

## Editorial RBCM 22(1) 2014

*Sonhe com o que você quiser.  
Vá para onde você queira ir.  
Seja o que você quer ser, porque você possui apenas uma vida  
e nela só temos uma chance de fazer aquilo que queremos.*  
(Clarice Lispector)

A experiência da produção do conhecimento e sua divulgação é uma das realidades intensas de viver a vida, conferindo a ela sentido. *Fazer o que queremos* é um dos caminhos que apontam para uma pesquisa relevante, na medida em que determinados problemas ocupam nosso cotidiano, nada melhor do que enfrenta-los com as pesquisas e um retorno às populações dos estudos e às pessoas que podem vir a se beneficiar destas descobertas.

O presente número da Revista Brasileira de Ciência e Movimento traz estudos com populações específicas, com avaliação de procedimentos técnicos e de *softwares*, focalizando populações por faixas etárias, por envolvimento em atividades esportivas de lazer ou competição, bem como apresenta importantes revisões temáticas que apontam horizontes importantes para a pesquisa.

Em um primeiro bloco poderíamos destacar a avaliação da maturação óssea para a seleção e detecção de talentos esportivos de jovens atletas, identificando que a maturação biológica apresentou-se avançada em relação às idades cronológicas, sendo determinante sobre o desempenho nos testes das capacidades físicas. No caso de nadadores competitivos evidenciou-se o importante papel do treinamento resistido dentro da água em sua preparação e a sua possível influência em variáveis intervenientes à velocidade de nado, concluindo que as cargas utilizadas no treinamento resistido na água proporcionou aumento da força propulsora sem interferir nos indicadores morfológicos desses nadadores. Outros três estudos trataram da realidade vivida por atletas de Jiu-Jitsu, no qual o primeiro ocupou-se de comparar praticantes experientes com iniciantes em relação às resistências de força dinâmica e isométrica, força isométrica máxima e potência aeróbia máxima, concluindo que a experiência específica (tempo de prática e classificação das faixas) influencia apenas a capacidade de resistência de força isométrica e essa valência, portanto, parece ser especial para discriminar diferentes níveis de praticantes da modalidade. Outro estudo preocupou-se com a necessidade de um planejamento alimentar adequado para trazer resultados benéficos, desmistificando a ideia de que os atletas lutadores necessitam tomar atitudes drásticas e arriscadas para redução do peso corporal. E por fim, um dos estudos relacionou o desempenho de atletas iniciantes em uma tarefa de tempo de reação com suas regulações motivacionais para a prática de exercícios físicos além de caracterizá-los quanto aos aspectos sociodemográficos. Os resultados demonstraram que os atletas iniciantes de Jiu-Jitsu se mostraram autodeterminados para a prática de exercícios físicos, com elevado índice de autodeterminação, estilo de vida ativo, boas experiências esportivas no passado e boas avaliações de suas competências físicas.

Outros grupos diferenciados pela faixa etária e por sexo foram alvo de pesquisa e reflexão. No caso de mulheres saudáveis se estudou os efeitos da ingestão de cafeína sobre a velocidade de corrida referente à intensidade do primeiro limiar ventilatório e velocidade máxima de corrida, sendo possível concluir que houve modificações significativas. Outro estudo comparou a força muscular absoluta e relativa de mulheres de meia idade com e sem sobrepeso e obesidade, além de correlacionar a força muscular relativa com o índice de massa corporal, com a circunferência da cintura e com a razão cintura-estatura. Já com mulheres idosas outro estudo avaliou a correlação da composição corporal e produção de força dos membros inferiores com a capacidade funcional em mulheres idosas, identificando que as fisicamente ativas mantêm um desempenho funcional adequado sem influências da força máxima dos membros inferiores ou sobrepeso. Um estudo de revisão sistemática sem metanálise analisou o impacto do Treinamento Resistido na lipemia de idosos. Os dados das pesquisas demonstraram diferentes

efeitos como a melhora e não alteração do perfil lipídico. Um estudo com crianças verificou a magnitude do efeito do treinamento de força sobre as variáveis força, composição corporal e crescimento longitudinal, sugerindo ao final que esta é uma intervenção favorável para ganhos de força, hipertrofia muscular e crescimento longitudinal em indivíduos de 7 a 12 anos de idade, mas ineficiente na redução de massa gorda.

