

COMUNICADO

Ex.mo(a) Encarregado(a) de Educação

Numa primeira fase, com o objetivo de obter um cálculo do gasto calórico diário da Alice, foi-lhe entregue um aparelho (acelerômetro) para que seja colocado logo pela manhã (assim que acordar) e deverá permanecer com ele até ao final do dia (quando se deitar).

Este estudo vai iniciar, dia 20 de Janeiro de 2012 (6.^a Feira) e tem duração de uma semana, terminará na próxima semana (6.^a Feira) dia 27 de Janeiro de 2012.

É um pequeno aparelho que deverá ser colocado na cintura e mede a aceleração, ou seja todo o movimento efetuado pela Alice, com ele é possível estimar o gasto calórico da aluna. São equações relativamente simples que combinam dados como peso, altura, sexo e movimentos convertendo para uma estimativa de gastos calóricos.

Devo informar que este aparelho também tem algumas limitações, por exemplo como ele só mede o deslocamento, se nos esquecermos de o colocar, ele não vai calcular o gasto calórico desse dia.

Relembro que o estudo destina-se a trabalhar com a Alice de um modo personalizado, registando os seus valores durante os treinos de modo a observar a sua evolução ao longo deste ano letivo. O tema deste estudo é: **“Saúde, Desporto e boa Alimentação! UMA EDUCAÇÃO PARA TODA A VIDA!”**

Será informada de mais pormenores sobre este *estudo* e deverá ser contactada nos próximos dias.

Agradeço, desde já, a sua disponibilidade. Grata pelo seu tempo dispensado.

Com os meus melhores cumprimentos,
Cordialmente.

Grijó, 19 de Janeiro de 2012

Tomei conhecimento:

Encarregado(a) de Educação

Professora Estagiária de Educação Física

Sandra Barbosa