

HÁBITOS ALIMENTARES, COMPOSIÇÃO CORPORAL E FLEXIBILIDADE DE DANÇARINOS DE AMBOS OS SEXOS DOS BOIS-BUMBÁS DE PARINTINS/AM

Thais Reis Silva de Paulo¹
 João Carlos Leão Siqueira¹
 Simone Maria Castellano²
 Luiz Antônio Silva Campos²

¹Universidade Federal do Amazonas, UFAM, Parintins, AM

²Universidade Federal do Triângulo Mineiro, UFTM, Uberaba, MG

RESUMO

A dança é uma das maneiras mais completas que o ser humano tem para expressar seus sentimentos, além disso, sempre foi um importante elemento da humanidade. Outro fato interessante nesse contexto é a alimentação que o dançarino consome para garantir um desempenho fisiológico na prática de qualquer modalidade de dança. O objetivo deste estudo é analisar e comparar os hábitos alimentares, composição Corporal e flexibilidade de dançarinos dos Bois-Bumbás de Parintins/AM, contrapondo com outros estudos que abordam outras modalidades de dança. O universo da pesquisa se constituiu por 20 dançarinos de ambos os sexos, com idade entre 18 e 30 anos, dos grupos de dança folclóricas dos Bois Bumbás de Parintins/AM. Os protocolos e os procedimentos foram fundamentados nas questões de peso; altura; dobras cutâneas, além disso, aplicou-se um questionário de Frequência Alimentar (QFA) e índice de flexibilidade linear, por meio do banco de Wells. Os resultados demonstraram indicam que os dançarinos homens apresentaram a média de idade entre $22,4 \pm 4,72$; 51%; a média do IMC de $23,9 \pm 2,98$ kg/m²; e a média do percentual de gordura $10,3 \pm 1,78$. Nas dançarinas a média de idade variou entre $19,5 \pm 4,65$ e a média da flexibilidade foi de $31,2 \pm 8,56$. Essas questões sinalizam não haver diferenças significativas entre ambos os sexos. Com relação ao consumo alimentar, 64% dos dançarinos consomem alimentos integrais, verduras, frutas, carnes e peixes, ou seja, possuem alimentação saudável, em contrapartida 36% tem uma dieta pobre em nutrientes, isto é, consomem grande quantidade de alimentos embutidos e ricos em gorduras esteroides. Concluiu-se que é necessário que haja uma adequação alimentar, mesmo considerando que os dados obtidos estão dentro de uma média aceitável. Nos outros itens analisados sobre o perfil antropométrico, os dançarinos se encontram dentro das bases científicas consultadas, porém, não há no Brasil um padrão referencial definido para esse quesito nas danças folclóricas. Sendo assim, o presente estudo abre a possibilidade de mais averiguações em busca de um aprofundamento e produção científica na área.

Palavras-chave: Dança folclórica do boi-bumbá. Índice de massa corporal. Flexibilidade. Hábitos alimentares.

FOOD HABITS, BODY COMPOSITION AND FLEXIBILITY OF DANCERS OF BOTH SEXES OF BOIS-BUMBÁS IN PARINTINS AMAZON

ABSTRACT

Dance is one of the most complete ways that the human being has to express their feelings, moreover, has always been an important element of humanity. Another interesting fact in this context is the power that the dancer uses to ensure a physiological performance in the practice of any dance mode. The aim of this study was to analyze and compare the food habits, body composition and flexibility dancers Bois-Bumbás of Parintins/AM, contrasting with other studies that discuss others of dance modalities The research universe consisted of 20 dancers of both sexes, aged between 18 and 30 years, folk dance groups of Bois Bumbás Parintins/AM. The protocols and procedures were based on weight issues; height; skinfold also applied a Food Frequency Questionnaire (FFQ) and linear flexibility index, through the Wells Bench. The results

demonstrated indicate that the male dancers had a mean age of 22.4 ± 4.72 ; 51%; the mean BMI of 23.9 ± 2.98 kg / m²; and the average fat percentage 10.3 ± 1.78 . The dancers the mean age ranged from 19.5 ± 4.65 and the average was $31.2 \pm$ flexibility 8.56. These questions indicate no significant differences between the sexes. With regard to food consumption, 64% of dancers consume whole foods, vegetables, fruits, meat and fish, or have healthy eating, however 36% have a poor diet, that is, consume large amounts of food and embedded steroid rich in fats. It was concluded that there needs to be a food adequacy, even considering that the data obtained are within an acceptable average. In the other items discussed on the anthropometric profile, the dancers are found within the scientific basis, however, there is in Brazil a reference standard defined for this aspect in folk dances. Thus, this study opens the possibility of further inquiries in search of a deepening and scientific production in the area

Keywords: Folk dance the boi-bumbá. Body mass index. Flexibility. Eating habits.

