



## **Relação entre capacidades físicas e maturação biológica: uma revisão integrativa de estudos nacionais**

*Daiane da Silva Pedreira*  
*Universidade La Salle*

*Ricardo Pedrozo Saldanha (Orientador)*

### **Tipo do trabalho**

Comunicação oral e Pôster

### **Tema**

Ciências Médicas e da Saúde

### **Palavras-chave**

*Maturação biológica, avaliação de força, adolescentes.*

### **OBJETIVO**

Identificar o crescimento, desenvolvimento, maturação e a importância da diferenciação entre idade biológica, idade cronológica e menarca no momento de se planejar um programa de exercícios físicos.

### **MATERIAL**

Foram encontrados no banco de dados Scielo, Lilacs, PubMed e Google somente 21 artigos. Após uma leitura exploratória, somente 9 artigos foram escolhidos conforme critérios de análise. Os critérios usados para a escolha dos artigos foram somente artigos entre 2004 e 2019, estudos transversais e nacionais.

### **METODOLOGIA**

O método utilizado para este estudo será uma revisão integrativa.

### **RESULTADOS**

Os resultados mostraram, entre as meninas, que a avaliação da idade óssea comparada a idade cronológica, foi mais avançada quando comparadas a maturação de pelos e mamas. Houve uma diferença, em meninas, pós menarca no desempenho de força dos membros superiores comparadas aquelas que ainda não apresentavam, e ainda uma maior correlação da variável estatura. Na comparação entre sexo, meninos apresentaram melhor desempenho nos testes motores, comparado às meninas. Na comparação entre os estágios maturacionais, meninos e meninas em estágios avançados tiveram melhores resultados de força comparado aqueles de estágios inferiores.



## **CONCLUSÃO**

De forma geral, os estudos relatam a importância de uma avaliação maturacional, para o desempenho de testes motores, seguindo assim a adequação do treinamento e da iniciação esportiva ao ritmo individual de cada jovem. De acordo com os resultados, sugere-se que sejam consideradas estas informações a fim de contribuir pedagogicamente em impulsionar ou até mesmo introduzir avaliações individuais a fim de melhor compreensão dos resultados gerados pelos indivíduos.