

Análise da qualidade de vida e aptidão física de atletas de badminton da Associação Atlética de Patos-PB

Analysis of the quality of life and Physical aptitude of badminton athletes from the Athletic Association of Patos-PB

Lucas dos Santos Duarte¹

Alana Simões Bezerra²

Divanalmi Ferreira Maia³

Sêmio Wendel Martins Melo⁴

RESUMO: Nos dias de hoje, a qualidade de vida (QV) é um assunto muito abordado pois está relacionada diretamente a saúde do indivíduo. No contexto esportivo de alto rendimento a QV é afetada pelo estresse físico, psicológicos e emocional. A pesquisa teve como objetivo conhecer a qualidade de vida e aptidão física de atletas de badminton da Associação Atlética de Patos—PB. Trata-se de uma pesquisa de campo, que tem como intuito observar e compreender os fatos, visando a coleta de dados buscando mostrar e entender o problema da pesquisa. A característica do estudo é exploratória, porque busca conhecer as variáveis como ela se encontram com foco nas descobertas e percepções. Também é um estudo de abordagem quantitativa. Participarão da pesquisa 13 atletas com idade entre 16 e 22 anos que treinam badminton na Associação Atlética de Patos-PB. Foi utilizado um questionário validado para medir a QV, dividido em 36 perguntas objetivas. Foram feitos testes de aptidão física como sentar e alcançar e capacidade cardiorrespiratória. Os dados serão analisados de forma quantitativa utilizando o IBM Statistical Packager for the Social Sciences (SPSS) e foram apresentados em tabelas. Os resultados demonstraram uma boa classificação nos domínios de Capacidade funcional (92,73±7,53), Limitação por Aspectos Físicos (72,73±23,59), Dor (83,27±15,42), Estado Geral de Saúde (62,73±15,32), Vitalidade (73,18±21,00), Aspectos Sociais (86,36±16,25), Aspectos Emocionais (66,63±33,34) e Saúde Mental (76,73±16,47). Foi constatado bons resultados na flexibilidade para o sexo masculino (33,35±6,4) e feminino (34,36±8,8) e no Vo2max o resultado para o sexo masculino foi bom (35,54±15,3), mas para o sexo feminino foi fraco (18,10±7,2). Assim evidencia-se, de modo geral, que os atletas de badminton possuem bons níveis de QV, flexibilidade e Vo2max.

Palavras-chave: Qualidade de Vida. Badminton. Aptidão Física. Atleta.

ABSTRACT: Nowadays, the quality of life (QL) is a heavily discussed topic, because It is related directly to the individual health. In the high performance sporting context, the QL is affected by the physic, psychologic and emotional stress. This research aims to understand the QL and physic aptitudes of badminton athletes of the Athletic Association of Patos-PB. It is a field research, with the purpose of observing and understanding the facts, aiming to the data gathering seeking to observe and comprehend the research problem. It is an exploratory study, because aims to know the variables and how They found themselves in focus of discoveries and perceptions. It is also a qualitative approach study. 11 athletes aged between 16 and 22 years which practice badminton on the Athletic Association of Patos-PB participated of the research. A questionnaire elaborated to measure the QL, divided in 36 objective questions was used. Physic aptitudes tests were performed, such as sitting and reaching and Cardiorespiratory capacities. The data was analyzed qualitatively using the IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) and were presented in charts. The results showed a good classification of functional capacities domains (92,73±59), Physic aspects limitation (72,73±23,59), Pain (83,27±15,42), General Health State (62,73±15,32) and Mental Health (76,73±16,47). Good results were observed concerning the flexibility for the male sex (33,35±6,4) and female (34,36±8,8) and in the Vo2max, the result for the male sex was good (35,54±15,3), but for the female sex was weak (18,10±7,2). Thus, it is evident, in general ways, that the Athletes of badminton has good levels of QL, flexibility and Vo2max.

Key words: Quality of Life. Badminton. Physical aptitude. Athletes.

