal, que incluirá alunos regularmente matriculados e participantes do projeto esportivo, mediante consentimento dos responsáveis. Serão realizadas avaliações antropométricas, testes de mobilidade, força muscular, estabilidade funcional, saltos verticais e horizontais, além da velocidade em corrida de 10 metros. Espera-se que a análise desses dados permita mapear possíveis limitações ou desequilíbrios funcionais, contribuindo para estratégias de prevenção de lesões, aperfeiçoamento do treinamento e desenvolvimento de políticas públicas voltadas à saúde de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Atletismo; Desenvolvimento motor; Adolescente; Avaliação músculo-esquelética

Área de conhecimento: Ciências da Saúde; Ciências Humanas.

Financiamento: IFRJ, CNPq, FAPERJ, CAPES e outro(s), se houver.

