

Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)

CARACTERÍSTICAS DOS PRATICANTES DE ZUMBA NO MUNICÍPIO DE QUIXADÁ

Crislayne Fernandes Ferreira; Carlos Roberto de Sá Félix; Eliziane Fernandes Ferreira; Antonio Evanildo Cardoso de Medeiros Filho; José Airton de Freitas Pontes Junior

A zumba é uma dança que mistura uma série de ritmos como hip hop, eletrônica, salsa entre outros e por ser uma atividade diversificada e de não possui limitações em seus movimentos, sendo assim seus exercícios que possibilita a perda significativa de calorías. Essa atividade física atinge varias faixas etárias, e entre seus praticantes estão envolvidos objetivos diferentes como perca de peso, melhoria do bem estar, entretenimento, sociabilidade, dentre outros. A pesquisa tem como objetivo analisar o perfil dos praticantes de Zumba de uma empresa do município de Quixadá-CE. O estudo tem caráter descritivo, com abordagem qualitativa, em que foi aplicado um questionário contendo 7 perguntas abertas. A amostra foi composta por 30 praticantes de diversas idades, sendo a média de 50 anos, em que todos eram alunos de um projeto proporcionado por um supermercado situado no município de Quixadá-CE que tem como objetivo oferecer aulas de zumba atendendo todas as comunidades. Para coleta de dados fez-se necessário a aplicação de um questionário com 7 perguntas abertas, aplicado transversalmente e analisadas por distribuição de frequência relativa (%) e absoluta (n) em tabelas via software SPSS versão 22.0. Para a participação na pesquisa, os voluntários tiveram que assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual estavam expostos claramente os procedimentos e eventuais situações que podem ocorrer durante ou com elaboração da pesquisa. A partir da análise do questionário, a maioria (87,7%) do público é feminina e que se encontram acima do peso. Podemos perceber que a maioria (96,7%) dos participantes não tem acompanhamento por profissionais da saúde. Além da prática da Zumba, 96,7% dos participantes praticavam outras atividades e em outros ambientes. Concluimos que o publico da zumba é eminentemente feminino e acima do peso e com isso consideramos que esse exercício pode potencializar a continuidade na pratica da atividade física desse publico por meio de benefícios de motivação e dinamismo das atividades.

Palavras-chave: Dança. Atividade física. Mulheres.