



## IMPLANTAÇÃO DO PROGRAMA DE AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA E TREINAMENTO FÍSICO COM O CORPO DE BOMBEIRO MILITAR DE MINEIROS/GO

José Martins Carvalho Junior <sup>1</sup>  
Evandro Salvador Alves de Oliveira <sup>2</sup>

**RESUMO:** Este trabalho refere-se a um projeto de extensão, a ser realizado em parceria com a 6ª Companhia Independente do corpo de Bombeiro Militar, no município de Mineiros, Goiás Trata-se de uma ação desenvolvida pelo curso de Educação Física da Unifimes, que consiste em realizar avaliação antropométrica com os soldados e oficiais do Bombeiro Militar. As atividades serão desenvolvidas por acadêmicos do 2º período de Educação Física do Centro Universitário, estes que, por sua vez, realizarão testes de controle e reavaliação física, sob orientações do professor da disciplina “Medidas e Avaliações”, José Martins, coordenador do projeto. Tem-se como objetivos: realizar avaliação antropométrica individual aos soldados e oficiais da 6ª Companhia Independente Bombeiro Militar; promover regularmente testes de controle e reavaliação aos bombeiros; verificar a densidade e a gordura corporal total, para identificar riscos à saúde; oportunizar aos acadêmicos de graduação em educação física da Unifimes a prática de ensino por meio de atividade de extensão. Os procedimentos e aspectos metodológicos são organizados da seguinte maneira: ao término das atividades de avaliação antropométrica, serão disponibilizados ao comandante do Bombeiro os resultados, para que, a partir desses, seja possível implantar o programa de treinamento proposto, viabilizando sanar os pontos fracos comprovados na avaliação. As turmas de alunos serão divididas em duas para desenvolver os testes, sob acompanhamento regular do coordenador do projeto. Será realizada uma anamnese com os soldados e oficiais da 6ª Companhia Independente Bombeiro Militar no mês de setembro, bem como avaliação antropométrica nos meses de outubro e novembro. Dentre alguns aspectos a serem abordados estão: índice de massa corpórea (IMC), que é uma medida internacional usada para calcular se uma pessoa está no peso ideal; as dobras cutâneas, cujo objetivo destas medidas é prever a densidade e a gordura corporal total, para identificar riscos à saúde. Os instrumentos de apoio para a realização do projeto, inicialmente, compreendem balanças para pesagem e medição de altura, computador, impressora, fita métrica, compassos de dobras cutâneas, em que tais materiais de avaliação e pesquisa, serão cedidos pela Unifimes. A importância desse projeto centraliza na formação do aluno de Educação Física para compreensão da aquisição de conhecimentos sobre a avaliação física, sobretudo no que tange os benefícios da atividade física. Além disso, o projeto contribui para fomentar a mudança de hábitos, conscientizando às pessoas a optar por um estilo de vida ativo, em prol da saúde e qualidade de vida. Assim, por meio de um projeto de implantação do programa de treinamento que está sendo proposto, de modo a sanar pontos fracos comprovados na avaliação, a comunidade é envolvida de modo direto, o que possibilita, portanto, estudantes associarem teoria e prática.

**Palavras-chave:** Avaliação Física. Programa de treinamento. Medidas e avaliações.

**Eixo Temático:** I Ciência Biológicas e Saúde

<sup>1</sup> Professor substituto do curso de Educação Física; especialista em gestão e organização escolar (UNOPAR); Junior@fimes.edu.br.

<sup>2</sup> Professor e coordenador do curso de Educação Física; Mestre em Educação (UFMT). Doutorando em Educação (UNIUBE); E-mail: evandro@fimes.edu.br.