

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS, EDUCAÇÃO E ZOOTECNIA
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

DAIANDRA RODRIGUES TEIXEIRA
EDUARDO ANDRADE CARNEIROS

PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE EM JOVENS DO
ENSINO MÉDIO NA CIDADE DE PARINTINS

PARINTINS
2024

DAIANDRA RODRIGUES TEIXEIRA
EDUARDO ANDRADE CARNEIROS

**PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE EM JOVENS DO
ENSINO MÉDIO NA CIDADE DE PARINTINS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), como requisito para obtenção do título de conclusão.

Orientador: Prof. Dr. Marcelo Rocha Radicchi

PARINTINS

2024

Ficha Catalográfica

Ficha catalográfica elaborada automaticamente de acordo com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

C289p Carneiros, Eduardo Andrade
Prevalência de atividade física no tempo livre em jovens do ensino médio na cidade de parintins / Eduardo Andrade Carneiros, Daiandra Rodrigues Texeira . 2024
34 f.: il. color; 31 cm.

Orientador: Marcelo Rocha Radicchi
TCC de Graduação (Licenciatura Plena em Educação Física) - Universidade Federal do Amazonas.

1. Inatividade física. 2. jovens. 3. parintins . 4. saúde pública . 5. educação física . I. Texeira, Daiandra Rodrigues. II. Universidade Federal do Amazonas III. Título

DAIANDRA RODRIGUES TEIXEIRA
EDUARDO ANDRADE CAERNEIROS

**PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE EM JOVENS DO
ENSINO MÉDIO NA CIDADE DE PARINTINS**

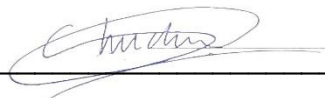
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Licenciatura em Educação Física da
Universidade Federal do Amazonas (UFAM) como
requisito parcial para obtenção do grau de
professor.

Este trabalho foi defendido e aprovado pela banca em 11/12/2024.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr. Marcelo Rocha Radicchi
Orientador



Prof. Dr. Cheng Hsin Nery Chao
Avaliador



Prof. Dr. André Felipe Caregnato
Avaliador

AGRADECIMENTOS

Por Daiandra Rodrigues Teixeira

Agradeço primeiramente à Deus, por ter me proporcionado discernimento e sabedoria, minha fé me fortaleceu fortemente nos momentos em que eu mais precisei, tornando-me forte para me proporcionar estar aqui. Agradeço aos meus familiares mais próximos que me apoiaram em todos os momentos e de todas as formas possíveis durante o processo da minha formação, em especial a minha mãe Denizete Rodrigues que é meu principal incentivo para sonhar grande e ir atrás dos meus objetivos todos os dias, ao meu pai Acinelson Teixeira que sempre me incentivou a ir além do que eu conseguisse imaginar, aos meus irmãos Arison e Jhonatans à qual eu amo incondicionalmente e sempre comemoram comigo todas as minhas conquistas, a minha irmã Adria que sempre esteve disposta a me ajudar durante todos os momentos da minha vida e me aconselhou a seguir os caminhos da minha da minha formação profissional.

Ao professor Marcelo Rocha Raddichi pelo acolhimento desde o início da minha orientação e por transmitir todos seus ensinamentos durante a graduação, com disponibilidade e paciência sempre. Ao meu parceiro de pesquisa Eduardo Andrade Carneiros, que juntos desenvolvemos o presente estudo, sou grata pelas trocas de conhecimento e esses últimos meses a qual dedicamos a construção do nosso trabalho de conclusão.

Ao Instituto de Ciências Sociais, Educação e Zootecnia-UFAM, a qual eu escolhi para realizar minha formação em Literatura em Educação Física, obtive conhecimentos que levarei por toda a minha vida e repassarei por onde passar com dedicação a minha profissão. A todos os amigos que conheci nesses últimos anos, vocês fizeram com que a graduação fosse mais leve e levarei a nossa amizade para além da universidade.

Por Eduardo Andrade Carneiros

No primeiro momento quero agradecer à Deus por tudo que ocorreu nestes últimos anos acadêmicos, que mesmo entre diversas dificuldades pude me reestabelecer e crescer psicologicamente para enfim me tornar um grande profissional. Quero agradecer também aos meus pais, a distância por diversas vezes me fez pensar em desistir, mas esse não é um objetivo só meu, é um sonho de nossa família.

Gostaria de agradecer também o meu orientador o professor Marcelo Radicchi, pelo suporte que foi concedido pelo mesmo, para ao andamento deste trabalho, e também agradecer

a minha colega de curso e de trabalho Daiandra Rodrigues, que juntos fizemos um belo trabalho.

E por fim, agradecer a ICSEZ- UFAM, pela oportunidade e pelos ensinamentos adquiridos no decorrer dos anos passados, foram anos de muita aprendizagem e conhecimentos, obrigado, fizemos o que foi humanamente possível para ter chego até aqui, e que Deus nos abençoe, Brasil acima de tudo, Deus acima de todos.

RESUMO

O estudo aborda a prevalência de inatividade física entre jovens de quatro escolas estaduais em Parintins (AM), destacando seu impacto na saúde pública. A inatividade física, especialmente em jovens, é agravada pelo estilo de vida sedentário moderno, influenciado por fatores como o avanço tecnológico. A pesquisa reconhece a importância de compreender determinantes associados, como condições socioeconômicas e demográficas, para a formulação de estratégias de intervenção. Analisar a prevalência de atividade física no lazer entre estudantes e suas associações com variáveis socioeconômicas, demográficas e antropométricas. Foram estudados 264 alunos do ensino médio, com critérios de elegibilidade baseados na aceitação por meio de termo de assentimento. Os dados revelaram uma prevalência alarmante de inatividade física entre os alunos, especialmente do sexo feminino, que apresentou os menores níveis de atividade tanto no lazer quanto em deslocamentos e aulas de educação física. Os estudantes do sexo masculino mostraram-se 3,98 vezes mais propensos a serem fisicamente ativos no lazer, em comparação às estudantes. Outro achado significativo foi a relação entre maior índice de bens no domicílio e maiores chances de ser ativo fisicamente. Apesar de mais da metade dos alunos usarem deslocamento ativo para a escola, os níveis de atividade física global ainda ficaram aquém das recomendações de 60 minutos de atividades físicas por dia segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). A análise destacou desigualdades de gênero e socioeconômicas na prática de atividade física. Nas atividades físicas no tempo livre dos alunos, é possível observar que o sexo masculino é mais ativo, 36% alunos apresentaram ser fisicamente ativos um número maior que o declarado pelo sexo feminino, onde apenas 10 % das alunas foram consideradas fisicamente ativas no tempo livre, assim consideramos que os alunos do sexo masculino têm 3,98 chance do sexo feminino em serem ativos no lazer, na variável índice de bens constante, os alunos que foram classificados em domicílios com índice de bens alto têm 2,76 chance dos que estavam na classificação baixa em serem ativos no lazer, mantida a variável sexo constante. A insuficiência de práticas de atividade física durante as aulas de educação física também foi identificada como um desafio, refletindo a necessidade de repensar o papel das escolas na promoção da saúde. Comparações com dados nacionais e regionais indicam que os índices de inatividade em Parintins são ainda mais preocupantes, reforçando a urgência de intervenções locais. A inatividade física dos jovens em Parintins exige intervenções integradas, considerando as especificidades regionais. Políticas públicas voltadas à criação de espaços e programas acessíveis para prática de esportes, maior ênfase em aulas de educação física e conscientização sobre os benefícios da atividade física são fundamentais. O envolvimento da comunidade e das famílias é essencial para criar um ambiente que favoreça hábitos saudáveis. Este estudo contribui para a formulação de estratégias baseadas em evidências, promovendo a saúde e o bem-estar dos jovens da região.

Palavras-chave: inatividade física, jovens, Parintins, saúde pública, educação física.

ABSTRACT

The study addresses the prevalence of physical inactivity among young people from four public schools in Parintins (AM), highlighting its impact on public health. Physical inactivity, especially among young people, is exacerbated by the modern sedentary lifestyle influenced by factors such as technological advancement. The research emphasizes the importance of understanding associated determinants, such as socioeconomic and demographic conditions, to formulate intervention strategies. To analyze the prevalence of insufficient physical activity during leisure time among students and its associations with socioeconomic, demographic, and anthropometric variables. The research was quantitative, descriptive, and cross-sectional, using data collected in 2023 from four public schools in Parintins. The study involved 264 high school students, selected based on acceptance via assent forms. Anthropometric, socioeconomic, and behavioral data were collected, along with information about levels of physical activity during leisure time. Statistical analysis was performed using SPSS and R software, applying logistic regression to determine significant associations between independent variables and the outcome of being physically active during leisure. The data revealed an alarming prevalence of physical inactivity among students, particularly females, who demonstrated the lowest levels of activity in leisure, commuting, and physical education classes. Male students were 3.98 times more likely to be physically active during leisure compared to female students. Another significant finding was the relationship between a higher household asset index and increased likelihood of being physically active. Although more than half of the students used active transportation to school, overall levels of physical activity still fell short of the recommendations by the World Health Organization (WHO). The analysis highlighted gender and socioeconomic inequalities in physical activity practices. Girls face cultural and social barriers, while students from lower-income families are more vulnerable to sedentarism. The inadequacy of effective practices during physical education classes was also identified as a challenge, underscoring the need to rethink schools' roles in promoting health. Comparisons with national and regional data indicate that inactivity levels in Parintins are even more concerning, reinforcing the urgency of local interventions. The physical inactivity of young people in Parintins requires integrated interventions considering regional specificities. Public policies aimed at creating accessible spaces and programs for sports, increasing emphasis on physical education classes, and raising awareness about the benefits of physical activity are essential. The involvement of the community and families is critical in creating an environment that fosters healthy habits. This study contributes significantly to the development of evidencebased strategies, promoting the health and well-being of the region's youth.

Keywords: physical inactivity, youth, Parintins, public health, physical education.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Gráfico 1: Localidade de nascimento dos estudantes de escolas públicas do ensino médio em Parintins(n=264)	22
Gráfico 2: Bairro de residência dos estudantes de escolas públicas do ensino médio em Parintins(n=264)	23
Gráfico 3: Meio de transporte utilizado para deslocamentos de ida e retorno à escola declarado por estudantes de escolas públicas do ensino médio em Parintins (n=264)	24

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Características socioeconômicas, demográficas e perfil antropométrico e de atividade física em escolares do ensino médio da rede pública conforme o sexo (n=264).	20
Tabela 2: Modelo simples considerando os coeficientes (β) das variáveis independentes para ser ativo fisicamente no lazer (n=264).	25
Tabela 3: Modelo final para ser ativo fisicamente no lazer em escolares do ensino médio, com razão de chances (OR) e intervalos de confiança de 95% (IC 95%) (n=174).	26

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

- OMS - Organização Mundial da Saúde.
- WHO - World Health Organization.
- DCNT - Doenças Crônicas Não Transmissíveis.
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.
- PeNSE - Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar.
- CAAE - Certificado de Apresentação para Apreciação Ética.
- CEP - Comitê de Ética em Pesquisa.
- UFAM - Universidade Federal do Amazonas.
- SPSS - Statistical Package for the Social Sciences.
- PIBIC - Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica.
- AF - Atividade Física.
- IMC - Índice de Massa Corporal.
- IC - Intervalo de Confiança.
- O.R.- Odds Ratio (Razão de Chances).

