

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS - UFAM
INSTITUTO DE CIENCIAS SOCIAIS, EDUCAÇÃO E ZOOTECNIA - ICSEZ
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

ALAN HENRIQUE TEIXEIRA CALDEIRA
FRANCISCO COLARES MARQUES JUNIOR

**PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER DOS ESCOLARES DE 3
ESCOLAS DO ENSINO MÉDIO DA REDE DE ENSINO ESTADUAL URBANA NA
CIDADE DE PARINTINS**

Parintins - AM

2024

ALAN HENRIQUE TEIXEIRA CALDEIRA
FRANCISCO COLARES MARQUES JUNIOR

**PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER DOS ESCOLARES DE 3
ESCOLAS DO ENSINO MÉDIO DA REDE DE ENSINO ESTADUAL URBANA NA
CIDADE DE PARINTINS**

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

Orientador: Prof. Dr. Marcelo Rocha Radicchi

Parintins - AM

2024

Ficha Catalográfica

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

C146p	<p>Caldeira , Alan Henrique Teixeira Prevalência de atividade física no lazer dos escolares de 3 escolas do ensino médio da rede de ensino estadual urbana na cidade de Parintins / Alan Henrique Teixeira Caldeira , Francisco Colares Marques Júnior . 2024 43 f.: il. color; 31 cm.</p> <p>Orientador: Marcelo Rocha Radicchi TCC de Graduação (Licenciatura Plena em Educação Física) - Universidade Federal do Amazonas.</p> <p>1. Atividade física . 2. Escolares . 3. Qualidade de vida . 4. Fatores socioeconômicos. I. Marques Júnior, Francisco Colares. II. Universidade Federal do Amazonas III. Título</p>
-------	---

ALAN HENRIQUE TEIXEIRA CALDEIRA
FRANCISCO COLARES MARQUES JUNIOR

Prevalência de atividade física no lazer dos escolares de 3 escolas do ensino médio da rede de ensino estadual urbana na cidade de Parintins

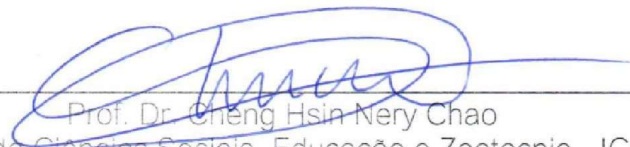
Trabalho de conclusão de curso produzido, para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física, pelo Instituto de Ciências Sociais, Educação e Zootecnia- ICSEZ da Universidade Federal do Amazonas-UFAM.

Aprovado em 10 de DEZEMBRO de 2024.

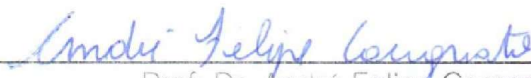
BANCA EXAMINADORA:



Prof.^a. Dr. Marcelo Rocha Radicchi
Instituto de Ciências Sociais, Educação e Zootecnia - ICSEZ
Universidade Federal do Amazonas – UFAM



Prof. Dr. Cheng Hsin Nery Chao
Instituto de Ciências Sociais, Educação e Zootecnia - ICSEZ
Universidade Federal do Amazonas – UFAM



Prof. Dr. André Felipe Caregnato
Instituto de Ciências Sociais, Educação e Zootecnia - ICSEZ
Universidade Federal do Amazonas - UFAM

Alan Henrique Teixeira Caldeira

Dedico este trabalho a meus avós, Maria de Lourdes e Luiz Prestes (In Memoriam) por todo empenho que dedicaram a minha criação, aos meus guias: Saravá! Laroyê! por todo cuidado e encaminhamento para os bons caminhos.

Francisco Colares Marques Junior

Dedico este trabalho à minha família, especialmente ao meu pai, à minha mãe e à minha querida irmã, que sempre estiveram ao meu lado, apoiando-me em todas as etapas desta jornada.

Em especial, dedico este trabalho ao meu avô, que já não está mais entre nós. Quando soube que eu iria estudar longe, suas lágrimas e palavras de encorajamento ecoaram em meu coração. Ele sempre desejou que eu desse orgulho à nossa família e, ao ver meu ingresso na faculdade, sentiu um orgulho imenso que levarei para sempre comigo. Obrigado por me inspirar a seguir em frente e por acreditar em mim.

