

Aptidão Física e Saúde Mental em Praticantes das Vilas Olímpicas da Cidade do Rio de Janeiro: Uma Revisão Sistemática.

Physical Fitness and Mental Health in Participants of the Olympic Villages of the City of Rio de Janeiro: A Systematic Review.

Amanda Teixeira Borges

Graduanda do curso de Educação Física do Centro Universitário São José

Victor Ribeiro Vieira

Graduando do curso de Educação Física do Centro Universitário São José

Pedro Emanuel Vidal Sampaio

Graduando do curso de Educação Física do Centro Universitário São José

Juliana de Alcantara Silva Fonseca

Graduanda do curso de Educação Física da Universidade Castelo Branco

Pablo Rodrigo de Oliveira Silva

Professor do curso de Educação Física do Centro Universitário São José e da Universidade Castelo Branco

RESUMO

Introdução: As vilas olímpicas do Rio de Janeiro são equipamentos da prefeitura para a realização de políticas públicas na área do esporte. As pessoas procuram esses equipamentos com intenção de melhorar a saúde física e mental, além de poder ser uma possibilidade para detecção, seleção e desenvolvimentos de talentos esportivos. **Objetivo:** revisar a literatura sobre a aptidão física e saúde mental dos praticantes de vilas olímpicas. **Métodos:** Foi realizada uma busca na literatura científica baseada na declaração PRISMA e com critérios na abordagem PICOS sobre aptidão física e saúde mental. **Resultados:** Foram encontrados 5 artigos científicos, onde 4 tinham populações de crianças e adolescentes e 1 com adultos e idosos. Foi possível verificar não haver uma padronização nas avaliações em vilas olímpicas do Rio de Janeiro. Não houve estudos relacionados à saúde mental dos praticantes destes equipamentos. A aptidão física dos clientes foi menor do que a aptidão física quando comparada a populações semelhantes de outros estudos. **Conclusão:** Embora muito poucos artigos descrevam a aptidão física e a saúde mental de praticantes de exercícios físicos nas vilas olímpicas cariocas, na literatura científica está disponível metodologias de planejamento, prescrição de exercícios e avaliações que levam a efeitos positivos na melhoria de resultados sobre os desfechos estudados.

Palavras-chave: aptidão física, saúde mental, saúde, esporte.

ABSTRACT

Introduction: The Olympic villages in Rio de Janeiro are city hall facilities for carrying out public policies in the area of sport. People look for this equipment with the intention of improving their physical and mental health, in addition to being a possibility for detecting, selecting and developing sporting talents. **Objective:** to review the literature on the physical fitness and mental health of athletes in Olympic villages. **Methods:** A search was carried out in the scientific literature based on the PRISMA statement and with criteria in the PICOS approach on physical fitness and mental health. **Results:** 5 scientific articles were found, 4 of which had populations of children and adolescents and 1 with adults and the elderly. It was possible to verify that there was no standardization in evaluations in Olympic villages in Rio de Janeiro. There were no studies related to the mental health of those using these place. Clients' physical fitness was lower than physical fitness when compared to similar populations from other studies. **Conclusion:** Although very few articles describe the physical fitness and mental health of physical exercise practitioners in the Rio Olympic villages, in the scientific literature planning, exercise prescription and evaluation methodologies are available that lead to positive effects in improving results on outcomes studied.

Keywords: physical fitness, mental health, health, sport.

INTRODUÇÃO

As Vilas Olímpicas (VO) da Cidade do Rio de Janeiro são equipamentos esportivos da prefeitura para a realização de políticas públicas de natureza sócio educacional, voltado para a descoberta de talentos, a qualidade de vida, recreação e a ampliação do universo cultural (SMEL, 2006). As VO oferecem modalidades esportivas e recreativas, além de atividades de lazer para pessoas de todas as idades, atuando, inclusive, com a oferta de atividades para pessoas com deficiência (SMEL, 2024).

A Lei Municipal n.º 2.139 de 1994, relata sobre a Secretaria Municipal de Esportes e Lazer (SMEL), estabelecendo as dentre suas competências a execução coordenada de programas e projetos esportivos e recreativas, além do desenvolvimento de estudos, pesquisas, projetos e atividades de caráter técnico-científico nas áreas de esporte e lazer (RIO DE JANEIRO, 1994).

