DIFERENÇAS NA APTIDÃO FÍSICA ENTRE IDOSOS PARTICIPANTES DE JOGOS ADAPTADOS E SEDENTÁRIOS

Aptidão física e jogo adaptado em idosos

Três pontos de destaque do artigo:

1. Jogos adaptados beneficiam a aptidão física em idosos saudáveis.
2. Idosos praticantes de jogos adaptados tem melhor nivel de desempenho físico que idosos sedentários.
3. Os jogos adpatados devem integrar um programa de exercício físico na terceira idade.

**Contagem de palavras no Resumo: 225**

**Contagem de palavras no Corpo do Texto: 3842**

**Palavras-chave:** esporte adaptado; idosos; terceira idade; avaliação física; desempenho físico.

**Autor(es), titulações, e-mails e afiliações:**

Fernanda Regina Rodrigues, Mestre1 – fernanda.rs.rodrigues@gmail.com, Clarissa Biehl Printes, Doutora§1 – [clarissaprintes@hotmail.com](mailto:clarissaprintes@hotmail.com), Rudnei Andrade, Mestre 2 –rudneiandrade@unilasalle.edu.br, Ângelo José Gonçalves Bós, Doutor 1 – angelo.bos@pucrs.br

1 Instituto de Geriatria e Gerontologia da PUCRS, Porto Alegre, RS

2 Centro Universitário La Salle, Canoas, RS

**Agradecimentos**

Agradecimentos a coordenadora da UNATI La Salle, Professora Ms. Juliana Ludwig Justo e aos alunos da UNATI.

**Declaração de Conflito de Interesses**

Os autores declaram não haver conflito de interesse.

**Endereço postal do autor correspondente:**

Clarissa Biehl Printes

Rua Ten. Cel. Fabricio Pilar, Nº 650/01. Mont Serrat. Porto Alegre/RS...

CEP.90450040

Telefones: (051) 992-478-400