AGRADECIMENTOS

Agradeço profundamente aos meus pais, que sempre estiveram ao meu lado em cada passo desta jornada. Sua presença, amor e apoio incondicional foram fundamentais para que eu chegasse até aqui. Um agradecimento especial à minha mãe, cuja força e incentivo constantes me impulsionaram a superar desafios e a acreditar em mim mesmo. Sua dedicação e sabedoria foram luzes que guiaram meu caminho. Sou eternamente grato por tudo que fizeram por mim. Este trabalho é tanto meu quanto de vocês.

Francisco Colares Marques Junior

Agradeço à minha querida mãe Lourdinha que sempre esteve ao meu lado nesta jornada. Por todas as lágrimas derramadas e todas as palavras de apoio e incentivo! VOA PASSARINHO!

Alan Henrique Teixeira Caldeira

RESUMO

O presente estudo aborda a atividade física no lazer dos escolares de três escolas da rede pública do município de Parintins, AM. A pesquisa teve como objetivo analisar a prevalência de atividade física suficiente no lazer dos estudantes do ensino médio da rede estadual urbana na cidade de Parintins, bem como as associações com variáveis socioeconômicas, demográficas e comportamentais. O método utilizado para a coleta de dados consistiu em um instrumento elaborado especificamente para a pesquisa, que coletou informações sobre demografia (sexo, idade, data de nascimento, local de nascimento e bairro de moradia em Parintins), aspectos socioeconômicos (posse de bens no domicílio), comportamentais (meio de transporte utilizado para ir e voltar da escola), atividade física (deslocamento ativo para ir e voltar da escola, atividade física no tempo livre, participação nas aulas de educação física, atividade física global e disposição para a prática de atividade física) e comportamento sedentário (tempo semanal sentado, assistindo televisão e utilizando telas). Durante a coleta de dados nas turmas, o instrumento foi entregue a cada aluno, que o preencheu conforme a leitura dos enunciados pela equipe responsável. Os resultados obtidos neste estudo evidenciam que 83,1% dos alunos estão insuficientemente ativos e apenas 16,9% destes estão fisicamente ativos, o que mostra a prevalência alarmante de inatividade física entre os escolares do município de Parintins, AM. Conclui-se que a promoção de um estilo de vida ativo é crucial para a formação de uma geração mais saudável, contribuindo para a prevenção de doenças crônicas e melhorando a qualidade de vida da população jovem em Parintins. Portanto, é imperativo que as iniciativas sejam integradas e sustentáveis, visando à construção de um futuro mais saudável e ativo para os adolescentes da região.

Palavras chaves: Atividade Física, Escolares, Qualidade de vida, Fatores Socioeconômicos

ABSTRACT

Prevalence of leisure-time physical activity among students from 3 urban state high schools in the city of Parintins

This study addresses leisure-time physical activity among students from three public schools in the city of Parintins, Amazonas. The research aimed to analyze the prevalence of sufficient leisure-time physical activity among high school students from the urban state school system in the city of Parintins, as well as its associations with socioeconomic, demographic, and behavioral variables. The method used for data collection consisted of an instrument specifically designed for the research, which collected information on demographics (sex, age, date of birth, place of birth, and neighborhood of residence in Parintins), socioeconomic aspects (ownership of goods in the household), behavioral aspects (means of transportation used to go to and from school), physical activity (active commuting to and from school, physical activity in free time, participation in physical education classes, overall physical activity, and willingness to practice physical activity), and sedentary behavior (weekly time sitting, watching television, and using screens). During data collection in the classes, the instrument was given to each student, who completed it according to the reading of the statements by the responsible team. The results obtained in this study show that 83.1% of students are insufficiently active and only 16.9% of them are physically active, which shows the alarming prevalence of physical inactivity among schoolchildren in the city of Parintins, AM. It is concluded that promoting an active lifestyle is crucial for the formation of a healthier generation, contributing to the prevention of chronic diseases and improving the quality of life of the young population in Parintins. Therefore, it is imperative that initiatives are integrated and sustainable, aiming at building a healthier and more active future for adolescents in the region.