Em palestra no evento FutSummit em 2024, o secretário municipal de esporte e lazer da cidade do Rio de Janeiro da gestão de 2021-2024, Guilherme Schleder, relatou que a SMEL possui 27 VO e Centro Esportivo Miécimo da Silva, atendendo 120 mil pessoas, sendo que metade dos clientes possui 15 anos ou menos (informação verbal). Com esse grande número de pessoas envolvidas nas atividades das VO, avaliar a eficiência dos programas de exercícios na aptidão física se faz necessário (ÅVITSLAND et al., 2020; PUCCI et al., 2012; REDONDO-GUTIÉRREZ et al., 2022).

A aptidão física pode estar relacionada à saúde ou ao desempenho esportivo (GAYA et al., 2021). Estudos demonstram que programas de exercícios físicos e esportes bem elaborados e específicos podem ter adaptações positivas para a saúde física e mental do indivíduos, além de melhorar a qualidade de vida em pessoas de diferentes faixas etárias (CASTAGNA; KRUSTRUP; PÓVOAS, 2020; REDONDO-GUTIÉRREZ et al., 2022).

Outro ponto importante a ser observado na população é a saúde mental, visto que a prática de exercício físico é considerada benéfica para o estado mental, proporcionando uma melhoria do humor e uma melhor qualidade de vida. Acredita-se que uma boa aptidão mental leva a um melhor estado físico e desempenho desportivo (FOSSATI et al., 2021).

Acompanhar se as intervenções de diferentes tipos de exercícios físicos são efetivas tem grande relevância, uma vez que para cada desfecho com uma intervenção específica pode levar a resultados mais significativos do que outras. Entender as melhores estratégias para que os indivíduos criem adesão e aderência à prática de atividades é fundamental (RODRIGUES et al., 2020).

Embora os danos epidemiológicos e econômicos da inatividade física sejam bem reconhecidos, a resposta política a esse desafio não tem sido eficiente, apesar da disponibilidade de uma série de políticas com boa relação custo-eficácia (GORYAKIN et al., 2019). Políticas públicas para a prática do esporte e do exercício físico baseado pela pesquisa científica pode ser um excelente caminho para a eficácia dos resultados (MESSING et al., 2023).

Dentro do exposto, o objetivo do presente estudo é revisar a literatura científica sobre a aptidão física e a saúde mental em praticantes de exercícios nas Vilas Olímpicas da Cidade do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA

Crêterios de Elegibilidade

Esta revisão sistemática foi conduzida de acordo com a declara o *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) (GALVÃO et al., 2022). A abordagem populacional, interven o, comparador, resultados e desenho de estudo (PICOS) (ERIKSEN; FRANDSEN, 2018) foi usada para identificar os critérios de inclusão (Tabela 1).

Foram considerados elegíveis para esta pesquisa estudos transversais, ensaios clínicos randomizados e ensaios controlados e não controlados que examinaram os efeitos do treinamento físico nas características antropométricas (por exemplo, peso corporal, gordura corporal e  ndice de massa corporal (IMC)), desempenho físico (por exemplo, resistência, sprint, força e potência), capacidades fisiológicas (por exemplo, consumo de oxig nio) e desfechos na saúde mental (nível de depressão, ansiedade e percep o de solidão) em indivíduos praticantes de exercícios nas VO.

Tabela 1 – Critérios de inclusão de acordo com a abordagem PICOS.

Componentes PICOS	Detalhes
Popula�o	Indivíduos praticantes de exercícios nas Vilas Olímpicas do Rio de Janeiro
Interven�o	Exercícios físicos e esportes
Comparador	Pessoas ativas e inativas
Desfechos	Aptidão física, saúde mental
Desenho do Estudo	Estudos de coorte, estudos transversais, ensaios clínicos randomizados e ensaios controlados e não controlados

Os estudos foram incluídos na revisão sistemática atual se atendessem aos seguintes critérios: (1) publicados em periódicos revisados por pares; (2) incluiu participantes humanos. Os estudos foram excluídos se (1) não atendessem aos requisitos mínimos do desenho do estudo proposto (por exemplo, relatos de casos), (2) não atendessem aos requisitos mínimos relativos ao desenho do treinamento (por exemplo, falta de informa o); (3) não foram escritos em inglês e português. Além disso, os artigos de revisão não foram incluídos na revisão sistemática atual.