INTRODUÇÃO

A dança é uma das maneiras mais completas que o ser humano tem para expressar seus sentimentos, além disso, sempre foi um importante elemento da humanidade. Ela é considerada uma das artes mais antigas da expressividade humana se constituindo ainda na única forma artística que dispensa materiais e ferramentas, pois depende apenas do corpo e da vitalidade humana para cumprir sua função, enquanto instrumento de afirmação dos sentimentos e experiências subjetivas do homem, fazendo o uso do corpo humano como um meio transmissor de expressões, sentimentos e experiências particulares. E a dança é mais marcante quando está inserida na cultura de um povo que valoriza suas tradições e está sempre adequando esta dança no desenvolvimento social do contexto que está inserida.

No Brasil a dança está inserida nos mais variados contextos histórico-sociais, contemplando uma mistura de ritmos, sons e culturas que lhe legam identidade própria, com diversidade cultural e significativa em termos dos processos de ensino-aprendizagem, pois possibilitam diversas oportunidades de aprendizagem por meio do uso dos movimentos, músicas, instrumentos, entre outros (BARRETO, 2008).

Dentro deste contexto se destaca a dança folclórica que se distingue por demonstrações e manifestações populares ligadas diretamente aos aspectos culturais regionais, desenvolvidas e representadas em conjunto ou individualmente, sem técnica obrigatória, sendo resultantes da fusão das culturas portuguesa, negra e indígena (NOGUEIRA, 2008). Essas manifestações culturais têm no seu bojo uma série de representações e funcionalidades como por exemplo, expressar a comemoração à uma data específica, o respeito a natureza e seus acontecimentos e, além disso, tem elementos importantes para a melhoria do desempenho físico que contribui de forma expressiva para uma boa qualidade de vida.

Apesar da dança folclórica não ter técnicas definidas, a dança do Boi-Bumbá Caprichoso e Garantido, em Parintins/AM, atualmente se destaca pelo crescente aperfeiçoamento dos movimentos como, agilidade, força muscular, flexibilidade e leveza, combinados a outras técnicas do campo da arte, como a arte dramática e a cênica, que projetam o Festival Folclórico de Parintins no cenário folclórico nacional. Além disso, transformou em verdadeiros truques teatrais com conhecimento e teoria própria, o que deixa impressionado qualquer pessoa que assista ao espetáculo, pois se trata de um repertório cênico-coreográfico comparável a qualquer um dos grandes balés e grupos teatrais do mundo inteiro (VALENTIN, 2005; RODRIGUES, 2006).

Ao utilizar as variadas técnicas e movimentos corporais para integrá-los a dança folclórica dos Bois-Bumbás, os dançarinos participam de inúmeras atividades para alcançar o desempenho e atuação necessária, sendo estas por meio de treinamentos vigorosos e exaustivos e ensaios constantes, com um gasto energético bastante expressivo, e com duração de oito meses anuais

Devido a grande quantidade de ensaios, dedicação e esmero, podemos considerar estes grupos de dança como verdadeiras academias, onde a preparação física e o corpo em forma são fundamentais para o bom andamento da chamada "temporada bovina", período este que ocorre a diminuição do intervalo de descanso para recuperação física dos dançarinos, podendo comprometer a saúde física dos dançarinos. Neste cenário podemos notar que se impõe uma alta performance atlética, dançarinos e dançarinas têm que se prepara exaustivamente e adequar a essa preparação uma alimentação para reposição energética, fundamental para a manutenção de um bom desempenho.