LISTA DE SÍMBOLOS

α – Nível de significância estatística.

β – Coeficiente de regressão.

OR – Odds Ratio.

IC 95% – Intervalo de Confiança de 95%.

Σ – Soma.

Z – Escore Z.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	4
2. JUSTIFICATIVA.....	6
3. OBJETIVOS	8
4. REFERENCIAL TEÓRICO	9
4.1. Conceito de atividade física, inatividade física e do comportamento sedentário	9
4.2. A inatividade física no mundo, no Brasil e na região Norte	10
4.3. Magnitude do problema de inatividade física	12
4.4. Variáveis relacionada a inatividade física nas escolas no Brasil	14
5. MATERIAIS E MÉTODOS	16
6. RESULTADOS.....	20
7. DISCUSSÃO.....	27
8. CONCLUSÃO.....	28
9. REFERÊNCIAS	31

1. INTRODUÇÃO

De acordo com Mello, Ribeiro e Okuyama (2020) a atividade física pode ser definida como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulta em gasto energético, além disso, pode ser uma descrição biológica, possui determinantes psicossociais, culturais e comportamentais.

A recomendação atual de atividade física para a manutenção da saúde publicada pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2020) estabelece para crianças e jovens de 5 a 17 anos a necessidade de acumular pelo menos 60 minutos diários de atividade física de intensidade moderada a vigorosa somando, minimamente 300 minutos semanais de atividade física moderada ou vigorosa.

Considerando uma visão epidemiológica com foco na saúde pública, é importante a determinação da “inatividade física” nas populações, ou seja, reconhecer o quanto da população não atinge o mínimo de atividade física recomendada para a manutenção da saúde, e quais determinantes estão associados (WHO, 2020).

A sociedade contemporânea tem vivenciado profundas mudanças que impactam diretamente os níveis de atividade física da população. O aumento da urbanização, o avanço da tecnologia e a crescente prevalência de estilos de vida sedentários têm contribuído significativamente para a redução da prática de atividades físicas. No ambiente escolar, essas mudanças são evidentes, com a crescente utilização de dispositivos eletrônicos e a redução do tempo dedicado às atividades físicas e recreativas. (CRUZ, 2015)

De acordo com Ropke et. al. (2017) a prática regular de atividade física é um dos principais determinantes da saúde, contribuindo para a prevenção de diversas doenças crônicas não transmissíveis, como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, e obesidade. Contudo, de acordo Marques (2021) a inatividade física tem se tornado

um problema de saúde pública global, afetando pessoas de todas as idades, incluindo crianças e adolescentes. No contexto escolar, a promoção da atividade física é essencial, uma vez que é durante essa fase da vida que os hábitos de saúde são formados e consolidados.

Estudos conduzidos com crianças e jovens no Brasil têm demonstrado declínio nos níveis de atividade física, prevalências de inatividade físicas preocupantemente elevadas, em geral chegando a mais de 50% da população estudada, em algumas cidades brasileiras analisadas (CESCHINI et al., 2016). Níveis insuficientes de atividade física durante a infância e adolescência têm sido frequentemente associados ao acúmulo excessivo de gordura corporal, alterações desfavoráveis no perfil dos lipídios sanguíneos, níveis elevados de pressão arterial, exposição a outros comportamentos de risco à saúde, e maior probabilidade de inatividade física na fase adulta da vida (FARIAS JÚNIOR, 2008).

A prática de atividades físicas durante o tempo livre tem sido amplamente reconhecida como uma estratégia fundamental para a promoção da saúde e do bem-estar, contribuindo significativamente para a prevenção de doenças crônicas e para a melhoria da qualidade de vida. De acordo com Hallal et al. (2012), "a inatividade física é um dos principais fatores de risco para doenças não transmissíveis, e a prática de atividade física no lazer representa uma oportunidade essencial para enfrentar este problema". Além disso, as atividades realizadas durante o lazer proporcionam um contexto flexível e agradável, favorecendo a adesão a estilos de vida ativos, especialmente entre as populações jovens.

Considerando a carência de informações sobre a prevalência de inatividade física em escolares na região Norte, e mais especificamente, na cidade de Parintins, o presente estudo buscará estimar a prevalência de inatividade física na população dos estudantes de 4 escolas estaduais urbanas na cidade de Parintins e suas relações com o perfil socioeconômico e demográfico da população estudada.

Qual é a prevalência de inatividade física entre os estudantes de escolas estaduais urbanas de Parintins, e como ela se relaciona com o perfil socioeconômico e demográfico dessa população?

2. JUSTIFICATIVA

Para que as crianças e os jovens possam beneficiar a sua saúde, o Guia de Atividade Física para a População (Brasil, 2021), recomenda-se que os jovens pratiquem diariamente, pelo menos, 60 minutos de atividades físicas. Contudo, essas recomendações não vem sendo cumpridas plenamente pelos adolescentes. Segundo dados da OMS (2023) em um panorama mundial, quatro em cada cinco adolescentes não praticam o mínimo de atividade física recomendada. A inatividade física é um dos quatro principais fatores de risco para o crescente aumento global de obesidade e Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs). Em cada ano, 4 a 5 milhões de mortes poderiam ser evitadas se essas recomendações fossem cumpridas de forma correta mundialmente (WHO 2020).

A prática de atividade física é essencial na adolescência, e é necessário estímulos e oportunidades para que os jovens tenham níveis adequados de atividades física. A sua prática regular está relacionada à prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, controle de pressão sanguínea, benefícios à saúde esquelética, bem como a aderência de um comportamento ativo na vida adulta. (SILVA, et al; 2018).

Por outro lado, existem diversos fatores que se relacionam ao comportamento inativo na adolescência, como por exemplo pode-se destacar os fatores demográficos, socioeconômicos, a cultura, a idade e o sexo. Em relação a estes fatores, os rapazes geralmente são mais ativos quando comparados às moças, além da localidade e outros motivos como a falta de lugares para a prática de atividade física (SILVA, et al; 2016).

Após entrar em vigor, a Reforma do Novo Ensino Médio é pauta de discussão nacionalmente. Em diversos questionamentos, é importante destacar o momento de

vulnerabilidade da Educação Física Escolar, que passa a ser considerada estudos e práticas, perdendo o status de componente curricular. Em contra partida o recomendado é que deve ser oferecidas, pelo menos, três aulas de 50 minutos cada, por semana. Neste sentido, participar das aulas de Educação Física parece ser uma estratégia importante para a promoção de AF para os adolescentes. (Simão, et, al 2023).

Na cidade de Parintins, localizada no estado do Amazonas, o problema da inatividade física entre os estudantes das escolas estaduais urbanas é uma questão relevante que merece atenção. As escolas Escola Estadual de Tempo Integral Gláucio Gonçalves, Escola Estadual Brandão de Amorim, Escola Estadual Irmã Sá e Escola Estadual Tomaszinho Meirelles representam um microcosmo da situação enfrentada em muitas outras localidades. Compreender a prevalência de inatividade física nesses contextos específicos é fundamental para o desenvolvimento de estratégias eficazes de intervenção que promovam a saúde e o bem-estar dos estudantes, a relação entre atividade física e aprendizagem é importante especialmente na busca por estratégias que otimizem o processo educacional (Sousa 2023).

O problema da inatividade física entre os estudantes dessas escolas estaduais urbanas de Parintins pode envolver fatores individuais, sociais e ambientais. A identificação dos níveis de inatividade física, bem como dos determinantes associados, é importante para a formulação de políticas públicas e programas educacionais que incentivem a adoção de hábitos de vida mais saudáveis, a detecção precoce de fatores de risco são fundamentais para o sucesso das estratégias de prevenção (Barbosa, et, al. 2024).

3. OBJETIVOS

Objetivo geral:

- Analisar a prevalência de atividade física no lazer em escolares de 4 escolas do ensino médio da rede de ensino estadual urbana na cidade de Parintins (Escola Estadual de Tempo Integral Gláucio Gonçalves, Escola Estadual Brandão de Amorim, Escola Estadual Irmã Sá e Escola Estadual Tomaszinho Meireles) e associações com variáveis socioeconômicas, demográficas e antropométricas.

Objetivos específicos:

- Coletar dados socioeconômicos, demográficos e antropométricos dos escolares.
- Estimar a prevalência de atividade física no lazer na população estudada;
- Calcular as possíveis associações entre desfecho e variáveis independentes e interpretá-las.

4. REFERENCIAL TEÓRICO

4.1. Conceito de atividade física, inatividade física e do comportamento sedentário

De acordo com a OMS - Organização Mundial da Saúde OMS, (2020) qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requer gasto de energia, é realizada no tempo livre, no deslocamento, nas tarefas domésticas, no trabalho ou estudo, promovendo interações sociais e no ambiente. Pode ser feita em 3 intensidades: leve, moderada ou vigorosa.

A atividade física é benéfica para a vida e pode aumentar a qualidade de vida e esperança média de vida, por meio da grande influência atuante em vista das mudanças à idade biológica e os efeitos que causa no bem-estar e à saúde, pelo simples fato de prevenir a capacidade funcional do ser humano. (Monteiro et. al. 2014)

Então, possuir uma vida saudável é prudente para evitar uma vida sedentária, para que os riscos de desenvolvimento de doenças crônicas possam ser evitados, assim como adiar que uma morte precoce possa ocorrer. Prevenir é de fato uma forma efetiva de garantir o bem-estar presente e futuro independente da fase da vida em que o ser humano se encontra (SILVA, 2009) A prática de atividade física constante não apenas doenças como diabetes tipo II e cardiovasculares são prevenidas, mas diversas doenças diminuem o risco de

desenvolver-se doenças como: doença cardíaca coronária, acidente vascular cerebral, doença vascular periférica, hipertensão, osteoporose, osteoartrite, obesidade, câncer de cólon, câncer de mama, colesterol elevado, claudicação, doença pulmonar obstrutiva crônica, disfunção cognitiva, ansiedade, depressão, demência, dor, insuficiência cardíaca congestiva, síncope, dor nas costas e constipação (MATSUDO, 2009).