Estratégia de busca de literatura

As pesquisas bibliográficas foram realizadas em cinco bases de dados eletr nicas (PubMed, ISI Web of Knowledge, Web of Science, Scielo e Google Acad mico) entre fevereiro e abril de 2024. Os seguintes termos-chave



foram incluídos: “vilas olímpicas”, “Rio de Janeiro”, “aptidão física”, “saúde”, “saúde mental”, “Olympic villages”, “physical fitness”, “health” e “mental health”.

As listas de referências e citações (Google Scholar) dos estudos identificados foram exploradas para detectar outros artigos de pesquisa relevantes. Dado que o âmbito desta revisão é amplo em termos de medidas de resultados (por exemplo, desempenho, adaptações fisiológicas e índices de saúde), foi realizada uma revisão sistemática e não uma meta-análise. Além disso, um grande número de parâmetros de resultados teria aumentado a heterogeneidade na análise.

Seleção dos estudos

A triagem final foi realizada por dois investigadores (PROS e JASF) com base na relevância dos critérios de inclusão e exclusão e dos itens identificados para avaliar os efeitos do treinamento físico nas características antropométricas (por exemplo, peso corporal, gordura corporal e IMC), desempenho físico (por exemplo, resistência, sprint, força e potência), capacidades fisiológicas (por exemplo, consumo de oxigênio) e saúde mental em indivíduos usando os critérios PICOS. Os resumos das citações com potencial relevância foram agrupados, e os artigos em texto completo foram revisados se os resumos indicassem potencial inclusão. Uma reunião de consenso de terceiro foi realizada (PEVS) caso os dois revisores não conseguissem chegar a um acordo de consenso sobre a inclusão de quaisquer artigos.

Devido a escassez de estudos proposto pela metodologia da presente revisão, foi necessário a inclusão de estudos sem a qualidade pré-estabelecida.

RESULTADOS

Nossa busca identificou 185 registros (Figura 1). Após a triagem dos títulos, resumos e textos completos, 5 estudos foram incluídos em nossa análise final. Nenhum dos estudos relatava medidas sobre a saúde mental. Nos 5 estudos foi totalizado 440 indivíduos.

Nenhum dos estudos foi considerado de alta qualidade (≥ 6 na pontuação da escala PEDro) (MAHER CG, SHERRINGTON C, HERBERT RD, MOSELEY AM, 2003). Todos os artigos foram estudos observacionais. Quatro dos estudos foram com crianças e adolescentes. Apenas um estudo contou com