As produções científicas, específicas desta área indicam que a alimentação saudável é outro aspecto muito importante para o bom desempenho dos praticantes de dança, independente da modalidade, o que requer uma dieta rica, baseada nos preceitos nutricionais. E indicam ainda, que a restrição alimentar contribui para o aparecimento das compulsões alimentares, pois o culto ao corpo magro também, está relacionado à dança, fato que contribui para a distorção da imagem corporal e, conseqüentemente, aumenta o medo de engordar e o desejo de emagrecer, às vezes podem causar doenças relacionadas, como a bulimia e anorexia dentre os dançarinos e dançarinas (MORGAN, VECCIATTI e NEGRÃO, 2002; GOUVEIA, 2008).

Considerando a questão da saúde relacionada à alimentação, notamos que se apresenta uma indagação problema relacionada a ingestão de qual tipo de alimentos e qual é a composição corporal e o nível de flexibilidade dos dançarinos. Entendemos que estas são questões na vida deles e decisivas para um bom desempenho na apresentação da dança.

Ainda nessa perspectiva, levando em consideração que a dança folclórica não se trata de um desporto, e sim, de uma arte, notamos que poucos estudos foram realizados abordando este tema, relacionando componentes físicos e de saúde, principalmente quando se diz respeito à dança folclórica dos "Bois-Bumbás de Parintins/AM". Portanto, podemos considerar de extrema relevância a realização de estudos que certamente serão considerados inéditos nas pesquisas da área da Educação Física no Brasil.

O objetivo deste estudo é analisar e comparar os hábitos alimentares, composição Corporal e flexibilidade de dançarinos dos Bois-Bumbás de Parintins/AM. E tem por finalidade o estabelecimento de um padrão para categorização deste tipo de dançarino e ao mesmo tempo a estimulação para outros estudos referentes à questão.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal por conveniência, realizado em janeiro de 2012. A amostra foi composta por 20 dançarinos de ambos os sexos, com idade entre 18 e 30 anos e o universo da pesquisa se caracterizou pelos grupos de dança folclóricas dos Bois-Bumbás de Parintins/AM.

Foram coletados peso; altura; dobras cutâneas (tricipital, peitoral, subescapular, axilar média, suprailíaca, abdominal e da coxa); Questionário de Frequência Alimentar (QFA) e índice de flexibilidade linear através do banco de Wells, que avalia a flexibilidade dos grupos musculares posteriores. Os dados foram digitados no programa Epi Info 6.04 e analisados estatísticas descritivas através do programa estatístico SPSS 13.0. Foram aplicados os testes Shapiro-Wilk, Mann Whitney e Wilcoxon, com nível de significância de 0,05.

Para a avaliação das medidas antropométricas utilizou-se o protocolo adaptado, descrito por Norton e Olds (2005) e para a avaliação dos hábitos alimentares se deu através do Questionário de Frequência Alimentar (QFA), validado por SLATER *et al.*, (2003).

A coleta dos dados foi realizada no próprio local de ensaio dos grupos e todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido, aceitando participar da pesquisa.

Para a análise da composição corporal, foram aferidos o peso e a altura de todos os dançarinos através da balança digital da marca Líder®, com capacidade de 150 kg e precisão de 100g e de uma fita métrica inextensível, da marca Cescorf e uma fita antropométrica, da marca Wiso, de acordo com a técnica de Fernandes Filho.

Para aferição das sete dobras cutâneas de Jackson e Pollock (tricipital, peitoral, subescapular, axilar média, suprailíaca, abdominal e da coxa), (apud MARINS e GIANICCHI, 2003), utilizou um adipômetro da marca Cescorf®, com sensibilidade de milímetros. As dobras cutâneas foram medidas três vezes consecutivas, sendo considerada a média entre os três registros como o valor final. A flexibilidade foi realizada através de mensuração linear, utilizando como instrumental principal o Banco de Wells, da marca WCS, by Cardiomed. Este banco possui mensuração máxima de 58 cm, com precisão de 1mm.

Foram excluídos do estudo os dançarinos que não estavam dentro da faixa etária estipulada, que não participaram de todas as avaliações e que não apresentaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido, devidamente preenchido.

RESULTADOS

De acordo com as análises descritivas e inferenciais referentes à composição corporal, aos hábitos alimentares e a flexibilidade dos dançarinos dos Bois Bumbás de Parintins, verificou-se que a média de idade dos dançarinos foi 22,4 (\pm 4,72), sendo que as idades variaram de 18 a 30 anos, sendo 51% da amostra composta por dançarinos homens.