Keywords: Physical Activity; Schoolchildren; Quality of Life; Socioeconomic Factors

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 JUSTIFICATIVA	10
3 OBJETIVOS	11
3.1 Objetivo geral	11
3.2 Objetivos específicos	11
4 REFERENCIAL TEÓRICO	12
4.1 Conceituando inatividade física	12
4.2 A problemática da inatividade física	13
5 MATERIAIS E MÉTODOS	16
6 RESULTADOS	20
7 DISCUSSÃO	26
CONCLUSÃO	26
REFERÊNCIAS	30

1 INTRODUÇÃO

Globalmente, a inatividade física é um dos fatores de risco mais importantes para a morbidade das principais doenças como infecções e as complicações imunológicas e cardiopulmonares de desfechos mais graves (AMMAR et al., 2020). Um estilo de vida saudável deve ser promovido entre todas as idades, mas quanto mais cedo o hábito for formado, maior será a probabilidade de se acostumar com hábitos saudáveis. A atividade física regular é uma das formas mais eficazes de redução da inatividade física (TRAVASSOS et al 2023). A atividade física também é classificada de acordo com o tipo de atividade (aeróbica, força, flexibilidade, equilíbrio), em intensidade, que pode ser moderada (quando requer três a seis vezes a quantidade de oxigênio consumida em repouso sentado) ou vigorosa (quando requer mais de seis vezes a quantidade de oxigênio consumida enquanto sentado em repouso), duração e frequência, de acordo com BERTOCCHI et al, (2021).

Ao contrário do Exercício físico que é a atividade planejada ou pré-estabelecida com acompanhamento ou não para se obter melhora na aptidão física caracterizado pela repetição de movimentos, sistemas de treino, com ritmo e tempo de duração definidos; a atividade física é toda atividade realizada em diversas situações, seja ela no dia-a-dia como o deslocamento para ir para escola, ao deslocar-se para ir para o trabalho ou tarefas domésticas, esportiva, lazer ou até mesmo cuidar da família e do lar.

A prevalência de inatividade física é uma preocupação global de saúde pública, pois se caracteriza como uma das principais causas para doenças crônicas não-transmissíveis (Doenças cardiovasculares, Doenças respiratórias crônicas, Diabetes mellitus, Neoplasias (cânceres), Hipertensão, Obesidade), com estimativas de mortalidade crescentes principalmente em países de baixa e média renda. Contudo, APARECIDA et al., (2014) salienta que há fortes evidências sobre os benefícios diretos que um estilo de vida fisicamente ativo proporciona a saúde e qualidade de vida, apesar de a maioria dos indivíduos não cumprir com as diretrizes internacionais.

Para Rech et al. (2023), as cidades, embora pulsantes e repletas de oportunidades, frequentemente impõem um ritmo acelerado e desafios à manutenção de um estilo de vida ativo. Rotinas escolares extensas, a sedução das telas digitais e a escassez de espaços públicos adequados para a prática de atividades físicas podem contribuir para o aumento do sedentarismo entre os jovens, expondo-os a um risco elevado de desenvolver doenças crônicas na vida adulta. SOARES, C. A. M. et al, (2023) afirma que os Relatórios da *Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar* (PeNSE) mostram que o percentual de adolescentes que não atingiram as

recomendações mínimas para atividade física cresceu de 56,9% na PeNSE/2009 para 71,8% da PeNSE/2012. Certamente, entre as justificativas para não atender às diferentes recomendações, está a tendência mundial de baixos níveis de atividade física e altos níveis de comportamento sedentário na infância e na adolescência.

A adolescência, período marcado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, apresenta-se como uma janela de oportunidade crucial para a consolidação de hábitos saudáveis, incluindo a prática regular de atividade física (OMS, 2023). No entanto, o estilo de vida contemporâneo, especialmente em áreas urbanas, tem imposto desafios à saúde dos jovens, com a crescente prevalência do sedentarismo e suas consequências para a saúde física e mental (Hallal et al., 2012).