DOI: 10.61223/coopex.v15i01.640

1Graduado em Educação Física pelo Centro Universitário (UNIFIP), Patos/PB, Brasil. E-mail: lucasduarte123@outlook.com.br

2 Mestre em Ciências das Religiões pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). E-mail: alanabezerra@fiponline.edu.br

3 Doutor em Ciências do Movimento Humano pela Universidad Autónoma de Assunción (UAA), Paraguai. E-mail: divanalmi@gmail.com

4 Mestre em Ciências da Educação pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, (ULHT), Portugal. E-mail: semiomeloedf@gmail.com

INTRODUÇÃO

A sociedade atual preocupa-se com a Qualidade de Vida (QV) e bem-estar das pessoas e discute gradativamente sobre essa temática (BICA *et al.*, 2019). O conceito de QV vem sendo estudado nas últimas décadas em diversas áreas resultando em algumas conotações (CRUZ; NÓBREGA, 2018).

De acordo com Cruz e Nóbrega (2018), o conceito de QV no início das discussões relacionava-se ao poder aquisitivo e o favorecimento acarretado por ele, mas com o aumento do número de estudos foi notável um enfraquecimento desta definição. Com o progresso científico e o aumento da expectativa de vida, na década de 50, a QV começou a ser relacionada a saúde do indivíduo.

Na literatura é visível a aceitação da atividade física como o fator melhorador da QV em relação a saúde. A sensação de bem-estar advinda da prática de atividade física, a conservação da saúde física, intelectual e emocional são efeitos positivos da realização de exercícios físicos (AIZAVA *et al.*, 2021).

Para Rodrigues *et al.* (2018) a aptidão física é a prática diária de atividade física sem cansar ou fadigar e que não atrapalha a disposição em exercer outras atividades, além disso a aptidão física proporciona efeitos positivos no âmbito fisiológico, psicológico e preventivo. A aptidão física é composta pelos componentes de aptidão cardiorrespiratória, flexibilidade, velocidade, força muscular e resistência muscular.

Pesquisas na área das ciências dos esportes contestam que a prática de exercícios físicos de alto rendimento tem uma relação positiva com a QV e afirmam ser questionável essa abordagem. Isso porque esportes de alto nível são vistos como não saudáveis e não otimizadores da QV, ocasionados pela rotina rigorosa dos treinos, cobrança dos treinadores ou técnicos, desilusões com o esporte, lesões e até mesmo o afastamento da família contribuindo para o baixo rendimento do atleta (AIZAVA *et al.*, 2021).

O badminton é um esporte bem praticado nos dias de hoje. Amplamente conhecido no mundo o esporte de raquete exige muita agilidade e velocidade. podendo ser praticado individualmente ou em dupla de diversas faixas etárias e gênero. Atletas na prática esportiva costumam aplicar diversos movimentos com níveis de precisão altos como velocidade, agilidade, resistência e coordenação (ARAGÃO *et al.*, 2019).

O tema desenvolvido nesse estudo buscou entender as condições da qualidade de vida dos atletas e suas aptidões físicas que trouxe uma visão ampla para o treinador e seus atletas sobre outras dimensões que constitui cada pessoa. Assim mostrando como estão algumas

áreas de sua qualidade de vida e seus níveis de aptidão para que se possa intervir previamente e não comprometer seu rendimento. Essa pesquisa ressalta a grande importância de conhecer os atletas dentro e fora dos treinos incentivando o cuidado com o bem-estar dos esportistas, mostrando a relevância de não somente avaliar as suas capacidades físicas, mas sua vida fora das quadras.

O objetivo desta pesquisa visa conhecer a qualidade de vida e a aptidão física de atletas de badminton da Associação Atlética de Patos-PB.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa exploratória de campo e com abordagem quantitativa. A população do presente estudo constituiu-se de atletas de badminton da base e de alto rendimento. Participaram desta pesquisa 11 atletas de uma Associação Atlética de Patos-PB, com idade de 16 a 22 anos. A amostra da pesquisa é caracterizada como não probabilística ou por julgamento. Foram incluídos praticantes do badminton a pelo menos um ano, enquadrados nas categorias masculina, feminina e mista, que residem na cidade de Patos-PB. Os excluídos foram os atletas que não cumpriram com o preenchimento do questionário SF-36, não participaram dos testes de aptidão física, estar lesionado ou em recuperação e não conseguir finalizar ou realizar os testes de aptidão.