O IMC médio dos dançarinos foi de 23,9 (\pm 2,98) kg/m², classificados como peso normal, ou seja, eutróficos (WHO, 1995). A média do percentual de gordura (%G) foi estratificada por sexo, sendo que nos homens foi de 10,3 (\pm 1,78), classificados como excelente e nas mulheres 19,5 \pm 4,65, classificados como bom (POLLOCK e WILMORE, 1993). Vale sinalizar que, 47,3%, dançarinos mesmo estando com o seu estado nutricional classificados como eutrófico, em relação ao IMC, apresentam o percentual de gordura maior do que a média esperada, o que significa risco e associação com doenças relacionadas à obesidade, como por exemplo, hipercolesterolemia, diabetes, hipertensão.

A média da flexibilidade foi de 31,2 (\pm 8,56), sendo que não houve diferenças significativas entre os sexos, como evidenciam os resultados registrados na tabela 1.

Tabela 1. Características da amostra – estatística descritiva.

Média (DP)	
Idade (anos)	22,4 \pm 4,72
IMC (kg/m ²)	23,9 \pm 2,98
Percentual de Gordura (%)	Homens 10,3% \pm 1,78
	Mulheres 19,5% \pm 4,65
Flexibilidade	31,2 \pm 8,561

Com relação ao consumo alimentar, 64% dos dançarinos consomem alimentos variados como, arroz, macarrão, pães, verduras, frutas regionais (cupuaçu, banana, tucumã) leite, carnes e peixes, ou seja, possuem alimentação saudável, porém também consomem alimentos ricos em gorduras, estes dados estão mais detalhados no gráfico 1.

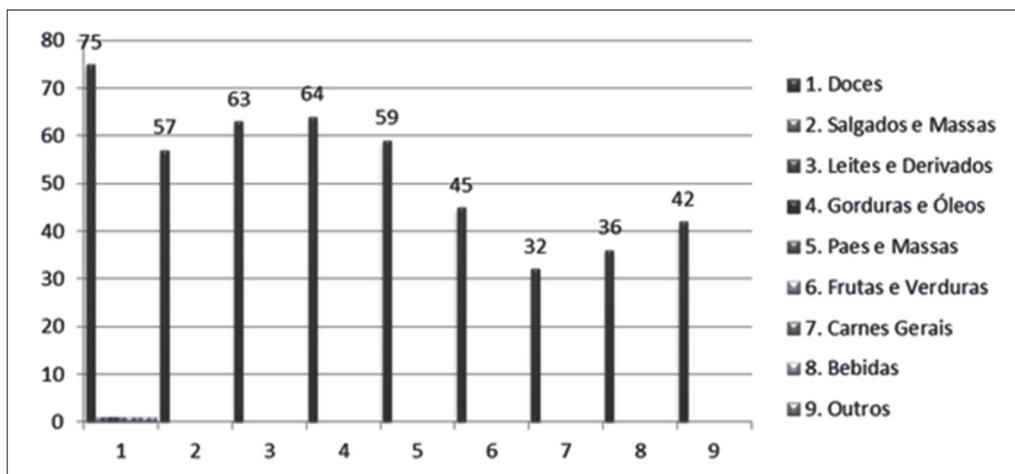


Gráfico 1. Ingesta alimentar dos dançarinos do Boi-Bumbá de Parintins/AM.

Fonte: da autoria da pesquisa.

Ainda a partir das informações do Gráfico 1, podemos constatar que 36% dos dançarinos têm uma dieta pobre em nutrientes, isto é, consomem maior quantidade de alimentos embutidos e ricos em gorduras esteroides, como lanches a base de hambúrguer, maionese e bacon, salgados fritos, refrigerantes, cerveja, biscoitos doces e sorvetes.

DISCUSSÃO

As danças que compõem as manifestações folclóricas constituem-se numa modalidade diferenciada de dança, pois, envolvem o contexto sociocultural de um povo e possui particularidades, no referente aos hábitos alimentares, característicos desse contexto em que se inserem, além disso, são encenadas através de movimentos e expressões corporais, que vão desde simples gestos até a alta performance física, agregada ao domínio total do corpo e cenário, sendo de difícil comparação. Notamos também, que há uma escassez de trabalhos específicos deste eixo abordados na literatura, fundamentalmente no que diz respeito à questão do aspecto alimentar e do biótipo específico dos dançarinos e dançarinas.

