

Editorial RBCM 23(4) 2015

*“Não é bastante não ser cego para ver as árvores e as flores.
Não basta abrir a janela para ver os campos e os rios”.*

Alberto Caeiro/Fernando Pessoa

A possibilidade de ver as coisas não depende apenas de termos olhos e estes estarem abertos. É preciso que a pergunta sobre a realidade esteja nos olhos para que estes se abram e de fato se vejam as muitas possibilidades. Isso ocorre com a pesquisa em todas as áreas de conhecimento, o ato de ver não é natural ele precisa ser aprendido e iluminado pelo desejo de que o que pesquisamos faça sentido na vida das pessoas.

Este número da Revista Brasileira de Ciência e Movimento trouxe estudos sobre diversas faixas etárias. Um estudo com crianças investigou a influência do método Pilates sobre o desenvolvimento motor delas, concluindo que de forma global, houve um aumento significativo do quociente motor geral indicando que o protocolo de exercícios do método influenciou positivamente o desenvolvimento motor das crianças. Outros três estudos tratam sobre os adolescentes. O primeiro deles descreveu o nível de aptidão física relacionado ao desempenho motor, percebendo que o nível de aptidão física relacionada ao desempenho motor de adolescentes foi considerado baixo, evidenciando que intervenções para o aumento da participação esportiva e em atividades físicas em geral devem ser elaboradas. O segundo buscou estimar a prevalência de inatividade física em adolescentes escolares do ensino fundamental II e analisar sua associação com variáveis sócio demográficas, concluindo que a proporção de inatividade física entre os adolescentes foi elevada. Condição socioeconômica, período de estudo e locais sem infraestrutura básica apresentam associação mais consistentes com os altos índices de inatividade física. O terceiro consistiu em um ensaio que procurou refletir acerca do estresse psicossocial que acomete os indivíduos modernos, inclusive aqueles em idades mais precoces, assim como as implicações e benefícios da prática de atividades físicas como estratégia de enfrentamento e redução do estresse, concluindo que as emoções vivenciadas nas atividades físicas dão vazão às sensações estressantes do cotidiano e transformam as relações com o outro e com o mundo, modificando a forma de pensar, sentir e agir na sociedade.

Estudos em mulheres apresentaram diversas contribuições, entre elas um estudo avaliou o equilíbrio hídrico em mulheres durante uma sessão de treinamento funcional de alta intensidade, concluindo que o consumo *ad libitum* durante uma sessão de *crossfit* pode ser suficiente para manter o equilíbrio hídrico em mulheres, porém, em alguns casos ocorreu consumo excessivo de líquidos. Outro estudo verificou os efeitos da modelagem na aprendizagem da habilidade do chute em meninas, com média de idade de $7,6 \pm 0,49$ anos. Os resultados mostraram benefícios na utilização de demonstrações somada à prática, fazendo com que as meninas apresentassem maiores níveis de aprendizagem na tarefa. Outro estudo verificou a influência do ciclo menstrual na força muscular e percepção subjetiva do esforço em atletas de natação usuárias de contraceptivos orais, concluindo que as diferentes fases do ciclo menstrual podem modificar a força muscular e a percepção subjetiva do esforço destas atletas. Com mulheres idosas outro estudo comparou a aptidão física de praticantes de treinamento de força em academias, praticantes de exercícios físicos em praças institucionalizadas e sedentárias, concluindo que as mulheres idosas praticantes de treinamento de força em academia demonstraram ter melhor aptidão física do que mulheres idosas praticantes de exercícios em praças institucionalizadas e mulheres idosas sedentárias residentes em asilos.

Na sequência outro estudo analisou a baixa duração do sono em universitários ingressantes e possíveis associações com fatores sócio demográficos e de saúde. Em conclusão, foram identificadas altas prevalências de baixa duração de sono, qualidade do sono ruim e sonolência diurna excessiva nos universitários. Menor duração de sono esteve correlacionada ao maior tempo de comportamento sedentário para as moças. Além disso, o turno de estudo matutino e noturno foram os principais fatores associados à baixa duração do sono nos universitários. Já na perspectiva de análise da imagem corporal um estudo analisou este fator associado em homens homossexuais, concluindo que os homossexuais participantes deste

estudo são fisicamente ativos, tem orientação de gênero predominantemente masculino e foram classificados como eutróficos, apesar de estarem insatisfeitos com a sua imagem corporal.