Foi realizada a coleta a partir dos seguintes instrumentos 1) questionário Short Form Health Survey 36 (SF-36) que é um instrumento importante para a avaliação da QV, e o seu uso em estudos avaliativos em políticas públicas e níveis de saúde são muito abrangentes. O SF-36 é composto por 36 perguntas, das quais, uma que mede a transição de saúde em um ano e as outras são agrupadas em oito domínios. O tempo gasto para o preenchimento é de 5 a 10 minutos, tendo como característica a versatilidade e aplicação por autopreenchimento (LAGUARDIA *et al.*, 2013). 2) banco do banco de Wells, para este será utilizado o banco (caixa de madeira) e um colchonete. O teste é utilizado no meio esportivo para verificar os níveis de flexibilidade do tronco, quadril, coluna e até mesmo os isquiotibiais. A amplitude que esses músculos, coluna, quadril e tronco podem alcançar, são verificados buscando analisar sua normalidade, onde o resultado foi avaliado conforme a Tabela 1, que é orientada por CSTF (1987).

Tabela 1. Valores para análise dos resultados do teste de sentar e alcançar por gênero.

Adaptado de CSTF (1987)

3) teste de Bruce (adaptado esteira). Esse teste é aplicado para obter o nível do VO2 máx. em ml. Kg. min. do indivíduo.

Foi realizado no primeiro momento a apresentação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecimento (TCLE), deixando os participantes livres em decidir se participaram ou não da pesquisa, podendo desistirem em qualquer fase do estudo. Com isso foi marcado dia e horários para a coleta de dados.

O questionário foi aplicado aos atletas de badminton da Associação Atlética de Patos-PB em horários que não coincidiu com os treinos e aplicado de forma online. Todo o questionário foi prescrito para o aplicativo de gerenciamento de pesquisa, Google forms.

Todos os atletas passaram pelo teste de flexibilidade utilizando o banco de Wells. Cada indivíduo foi orientado a sentar com os pés apoiados da parte de baixo da caixa. Os braços estiveram estendidos para frente com uma mão sobre a outra e palmas das mãos para baixo.

Idade (anos)	Fraca	Abaixo da média	Média	Acima da média	Excelente
Mulheres					
15 – 19	≤ 28	29 – 33	34 – 37	38 – 42	≥ 43
20 – 29	≤ 27	28 – 32	33 – 36	37 – 40	≥ 41
30 – 39	≤ 26	27 – 31	32 – 35	36 – 40	≥ 41
40 – 49	≤ 24	25 – 29	30 – 33	34 – 37	≥ 38
50 – 59	≤ 24	25 – 29	30 – 32	33 – 38	≥ 39
60 – 69	≤ 23	23 – 26	27 – 30	31 – 34	≥ 35
Homens					
15 – 19	≤ 23	24 – 28	29 – 33	34 – 38	≥ 39
20 – 29	≤ 24	25 – 29	30 – 33	34 – 39	≥ 40
30 – 39	≤ 22	23 – 27	28 – 32	33 – 37	≥ 38
40 – 49	≤ 17	18 – 23	24 – 28	29 – 34	≥ 35
50 – 59	≤ 15	16 – 23	24 – 27	28 – 34	≥ 35
60 – 69	≤ 14	15 – 19	20 – 24	25 – 32	≥ 33

Após as devidas orientações o avaliado flexionou o tronco sobre o quadril, empurrando o taco sobre a fita métrica milimetrada. Foram feitas 3 (três) vezes o procedimento e coletada a média alcançada.

Em seguida foi coletado a capacidade cardiorrespiratória utilizando o teste de Bruce (adaptado esteira), neste teste os homens percorrem na esteira uma distância de 2400m e as mulheres uma distância de 1800m. Após percorrer a distância que o teste pede, o tempo que os atletas levaram para completar o percurso é coletado e aplicado na fórmula VO2 máx. = $480 + 3,5/t$. Os atletas fizeram um aquecimento de 5 (cinco) minutos caminhado na esteira antes

de iniciar o teste. Após o aquecimento o pesquisador iniciou o teste propriamente dito avaliando individualmente cada atleta.

Os testes de aptidão física foram realizados com todos os atletas no laboratório de cinesiologia e biomecânica do centro universitário de Patos – UNIFIP e seus dados foram coletados para análise.

Pelo fato do declínio dos casos de Covid-19 todo o procedimento foi de forma presencial, mesmo que o questionário foi aplicado em formato digital através do WhatsApp utilizando o link https://docs.google.com/forms/d/1N-j-_cSdRNj-egXHMeMGCvS-kJXWNfgwPFkB92p9ywI/edit?vc=0. Assim, todos os cuidados foram tomados se houvesse algum alerta de surto de contaminação pela corona vírus.