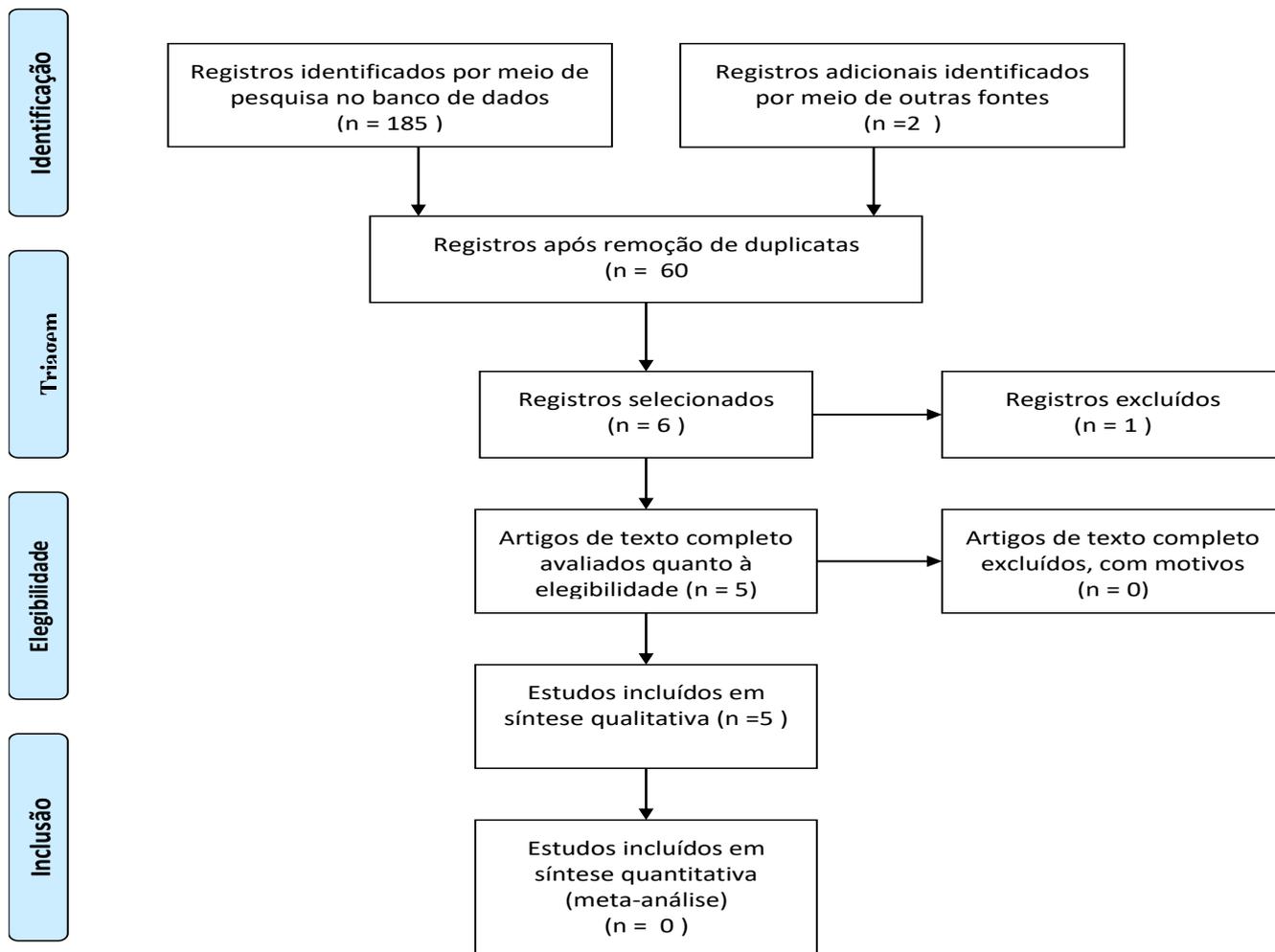


Figura 1 – Seleção de artigos de pesquisa (n = 5) incluídos nesta revisão sistemática usando as recomendações da declaração *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA)

No quadro 1 são mostrados os autores, ano de publicação, objetivos, amostras e resultados encontrados nos artigos para realização dessa revisão sistemática.

Autor (ano)	Objetivo	População	Resultados
Duarte et al (2003)	Verificar a correlação entre o período de maturação biológica e o somatotipo em crianças do sexo masculino frequentadores de uma Vila Olímpica	303 meninos com idade entre 9 e 14 anos	Não foi observada relação de dependência entre classificações de somatopia e fase de maturação.
Castro et al (2011)	Identificar a relação entre os fatores antropométricos e a autoimagem em mulheres idosas praticantes de hidroginástica.	63 mulheres idosas com idades entre 50 e 80 anos, praticantes de hidroginástica de um projeto social na vila olímpica	Nenhuma idosa estava abaixo do peso, 11 idosas têm peso normal, 26 idosas com sobrepeso, 19 idosas com obesidade grau I, 5 idosas com obesidade grau II e 2 idosas obesidade grau III.
Suhett et al (2016)	Avaliar a correlação entre o estado nutricional e os níveis de aptidão cardiorrespiratória de meninas jovens.	26 participantes do sexo feminino, com idades de 8 e 12 anos	Apesar das variáveis investigadas terem apresentado fraca correlação entre si, é possível inferir que, quanto mais baixa se apresenta a aptidão cardiorrespiratória, mais próximo o estado nutricional se apresentará do sobrepeso e obesidade.
Amorim e Columá (2020)	Identificar se alunos/atletas da modalidade de judô da Vila Olímpica Municipal Jornalista Ary Carvalho, localizada no bairro da Vila Kennedy na cidade do Rio de Janeiro, possuem perfil físico e motor, que os caracteriza como potenciais talentos esportivos.	9 alunos que praticam Judô, do sexo masculino, com idades entre 13 e 15 anos.	Os alunos apresentavam resultados indicativos de potencial físico e motor para o desporto de rendimento em sua modalidade. Sendo caracterizados como potenciais talentos esportivos.
Autor (ano)	Objetivo	População	Resultados
Duarte et al (2003)	Verificar a correlação entre o período de maturação biológica e o somatotipo em crianças do sexo masculino frequentadores de uma Vila Olímpica	303 meninos com idade entre 9 e 14 anos	Não foi observada relação de dependência entre classificações de somatopia e fase de maturação.
Castro et al (2011)	Identificar a relação entre os fatores antropométricos e a autoimagem em mulheres idosas praticantes de hidroginástica.	63 mulheres idosas com idades entre 50 e 80 anos, praticantes de hidroginástica de um projeto social na vila olímpica	Nenhuma idosa estava abaixo do peso, 11 idosas têm peso normal, 26 idosas com sobrepeso, 19 idosas com obesidade grau I, 5 idosas com obesidade grau II e 2 idosas obesidade grau III.
Suhett et al (2016)	Avaliar a correlação entre o estado nutricional e os níveis de aptidão cardiorrespiratória de meninas jovens.	26 participantes do sexo feminino, com idades de 8 e 12 anos	Apesar das variáveis investigadas terem apresentado fraca correlação entre si, é possível inferir que, quanto mais baixa se apresenta a aptidão cardiorrespiratória, mais próximo o estado nutricional se apresentará do sobrepeso e obesidade.



