

# Centro: Saude

## Curso: Educação Física

**Título:** PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE ATLETAS DE VÔLEI SENTADO.

**Autores:** Matos, C.R. Albergaria, M.B.

**Email:** mba2802@gmail.com

**IES:** UNESA

**Palavra Chave:** Volei Sentado Estilo de Vida

### Resumo:

O vôlei sentado surgiu de acordo com o Comitê Paraolímpico Brasileiro (2011) em 1956 na Holanda com a junção do sitzball, esporte alemão jogado sentado e sem a rede, muito passivo e o voleibol convencional, após a fundação do primeiro clube para deficientes em 1953 de onde se originou o sitzball; desde então o vôlei sentado tem sido considerado um dos esportes mais importantes de equipe para atletas com deficiência. Dados do CDC de Atlanta, apontam que mais de 2 milhões de mortes por ano são atribuídas à inatividade física, o que provavelmente é um dos fatores do aumento da aderência em atividades físicas. Vários fatores influenciam a qualidade de vida e, segundo Nahas (2006), o estilo de vida é um dos parâmetros que reflete como um indivíduo se comporta em relação ao meio conseqüentemente, é um dos componentes da qualidade de vida, esta é percebida e possui caracterização individual. Objetivo Avaliar a percepção de qualidade de vida de atletas de Voleibol Sentado de um grande clube do Rio de Janeiro. Metodologia: Este estudo caracterizou-se como descritivo, tendo como sujeitos 8 voluntários com 32,88 ± 11,81 anos de idade do sexo masculino. Foi utilizado o questionário de perfil de estilo de vida (NAHAS, 2003). Utilizou-se estatística descritiva. Resultados: O grupo teve resposta satisfatória nos domínios em geral em suas modas, excetuando-se o de nutrição (0), onde os indivíduos percebem-se não fazer uso em sua alimentação diária de 5 porções de frutas e hortaliças e fazem uso de alimentos gordurosos e não mantem um controle da pressão arterial e ao colesterol (0). Conclusão: A inclusão de hábitos de vida e mudança no estilo de vida, principalmente quanto à prática de atividade física, se fazem necessárias visando a autoestima e suas contribuições para os deficientes. Porém a má alimentação, talvez devido a classe social dos indivíduos, possa influenciar negativamente tanto na pratica do esporte como na prevenção de doenças que podem surgir congruente a deficiência, assim como o não conhecimento preventivo da pressão arterial e do colesterol.