Diante desta realidade e baseado nos resultados encontrados, constatamos que, diferente da realidade da maioria dos grupos relacionados à dança, não existe uma predominância feminina dentro da amostra estudada, o que demonstra que há interesse semelhante de ambos os sexos nesta modalidade de dança.

Como já foi mencionado existem poucos trabalhos acadêmicos científicos que abordam questões relacionadas aos hábitos alimentares de bailarinos de danças folclóricas, e, a maioria dos estudos tem população e amostra composta majoritariamente pelo sexo feminino, o que difere do presente estudo (WONG e CHAN, 1997; HAAS, PLAZA e ROSE, 2000).

Com relação à composição corporal, os dançarinos do Boi-Bumbá de Parintins não possuem índice de massa corporal abaixo da normalidade, característico dos estudos apresentados na literatura realizados com bailarinos clássicos, porém estão na faixa limítrofe considerando a classificação da Organização Mundial de Saúde (WHO, 1995), que considera como perfil sobrepeso indivíduos com IMC acima de 25%, o que se torna um perfil preocupante e divergente quando comparados com dançarinos de outras modalidades de dança, levando em conta que a dança, especificamente nesse caso, foi além de uma simples manifestação cultural para performances mais elevadas, exigindo um bom desempenho corporal nessa prática.

Um estudo transversal teve como objetivo verificar o IMC e aceitação pessoal da imagem corporal de 16 bailarinas de dança moderna e encontrou que 50% da amostra esta com peso dentro da normalidade, porém os outros 50% apresentaram baixo peso, sendo que 43,7% estavam com percentual de gordura abaixo da média e que as bailarinas buscam uma silhueta mais magra e que as mesmas estavam insatisfeitas com a forma de seus corpos (FERREIRA, BERGAMIN e GONZAGA, 2008). Tal preocupação não se apresentou com os sujeitos pesquisados, impondo-se como relevante.

Outro estudo que verificou a composição corporal de dançarinos contemporâneos e do balé clássico, encontraram o IMC médio de $21 \pm 1,98 \text{ kg/m}^2$, sendo que 8,70% da amostra encontra-se com magreza grau I, principalmente as bailarinas clássicas (KUWAE e SILVA, 2013). A diferença desse estudo de Kuwae e Silva com os dados da presente amostra pode ser pautada pelo fato da dança folclórica do Boi-Bumbá de Parintins não ter como estereotipo corpos magros, nem longilíneos, mas sim um perfil indígena, ou seja, forte e com uma estrutura muscular bem definida, caracterizando-se com predominância mesomórfica que são indivíduos com menor percentual de gordura corporal e maior percentual de massa muscular segundo a WHO (1995). Em detrimento das bailarinas clássicas que, no estudo de referências apresentam predominância ectomórfica que segundo a WHO (1995) são os indivíduos com menor percentual de massa muscular e de gordura corporal. Por outro lado, no seu somatotipo corporal prevalece, no caso da dança do Boi Bumbá, as características dos povos que a consagraram como dança folclórica e de forte influência nas nações indígenas.

Outro estudo mostrou que a dança, como atividade física, pode ser utilizada efetivamente em um programa de controle de Massa Corporal, devido ao fato de contemplar os componentes aeróbicos e flexibilidade, prazer em conviver socialmente com pessoas pertencentes ou não ao mesmo grupo etário (NUNES *et al.*, 2007).

Com relação ao percentual de gordura, na pesquisa descritiva e estudo de caso de Araújo, Silva e Xavier (2012) com nove bailarinas clássicas, encontrou-se um estado nutricional eutrófico (segundo a WHO, 1995, são indivíduos que apresentam IMC inferior a 18,5) relacionados ao IMC, porém 66,6% da amostra estavam com percentual de gordura acima da média esperada para mulheres, de acordo com a classificação da WHO (1995), resultado divergente das mulheres da presente pesquisa (média do percentual de gordura de 19,5).

A flexibilidade é um quesito básico presente na maioria das modalidades de dança, pois se trata da amplitude máxima das articulações e requer treinamento assíduo para a manutenção da mesma ao longo dos anos (WEINECK, 2003; ALBINO *et al.*, 2012). O índice da flexibilidade dos dançarinos da presente é compatível a de bailarinos clássicos e contemporâneos apresentados na literatura (SILVA e BONORINO, 2008), ou seja, mesmo que a dança folclórica do Boi-Bumbá abranja uma manifestação cultural a partir de lendas e histórias (NOGUEIRA, 2008), ela não dispensa o treinamento e desempenho da flexibilidade dos dançarinos.