A prática de atividades de lazer (é o tempo de folga, de descanso, de entretenimento, de distração ou de passatempo de uma pessoa), por sua vez, influencia positivamente na qualidade de vida e bem-estar subjetivo. Isso porque ela propicia divertimento e oferece oportunidades de relações sociais e aprimoramento pessoal, favorecendo a melhora da cognição, da autoestima, de sentimentos de bem-estar e socialização. Ademais, a associação destes fatores atua como coadjuvante na contenção de fatores de risco para o adoecimento mental e físico (TOLOCKA; RAMOS; PERUCHI, 2019). No entanto, compreender a complexa relação entre jovens urbanos, lazer e atividade física requer ir além da mera quantificação da prática esportiva. É preciso analisar as nuances e os fatores que influenciam a escolha por um estilo de vida mais ou menos ativo. A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE, 2019) apontou que mais de 50% dos adolescentes brasileiros não atingiram a quantidade mínima recomendada de atividade física.

Compreender a relação dos jovens com a atividade física no tempo livre é essencial, pois este espaço, livre das obrigações escolares e familiares, configura-se como um importante domínio para a expressão da autonomia, o desenvolvimento de interesses e a busca pelo prazer (Marcellino, 2003). A escolha por um estilo de vida ativo durante o lazer, além de contribuir para a saúde física, está associada a benefícios psicossociais, como a redução do estresse, a melhora da autoestima e o fortalecimento das relações interpessoais (OMS, 2020)

Diante dessa problemática, o presente trabalho tem como objetivo principal analisar a prevalência de atividade física suficiente no lazer dos escolares de 3 escolas do ensino médio da rede de ensino estadual urbana na cidade de Parintins e associações com variáveis socioeconômicas, demográficas, comportamentais e antropométricas.

2 JUSTIFICATIVA

A presente pesquisa, movida por um compromisso social, científico e pessoal, justifica-se pela necessidade de se investigar a realidade da prática de atividade física no lazer entre jovens estudantes de Parintins. A ausência de dados específicos sobre essa temática, a importância do tema para a saúde pública e a aspiração em contribuir para a construção de um futuro mais saudável para a juventude convergem para a relevância da presente investigação.

A adolescência, período de intensas transformações, configura-se como uma janela de oportunidade crucial para a consolidação de hábitos saudáveis, incluindo a prática regular de atividade física. No entanto, o estilo de vida contemporâneo, marcado pela urbanização acelerada e pela pervasidade das tecnologias digitais, tem contribuído para o aumento do sedentarismo entre os jovens, com consequências deletérias para a saúde física, mental e social (Silva et al., 2021).

Nesse contexto, compreender a realidade da atividade física no lazer entre jovens estudantes de Parintins, um grupo particularmente vulnerável ao sedentarismo, torna-se fundamental para a construção de espaços e políticas públicas e intervenções eficazes de promoção da saúde. A escassez de dados específicos sobre a temática na cidade evidencia a necessidade de se mapear a situação local, identificando os fatores que influenciam a adesão a um estilo de vida mais ativo.

Acreditamos que os resultados desta pesquisa serão subsídios importantes para a comunidade escolar, pais e responsáveis, contribuindo para a conscientização sobre a importância da atividade física para a saúde integral dos adolescentes. A partir do diagnóstico da realidade local, será possível planejar e implementar ações direcionadas para a promoção do lazer ativo, como a criação de espaços públicos adequados para a prática de esportes e atividades recreativas, a oferta de programas extracurriculares e o desenvolvimento de campanhas educativas.

A escolha do público-alvo justifica-se pela carência de estudos que explorem a especificidade da atividade física no lazer de jovens matriculados no ensino médio em Parintins. Embora a literatura científica reconheça a importância do lazer ativo na adolescência (MARCELINO, 2010), as pesquisas existentes ainda não contemplam a realidade de cidades amazônicas como Parintins, com suas particularidades culturais, socioeconômicas e geográficas.

Dessa forma, a presente pesquisa contribuirá para suprir uma lacuna na literatura científica, gerando dados inéditos sobre a realidade de Parintins e ampliando o debate sobre o lazer ativo na adolescência para além dos grandes centros urbanos.

A presente pesquisa representa, além da sua relevância social e científica, a concretização de um projeto pessoal e acreditamos que, ao investigar a atividade física no lazer de jovens estudantes de Parintins, contribuiremos para a construção de um futuro mais saudável e promissor para esses jovens, impactando positivamente a qualidade de vida da comunidade como um todo.