Os dados obtidos foram analisados de forma quantitativa, foi utilizado o programa IBM, Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 22. Os resultados foram apresentados em média e desvio padrão e na forma de tabelas.

O estudo foi realizado após a aprovação do Comitê de Ética do Centro Universitário de Patos. Para a realização da pesquisa foram consideradas as proposições da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que trata da pesquisa envolvendo seres humanos, onde todos os princípios éticos serão respeitados (BRASIL, 2013) e conforme a resolução nº 510/2016 que considera que a pesquisa que permeia as ciências humanas e sociais exige respeito e garantia do pleno exercício dos direitos dos participantes, devendo ser concebida, avaliada e realizada de modo a prever e evitar possíveis danos aos participantes. CAAE: 66807123.1.0000.5181/Parecer: 5.943.732.

RESULTADOS E DISCURSSÃO

A pesquisa, inicialmente, foi composta por 13 participantes, porém 2 atletas não entraram para a tabulação dos resultados, pois não cumpriram com os critérios de inclusão e exclusão, assim permanecendo 11 participantes, sendo estes atletas de Badminton da Associação atlética da cidade de Patos- PB. Onde 6 (54,5%) são do sexo masculino e 5 (45,5%) são do sexo feminino.

A Tabela 2 expõe média e desvio padrão do Questionário de Estado de Saúde (SF-36V2), o mesmo foi aplicado e avaliado a partir dos escores de oito domínios, conforme orienta o autor.

O primeiro domínio denomina-se Capacidade Funcional, onde a média foi de 92,73 e $\pm 7,53$. Em relação ao domínio Limitação por aspectos físicos, a média foi de 72,73 e $\pm 23,59$.

Sobre o domínio Dor, a média foi de 83,27 e $\pm 15,42$. O domínio Estado geral de saúde teve média de 62,73 e $\pm 15,32$.

O quinto domínio foi Vitalidade e este teve média 73,18 e $\pm 21,00$. Em relação ao domínio Aspectos sociais, a média foi de 86,36 e $\pm 16,25$. Em relação ao domínio Aspectos emocionais, a média foi de 66,63 e $\pm 33,34$. Por fim, em relação à Saúde mental, a média foi 76,73 e $\pm 16,47$.

Tabela 2. Média e desvio padrão de cada domínio.

VARIÁVEL	M	DP
Capacidade Funcional	92,73	$\pm 7,53$
Limitação por Aspectos Físicos	72,73	$\pm 23,59$
Dor	83,27	$\pm 15,42$
Estado Geral de Saúde	62,73	$\pm 15,32$
Vitalidade	73,18	$\pm 21,00$
Aspectos Sociais	86,36	$\pm 16,25$
Aspectos Emocionais	66,63	$\pm 33,34$
Saúde Mental	76,73	$\pm 16,47$

Fonte: Dados da pesquisa

Neste estudo é notável que o domínio que teve maior número foi capacidade funcional, pois o escore do SF-36 é classificado em uma escala de 0 a 100, onde 0 é pior estado e 100 é o melhor. Levando em consideração que são modalidades distintas no estudo de Moreira *et al.* (2019) que comparou a percepção da qualidade de vida relacionada a saúde em relação ao sexo e índice de massa corporal em atletas de basquetebol master brasileiro constatou que o domínio capacidade funcional em atletas de basquetebol master brasileiro, foi o de maior escore cujo domínio está relacionado a aptidão de executar atividade física de todos os tipos sem restrições, assim demonstrando uma semelhança com os dados da Tabela 2.

Foi demonstrado que os atletas do presente estudo apresentaram um número significativo no domínio dor, que representa um baixo índice de dores, no entanto, na pesquisa de Moreira *et al.* (2019) apontou um escore baixo, certificando que os atletas de basquetebol têm altos níveis de dores que está relacionado a execuções demasiadas de exercício físico.

Foi perceptível que em todos os domínios, os atletas do presente estudo, possuem bons níveis de QV. Na análise de Aizava *et al.* (2021) que averiguou a relação da QV e autoeficácia em atletas de voleibol de alto rendimento afirma que os atletas tem bons níveis de QV em todos os domínios, considerando uma nova evidencia entre o esporte de alto rendimento e QV, uma vez que, estudos atuais afirmam que a modalidade quando alcança altos níveis de rendimento a QV sofre declínio.