Já com relação ao consumo alimentar, por mais que 64% dos dançarinos possuam uma alimentação saudável de acordo com a análise, todos consomem alimentos embutidos e ricos em gorduras esteroides, mesmo em quantidades menores. Essa constatação converge com o estudo de Araújo, Silva e Xavier (2012), que identificou que o consumo alimentar das bailarinas estudadas é composto por todos os grupos de alimentos presentes na pirâmide alimentar, inclusive alimentos considerados pouco saudáveis ou não saudáveis como doces, chocolates, refrigerantes, sucos artificiais, sanduíches, salgados, biscoitos recheados, óleos e gorduras.

Os dançarinos da pesquisa consomem variedades de alimentos, que vão desde os mais saudáveis até os ricos em óleos e gorduras, e este comportamento pode estar relacionado com os resultados do IMC e percentual de gordura corporal na maioria deles. Além disso, estes dados podem estar relacionados à realidade de suas atividades, ou seja, com o gasto energético despendido na dança inferior a quantidade de alimentos consumidos (GOUVEIA, 2008; NUNES *et al.*, 2007).

Por mais que o aspecto nutricional, dentro da média, seja satisfatório, é preocupante o fato de que esses dançarinos não tenham o cuidado necessário com a alimentação, pois é considerada fator de riscos para a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, além disso, este comportamento pode piorar, pois eles não dispõem de orientação para que haja uma nutrição adequada às atividades que são executadas, e com a realidade climática, cultural aos quais estão submetidos (MCARDLE, KATCH e KATCH, 2001; RIBEIRO e VEIGA, 2010).

Entre as potenciais e plausíveis limitações deste estudo, é possível destacar o delineamento de corte transversal dificulta o avanço em análises temporais dos fatores estudados, poucos estudos de referência na literatura, os resultados dos testes de desempenho físico podem ter sido influenciados motivação dos bailarinos na realização das medidas e teste.

Por outro lado, é possível inferir que os resultados parecem suportar as evidências dos poucos estudos que tratam sobre o perfil e desempenho físicos de dançarinos. A possibilidade de viés de seleção no estudo está minimizada, uma vez que se trata de uma amostra pequena e convencional. Além disso, os treinamentos prévios dos avaliadores para aplicação da entrevista, medidas e dos testes de desempenho físico minimizam a possibilidade de viés de aferição. Trata-se da primeira pesquisa realizada com este grupo tratando destas variáveis, com perspectivas de dar continuidade ao mesmo.

CONCLUSÕES

A dança folclórica do Boi-Bumbá de Parintins é caracterizada pela multiplicidade de movimentos e temas, não consistindo, portanto, em elementos puros e únicos, mas um vasto repertório de informações, movimentos e histórias. As práticas corporais não se prendem a um ambiente institucionalizado, embora os movimentos exijam precisão, qualidade, técnica e expressão, mas permite ao dançarino exibir livremente seus movimentos a partir de uma ideia pré-estabelecida, transmitindo liberdade, paixão e entendimento no ato de dançar, sendo um diferencial nesta modalidade de dança.

Contudo, devido ao considerável aumento de popularidade dessa dança folclórica as exigências de desempenho físico dos dançarinos aumentaram consideravelmente, impondo, até certo ponto, uma melhoria

no condicionamento físico e no desempenho de movimentos que exigem muito vigor para contemplar a plasticidade da execução.

A flexibilidade dos dançarinos está aceitável e compatível com bailarinos e dançarinos de outros grupos de dança, portanto, podemos concluir que os movimentos da dança contribuem expressivamente para a ampliação e manutenção dos gestos executados nesta modalidade de dança.

Comprados com outros bailarinos que praticam danças que impõem rígidos padrões de performances, os dançarinos estudados estão dentro dos padrões da normalidade, em relação ao perfil antropométrico, hábitos alimentares e flexibilidade, de acordo com os parâmetros científicos, principalmente quando comparados a estudos relacionados, sendo bastante interessante, pois destacar a dança folclórica como uma modalidade de dança, pouco difundida, mas, que promove inúmeros benefícios aos que praticam que vão desde os aspectos fisiológicos até os psicossociais, fortalecendo cada vez mais a importância da cultura popular através das manifestações corporais.