A atividade física tem como objetivo fomentar e incentivar, entre seus participantes, a adoção de comportamentos que promovam a manutenção ou aprimoramento dos aspectos do

estilo de vida relacionados à saúde. Para alcançar esse propósito, proporcionando experiências estruturadas nas diversas dimensões da cultura do movimento humano. Além disso, a disciplina é composta por elementos que podem contribuir para elevar os níveis de bem-estar e aprimorar a qualidade de vida. (LIZ, et. al. 2010)

A prática da atividade física regular orientada permite que o corpo tenha sua musculatura fortalecida e ao mesmo tempo flexível. Auxilia na perda de peso e da porcentagem de gordura corporal, redução da pressão arterial em repouso, melhora do diabetes, diminuição do colesterol total e aumento do HDL-colesterol (o "colesterol bom"). (JUNGES ET. al. 2022) De acordo com Scianni, et. al. (2019) ajuda também na regulação das substâncias relacionadas ao sistema nervoso, melhora o fluxo de sangue para o cérebro, ajuda na capacidade de lidar com problemas e com o estresse. Além disso, auxilia também na manutenção da abstinência de drogas e na recuperação da autoestima. Há redução da ansiedade e do estresse, ajudando no tratamento da depressão. No caso de crianças, pode ajudar no desenvolvimento das habilidades psicomotoras.

4.2. A inatividade física no mundo, no Brasil e na região Norte

A inatividade física leva ao sedentarismo, De acordo com Malta e Silva (2018) o conceito de sedentarismo entre os jovens vai além da simples ausência de atividade física regular. Reflete uma profunda mudança nos horários e estilos de vida das novas gerações, impactadas pela urbanização, globalização e propulsores informatizados. A acessibilidade da diversão virtual, o acesso constante à internet e a ideia tentadora de entretenimento online contribuíram para uma situação em que os jovens geralmente escolhem exercícios sedentários em vez de exercícios físicos.

Um componente marcante do estilo de vida sedentário entre os jovens é a predominância de comportamentos sedentários desde o início. Crianças e adolescentes são cada vez mais atraídos por jogos eletrônicos, gravações online e redes sociais, diminuindo o tempo dedicado a brincar ao ar livre e a prática de

esportes. Este exemplo de comportamento sedentário tem ramificações críticas para a saúde física e mental dos jovens.

No que diz respeito à saúde física, o sedentarismo físico entre os jovens está relacionado a um aumento do risco de obesidade, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e problemas musculares externos. A ausência de atividade física regular compromete a melhora saudável dos ossos e músculos, trazendo uma idade que pode enfrentar desafios de saúde persistentes antes da vida. Além do mais, a inatividade física está entrelaçada com o predomínio crescente de distúrbios do sono entre os jovens, devido à abertura desnecessária à luz falsa das telas e propensões noturnas. (MORALES, et.al. 2019)

No que diz respeito à saúde mental, um estilo de vida sedentário pode aumentar os graus de estresse, nervosismo e depressão entre os jovens. A ausência de comunicação social olho no olho, o exame consistente de outras vidas romantizadas em relacionamentos interpessoais e a desconexão causada por exercícios sedentários podem afetar adversamente a saúde emocional das crianças. A falta de atividade física também diminui a chegada de endorfinas e outros neurotransmissores relacionados à prosperidade e à regulação do humor. (MALTA; SILVA, 2018)

Posteriormente, lidar com o desafio de estilos de vida sedentário entre os jovens requer abordagens multidisciplinares e estratégias inovadoras. Educar as crianças sobre os perigos de um estilo de vida sedentário, promover a importância de ajustar exercícios e dinâmicos e fortalecer a cooperação em exercícios físicos em grupo são etapas fundamentais. Além disso, é imperativo coordenar a atenção plena inativa nos sistemas escolares e energizar o esforço conjunto entre famílias, escolas e redes para estabelecer condições que promovam um estilo de vida funcional. (CUREAU, 2017)

A ideia de estilo de vida sedentário entre os jovens do século 21 aborda um desafio complicado e diversificado para a saúde pública e a sociedade em geral. Compreender suas causas, resultados e criar técnicas convincentes para promover um estilo de vida mais dinâmico é fundamental para garantir a prosperidade física e mental das pessoas no futuro.

4.3. Magnitude do problema de inatividade física

Alves (2003) mostra que prática de atividade física, deve fazer parte dos cuidados de rotina para o bem-estar da criança e do adulto. Ser fisicamente ativo desde a infância apresenta muitos benefícios, não só na área física, mas também nas áreas social e emocional, podendo levar a um melhor controle das doenças crônicas da vida adulta.

Crianças que possuem baixos índices de Atividade Física parecem possuir mais chance em desenvolver patologias degenerativas quando adultos, as crianças que desenvolvem

atividade física parecem sofrer alterações fisiológicas, psicológicas, e biomecânicas, as quais se manifestam como adaptações crônicas benéficas, persistindo de forma vantajosa durante a vida adulta. (FERNANDES et. al. 2011) Quando desde criança se é praticado atividade física com consciência de que tal prática é benéfica, as chances de ser um adulto que pratica atividade física

é maior. (SOUSA; ALENCAR; CARVALHO, 2023)

Uma infância sedentária leva grandes complicações para a vida adulta, pode levar a baixa aptidão cardiorrespiratória, o índice de massa corporal elevado, colesterol alto e tabagismo.

Crianças em Inatividade Física podem vir a desenvolver coronariopatia (ARAUJO et. al. 2015)

Uma definição para obesidade pode ser o acúmulo de gordura corporal excessivamente comprometendo a saúde e vem a ocorrer quando o consumo de energia é maior que o que se gasta. (SALVE, et. al. 2022) Geralmente a obesidade se inicia na infância e crianças obesas tendem a ser obesas na vida adulta diferentemente de crianças que possuem índice de massa corporal adequado. (SOUSA; ALENCAR; CARVALHO, 2023)

É possível afirmar que nos últimos 20 anos, a obesidade atingiu níveis acentuados no planeta, de acordo com a expansão do sedentarismo e o acesso direto a fontes de alimentos extremamente saborosos e gordurosos chamados fast food. Esse aumento de popularidade está presente em todas as faixas etárias, e a

obesidade na juventude é uma das doenças mais comuns, não apenas pela possibilidade de acompanhá-la até a idade adulta, mas também porque cria o risco de desenvolver dificuldades metabólicas. Conectado com excesso de gordura corporal, em particular a síndrome metabólica (Miranda et. al. 2015).

Dadas essas mudanças na obesidade, ao longo de novas pesquisas a obesidade se destaca como um fator de risco para várias doenças, como a DCNT, Vê-se que a presença de DCNT é continuamente entre crianças e jovens. O excesso de peso é um indicador significativo para tais doenças, sendo que o risco pode dobrar de acordo com a massa pontual (IMC), consequentemente, o agrupamento legítimo do estado nutricional é um dispositivo de alarme para o risco para tais problemas (Brasil, 2018).

Diante disso, deve-se notar que mudanças na conduta alimentar, sedentarismo, componentes genéticos somaram-se à expansão da prevalência da obesidade em todo o mundo. Atualmente, o excesso de peso é visto como possivelmente uma das condições médicas gerais mais preocupantes, bem como introduzindo a falta de ação genuína e um estilo de vida sedentário correspondente à população. A obesidade causa enormes prejuízos clínicos, monetários, mentais e sociais, frequentemente associados a comorbidades que tornam a saúde do indivíduo consideravelmente mais problemática, como por exemplo, infecções cardiovasculares, endócrinas, musculares, ortopédicas e mentais que podem causar danos extraordinários (Sousa, 2020).

A prática de atividades pode vir a proporcionar diversos benefícios para os praticantes. Conforme Alves (2008) denota que o hábito de praticar atividade física é o comportamento que em conjunto com a, nutrição, genética e o ambiente, contribuem para que as pessoas alcancem seu potencial de desenvolvimento e deste modo desenvolvam plenamente a aptidão física e obtenha como resultado um bom nível de saúde.

A prática da atividade física possui grande responsabilidade no desenvolvimento ósseo do corpo. Ives (2008) destaca que a prática regular de

atividades físicas é imprescindível para que os ossos possam crescer de maneira adequada ao padrão estabelecido geneticamente. O sedentarismo, por outro lado, pode ser prejudicial para a estatura final do indivíduo. Dessa forma, o autor afirma que a prática regular e adequada de atividade física possibilita o crescimento saudável dos ossos, permitindo que sigam seu curso natural de aumento longitudinal e transversal. A ausência ou o excesso de atividades físicas, no entanto, podem comprometer o crescimento em estatura e promover deformidades ósseas (CARVALHO et al., 2024).

A atividade física auxilia na prevenção de doenças crônicas como a hipertensão. (PEREIRA et. al. 2017). É de conhecimento geral que possuir uma vida ativa e saudável proporciona inúmeros benefícios para a saúde de quem as práticas. (OLIVEIRA et. al. 2019) Afirma Boas e Machado (2016) atividades físicas podem vir a contribuir inclusive para a melhora das atividades cotidianas, que são tarefas diárias realizadas no trabalho, estudo, casa e deslocamento, como caminhar, carregar objetos e realizar tarefas domésticas. Um dos principais benefícios imediatos de maior magnitude que a prática de atividades físicas é a melhora relacionada à saúde mental, corporal e metabólica. Esses benefícios incluem o aumento da aptidão cardiorrespiratória, força muscular, flexibilidade e uma composição corporal equilibrada, o que contribui para a melhora das atividades da vida cotidiana durante a infância e adolescência. CARVALHO et al., 2024).

4.4. Variáveis relacionada a inatividade física nas escolas no Brasil

De acordo com Martins et. al. (2024) a pandemia trouxe diversos problemas para os lares brasileiros, entre eles o sedentarismo e a má alimentação, ocasionados pelo período de quarentena. Segundo apontado pelos dados divulgados pelo Instituto Desidrata, realizado a partir de coleta de dados realizado pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional

(SISVAN), a má alimentação inicia-se nos primórdios da vida alimentar da criança

De acordo com Silva et. al. (2018) em nos últimos anos, vêm sendo identificado um grande aumento nos índices de inatividade física, principalmente na população

adolescentes. Pesquisas realizadas em mais de 120 países demonstram que um em cada cinco adolescentes não atingem os níveis recomendados de atividade física. De acordo com Silva et. al. (2018) em âmbito nacional, não há um consenso de quanto deve ser o percentual de inatividade física, entretanto, em uma meta-análise sobre o tema, estima-se que a prevalência de adolescentes brasileiros inativos varia entre 2% a 80% para o sexo masculino e de 14% a 91% para o sexo feminino. Frente a necessidade de maior aprofundamento nas pesquisas sobre o tema, nota-se a importância de maior consistência nas coletas que contemple amostras representativas.

Entendendo que a principal razão é a dificuldade das crianças em realizar atividades físicas, já que as aulas presenciais se tornaram menos presentes, forçando a implementação total do ensino online. Esta forma de aprendizado resultou na falta de interesse dos estudantes pelas atividades e na ausência de participação ativa nas aulas, apesar do cumprimento das 26 atividades sugeridas pelo professor de educação física escolar. (Silva, et. al. 2018)

Além disso, quando há obesidade associada a todos esses fatores mencionados, resulta em morbidades, problemas psicológicos, diminuição da autoestima infantil, depressão e fatores associados ao sedentarismo, resultando em um aumento significativo na obesidade, devido à insatisfação da criança com a própria aparência. (LOPES et. al. 2022)

No Brasil, a falta de atividade física afeta aspectos sociais, ambientais, socioeconômicos e culturais. Estes aspectos espelham as variações na realização de exercícios físicos e mostram que o comportamento dos jovens em relação à atividade física está vinculado tanto ao contexto familiar e social quanto ao ambiente em que eles estão inseridos. (SILVA; BEZERRA, 2017) Conforme Freire (1997), durante a prática de atividades físicas, é importante que elas sejam orientadas a refletir sobre a consciência corporal de suas ações. Independentemente da abordagem pedagógica escolhida, o processo de ensino-aprendizagem precisa considerar todas as dimensões dos alunos: corporal, cognitiva, ética, afetiva, estética, de relação interpessoal e inserção social. (BIANCHI;PIRES, 2010).

5. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de pesquisa aplicada quanto à natureza, quantitativa quanto à abordagem do problema, descritiva quanto aos objetivos (SANTOS, 2011); de caráter epidemiológico descritiva e de delineamento transversal (THOMAS et. al., 2012). A presente monografia está baseada na coleta de dados de programas de iniciação científica (PIBIC/UFAM) realizadas no ano de 2022/2023 e que compôs juntamente com outro projeto de iniciação científica, o projeto de pesquisa maior institucionalizado denominado “Inatividade física e excesso de peso em escolares na cidade de Parintins, AM”, aprovado pela decisão CPPG/PROPESP/UFAM de 06/07/2020. O projeto de pesquisa institucionalizado foi aprovado junto ao CEP/UFAM sob o CAAE nº 21137419.2.0000.5020.

A população pesquisada compreendeu os escolares de ambos os sexos das escolas estaduais localizadas na área urbana da cidade de Parintins, da rede regular do ensino médio, considerando-se elegíveis os estudantes matriculados nas escolas e que aceitarem participar da pesquisa por meio do termo de assentimento. As alunas elegíveis que se declarassem gestantes eram mensuradas, porém, os dados foram excluídos das análises da pesquisa dado a alteração, fisiologicamente esperada, no valor de Índice de Massa Corporal (IMC) e hábitos de atividade física, que poderia interferir na associação pesquisada. O mesmo procedimento foi adotado para os alunos com algum tipo de deficiência física ou mental, tendo em vista a interferência nos resultados da pesquisa. Foram desconsiderados os dados dos indivíduos expressaram no termo de assentimento a discordância em participar do estudo.

Utilizou-se amostragem aleatória simples para seleção da amostra, sendo selecionadas turmas aleatórias de ensino médio onde todos os alunos presentes eram pesquisados em ocasião das coletas. A pesquisa coletou dados dos alunos no ano de 2023 nas seguintes escolas: escola estadual Irmã Sá, escola estadual de tempo integral Dep. Gláucio Gonçalves (CETI), escola estadual Tomazinho Meirelles, escola estadual Brandão de Amorim. Em cada escola eram coletados dados dos alunos até completarem no mínimo 60 alunos em cada escola, de forma que a amostra coletada foi de 264 alunos do ensino médio no total das 4 escolas pesquisadas.

As idas às escolas para coleta de dados eram precedidas de conversa com a direção de cada escola, bem como era acertado com os professores de Educação Física quais turmas seriam coletadas e em qual horário. Tais ações constituíam-se em etapas preparativas para a coleta de dados. Anteriormente à coleta de dados, foi realizado com a equipe de coleta um período de treinamento prévio para a coleta de dados antropométricos, que foi conduzido pelo orientador da presente pesquisa.

A coleta de dados nas turmas ocorria na ocasião da aula de educação física, com o apoio do professor, que estava junto com a equipe de coleta. As medições eram feitas pelo mesmo avaliador, acompanhado de um outro avaliador que anotava as medições no formulário. Antes das medições era lido o termo de assentimento em sala de aula, informando sobre os objetivos da pesquisa e sobre o anonimato das informações prestadas, e todas as questões iam sendo lidas pela equipe, de forma que toda a turma assim que terminasse o preenchimento do instrumento de pesquisa (formulário), era conduzida às medidas de peso (kg) e altura (cm), para cálculo dos índices de estatura para idade e IMC para idade (WHO, 1995).

O instrumento de coleta de dados foi elaborado para fins da pesquisa institucional e coletou informações sobre: a) demografia (sexo, idade, data de nascimento, local de nascimento, bairro de moradia em Parintins); b) socioeconômico (posse de bens no domicílio);

c) comportamental (meio de transporte utilizado para ir e voltar da escola); d) atividade física (deslocamento ativo para ir e para voltar da escola, atividade física no tempo livre, atividade na aula de educação física, atividade física global e disposição para a prática de atividade física);

e) comportamento sedentário (tempo semanal sentado, de televisão e de tela); f) antropométricas (peso em quilogramas e altura em metros). Na ocasião da coleta de dados nas turmas, o instrumento era entregue para cada aluno que o ia preenchendo conforme a leitura de cada enunciado pela equipe de coleta de dados.

A atividade física suficiente foi mensurada por meio do instrumento utilizado na Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, módulo aluno (IBGE, 2015), tratando-se de perguntas que mensuram o tempo total de atividade física estimado nos domínios do

deslocamento ativo para a escola, atividade física na aula de Educação Física, atividade física no tempo livre e atividade física globalmente estimada. Foi considerada a recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) para a atividade física de jovens até 19 anos de idade, de 300 minutos por semana de atividade física moderada a vigorosa (WHO, 2020). Para a presente pesquisa considerou-se o desfecho ser ativo fisicamente no lazer, ou seja, ter acumulado minimamente 300 minutos na semana de atividade física moderada ou vigorosa no tempo livre, conforme a resposta registrada no instrumento de pesquisa.

As medidas de estatura (metros) e de peso (quilogramas) foram realizadas seguindo metodologia recomendada pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 1995). Foi utilizado o antropômetro portátil de campo Avanutri para aferição da estatura e balança eletrônica Avanutri com capacidade máxima de 150 kg e precisão de 0,1 kg para a aferição do peso. As medidas de estatura e altura foram utilizadas para o cálculo do IMC-para-idade e estatura-para-idade, calculados a partir da tomada das medidas de estatura (m) e peso/massa corporal (kg). A conversão dos valores antropométricos (estatura e peso) em escores z foi realizada por meio do programa AnthroPlus versão Beta (WHO, Department of Nutrition, Genebra, Suíça). A partir dos escores z foi possível a classificação dos sujeitos conforme os índices considerados.

A partir das variáveis coletadas no instrumento foram calculados alguns índices que utilizamos nas análises. A variável “situação local de nascimento” foi classificada a partir do local de nascimento; os sujeitos foram classificados como área urbana sendo as ocorrências de capitais estaduais e/ou regionais (Parintins ou Santarém) e área rural as demais ocorrências de local de nascimento. A variável “meio de transporte para deslocamento à escola” foi classificada a partir das respostas obtidas no meio de transporte sendo classificado como “ativo” as respostas de deslocamento por bicicleta ou a pé, sendo “inativas” todas as demais. A variável “índice de bens” foi classificada a partir da posse de determinados bens servíveis em casa, sendo atribuído um valor índice para cada bem a saber: bicicleta e televisão (valor: 1), bicicleta elétrica (valor: 2), computador, moto e videogame (valor:3), caso não tivesse o bem na residência era atribuído o valor zero.

O somatório então era feito para cada sujeito, sendo o máximo de 13 e mínimo de zero. A variável “índice de bens” considerou o somatório de cada sujeito, sendo classificados conforme os tercis, sendo baixo (0 a 3), médio (4 a 7), alto (8 a 13).

Os dados coletados foram tabulados no editor de planilhas Excel (Microsoft) e conduzidos procedimentos básicos descritivos e de estatística relacionada às medidas de tendência central

e de variabilidade, testando associações com informações coletadas sobre perfil socioeconômico e demográfico da população, por meio do pacote estatístico SPSS (IBM, Versão 26) e do teste qui-quadrado para comparação de proporções, com nível de significância de 95% ($\alpha=0,05$).

Para a pesquisa considerou-se ser ativo fisicamente no lazer (tempo semanal de atividade física moderada e/ou vigorosa maior ou igual a 300 minutos), sendo calculada a prevalência observada na amostra. Foi utilizado o pacote estatístico livre R (R Foundation, Versão 4.2.2) para a realização das análises de estatística inferencial com cálculo das razões de chance (Odds Ratio [O.R.]) e seus intervalos de confiança. Através da técnica do modelo linear generalizado, consideramos para o desfecho (atividade física no lazer) a distribuição de probabilidade binomial, utilizando a função de ligação *logit*, sendo utilizada a regressão logística. Para o desfecho “atividade física no lazer” a categoria de referência foi “insuficientemente ativo”.

Considerando as variáveis independentes: sexo, situação local de nascimento transporte utilizado para a escola, IMC para idade, tempo de tela; iniciamos pela regressão simples, ou seja, testamos cada variável independente, de maneira isolada, em sua associação com cada desfecho, considerando um nível de significância de 5% ($\alpha=0,05$).

O modelo final foi construído com base no método *forward* de seleção de variáveis independentes, retendo no modelo final aquelas que mantivessem um p-valor menor ou igual a 0,05. A escolha do modelo final deu-se pela análise da *deviance*¹

¹ Sendo desejável na comparação de diferentes modelos aquele com o menor valor, levando em consideração também a plausibilidade deste.

e plausibilidade. O modelo final foi testado através da estatística de bondade de ajuste de Hosmer-Lemeshow considerando um nível de significância de 5% ($\alpha=0,05$), sob a hipótese nula de que o modelo estava correto. Foram testados os pontos influentes e *outliers*. Foi calculado a razão de chance (O.R.) ajustadas para cada categoria da variável independente, com seus respectivos intervalos de confiança (95%) e p-valor no modelo final.

O efeito ajustado no modelo final está na forma de razão de chance (OR) e deve ser compreendido como a chance de um sujeito do subgrupo analisado ser classificado como estando “ativo fisicamente” no tempo de lazer em relação a um sujeito do subgrupo considerado como referência (“insuficientemente ativo”), mantidas as demais variáveis constantes.

6. RESULTADOS

A tabela 1, descreve as características socioeconômicas, demográficas, perfil antropométrico e de atividade física em 264 escolares do ensino médio das 4 escolas da rede pública do município de Parintins (Dep. Gláucio Gonçalves, Irmã Sá, Tomazinho Meireles, Brandão de Amorim) conforme o sexo. Verifica-se que os jovens escolares estão inativos em 5 variáveis relacionadas as práticas de atividades físicas: no meio de transporte utilizado para a escola, no deslocamento ativo: na ida à escola, na volta da escola, nas aulas de educação física escolar, nas atividade física no tempo livre e nas atividade física globalmente estimada.

Tabela 1: Características socioeconômicas, demográficas e perfil antropométrico e de atividade física em escolares do ensino médio da rede pública conforme sexo (n= 264). Parintins, 2023.