A Tabela 3 traz os dados em média, desvio padrão, mínimo e máximo do teste de flexibilidade e VO2Max.

O teste de flexibilidade foi avaliado a partir do Teste do Banco de Wells. O mesmo é utilizado com intuito de verificar os níveis de flexibilidade da coluna. É possível destacar que, a média do Teste de Flexibilidade foi igual a 33,18(cm) e DF $\pm 7,26$ com mínimo de 24,66(cm) e máximo 44,16(cm).

Para verificar a capacidade cardiorrespiratória, foi aplicado o teste de Bruce (adaptado esteira), onde obtém o nível do VO2 Máx. em ml. kg. Min. do indivíduo. Em relação ao VO2Max, teve mínimo de 11,20 ml. kg min. e máximo de 57,30. ml. kg. min. Com base na média, esta foi igual a 27,60 ml. kg. min. e DP $\pm 14,91$.

Tabela 3. Dados sobre a Flexibilidade e VO2Max dos Atletas de Badminton.

VARIÁVEL	MÍNIMO	MÁXIMO	M	DP
Teste de Flexibilidade (cm)	24,66	44,16	33,81	$\pm 7,26$
VO2Max (ml. kg. min.)	11,20	57,30	27,60	$\pm 14,91$

Fonte: Dados da pesquisa

Tendo em vista que são desportos diferentes é relevante ressaltar que no estudo de Santos *et al.* (2020) que apurou a importância e influência da flexibilidade em atletas de esgrima afirmou que os atletas tendem a apresentar bons níveis de flexibilidade, pois suas práticas esportivas são de nível superiores aos da média, mas isso deve ser levado em conta cada especificidade dos esportes, assim em todas as modalidades a flexibilidade é significativa, mas não é decisivo em todas elas.

Em relação ao VO2max os atletas do atual estudo obtiveram uma média 27,60 ml. kg. min. No estudo de Mascara *et al.* (2015) que buscou identificar o perfil maturacional, antropométrico e físico da seleção brasileira de badminton júnior de ambos os sexos verificou de uma média de 53,97 ml. kg. min. para o Vo2max. Assim mostrando um resultado superior ao número da mesma variável demonstrada nesta pesquisa.

Desta forma, com base nos resultados obtidos, pode-se afirmar que, tanto homens quanto mulheres da referida pesquisa, encontram-se dentro da média estabelecida.

Com base nos resultados do VO2Max, observa-se que os participantes do sexo masculino obtiveram uma média de 35,54 ml. kg. min. com desvio padrão de $\pm 15,3$ e as participantes do sexo feminino obtiveram média de 18,10 ml. kg. min. e desvio padrão de $\pm 7,2$.

Em relação ao questionário SF-36, onde analisa o estado de saúde dos participantes, a média com base no sexo masculino foi 75,84 com desvio padrão $\pm 15,69$ e a média com base no sexo feminino foi de 77,93 com desvio padrão de $\pm 19,4$.

Tabela 4. Teste de Flexibilidade, VO2Max e SF- 36V x Sexo.

VARIÁVEL	MÉDIA	DP
TESTE DE FLEXIBILIDADE (cm)		
Masculino	33,35	±6,4
Feminino	34,36	±8,8
VO2MAX (ml. kg. min.)		
Masculino	35,54	±15,3
Feminino	18,10	±7,2
MÉDIA DOS DOMÍNIOS SF- 36		
Masculino	75,84	±15,69
Feminino	77,93	±19,4

Fonte: Dados da pesquisa.

Constatou-se para os atletas de badminton do sexo masculino uma média de 33,35cm ± 6,4 e 34,36cm ± 8,8 para o sexo feminino no nível de flexibilidade, como mostra a Tabela 4. Na observação de Fernandes *et al.* (2017) que teve como objetivo caracterizar o perfil antropométrico e físico dos atletas de Badminton de nível escolar em Sergipe constatou os respectivos resultados para os atletas do sexo masculinos e femininos, 33,8 ± 10,5 e 42,6 ± 5,5. Assim, mostrando uma proximidade com os resultados para os homens, mas um resultado superior para as mulheres deste presente estudo.