REFERÊNCIAS

- ALBINO, I. et. al. Influência do treinamento de força muscular e de flexibilidade articular sobre o equilíbrio corporal em idosas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v.15, n.1, p. 17-25, 2012.
- ARAÚJO, E.S.; SILVA, G.S.; XAVIER, N.J.V.T. Estado nutricional de bailarinas de uma companhia de dança de Teresina/PI. **Revista Interdisciplinar NOVAFAPI**, v.5, n.1, p.42-47, 2012.
- BARRETO, D. **Dança. Ensino, sentidos e possibilidades na escola**. São Paulo: Autores associados, 2008.
- FERREIRA, A.; BERGAMIN, R.A.; GONZAGA, T.L. Correlação entre medidas antropométricas e aceitação pessoal da imagem corporal em bailarinas de dança moderna. **Revista Movimento e Percepção**. v.9, n.12. p.43-51, 2008.
- GOUVEIA, E.L.C. **Nutrição – Saúde e Comunidade**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2008.
- HAAS, A.N.; PLAZA, M.R.; ROSE, E.H. Estudo antropométrico comparativo entre meninas espanholas e brasileiras praticantes de dança. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 2, n.1, p. 50-57, 2000.
- KUWAE, C.A.; SILVA, M.S. **Hábito alimentar e composição corporal de bailarinos contemporâneos e do balé clássico**. Disponível em <<http://www.cbce.org.br/cd/resumos/012.pdf>> Acesso em: 26 de Mar. 2013.
- MCARDLE, W.D. KATCH, F.I.; KATCH, V.L. **Nutrição para o Desporto e o Exercício**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.
- MARINS, J.C.B.; GIANICHI, R.S. **Avaliação e Prescrição de Atividade Física: guia prático**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.
- MORGAN, C.; VECCHIATTI, I.R.; NEGRÃO, A.B. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. v.24, n.3, p. 18-23 . 2002.
- NOGUEIRA, W. **Festas Amazônicas – Boi-Bumbá, Ciranda e Sairé**. Manaus: Valer, 2008.
- NUNES, S.M.R. et.al. Dança Folclórica e Caminhada: Um Estudo Comparativo do Gasto Calórico de Universitários. **Revista Salud Pública**. v.9, n.4, p. 506-515, 2007.
- NORTON, K; OLDS, T, ALBERNAZ, N.M.F. de. Antropométrica: um livro sobre medidas corporais para o esporte e cursos da área de saúde. In: **Antropométrica: um livro sobre medidas corporais para o esporte e cursos da área de saúde**. São Paulo: ArtMed, 2005.

POLLOCK, M.L, WILMORE J.H. **Exercícios na saúde e na doença** - Avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação. 2ª ed. Rio de Janeiro: MEDSI, 1993.

RIBEIRO, L.G.; VEIGA, G.V. Imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em bailarinos profissionais. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v.16, n.2, p. 99-102, 2010.

RODRIGUES, A. **Boi-Bumbá evolução** – livro-reportagem sobre o Festival folclórico de Parintins. Manaus: Editora Valer, 2006.

SILVA, A.H.; BONORINO, K.C. IMC e flexibilidade de bailarinas de dança contemporânea e ballet clássico. **Fitness e Performance**. v.7, n.1, p. 48-51, 2008.

SLATER, B. et al. Validação de Questionários de Frequência Alimentar-QFA: considerações metodológicas. **Revista Brasileira Epidemiologia**. v. 6, n. 3, p. 200-8, 2003

WEINECK, J. **Atividade Física e Esporte** – para quê? Barueri/SP: Manole, 2003.

WHO. World Health Organization. **Physical status**: the use and interpretation of anthropometry. Geneva; 1995.

WONG, M.W.; CHAN, K.M. Association between body composition and menstrual dysfunction in collegiate dance students. **J. Obstet. Gynawecol. Res.** n.23, v.6, p. 529-35, 1997.

VALENTIN, A. **Contrários** - A celebração da rivalidade dos Bois-Bumbás de Parintins. Manaus: Valer, 2005.

R. João Miguel Hueb, 846
Cidade Jardim
Uberaba/MG
38030-010