Variável	Categoria	Sexo				Total			
		Feminino		Masculino		n	%		
		n	%	n	%				
Escola	Dep. Gláucio Gonçalves	40	32,8	49	34,5	89	33,7		
	Irmã Sá	26	21,3	31	21,8	57	21,6		
	Tomazinho Meirelles	30	24,6	28	19,7	58	22,0		
	Brandão de Amorim	26	21,3	34	23,9	60	22,7		
	1º ano	67	54,9	14	11,5	76	53,5	143	54,2

Ano escolar	2º ano	41	33,6	19	13,4	33	12,5	
	3º ano	30*	24,6	47	33,1	88	33,3	
Índice de bens	Baixo	67	54,9	60*	42,3	90	34,1	
	Mediano	25	20,5	15	53	37,3	120	45,5
	Alto	13,0	100	87,0	29	20,4	54	20,5
Situação local de nascimento	Área rural	65	53,3	8	5,9	23	9,2	
	Área urbana	57*	46,7	128	94,1	228	90,8	
Meio de transporte utilizado para a escola	Inativo			42	30,0	107	40,8	
	Ativo	122	100,0	98*	70,0	155	59,2	
Deslocamento ativo: Ida à escola	Insuficientemente ativo	0	0,0	141	99,3	263	99,6	
	Ativo	122	100,0					
Deslocamento ativo: Volta da escola	Insuficientemente ativo	0	0,0	1	0,7	1	0,4	
	Ativo	120	98,4	141	99,3	263	99,6	
Aula de educação física escolar	Insuficientemente ativo	2	1,6	138	97,2	258	97,7	
	Ativo	112	91,8					
Atividade física no tempo livre	Insuficientemente ativo	10*	8,2	106	74,6	218	82,6	
	Ativo	97	79,5	36*	25,4	46	17,4	
Atividade física global estimada	Insuficientemente ativo	25	20,5	99	69,7	196	74,2	
	Ativo	8	7,0	43	30,3	68	25,8	
Estatura para idade	Baixa estatura			17	12,7	224	90,0	
	Estatura adequada			117	87,3			
IMC para idade	Baixo peso	6	5,2	6	4,5	12	4,8	
	Peso adequado	90	78,3	108	81,2	198	38	79,8
	Excesso de peso	19	16,5	19	14,3	204	15,3	
Tempo assistindo TV	Menos de 2h/dia	94	77,7	110	78,6	57	78,2	
	Mais de 2h/dia	27	22,3	30	21,4	77	21,8	
Tempo sentado	Menos de 3h/dia	80	66,1	97	69,3	4	67,8	
	Mais de 3h/dia	41	33,9	43	30,7	122	32,2	
Tempo de tela	Menos de 3h/dia	57	46,7	65	48,1	135	47,5	
	Mais de 3h/dia	65	53,3	70	51,9		52,5	

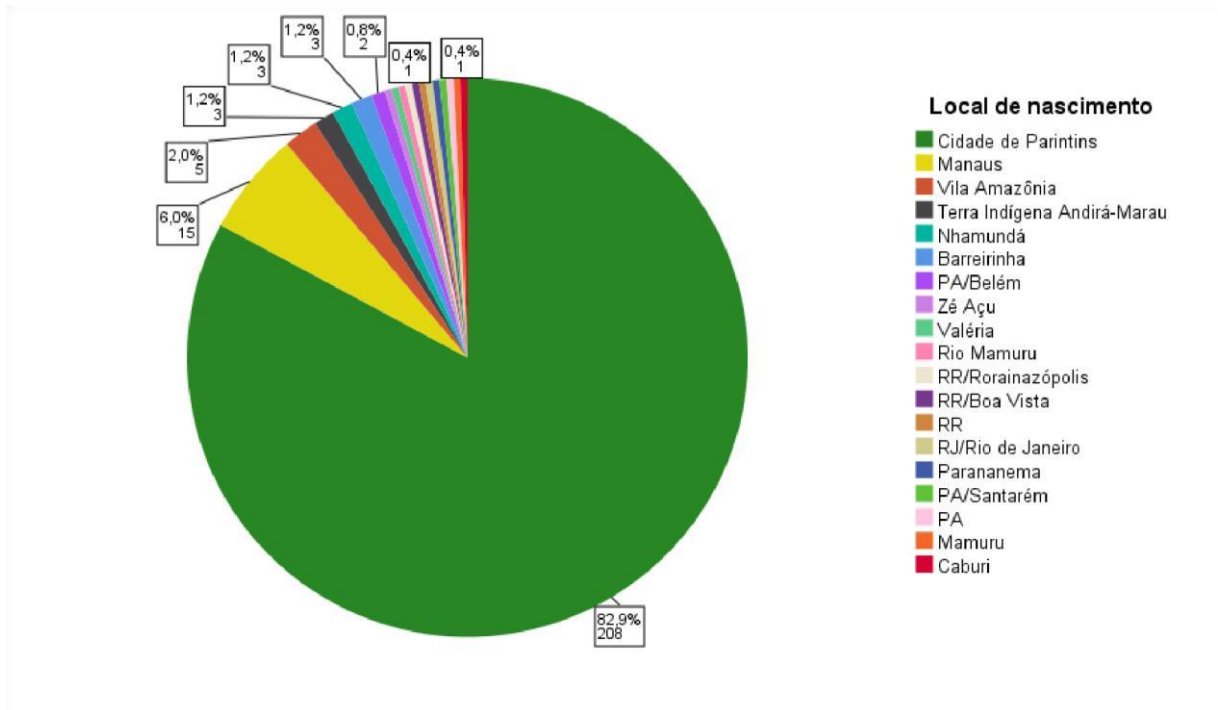
* Indica significância estatística ($\alpha=0,05$) na comparação entre as proporções das colunas, no teste qui-quadrado.

Nas atividades físicas no tempo livre dos alunos, é possível observar que o sexo masculino é mais ativo, 36% alunos apresentaram ser fisicamente ativos um número maior que o declarado pelo sexo feminino, onde apenas 10 % das alunas foram consideradas fisicamente ativas no tempo livre. Observa-se que a maior parte dos alunos possuem índices de bens considerado mediano, porém 34,1% estão na

categoria considerando baixo sendo 60 do sexo masculino e 30 do sexo feminino. Observando a variável, meio de transporte utilizado para a escola, identificamos que 59,2% dos alunos são ativos sendo que 98 % são alunos e somente 57% são alunas.

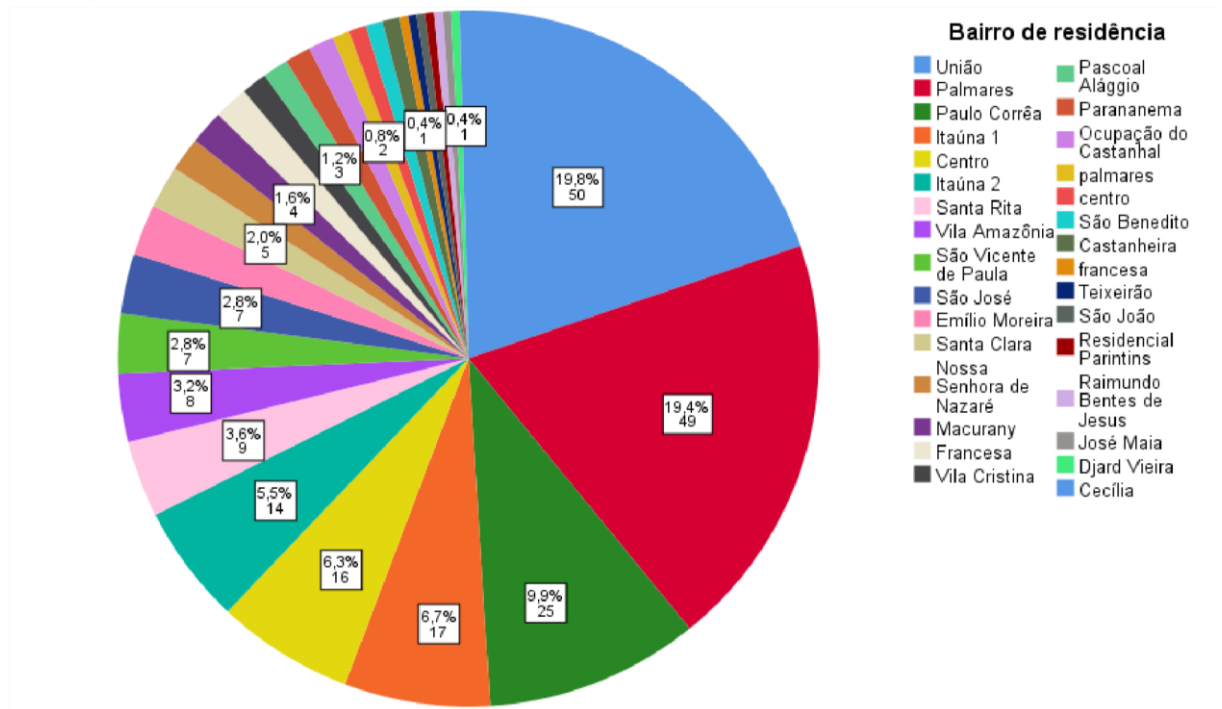
O gráfico 1 apresenta a localidade de nascimento dos estudantes, sendo que 82,9% nasceram em Parintins, 6,0% em Manaus, 2,0% na Vila Amazônia e os demais em outras comunidades da região. Sendo que tem alunos que nasceram em outras comunidades e até mesmo de outros estados do Brasil.

Gráfico 1: Localidade de nascimento dos estudantes de escolas públicas do ensino médio em Parintins (n=264). Parintins, 2023.



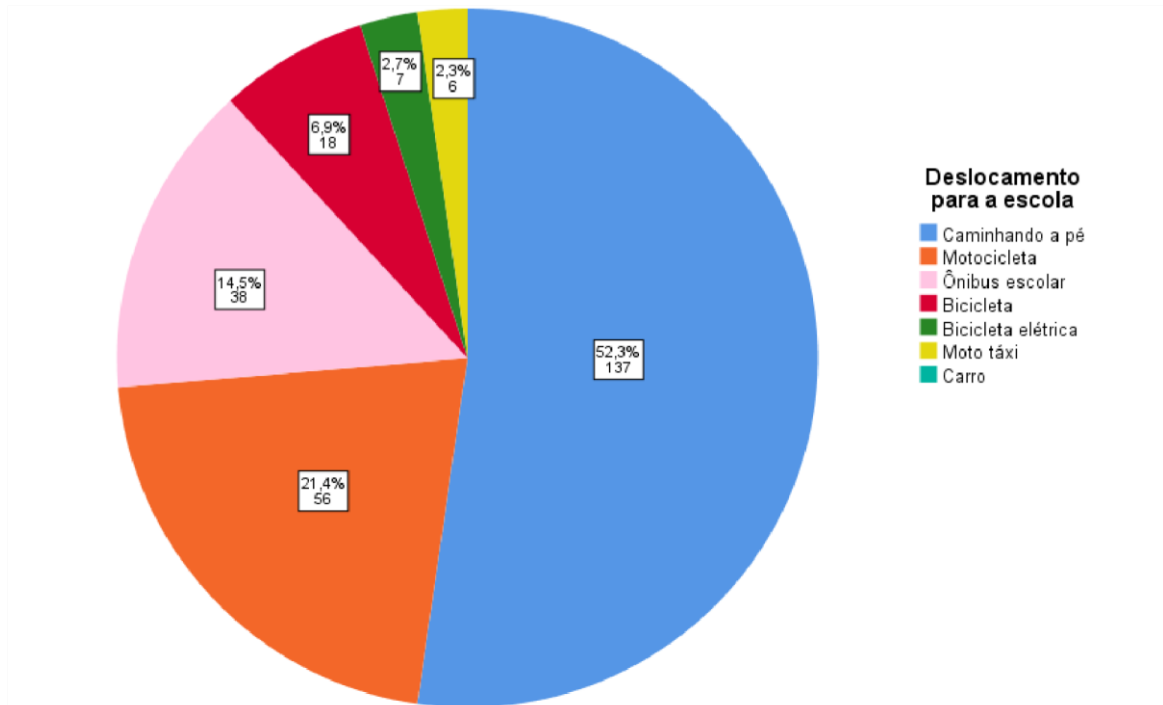
O gráfico 2 apresenta o bairro de residência dos estudantes que participaram da pesquisa. A maior parte, 19,8% moram no bairro da união, seguido por 19,4% no Palmares, 9,9% no Paulo correia e o restante dos escolares estão distribuídos nos demais bairros da cidade.