Foi demonstrado na Tabela 4 que as atletas do sexo feminino alcançaram uma média de 34,36cm ± 8,8 nos níveis de flexibilidade. Na pesquisa de Browne *et al.* (2013) que buscou identificar e classificar a aptidão física neuromuscular para o desempenho e a saúde ósteo-muscular de atletas adolescentes de badminton do Piauí mostrou que os atletas obtiveram uma média de 32,6cm ± 7,5 para o sexo masculino e 33,6cm ± 7,1 para o sexo feminino tornando claro que foram números menores, mas próximos ao presente estudo.

Em relação ao VO2max foi alcançado uma média de 35,54cm ± 15,30 para o sexo masculino. Tendo em mente que se trata de esportes diferentes a pesquisa de Glänzel *et al.* (2020) que comparou o consumo máximo de oxigênio e limiares ventilatórios de atletas de futebol e futsal mostrou 39,80 ml. kg. min. ± 6,86 e 36,97 ml. kg. min. ± 5,84, respectivamente, para os níveis de VO2max. Sendo números superiores, mas próximos dos atletas desse estudo.

Para o sexo feminino o número verificado no presente estudo foi 18,10 ml. kg. min. ± 7,2 do VO2max. No estudo de Hoffmann *et al.* (2021) que correlacionou o percentual de gordura, desempenho aeróbio e anaeróbio em jogadoras de futsal, contatou um número de 45,4 ml. kg. min. ± 6,03 de VO2max que relacionado ao número das atletas estudadas demonstra uma significância notável e superior, atentando a diferença entre as modalidades.

Na pesquisa de Aizava *et al.* (2021) pode-se descrever os seguintes resultados para o sexo feminino Capacidade funcional $86,2 \pm 15,5$, Aspectos físico $83,7 \pm 30,1$, Dor $69,6 \pm 19,3$, Estado geral de saúde $71,9 \pm 11,0$, Vitalidade $76,5 \pm 13,2$, Aspectos sociais $81,8 \pm 20,1$, Aspectos emocionais $79,3 \pm 30,6$, Saúde mental $80,3 \pm 13,7$ e para o sexo masculino temos Capacidade funcional $87,4 \pm 13,2$, Aspectos físicos $79,7 \pm 20,3$, Dor $66,4 \pm 18,8$, Estado geral de saúde $68,9 \pm 11,8$, Vitalidade $73,1 \pm 15,6$, Aspectos sociais $83,9 \pm 15,4$, Aspectos emocionais $78,9 \pm 23,8$, Saúde mental $83,1 \pm 12,9$. Assim verificou que a média geral dos domínios para homens e mulheres descrito na Tabela 4 é inferior em relação aos números citados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo permitiu analisar a QV e a aptidão física dos atletas de badminton de uma associação atlética de Patos -PB, verificando que todos tem bons níveis de QV apresentando destaque a Capacidade funcional que apresentou o maior escore.

Verificou-se que os atletas apresentaram bons valores nos resultados do teste de flexibilidade e VO₂max, mostrando uma relação positiva com a QV, assim os atletas têm bons níveis nos domínios da QV e nas aptidões físicas, seja elas, a flexibilidade e aptidão cardiorrespiratória.

Além disso, chamou atenção o sexo feminino que teve maiores números para flexibilidade e QV, quando comparado ao sexo masculino, porém, são poucos ou não existam estudos que fazem essa relação no badminton.

Entretanto, salienta a significância em criar o hábito de avaliar a QV em atletas de badminton e outras modalidades que levam os indivíduos a níveis elevados de treinamento e competições, para que se possa intervir não somente na parte física dos mesmos, mas de forma integral, em suas dimensões sociais, emocionais e mentais. Diante do exposto, sugere-se que aconteçam novos estudos com um maior número de amostra que possa contatar novas evidências acerca do tema.

REFERÊNCIAS

AIZAVA, P. V. S.; BALBIM, G. M.; NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A.; PAPKE, S. L.; FIORESE, L. Qualidade de vida e autoeficácia em atletas brasileiros de voleibol de alto rendimento. **Rev. Bras Educ Fís Esporte**, São Paulo, v. 35, n. 1, p. 177-186, mar. 2021.