Amorim e Columá (2020)	Identificar se alunos/atletas da modalidade de judô da Vila Olímpica Municipal Jornalista Ary Carvalho, localizada no bairro da Vila Kennedy na cidade do Rio de Janeiro, possuem perfil físico e motor, que os caracteriza como potenciais talentos esportivos.	9 alunos que praticam Judô, do sexo masculino, com idades entre 13 e 15 anos.	Os alunos apresentavam resultados indicativos de potencial físico e motor para o desporto de rendimento em sua modalidade. Sendo caracterizados como potenciais talentos esportivos.
------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

DISCUSSÃO

O presente teve como objetivo revisar a literatura científica sobre a aptidão física e a saúde mental em praticantes de exercícios nas Vilas Olímpicas da Cidade do Rio de Janeiro. Dentre os principais achados foram vistos que não há publicação de artigos científicos com o desfecho em saúde mental em pessoas que praticam exercícios físicos em VO da cidade citada e que a maioria dos estudos analisando os componentes da aptidão física foram realizados em crianças e adolescentes.

A recomendação do Colégio Americano de Medicina do Esporte de 2011 relata sobre a aptidão física relacionada a saúde e ao desempenho físico. A composição corporal, a força muscular e a resistência aeróbia são consideradas componentes da aptidão física relacionada à saúde. Algumas capacidades físicas como agilidade, flexibilidade e velocidade estão relacionadas ao desempenho (GARBER et al., 2011).

Em crianças e adolescentes praticantes de VO não foi observado relação entre fase maturacional e o somatotipo (DUARTE; ALBERGARIA; FERNANDES FILHO, 2003) e em meninas, não foi verificada associação entre capacidade aeróbia e obesidade (SUHETT et al., 2016). No entanto, em estudo com jogadores de futebol com média de idade de 14 anos, foi verificado que jovens com maturação precoce eram mesomorfo-ectomórficos (ČAUŠEVIĆ et al., 2023), o que vai de encontro com os dados achados nos estudos em praticantes das VO.

Em relação aos praticantes de Judô, os valores de flexibilidade de jovens entre 13 e 15 anos (AMORIM; COLUMÁ, 2020) (aproximadamente de 28,9cm no teste sentar e alcançar) são inferiores aos encontrados em jovens atletas da mesma modalidade (aproximadamente 32cm) (PION et al., 2015). O mesmo acontece com outras capacidades físicas como potência de membros superiores e inferiores. Isso pode ser explicado pelo baixo volume de treinamento da modalidade, apenas 2 horas semanais dos alunos das VO.

Os autores do estudo em atletas de handebol do sexo feminino relatam que as atletas da VO do Mato Alto não mostraram bons valores de capacidades físicas como flexibilidade, velocidade e agilidade quando comparadas ao padrão do PROESP BR (FONSECA-JUNIOR, 2022). Isso pode ter acontecido por estarem no início da temporada. Em estudo com 1189 adolescentes japoneses, foi verificado que uma melhor aptidão física está relacionada com bons índices de desempenho acadêmico, com valores de $r \geq 0,70$ e $p \leq 0,05$ (SASAYAMA et al., 2019). O estudo indica que melhorias nos níveis de aptidão física são importantes para melhorar o desempenho acadêmico das crianças

No único estudo em idosos da presente revisão, foi verificado que mais de 80% das mulheres praticantes de hidroginástica de uma VO apresentavam sobrepeso ou obesidade. As idosas participavam das aulas duas vezes por semana (CASTRO et al., 2011). Não foi informado no estudo há quanto tempo essas pessoas praticavam a modalidade. Esses valores de índice de massa corporal foram diferentes de idosas que realizavam a hidroginástica, há pelo menos seis meses, que foi em média de 27kg/m^2 (KURA et al., 2004).

