

## Estudo comparativo dos índices de aptidão física em portadores de deficiência mental

Jônatas de França Barros

Estudo comparativo dos índices de aptidão física em portadores de deficiência mental

Orientador: Prof. Dr. Turbilio Leite de Barros Neto  
Coordenador PG: Prof. Dr. José Roberto B. Jardim

Tese Universidade Federal de São Paulo, Escola Paulista de Medicina  
Título de Doutor em Ciências – 1998

### **Resumo**

Com o objetivo de comparar o índice de aptidão física em portadores de deficiência mental nas variáveis somáticas, cardiorrespiratórias e neuromotoras, estudou-se 108 indivíduos, portadores de deficiência mental leve e moderada, com a idade variando entre 10 e 36 anos todos praticantes regulares de atividade física em diferentes modalidades. Estudamos 74 indivíduos do sexo masculino, divididos em deficiente mental leve (N = 37), deficiente mental moderado (N = 37). No sexo feminino, foram 34 indivíduos divididos em: deficiente mental leve (N = 18), e deficiente mental moderado (N = 16), todos matriculados na APAE (associação dos Pais e Amigos dos Excepcionais) em seus respectivos núcleos: Vila Mariana, Itaim e Brooklin da cidade de São Paulo, SP. A coleta de dados foi aplicada numa única fase. Todos foram comparados nas seguintes variáveis: 1) consumo máximo de oxigênio (VO<sub>2</sub> máximo); 2) medidas antropométricas de peso, estatura, dobras cutâneas e gordura corporal relativa; 3) flexibilidade, com o teste de sentar e alcançar; 4) impulsão vertical; 5) velocidade de 50 metros e 6) agilidade pelo Shuttle-run. Comparando-se os deficientes mentais leves com os deficientes mentais moderados constatamos menor percentual de gordura corporal (P $\alpha$ =0,0148), maior VO<sub>2</sub> max (P $\alpha$  = 0,0001), maior impulsão vertical (P $\alpha$  = 0,0001), maior velocidade (P $\alpha$  = 0,0001), e maior agilidade (P $\alpha$  = 0,0001), não existindo diferença quanto à flexibilidade. Estes resultados são detectados em ambos os sexos.

Os resultados obtidos mostram também que os deficientes mentais ativos mantêm percentual de gordura corporal abaixo dos índices de obesidade estabelecidos para a população. Em relação aos padrões populacionais observamos também menor VO<sub>2</sub> max, maior flexibilidade e impulsão vertical e menor velocidade de corrida.

Estes resultados caracterizam a importância da atividade física para os deficientes e a necessidade dos programas serem desenvolvidos respeitando as características desses pacientes.

Palavras Chaves: retardo mental – aptidão física - exercício