

Carlos Aparecido Zamai (Org.)



# ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

Experiências e relatos

# Resumo de Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Experiências e Relatos

Aborda-se neste o processo de envelhecimento e o equilíbrio: a contribuição do exercício físico na promoção da saúde em idosos; atividade física, aptidão física e saúde do adolescente; qualidade de vida de crianças e adolescentes: comparativo entre gêneros à luz do instrumento Kidscreen-27; corpo, saúde e qualidade de vida: a atividade física como instrumental na busca pelo inatingível e benefícios de diversas atividades físicas praticadas em academia.

Identifica-se também o perfil dos trabalhadores quanto à idade, sexo, estado civil, número de filhos, escolaridade e tempo de serviço da empresa, bem como a qualidade de vida destes por meio do instrumento WHOQOL-bref entre outros.

Assim, este livro demonstra, através dos seus capítulos, preocupações quanto a estas temáticas, salientando que não se pode falar sobre atividade física, saúde e qualidade de vida, neste momento (século 21), sem pensar as questões que envolvem as relações estabelecidas com o corpo e os movimentos corporais, haja vista a importância que as mesmas ganham nos modos de ser e estar no momento atual.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)