

**EDITORIAL****AVALIAÇÃO FÍSICA E METABÓLICA PARA A PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIO PARA INDIVÍDUOS PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS DEGENERATIVAS**

A prescrição de exercícios ganha cada vez mais importância para os indivíduos portadores de doenças crônicas degenerativas, pois com o avanço das pesquisas em fisiologia do exercício cada vez mais fica claro que a prática regular de exercício físico e ou atividade física são de vital importância para que essas doenças demorem mais tempo para se instalarem no corpo humano seja de crianças, homens ou mulheres jovens ou idosos.

Com isso a prescrição do exercício ou da atividade física pelo profissional de Educação Física fica cada vez mais vinculada à frequência, intensidade, duração e sobrecarga. Portanto fica cada vez mais evidente a necessidade de uma avaliação física e metabólica antes do início da prática de atividade física e periodicamente refazer essa avaliação se torna necessária ou quem sabe obrigatória em academias, clubes ou por treinadores particulares ou pessoais, para que a evolução da condição física fique mais clara para os praticantes e para os profissionais.

Espero que em breve os profissionais de Educação Física façam a avaliação física e metabólica antes do início da prática de atividade física, treinamento esportivo em academias e clubes, pois essa avaliação facilita a prescrição do exercício quanto aos itens essenciais, tais como frequência, intensidade, duração e sobrecarga do exercício ou atividade física.

Pelo exposto acima convido os leitores a entender melhor a fisiologia e a prescrição do exercício com a leitura de mais um número da RBPFEEX que novamente conta com 12 artigos.

Atenciosamente,

Prof. Mestre Fábio Henrique Ornellas

Doutorando pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo

# Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

ISSN 1981-9900 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpefex.com.br](http://www.ibpefex.com.br) / [www.rbpfex.com.br](http://www.rbpfex.com.br)

## Editor-chefe

**Prof. Dr. Francisco Navarro (UFMA / IBPEFEX)**

## Editores Associados

**Prof. Dr. Roberto Simão (UFRJ)**  
**Prof. Dr. Reury Frank Pereira Bacurau (USP-Leste)**  
**Prof. Dr. Francisco Luciano Pontes Junior (USP-Leste)**  
**Profa. Dra. Claudia Regina Cavaglieri (UNICAMP)**  
**Prof. Especialista Carlos Eduardo Cintra (IBPEFEX / UGF)**  
**Prof. Dr. Antonio Coppi Navarro (IBPEFEX / UMC)**  
**Prof. Dr. Jonato Prestes (UCB- Br)**  
**Prof. Dr. Christiano Bertoldo Urtado (UNICAMP)**  
**Prof. Dr. Fábio Henrique Ornellas - FCMSCSP**  
**Profa. Ms. Rafaela Liberali (UGF)**  
**Prof. Ms. Mário Augusto Charro (IBPEFEX / USCS)**

## Revisores Científicos

**Prof. Dr. Marcelo Saldanha Aoki** - Universidade de São Paulo - USP-Leste  
**Prof. Dr. Gustavo Puggina Rogatto** - Universidade Federal do Triangulo Mineiro - UFTM  
**Profa. Dra. Rozangela Verlengia** - Universidade Metodista de Piracicaba - UNIMEP  
**Prof. Dr. Waldecir Paula Lima** - Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia - IFSP  
**Prof. Dr. Newton Nunes** - Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte INCOR  
**Prof. Dr. Tácito Pessoa de Souza Junior** - Universidade Federal do Paraná - UFPR  
**Profa. Dra. Denise Maria Martins** - Universidade Estadual de Pernambuco - UPE  
**Profa. Dra. Renata Rebello Mendes** - Universidade Bandeirantes - UNIBAN  
**Profa. Dra. Marcela Meneguello Coutinho** - Universidade Pesbliteriana Mackenzie  
**Profa. Dra. Natale Rolim** - Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte - USP  
**Prof. Dr. Gustavo José Justo da Silva** - Universidade de São Paulo - INCOR, Laboratório de  
*Cardiologia Molecular e Genética - USP*  
**Prof. Dr. Marcelo Macedo Rogero** - Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública-USP  
**Prof. Dr. João Luiz Quagliotti Durigan** - Universidade Federal de São Carlos - UFscar  
**Prof. Dr. Ricardo Zanuto** - Centro Universitário de Santo Andre (FEFISA)  
**Prof. Dr. Denis Foschini** - Universidade Metodista de São Paulo - UMESP  
**Prof. Dr. Milton Rocha de Moraes** - Universidade Federal de São Paulo - UNIFESP  
**Prof. Dr. Everson Araújo Nunes** - Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC  
**Prof. Dr. Marcelo Conte** - Universidade de Sorocaba - UNISO - ESEFJ  
**Prof. Doutorando Charles Ricardo Lopes** - Universidade de Campinas - UNICAMP  
**Prof. Doutorando Luiz Carnevali Júnior** - Faculdades Anhanguera - Taboão da Serra  
**Prof. Doutorando Alex Souto Maior Alves** - Centro Univeristário Plinio leite (UNIPLI)  
**Prof. Doutorando Bernardo Neme Ide** - Universidade de Campinas - UNICAMP  
**Prof. Doutorando Rafael Ayres Romanholo** - Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal -  
 FACIMED/RO  
**Prof. Doutorando João Henrique Bohn Zanoni** - UNIANDRADE  
**Prof. Doutorando Gleisson Alison Brito** - Universidade Federal do Paraná - UFPR  
**Prof. Doutorando Felipe Fedrizzi Donatto** - Universidade de São Paulo - ICB I - USP  
**Prof. Ms. André Luis Almeida** - Universidade Gama Filho - UGF  
**Prof. Ms. Gilberto Martinez Júnior** - Universidade Federal de São Paulo - UNIFESP  
**Profa. Ms. Eliana Lousada** - Universidade Gama Filho - UGF

## Revisores / Tradutores

**Julio Sergio Costa (IBPEFEX)**  
**Marina Valente Navarro (IBPEFEX)**

## Web Master / Diagramador

**Francisco Nunes Navarro (IBPEFEX / USP- RIBEIRÃO PRETO)**