ARAGÃO, M. D. S. O.; LIMA, A. W. C.; MOTA, D. M.; PESSOA, D. R.; LEAL, S. S. Efeitos do treinamento com a realidade virtual(knect sports ®) sobre os níveis de equilíbrio e agilidade em jogadores de badminton: estudo clínico controlado e randomizado. **Saúde**; Santa Maria, v. 45, n. 3, p. 2, set/dez. 2019.

BICA, I.; PINHO, L. M. D.; SILVA, E. M. B.; APACÍCIO, G.; DUARTE, J.; COSTA, J.; ALBUQUERQUE, C. Influencia sociodemográfica na qualidade de vida relacionada com a saúde dos adolescentes. **Acta Paul Enferm.**, Viseu, v.33, p. 1-7, jul. 2019.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012**. Brasília. 2013. Disponível em: http://www.conselho.saude.gov.br/Web_comissoes/conep/index_conep.html. Acesso em: 20 de mar 2022.

BROWNE, R. A. V.; SALES, M. M.; LIMA, S. F. C.; SANTOS, L. C. S.; ROCHA FILHO, J. B.; MACÊDO, T. A.; OLHER, R. R. V. Desempenho motor de atletas de badminton adolescentes, *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, São Paulo, v. 7, n. 38, p. 115-122, mar/abr. 2013.

CANADIAN STANDARDIZED TEST OF FITNESS – CSTF. **Operations Manual**, Ottawa, v. 3, 1987.

CRUZ, D. M.; NÓBREGA, V. M. Qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes com Dm1 – Revisão integrativa. **Ciência e saúde coletiva**, Castelo Branco, v. 23, n.3, p. 973-989, jun. 2018.

FERNANDES, M. O. M. Características físicas e antropométricas de atletas de badminton escolar em Sergipe. *In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA, NUTRIÇÃO E SAÚDE*, 2017, Sergipe. **Anais do III Congresso Internacional de Atividade Física, Nutrição e Saúde**. Aracaju: UNIT, 2017, p. 19-23.

GLÄNZEL, M. H.; GEREMIA, J. M.; COUTO, A. N.; NEPOMUCENO, P.; ROCHA, G. G.; POHL, H. H.; RECKZIEGEL, B. M. Comparação de indicadores de desempenho aeróbico de atletas de futebol e futsal. **Rev Bras Med Esporte**, v. 26, n. 6, p. 513-516, nov./dez. 2020.

HOFFMANN, R. R.; MARQUES, A. P.; BORTOLETTI, D. W. B.; MORAES, N. D.; ROCHA, G. G.; QUEVEDO, R.; MACHADO, F. L. C.; ROCHA, S. S. C.; CUNHA, S. G.; VOSER, C. R. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**. São Paulo, v. 15, n. 95, p. 105-112, jan./fev. 2021.

LAGUARDIA, J.; CAMPOS, M. R.; TRAVASSOS, C.; NAJAR, A. L.; ANJOS, L. A.; VASCONCELLOS, M. M. Dados normativos brasileiros do questionário Short Form-36 versão. **Rev Bras Epidemiol**. v. 16, n. 4, p. 889-897. 2013.

MOREIRA, B. N.; MAZZARDO, O.; VAGETTI, C. G.; OLIVEIRA, V.; CAMPO, W. Qualidade de vida: comparação entre sexos e índice de massa corporal em atletas do basquetebol master brasileiro. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v. 33, n. 1, p. 107-114, jan./mar. 2019.

MASCARA, D. I.; CHIMINAZZO, J. G. C.; OLIVEIRA, J. F. Características antropométricas e físicas da seleção brasileira de badminton Junior. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 9, n. 53, p. 303-308, mai/jun. 2015.

RODRIGUES, G. C. R.; MARQUES, K. C.; SILVEIRA, J. F. C.; SCHUNEIDERS, L. B.; BURGOS, L. T.; REUTER, C. P. Obesidade e aptidão física relacionada à saúde: um estudo com escolares de 10 a 13 anos de Santa Cruz do Sul – Brasil. **Arch. Health. sci.**, Santa Cruz do Sul, v. 25, n. 3, p. 61, jul /dez. 2018.

SANTOS, T.; SANTOS, R. B.; BRISCHILIARI, A. P. R.; AMATEU, G. S.; SOUZA, M. A.; SOUZA, J. O.; Importância e influência da flexibilidade para atletas de esgrima de ambos os sexos. **REBESDE**, Paraná, v. 1, n. 1, p. 7-9, 2020.