No âmbito dos esportes um estudo avaliou o efeito do modelo integrado de preparação física, adotada pela equipe campeã da Copa Independência Bicentenário, sobre a aptidão aeróbia, a potência e a velocidade de jovens atletas. Os resultados sugerem que a estratégia de preparação física, com ênfase na integração entre o componente físico e o componente técnico-tático, promoveu incremento da aptidão aeróbia de jovens futebolistas; entretanto, o desenvolvimento da potência e velocidade não apresentou alteração. No caso de atletas de karatê de alto rendimento o estudo analisou a influência das variáveis cinemáticas sobre o desempenho do chute giro dorsal destes atletas, concluindo que estas variáveis são elementos intervenientes na execução do chute, relevando assim a importância da biomecânica como uma ferramenta importante para o aperfeiçoamento de aspectos determinantes do desempenho. No caso de atletas de jiu jitsu identificou-se que a hipotensão pós-exercício tem sido amplamente investigada com exercícios combinado (resistido+aeróbio). Contudo, ainda é desconhecida sua resposta em diferentes períodos do dia. O estudo verificou o efeito de uma sessão de exercício combinado realizado em diferentes períodos do dia sobre a resposta da Pressão Arterial pós-exercício. Ambas as sessões de exercício combinado foram interessantes para promover HPE, sem diferença entre elas.

No tocante a outras modalidades esportivas um estudo avaliou a sobrecarga muscular através de mudanças na creatina quinase e concentração sérica de α -actina em jogadores de futebol de resposta de dois meses de treinamento físico de pré-temporada, concluindo que o aumento da atividade da creatina quinase e da concentração de actina- α após dois meses de treinamento na pré-temporada indica uma sobrecarga muscular significativa imposta por este período de treinamento. Outro estudo investigou o percurso histórico, a estrutura e as finalidades de um clube esportivo com tradição no desenvolvimento de atletas de basquetebol feminino. Evidenciou-se que a modalidade, apesar de ter iniciado suas atividades de forma voluntária, conseguiu por meio do auxílio do mesossistema Clube-família e dos exossistemas Prefeitura Municipal, federações e patrocinadores se organizar melhor. Em termos de ponto de vista um artigo discutiu a prática dos fundamentos do voleibol de dupla na areia embasado na literatura científica, concluindo que efetuar os fundamentos do voleibol de dupla na areia embasado na literatura científica permite que os jogadores executem ações racionais e eficazes para proporcionar o êxito na partida.

Outros estudos com públicos variados analisaram a percepção de qualidade de vida de policiais militares, concluindo que a percepção da qualidade de vida dos policiais está mais associada a fatores envolvendo os domínios psicossociais. Outro deles ocupou-se da Distrofia Muscular de Cinturas como herança autossômica dominante ou em indivíduos com este diagnóstico de uma mesma família, concluindo que o aspecto ambiente deve ser levado em consideração ao avaliar a funcionalidade uma vez que, independente do diagnóstico em comum, da idade, e limitações físicas, os indivíduos apresentaram adaptações particulares com objetivo de manutenção do seu deslocamento de acordo com as características do ambiente em que vive. Outro estudo avaliou o efeito da suplementação aguda de citrato de sódio sobre o desempenho de repetições máximas em exercícios de força, com achados que sugerem que a suplementação aguda de citrato-Na não exerceu efeito ergogênico sobre o desempenho de força, mais especificamente, em relação ao número de repetições máximas. Outro deles buscou entender a modalidade *powerlifting* associada aos aspectos morfofuncionais que a envolvem. Dessa forma, realizou uma breve revisão da modalidade para auxiliar atletas e técnicos no entendimento das melhorias neuromusculares e nas respostas morfológicas relacionadas à modalidade.

Desejamos a vocês uma boa leitura e que os estudos aqui compartilhados abram nossos olhos para estes e outras realidades possíveis em nossas pesquisas.

Tânia Mara Vieira Sampaio
Jonato Prestes
Editores