Nos estudos apresentados nesta revisão sistemática não foi verificado padrão entre as avaliações utilizadas nas VO. Ter um padrão nas avaliações seria interessante para entender quais as melhores intervenções e/ou modalidades, pois seria possível identificar metodologias de treinamento mais eficazes para cada modalidade, faixa etária e objetivos dos clientes. Políticas públicas para o esporte necessitam ser mais assertivas. Há uma profunda falta de evidências específicas sobre as intervenções e seus benefícios mostrando o custo benefício de diversas abordagens de saúde pública para combater o sedentarismo e que, por sua vez, dificulta o entendimento para alocação eficiente de recursos (GORYAKIN et al., 2019),

A saúde mental vem sendo amplamente estudada nos últimos anos, principalmente em idosos (GÓMEZ-REDONDO et al., 2024). Não ter sido encontrados estudos sobre os efeitos do exercício físico sobre a saúde mental dos clientes de VO foi uma surpresa para os autores desta revisão. Em trabalho com idosos espanhóis será verificado o papel da supervisão e estratégias motivacionais na segurança, adesão, eficácia e custo-efetividade de diferentes programas de exercícios para melhorar a saúde física e mental nesses indivíduos (GÓMEZ-REDONDO et al., 2024).

Dentre as limitações do presente estudo estão os poucos estudos realizados com a população praticantes de exercícios das VO cariocas, a falta de um padrão metodológico dos estudos, além da falta de metodologias na prescrição e planejamento do programa de treinamento, o que pode ser uma realidade dentro das VO.

Em estudo analisando a gestão de três VO localizadas na cidade do Rio de Janeiro, os autores relatam que o perfil desportivo e estrutural são diferentes, no entanto, se assemelham no que tange à equipe multiprofissional, com a presença de profissionais de educação física, enfermeiros, assistentes sociais e psicólogos (RAMOS; TRIAN; COLUMÁ, 2016). Dessa forma, sendo possível ter padrões metodológicos semelhantes, além de um melhor processo técnico desportivo na formação de atletas e na melhora da qualidade de vida da população atendida.

O estudo de Sasayama et al (2019) demonstra que as crianças, os pais, os professores e os decisores políticos devem reconhecer a importância de promover a aptidão física no ambiente escolar e não escolar. Ter a prática dos esportes com metodologias eficientes já evidenciadas na literatura científica pode ser um diferencial para as políticas públicas pensando na melhora da saúde e qualidade de vida da população e desenvolvimento do esporte em todos os níveis.

CONCLUSÃO

Através dessa revisão sistemática foi possível verificar a ausência de estudos analisando os aspectos de saúde mental dos clientes das VO. Em relação à aptidão física, a maioria dos estudos analisavam crianças e adolescentes. No entanto, foi observado não haver um padrão nas avaliações realizadas nos estudos. Sugerimos mais pesquisas, com

diferentes faixas etárias e modalidades esportivas para um melhor entendimento da eficiência dos programas de exercícios executados nas Vilas Olímpicas da cidade do Rio de Janeiro.

REFERÊNCIAS

AMORIM, I. B.; COLUMÁ, J. F. Vila Olímpica Jornalista Ary Carvalho: Uma visão além da inclusão social. **Revista Prisma**, v. 1, n. 1, p. 1–23, 2020.

ÅVITSLAND, A. et al. The association between physical fitness and mental health in Norwegian adolescents. **BMC Public Health**, v. 20, n. 1, p. 1–10, 2020.

CASTAGNA, C.; KRUSTRUP, P.; PÓVOAS, S. Cardiovascular fitness and health effects of various types of team sports for adult and elderly inactive individuals - a brief narrative review. **Progress in Cardiovascular Diseases**, v. 63, n. 6, p. 709–722, 2020.

CASTRO, N. R. DE et al. Fatores antropométricos e autoimagem em mulheres idosas praticantes de hidroginástica. **EFDeportes.com**, v. 15, n. 153, p. 1–7, 2011.

ČAUŠEVIĆ, D. et al. Maturity-Related Variations in Morphology, Body Composition, and Somatotype Features among Young Male Football Players. **Children**, v. 10, n. 4, 2023.