Estudos voltados para a análise da eficácia de técnicas investigaram a técnica de Estabilização Segmentar Vertebral no aumento do trefismo dos múltífidos e na melhora da dor em pacientes portadores de Hérnia Discal Lombar, verificando efeito positivo na melhora da capacidade de recrutamento voluntário dos estabilizadores lombares e redução da dor. Outro deles analisou as respostas afetivas ao exercício como relevantes para o aumento da adesão ao mesmo, concluindo que essa conjugação é efetiva no desempenho dos participantes. Outro estudo apontou para evidências recentes que indicam a existência de reserva neurofisiológica em todo exercício aeróbio máximo. Nessa nova interpretação, o sistema nervoso central modularia o recrutamento muscular para impedir a ativação de todas as unidades motoras ao mesmo tempo, e evitar o excesso de dano à matriz celular. Outra técnica analisada foi a do Pizzicato, recurso de puxar a corda do instrumento com o dedo para produzir o Staccato, muito comum entre os contrabaixistas, especialmente no Jazz, demonstrando que o conhecimento da anatomia favorece esta técnica, para executar os movimentos de forma correta, sem comprometimento da eficácia da ação e sem desgaste físico. Nessa direção dois *softwares foram analisados*, um para Avaliação Postural que teve como objetivo verificar o efeito do posicionamento do voluntário e calibração nas medidas de angulares oferecidas pelo *Software* para Avaliação Postural, concluindo que quanto maior a rotação do voluntário maior os erros, a calibração influenciou nas medidas oferecidas. O software *EthoLog* proposto por Eduardo B. Ottoni, como instrumento para a observação do comportamento humano e seu registro para a análise e aplicações no treinamento desportivo e na Psicologia do Esporte indicou que este *software* pode ser utilizado em diferentes modalidades esportivas, possibilitando obter resultados, desenvolver análises e reflexões considerando as informações essenciais advindas do comportamento de um aluno ou atleta.

Outros estudos ocuparam-se dos espaços de lazer, um deles analisando os significados das práticas corporais para os frequentadores de um parque público identificando no depoimento dos participantes como justificativas determinantes para tal prática, o fator saúde e qualidade de vida, a sensação de se sentir bem, ter prazer, o exercício de higiene mental e a ausência de doença. Em um Programa de Política de Prevenção Social à Criminalidade do Estado de Minas Gerais, voltado para o público jovem, o lazer se faz presente nos documentos e é visto como ferramenta, instrumento e meio para o acesso e a aproximação do Estado ao público alvo atendido pela política de prevenção social à criminalidade, através da mediação dos oficinairos e a partir da mobilização de saberes nas oficinas. Outro estudo analisou a influencia do ambiente escolar em relação à prática e nível de atividade física de crianças e adolescentes da América do Norte e Europa, verificando que nos países europeus não foram observadas preocupações relacionadas ao ambiente social, tendo maior ênfase no ambiente natural e construído como facilitadores para prática de atividade física. Por fim um dos estudos nos contempla com uma reflexão acerca de um elemento sócio-histórico-cultural capaz de representar todos ou quase todos os povos, nações e países do planeta: o desporto, compreendendo-o como uma construção essencialmente humana.

Convidamos a comunidade acadêmica a ler, debater e ampliar suas perguntas nas pesquisas que continuarão a ser feitas como parte de nossa contribuição para afirmar a vida em toda sua intensidade e beleza.

**Tânia Mara Vieira Sampaio**  
**Junior Wagner Pereira da Silva**  
**Jonato Prestes**  
**Editores**