Gráfico 2: Bairro de residência dos estudantes de escolas públicas do ensino médio em Parintins (n=264). Parintins, 2023.



O gráfico 3 mostra o meio de transporte utilizado para o deslocamento de ida e retorno para a escola de acordo com o que foi declarado pelos alunos. Mais da metade, 52,3% vão e retornam caminhando a pé para a escola, outros 21,4% utilizam a motocicleta e 14,5% usam o ônibus escolar.

Gráfico 3: Meio de transporte utilizado para deslocamentos de ida e retorno à escola declarado por estudantes de escolas públicas do ensino médio em Parintins (n=264). Parintins, 2023.



Na Tabela 2, observamos o resultado da regressão logística simples ($\alpha=0,05$), ou seja, considerando a relação em separado de cada variável independente considerada (sexo, escola, ano escolar, índice de bens, situação do local de nascimento, meio de transporte utilizado para a escola, IMC para a idade) com o desfecho, a saber ser ativo fisicamente no lazer. O Beta (β), ou intercepto, quando positivo indica em uma regressão logística, uma associação positiva com o desfecho (ser ativo no lazer), quando negativo, pelo contrário indica uma relação isolada inversa com o desfecho, ou seja, a variável associa-se a um perfil de inatividade. Ambas as associações devem ser estatisticamente significativas, considerando o nível de significância estabelecido para a o teste de regressão ($\alpha=0,05$), ou seja, o p-valor deve (na Tabela 2) ser menor ou igual ao nível de significância considerado (95%).

Tabela 2: Modelo simples considerando os coeficientes (β) das variáveis independentes para ser ativo fisicamente no lazer (n=264). Parintins (AM), Brasil, 2023.

Variável	β	p-valor
Sexo	1,33	0,00**
Escola Irmã Sá	-1,16	0,02**
Escola Tomaszinho Meirelles	-0,81	0,08*
Escola Brandão de Amorim	0,78	0,78
Ano escolar	-0,11	0,02**
Índice de bens	0,38	0,08*
Situação local de nascimento	0,37	0,22
Meio de transporte utilizado para a escola	0,92	0,55
IMC para idade	0,19	0,19
	0,47	

*Valor $p \leq 0,1$. **Valor $p \leq 0,05$. a Regressão logística binomial considerando o modelo com cada variável independente em relação ser ativo fisicamente no lazer

Feitos estes esclarecimentos, podemos verificar que foram associadas positivamente com ser ativo no lazer: sexo masculino ($\beta=1,33$; p-valor=0,00), anos escolares a partir do 2º ano do ensino médio ($\beta=0,38$; p-valor=0,02) e índice de bens

no domicílio mediano/alto ($\beta=0,37$; pvalor: 0,08), esta última variável com significância marginal, podendo ser considerada em um nível de significância mais amplo ($\alpha=0,1$).

Observam os ainda na Tabela 2 que foram associadas inversamente, ou seja, a presença da variável tem efeito contrário em ser ativo no lazer (ou seja, está associada á inatividade), que seriam: ser da escola Irmã Sá ($\beta=-1,16$; p-valor=0,02) ou da escola Tomaszinho Meirelles ($\beta=-$

0,81; p-valor=0,08, sendo aqui considerado um nível de significância mais amplo de $\alpha=0,1$), em comparação com a escola Dep. Gláucio Goçaves.

Na Tabela 3 temos o modelo de regressão logística final, ou seja, testadas todas as variáveis independentes (sexo, escola, ano escolar, índice de bens, situação do local de nascimento, meio de transporte utilizado para a escola, IMC para a idade) na relação com a variável de resposta, que é ser ativo fisicamente no lazer. Todas as variáveis foram testadas com o desfecho de ser ativo fisicamente no lazer, tendo permanecido significantes no modelo final o sexo masculino com maior chance em ser ativo no lazer (OR=3,98; IC:1,84-8,61), bem como domicílios com índice de bens alto (OR=2,76; IC:1,19-6,42).

Tabela 3: Modelo final para ser ativo fisicamente no lazer em escolares do ensino médio, com razão de chances (OR) e intervalos de confiança de 95% (IC 95%) (n=174). Parintins (AM), Brasil, 2017.

Variável	Categoria	Ativo no lazer	
		O.R.	IC95%
Sexo	Feminino		Ref.
	Masculino	3,98*	(1,84 - 8,61) Ref. 2,11)
Índice de bens	Baixo		0,95 (0,43 - (1,19 - 6,42)
	Mediano		
	Alto	2,76*	

a Modelo final, por meio de regressão logística ajustado pela estatística de Hosmer-Lemeshow.

* p-valor \leq 0,05.

O modelo final retorna a informação para a população estudada que: a) os alunos do sexo masculino têm 3,98 chance do sexo feminino em serem ativos no lazer, mantida a variável índice de bens constante; b) os alunos que foram classificados em

domicílios com índice de bens alto têm 2,76 chance dos que estavam na classificação baixa em serem ativos no lazer, mantida a variável sexo constante.

7. DISCUSSÃO

A presente pesquisa apresenta que os escolares são insuficientemente ativos em todas as variáveis relacionadas ao deslocamento ativo e as práticas e atividade física, sendo que o maior percentual de inatividade física é do sexo feminino, onde 100% das alunas são inativas no deslocamento ativo, passa de 90% de inatividade nas atividade física no tempo livre e nas aula de educação física escolar, apesar de não haver tanta diferença estatística comparada ao sexo masculino. Ao analisar essa diferença de gênero relacionada à prática de atividade física entre homens e mulheres, existe muitos fatores que associam o porquê diferem um gênero do outro (Guariglia e Loch 2024). Observasse com os dados da pesquisa que a população estudada apresentou prevalências de inatividade física maiores que o estimado para o Brasil e para o estado do Amazonas na Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar em 2015.

Mais da metade dos alunos que participaram da pesquisa, declararam que vão e retornam caminhando a pé para a escola (52,3%), mas ainda assim, somente a caminhada no deslocamento para a escola não cumpri com o estimado para ser considerado uma prática de atividade física ativa segundo as recomendações da Organização Mundial da Saúde (2020), onde aconselhasse que os adolescentes façam, em média, 60 minutos de atividade física por dia. Além disso, a OMS (2020) também recomenda que, pelo menos três vezes por semana, os jovens pratiquem atividades físicas que fortaleçam os músculos e ossos. Visto que dos estudantes entrevistados, a maior parte, moram em bairros próximos a escola, como o no bairro da união (19,8%), seguido por Palmares (19,4%), que é considerado relativamente próximo da escola.

Consideramos que a variável de gênero que foi associada positivamente com ser ativo no lazer, foi o sexo masculino, que em comparação ao sexo feminino os jovens tendem a serem mais ativos fisicamente no tempo livre do que as meninas. Isso é evidenciado em um estudo da PeNSE (2019), que identificou que 38,5% dos estudantes brasileiros praticaram mais de 300 minutos de atividade física durante a

semana anterior à pesquisa eram do sexo masculino, enquanto 18% eram do sexo feminino.

Os 1º anos do ensino médio em comparação com os demais anos escolares dessa etapa da educação, apresentou ser fisicamente mais ativo que o 2º e o 3º ano do ensino médio. Em um estudo observou-se um existe um decréscimo do nível de atividade física com o aumento da idade cronológica, os autores recomendam que a implantação de políticas públicas que estimulem a prática regular de atividade física possam contribuir para a prática de atividade física (Freire, et. al 2014).

Outra variável significativamente importante apresentada na presente pesquisa é o índice de bens no domicílio mediano/alto, onde consideramos que quem possui os mesmos tendem a ter o lazer fisicamente mais ativo que os que possuem índice de bens baixo. Essa evidencia foi apontada em um estudo onde os autores concluem que o maior índice de atividade física no lazer está condicionada à renda, sendo que os que possuem maiores condições financeiras realizam mais atividade física no lazer, firmando que adolescentes que tem alto status socioeconômico e pais mais ricos tem menos chance de serem inativos (You C 2014). Em uma outra pesquisa, foi apontado que o baixo status socioeconômico estava associado a inatividade física, de acordo com os autores programas sociais são importantes para a mudanças de hábitos mais saudáveis (Coll 2014).

8. CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar a prevalência de atividade física em jovens matriculados em quatro escolas estaduais da zona urbana de Parintins, Amazonas, considerando variáveis como gênero, perfil socioeconômico, condições demográficas e práticas escolares. Os resultados apontam para um quadro alarmante de insuficiência de atividade física, que reflete tendências observadas tanto em nível

nacional quanto internacional, mas com peculiaridades locais que merecem atenção específica.

Os dados revelam que a inatividade física é mais pronunciada entre as alunas do sexo feminino, que apresentaram níveis significativamente menores de envolvimento em atividades físicas, tanto no tempo livre quanto durante o deslocamento para a escola e nas aulas de educação física. Este achado reforça a existência de desigualdades de gênero que influenciam os níveis de atividade física, muitas vezes associadas a barreiras culturais, sociais e até estruturais. Além disso, foi constatado que a maioria dos estudantes, mesmo os que utilizam deslocamento ativo para ir e voltar da escola, não atingem os níveis mínimos recomendados pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que sugere pelo menos 60 minutos diários de atividade física moderada a vigorosa para jovens.

Outro ponto relevante identificado no estudo foi a influência das condições socioeconômicas nos níveis de atividade física. Estudantes provenientes de lares com índice de bens mais elevado demonstraram maior probabilidade de serem ativos fisicamente no lazer, indicando que aspectos como acesso a recursos, espaços adequados e suporte familiar desempenham papéis importantes na promoção de estilos de vida ativos. Em contrapartida, alunos com menos recursos apresentam maior vulnerabilidade ao sedentarismo e aos riscos associados a ele, como obesidade, doenças cardiovasculares e outros problemas de saúde.