DUARTE, R.; ALBERGARIA, M.; FERNANDES FILHO, J. Estudo correlacional entre os estágios da maturação biológica e somatotipo em crianças da vila olímpica da favela da maré. **Fitness & Performance Journal**, v. 2, n. 4, p. 240–249, 2003.

ERIKSEN, M. B.; FRANDBSEN, T. F. The impact of patient, intervention, comparison, outcome (Pico) as a search strategy tool on literature search quality: A systematic review. **Journal of the Medical Library Association**, v. 106, n. 4, p. 420–431, 2018.

FONSECA-JUNIOR, S. J. Características antropométricas e de aptidão física de atletas cadete e juvenil de handebol feminino. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 21, n. 1, p. 27–34, 2022.

FOSSATI, C. et al. Physical exercise and mental health: The routes of a reciprocal relation. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 23, 2021.

GALVÃO, T. F. et al. A declaração PRISMA 2020: Diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. **Epidemiologia e Serviços de Saude**, v. 31, n. 2, p. 1–20, 2022.

GARBER, C. E. et al. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults: Guidance for prescribing exercise. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 43, n. 7, p. 1334–1359, 2011.

GAYA, A. R. et al. **Projeto esporte Brasil: Manual de medidas, testes e avaliação**. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/217804>>. Acesso em: 27 abr. 2024.

GÓMEZ-REDONDO, P. et al. The role of supervision and motivation during exercise on physical and mental health in older adults: a study protocol for a randomized controlled trial (PRO-Training project). **BMC Geriatrics**, v. 24, n. 1, p. 274, 2024.



- GORYAKIN, Y. et al. Promoting sport and physical activity in Italy: A costeffectiveness analysis of seven innovative public health policies. **Annali di Igiene Medicina Preventiva e di Comunita**, v. 31, n. 6, p. 614–625, 2019.
- KURA, G. G. et al. Nível de atividade física , IMC e índices de força muscular estática entre idosas praticantes de hidroginástica e ginástica practitioner. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. jul/dez, p. 30–40, 2004.
- MAHER CG, SHERRINGTON C, HERBERT RD, MOSELEY AM, E. M. Reliability of the PEDro scale for rating quality of randomized controlled trials. **Phys Ther**, v. 83, n. 8, p. 713–721, 2003.
- MESSING, S. et al. Research- vs. government-driven physical activity policy monitoring: a systematic review across different levels of government. **Health Research Policy and Systems**, v. 21, n. 1, p. 1–12, 2023.
- PION, J. et al. Generic anthropometric and performance characteristics among elite adolescent boys in nine different sports. **European Journal of Sport Science**, v. 15, n. 5, p. 357–366, 2015.
- PUCCI, G. C. M. F. et al. Associação entre atividade física e qualidade de vida em adultos. **Revista de Saúde Pública**, v. 46, n. 1, p. 166–179, 2012.
- RAMOS, K. G. F.; TRIAN, F. DA S.; COLUMÁ, J. F. A gestão esportiva carioca: o caso de três vilas olímpicas. **Revista Intercontinental de Gestão Esportiva**, v. 6, n. 2, p. 130–139, 2016.
- REDONDO-GUTIÉRREZ, L. et al. Associations between Self-Perceived and Desired Health-Related Physical Fitness in Spanish Children. **Children**, v. 9, n. 9, p. 1–9, 2022.
- RIO DE JANEIRO. **A Lei Municipal n.º 2.139**. Rio de Janeiro, 1994.
- RODRIGUES, F. et al. The bright and dark sides of motivation as predictors of enjoyment, intention, and exercise persistence. **Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports**, v. 30, n. 4, p. 787–800, 2020.
- SASAYAMA, K. et al. Cross-sectional and longitudinal relationship between physical fitness and academic achievement in Japanese adolescents. **European Journal of Sport Science**, v. 19, n. 9, p. 1240–1249, 2019.
- SMEL. **Manual de Vila Olímpicas Projeto Gestão**. Rio de Janeiro Rio de Janeiro, 2006.
- SMEL. **Vilas Olímpicas**. Disponível em: <<https://www.rio.rj.gov.br/web/esportes/vilasolimpicas>>. Acesso em: 30 mar. 2024.
- SUHETT, I. et al. ANÁLISE DA CORRELAÇÃO ENTRE ESTADO NUTRICIONAL E APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO SEXO Resumo. n. December, 2016.