As aulas de educação física, por sua vez, revelaram-se insuficientes para cumprir o papel de promover níveis adequados de atividade física entre os alunos. A redução do tempo destinado a essas aulas, somada à falta de estratégias pedagógicas eficazes e à desvalorização do componente curricular da educação física em algumas escolas, compromete o impacto positivo que essas atividades poderiam ter. Isso destaca a necessidade de reforçar o papel da escola como promotora de saúde, por meio da ampliação das práticas esportivas e recreativas e do incentivo ao engajamento dos alunos.

Do ponto de vista da saúde pública, os resultados do estudo reforçam a urgência de intervenções sistemáticas que combatam a inatividade física entre os jovens. Essas intervenções devem considerar as especificidades regionais e abordar fatores individuais, sociais e ambientais. Políticas públicas que incentivem a prática de atividades físicas, como a criação de programas esportivos acessíveis, a ampliação e revitalização de espaços públicos destinados ao esporte e lazer, e campanhas de conscientização sobre os benefícios da atividade física, são indispensáveis para reverter o cenário atual. Adicionalmente, o envolvimento das famílias, da comunidade e do poder público é essencial para a construção de ambientes favoráveis à prática de atividades físicas, sem dúvidas estimular a prática de atividade física através de projetos esportivos para todas as idades, com foco na saúde dessa população.

Este estudo oferece contribuições significativas para o entendimento da problemática da inatividade física em contextos regionais e específicos. Os dados apresentados podem subsidiar ações educativas, políticas públicas e futuras pesquisas sobre o tema, além de promover a conscientização da sociedade em relação à importância da atividade física para a saúde e o bemestar dos jovens. Ao entender os fatores que contribuem para a inatividade física em Parintins, é possível traçar estratégias mais eficazes para fomentar hábitos saudáveis, reduzindo os impactos negativos associados ao sedentarismo e promovendo uma melhor qualidade de vida para a população juvenil.

9. REFERÊNCIAS

ALVES, L. H. B. (2020). **Algumas considerações sobre a Adolescência**. In VII Congresso Nacional de Educação. Maceió.

BIANCHI, Paula; PIRES, Giovani De Lorenzi. **Possibilidades para o ensino-aprendizagem com Tics na Educação Física escolar: uma experiência com blogs**. Cadernos de formação RBCE, v. 1, n. 2, 2010.

BOAS, Angela Beatriz Barbosa Villas; MACHADO, Lucio Mauro Braga. **Como a Educação Física e Exercício Físico podem auxiliar no combate contra a obesidade em crianças e jovens**. Trabalhos de Conclusão de Curso-Faculdade Sant'ana, 2016.

BRASIL. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira**: Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Obesidade infantil traz riscos para a saúde adulta**. Brasília, DF, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Obesidade infantil traz riscos para a saúde adulta**.

Brasília, DF, 2018. Disponível em:

<http://www.saude.gov.br/noticias/agenciasaude/45494-obesidade-infantil-traz-riscospara-a-saude-adulta>. Acesso em 25 de set. 2024

BRASIL; IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**. Rio de Janeiro: IBGE, 2015.

BRITO, Priscila Silva. **O DESENVOLVIMENTO DO DESENHO INFANTIL. QUE TAL FAZERMOS NOSSO MELHOR?**, v. 6, n. 01, p. 75, 2024.

CARVALHO, Giovana Barreto et al. **Atividade física e o desenvolvimento ósseo em crianças e adolescentes: uma revisão integrativa**. Brazilian Journal of Health Review, v. 7, n. 3, p. e70901-e70901, 2024.

CUREAU, Felipe Vogt. **Estilo de vida sedentário e sua associação com fatores de risco cardiovasculares em adolescentes brasileiros**: resultados do ERICA. 2017.

DANTAS, Raylla Maria de Oliveira et al. **Perfil epidemiológico das internações por desnutrição infantil no Brasil**. 2018.

FERREIRA, Eliene Pinto Costa et al. **A IMPORTÂNCIA DA MÚSICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL E SUA CONTRIBUIÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E MOTOR** v. 10, n. 1, p. 255-270, 2024.

GUARIGLIA Debora Alves, LOCH Mathias Roberto. **Inequidade de gênero e prática de atividade física entre homens e mulheres: revisitando conceitos por meio de uma revisão narrativa**. Motrivivência (Florianópolis), v. 36, n. 67, p. 01-20, 2024.

HALPERN, A. et al. **Efeito do hormônio de crescimento sobre parâmetros antropométricos e metabólicos na obesidade andróide**. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia, v. 50, p. 68-73, 2006.

IBGE (ED.). Pesquisa nacional de saúde, 2013: **percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas: Brasil, grandes regiões e unidades da Federação**. Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE, 2014.

JUNGES, Luana Lucia et al. **Efeitos de um programa de exercícios físicos sobre aspectos de saúde em uma mulher adulta pós contaminação por covid-19**. Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc São Miguel do Oeste, v. 7, p. e30608-e30608, 2022.

JUNIOR, Lindofo; OLIVEIRA, Mariany; RIBEIRO, Rosângela. **A importância do desenho na Educação Infantil: Uma atividade dotada de várias significações [em linha]**. 2022.

LEMOS, A.P.S; et. al. **Arte e obesidade: tempos estéticos do corpo feminino**. Almanaque Multidisciplinar de Pesquisa, v. 2, n. 2, 2015.

LIZ, Carla Maria et al. **Aderência à prática de exercícios físicos em academias de ginástica**. Motriz. Journal of Physical Education. UNESP, p. 181-188, 2010.

LOPES, Dayanne Botelho et al. **Benefícios da atividade física no controle da obesidade infantil: Uma revisão integrativa**. Referências em Saúde do Centro Universitário Estácio de Goiás, v. 5, n. 02, p. 47-52, 2022.

MACIEL, Brendally Maria Ribeiro de Lima; BARBOSA, Erondina Leal. **A importância da psicomotricidade na educação infantil e suas contribuições**. A IMPORTÂNCIA DA PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO INFANTIL E SUAS CONTRIBUIÇÕES, 2021.

MALTA, Deborah Carvalho; SILVA, Marta Maria Alves da. **As doenças e agravos não transmissíveis, o desafio contemporâneo na Saúde Pública**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, p. 1350-1350, 2018.

MARTINS, Jullia Ingrid Rodrigues et al. **RELAÇÃO DA PANDEMIA DO COVID 19 COM O AUMENTO DE CASOS DE INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO NO BRASIL**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 10, n. 6, p. 2084-2091, 2024.

MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha. **Envelhecimento, atividade física e saúde**. Boletim do Instituto de Saúde-BIS, n. 47, p. 76-79, 2009.

MONTEIRO, Cláudia et al. **Atividade física, bem-estar subjetivo e felicidade: Um estudo com idosos**. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, v. 14, n. 1, 2014.

MOURA, Orilda M. et al. **A influência da prática regular de natação no desenvolvimento motor global na infância**. Retos, v. 40, p. 296-304, 2021.

NEGREIROS, Cíntia Taumaturgo Fernandes de et al. **Desenvolvimento infantil e suas respectivas fases motoras**. REVISA (Online), p. 378-381, 2019.

NICOLODI, Thalita; LIRA, Aliandra Cristina Mesomo. **O lugar do desenho na Educação Infantil: investigando as práticas pedagógicas**. Revista Pedagógica, v. 22, p. 1-22, 2020.

PEREIRA, A. L. B.et. al. (2020). **A importância da orientação alimentar nas escolas. Projeto Integrado**. Pereira, V. E. A., AMORIM, M. F. **O contexto da obesidade e sua relação com o consumo excessivo de açúcar. 2020**

RAMOS, A. L., et. al. **Fatores associados ao desenvolvimento e prevalência da obesidade em crianças**. (2022).

ROPKE, Lucilene Maria et al. **Efeito da atividade física na qualidade do sono e qualidade de vida: revisão sistematizada**. Archives of Health Investigation, v. 6, n. 12, 2017.

SANTOLIN, C.B. **História da obesidade: a filmografia de Georges Méliès**. Motrivivência, v. 33, n. 64, p. 1-20, 2021.

SANTOS, S.G. (Org.). **Métodos e técnicas de pesquisa quantitativa aplicada à Educação Física**. Florianópolis: Tribo da Ilha, 2011.

SCIANNI, Aline Alvim et al. **Efeitos do exercício físico no sistema nervoso do indivíduo idoso e suas consequências funcionais**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 41, p. 81-95, 2019.

SILVA, Diego Augusto Santos et al. **Nível de atividade física e comportamento sedentário em escolares**. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum, v. 11, n. 3, p. 299-306, 2009.

SILVA, Francisco de Assis Lopes; BEZERRA, José Airton Xavier. **Benefícios da atividade física no controle da obesidade infantil**. Revista Campo do Saber, v. 3, n. 1, 2017.

SILVA, Juliana da et al. **Níveis insuficientes de atividade física de adolescentes associados a fatores sociodemográficos, ambientais e escolares.** *Ciência & saúde coletiva*, v. 23, p. 42774288, 2018.

SILVA, Otavio Henrique Ferreira; SOUSA, Ademilson. **As políticas públicas para a educação infantil na cidade de Betim no estado de Minas Gerais.** *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, v. 13, n. 39, p. 201-219, 2023.

SOUSA, G. C., et. al. (2020). **A pandemia de COVID-19 e suas repercussões na epidemia da obesidade de crianças e adolescentes.** *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 12(12), e4743e4743.

SOUZA, Solange Aparecida; RIBEIRO, Paulo Rennes Marçal. **O lugar das crianças com deficiências na educação infantil e políticas de inclusão na educação brasileira.** *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, p. 730-745, 2019.

THOMAS, J.R.; NELSON, J.K.; SILVERMAN, S.J. **Métodos de pesquisa em atividade física.** 6ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

VASQUES, Hugo Cavalcante; GARBELINI, Giovanna Sayuri; MARCO, Ademir De. **O circo na educação infantil: vivências e representações artísticas no desenho.** *Motrivivência*, v. 31, n. 60, 2019.

VIEIRA, Aline Brandão et al. **Lúdico no processo ensino/aprendizagem no 4º ano do ensino fundamental:** relato de experiência. 2020.

WANDERLIND, Fernanda et al. **Diferenças de gênero no brincar de crianças pré-escolares e escolares na brinquedoteca.** *Paidéia (Ribeirão Preto)*, v. 16, p. 263-273, 2006.

(WHO) WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour**: at a glance. Geneva: WHO, 2020.

(WHO) WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global recommendations on physical activity for health**. Geneva: World Health Organization; 2010.

(WHO) WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical Status**: the Use and Interpretation of Anthropometric Indicators of Nutritional Status. Geneva: WHO; 1995.

ANEXO 1

QUESTIONARIO: PESQUISA SOBRE “INATIVIDADE FÍSICA E EXCESSO DE PESO EM ESCOLARES NA CIDADE DE PARINTINS, AM”

(preenchido pelo entrevistador)

Questionário número:

Data da coleta dos dados: ____ / ____ / 2023.

Horário de início: ____ : ____

Escola: _____ Entrevistador: _____

Turno (marcar uma só opção): () Manhã
() Tarde () Noite
() Integral

Turno da aula de Educação Física: () Manhã () Tarde
() Noite

Ano/série: () 1º ano do ensino médio
() 2º ano do ensino médio
() 3º ano do ensino médio

Sala/turma: _____

Nome do(a) professor(a) em sala: _____

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA

Este questionário faz parte de uma pesquisa a ser realizada nas escolas de ensino médio da rede pública estadual na cidade de Parintins, coordenada pelo prof. Dr. Marcelo Rocha Radicchi do Curso de Educação Física da Universidade Federal do Amazonas, campus de Parintins, com o objetivo de levantar informações sobre a inatividade física nos estudantes. Neste questionário, serão levantados dados sobre aspectos sócio demográficos, prática de atividade física e serão realizadas medidas de peso e altura de cada participante. Você não será identificado(a). Suas respostas serão mantidas em sigilo e apenas o resultado geral da pesquisa será divulgado. Sua participação é voluntária e caso não se sinta confortável em responder a alguma das questões, você pode deixá-las sem resposta, bem como interromper o preenchimento do questionário a qualquer momento. Você não é obrigado(a) a participar desta pesquisa e, caso não queira, isto não afetará a sua relação com a escola. Não existem respostas certas ou erradas. O preenchimento do questionário terá duração aproximada de 15 minutos. Responda com atenção, pois suas respostas serão muito importantes para o conhecimento da saúde dos(das) adolescentes em Parintins. Vale ressaltar que esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), cujo endereço e contato são: Escola de Enfermagem de Manaus, Sala 07. Rua Teresina, 495. Adrianópolis. Manaus/AM. Fone: (92) 3305-1181 Ramal 2004 / (92) 9171-2496. E-mail: cep@ufam.edu.br - cep.ufam@gmail.com1.

Qual seu nome completo? (preencha por extenso seu nome completo)

Você concorda em participar dessa pesquisa?

() Sim

() Não

IDENTIFICAÇÃO:

(marque com um X apenas em uma opção. Nas questões 2, 3, 4 e 5 complete com as informações solicitadas)

1) Sexo:

() Masculino () Feminino

No caso de sexo feminino:

1.1) Você, no momento está grávida?

- () Sim
() Não
() Não sei

2) Data de nascimento: _____ / _____ / _____
(dia / mês / ano)

3) Idade: _____ anos

4) Qual o seu local de nascimento? (escrever o nome da cidade ou da comunidade)

5) Qual bairro você mora aqui na cidade de Parintins (escrever o nome do bairro)

6) Qual o meio de transporte que você utiliza para ir e voltar das aulas na escola na maior parte dos dias da semana? (escolha somente 1 opção, que corresponda a maior parte dos dias) () Caminhando a pé

- () Bicicleta
() Bicicleta elétrica
() Motocicleta
() Moto táxi
() Carro

() Ônibus escolar

6.1) Com exceção de quem respondeu “Caminhando a pé”, é você quem dirige o meio de transporte que te leva e te traz da escola na maior parte dos dias da semana?

() SIM, sou eu quem dirijo

() NÃO, não sou eu quem dirijo

() Às vezes sou eu quem dirijo

7) Na sua casa tem quais destes itens funcionando? (marque com um X no espaço, todos os itens que existirem em funcionamento):

() Bicicleta

() Bicicleta elétrica

() Moto

() Televisão

() Computador (“notebook” ou de mesa)

() Videogame

QUESTÕES SOBRE ATIVIDADE FÍSICA:

Agora vamos conversar sobre o **tempo que você gasta fazendo atividades físicas e de lazer** como praticar esportes (futebol, voleibol, basquete, handebol), brincar com amigos, caminhar, correr, andar de bicicleta, nadar, dançar etc. Outros tipos de lazer são: assistir televisão, ficar no computador (jogando, estudando, navegando na internet etc.). Nas perguntas sobre os **ÚLTIMOS 7 DIAS**, considerar uma semana normal de aula, sem feriados ou férias.

(Nas questões de 8 a 15, marque com um “X” em apenas uma opção)

8) NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você FOI a pé ou pedalando de bicicleta para a escola?

- Nenhum dia nos últimos 7 dias (0 dia)
- 1 dia nos últimos 7 dias
- 2 dias nos últimos 7 dias
- 3 dias nos últimos 7 dias
- 4 dias nos últimos 7 dias
- 5 dias nos últimos 7 dias
- 5 dias mais sábado, nos últimos 7 dias
- 5 dias mais sábado e domingo, nos últimos 7 dias

8.1) Quando você VAI para a escola a pé ou pedalando de bicicleta, quanto tempo você gasta? () Menos de 10 minutos por dia

- 10 a 19 minutos por dia
- 20 a 29 minutos por dia
- 30 a 39 minutos por dia
- 40 a 49 minutos por dia
- 50 a 59 minutos por dia
- 1 hora ou mais por dia

9) NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você **VOLTOU a pé ou pedalando de bicicleta da escola?**

- Nenhum dia nos últimos 7 dias (0 dia)
- 1 dia nos últimos 7 dias
- 2 dias nos últimos 7 dias
- 3 dias nos últimos 7 dias
- 4 dias nos últimos 7 dias
- 5 dias nos últimos 7 dias
- 5 dias mais sábado, nos últimos 7 dias
- 5 dias mais sábado e domingo, nos últimos 7 dias

9.1) Quando você **VOLTA** da escola a pé ou pedalando de bicicleta, **quanto tempo você gasta?** () Menos de 10 minutos por dia

() 10 a 19 minutos por dia

() 20 a 29 minutos por dia

() 30 a 39 minutos por dia

() 40 a 49 minutos por dia

() 50 a 59 minutos por dia

() 1 hora ou mais por dia

10) **NOS ÚLTIMOS 7 DIAS**, quantos dias você **participou de aulas práticas de educação física na escola?**

() Nenhum dia nos últimos 7 dias (0 dia)

() 1 dia nos últimos 7 dias

() 2 dias nos últimos 7 dias

() 3 dias nos últimos 7 dias

() 4 dias nos últimos 7 dias

() 5 dias nos últimos 7 dias

() 5 dias mais sábado, nos últimos 7 dias

() 5 dias mais sábado e domingo, nos últimos 7 dias

10.1) **NOS ÚLTIMOS 7 DIAS**, quanto tempo por dia você fez atividade física ou esporte **durante as aulas práticas de educação física na escola?**

() Não fiz aula de educação física na escola nos últimos 7 dias.

() Menos de 10 minutos por dia

() 10 a 19 minutos por dia

() 20 a 29 minutos por dia

() 30 a 39 minutos por dia

() 40 a 49 minutos por dia

50 a 59 minutos por dia

1 hora ou mais por dia

11) **NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, sem contar as aulas práticas de educação física da escola, em quantos dias você praticou alguma atividade física, como esportes, dança, ginástica, musculação, lutas ou outra atividade?**

Nenhum dia nos últimos 7 dias (0 dia)

1 dia nos últimos 7 dias

2 dias nos últimos 7 dias

3 dias nos últimos 7 dias

4 dias nos últimos 7 dias

5 dias nos últimos 7 dias

5 dias mais sábado, nos últimos 7 dias

5 dias mais sábado e domingo, nos últimos 7 dias

11.1) **NORMALMENTE, quanto tempo por dia duram essas atividades (como esportes, dança, ginástica, musculação, lutas ou outra atividade) que você faz? (Sem contar as aulas práticas de educação física)** Menos de 10 minutos por dia

10 a 19 minutos por dia

20 a 29 minutos por dia

30 a 39 minutos por dia

40 a 49 minutos por dia

50 a 59 minutos por dia

1 hora ou mais por dia

12) NOS ÚLTIMOS 7 DIAS, em quantos dias você fez atividade física por pelo menos 60 minutos (1 hora) por dia? (Some todo o tempo que você gastou em qualquer tipo de atividade física, EM CADA DIA)

- Nenhum dia nos últimos 7 dias (0 dia)
- 1 dia nos últimos 7 dias
- 2 dias nos últimos 7 dias
- 3 dias nos últimos 7 dias
- 4 dias nos últimos 7 dias
- 5 dias nos últimos 7 dias
- 5 dias mais sábado, nos últimos 7 dias
- 5 dias mais sábado e domingo, nos últimos 7 dias

13) Se você tivesse oportunidade de fazer atividade física na maioria dos dias da semana, qual seria a sua atitude?

- Não faria mesmo assim
- Faria atividade física em alguns dias da semana
- Faria atividade física na maioria dos dias da semana
- Já faço atividade física em alguns dias da semana
- Já faço atividade física na maioria dos dias da semana

14) Em um dia de semana comum, quantas horas por dia você assiste a TV? (não contar sábado, domingo e feriado)

- Não assisto a TV
- Até 1 hora por dia
- Mais de 1 hora até 2 horas por dia
- Mais de 2 horas até 3 horas por dia
- Mais de 3 horas até 4 horas por dia
- Mais de 4 horas até 5 horas por dia
- Mais de 5 horas até 6 horas por dia

Mais de 6 horas até 7 horas por dia

Mais de 7 horas até 8 horas por dia

Mais de 8 horas por dia

15) Em um dia de semana comum, quanto tempo você fica sentado(a), assistindo televisão, usando computador, jogando videogame, conversando com amigos(as) ou fazendo outras atividades sentado(a)? (não contar sábado, domingo, feriados e nem o tempo sentado na escola)

Até 1 hora por dia

Mais de 1 hora até 2 horas por dia

Mais de 2 horas até 3 horas por dia

Mais de 3 horas até 4 horas por dia

Mais de 4 horas até 5 horas por dia

Mais de 5 horas até 6 horas por dia

Mais de 6 horas até 7 horas por dia

Mais de 7 horas até 8 horas por dia

Mais de 8 horas por dia

16) Em um dia de semana comum, quanto tempo você utiliza o celular continuamente para navegar na internet, acessar as redes sociais, conversar por aplicativo, jogar jogos ou outras atividades no celular (não contar sábado, domingo, feriados)

Até 1 hora por dia

Mais de 1 hora até 2 horas por dia

Mais de 2 horas até 3 horas por dia

- Mais de 3 horas até 4 horas por dia
- Mais de 4 horas até 5 horas por dia
- Mais de 5 horas até 6 horas por dia
- Mais de 6 horas até 7 horas por dia
- Mais de 7 horas até 8 horas por dia
- Mais de 8 horas por dia

Agradecemos sua participação e colaboração!

Falta somente realizarmos as medidas antropométricas...

**Sua participação é muito importante para compreendermos
melhor como está a saúde de nossos estudantes!**

(preenchido pelo entrevistador)

MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS:

17) Peso (2 casas decimais).....

Kg

18) Estatura (1 casa decimal).....

cm