Com este estudo, almejamos ir além da mera coleta de dados, buscando promover a reflexão sobre a importância do lazer como espaço privilegiado para a vivência prazerosa e significativa da atividade física na adolescência. Esperamos que os resultados da pesquisa inspirem ações transformadoras, empoderando os jovens para que se tornem protagonistas da sua própria saúde.

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral:

- Analisar a prevalência de atividade física suficiente no lazer dos escolares de 3 escolas do ensino médio da rede de ensino estadual urbana na cidade de Parintins e associações com variáveis socioeconômicas, demográficas e comportamentais.

3.2 Objetivos específicos:

- Coletar dados socioeconômicos, comportamentais e demográficos 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 conceituando inatividade física

A inatividade física é definida como a ausência ou insuficiência de atividade física regular necessária para obter benefícios à saúde. De acordo com (CAMARGO et al. (2020, p.4) uma pessoa é considerada inativa fisicamente quando não realiza pelo menos 150 minutos de atividade física moderada ou 75 minutos de atividade física vigorosa por semana, conforme recomendação para adultos. A falta de atividade física é um fator de risco significativo para várias doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), tais como, doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, obesidade e alguns tipos de câncer. Além disso, contribui para problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão, e está associada ao aumento da mortalidade geral.

A medição da inatividade física é um componente fundamental para identificar populações em risco, desenvolver intervenções eficazes e monitorar a eficácia de políticas públicas. Conforme Cafruni et al.

Os métodos utilizados para medir a atividade física podem ser classificados em subjetivos e objetivos. Os métodos objetivos mais utilizados são os seguintes: água duplamente marcada, observação direta, calorimetria indireta, monitores cardíacos e sensores de movimentos. Os métodos que dependem das informações fornecidas pelos sujeitos, os subjetivos, são os questionários e diários (Cafruni et al. 2012 p.63).

Os métodos objetivos incluem o uso de dispositivos como acelerômetros, pedômetros e monitores de frequência cardíaca, que fornecem dados quantitativos sobre a intensidade, frequência e duração do movimento. Acelerômetros, por exemplo, são amplamente utilizados em estudos científicos devido à sua precisão, permitindo a coleta contínua de dados. Pedômetros, embora mais acessíveis, têm limitações, pois avaliam apenas o número de passos, sem diferenciar a intensidade das atividades realizadas. Por outro lado, os métodos subjetivos são baseados no autorrelato, geralmente por meio de questionários e entrevistas. No entanto, este método, está sujeito a viés de resposta, como erros de recordação e superestimação ou subestimação da atividade física.

Nos últimos anos, o avanço tecnológico trouxe novas opções de medição, como aplicativos de smartphones e dispositivos vestíveis (wearables), que combinam conveniência e capacidade de registrar dados em tempo real. Exemplos incluem smartwatches com monitores de movimento e batimentos cardíacos integrados, como Fitbit, Garmin e Apple Watch. Segundo (Santos et al.)

Os dispositivos vestíveis, como smartwatches, monitores de atividade física e sensores inteligentes, têm se tornado cada vez mais comuns na vida cotidiana. Eles são capazes de monitorar uma variedade de parâmetros fisiológicos em tempo real,

incluindo frequência cardíaca, níveis de atividade física, qualidade do sono e até mesmo variáveis mais complexas como os níveis de glicose no sangue (Santos et al. 2024, p.4).

Diante disso, convenhamos dizer, que a avaliação da inatividade física é essencial não apenas para identificar tendências populacionais, mas também para implementar políticas de saúde pública que promovam estilos de vida mais ativos. Em um mundo cada vez mais sedentário, compreender as gradações dessa questão é um passo crucial para mitigar os impactos negativos à saúde global.

4.2 A problemática da inatividade física

Em escala global, segundo (Guthold et. al 2018, p.1077), “cerca de 27,5% da população adulta e mais de 80% dos adolescentes não atingem as recomendações de atividade física”, que incluem pelo menos 60 minutos diários de atividade moderada e vigorosa. Conforme Pires:

A vida inativa provoca literalmente o desuso dos sistemas funcionais. Vários órgãos e sistemas entram em um processo de regressão funcional, como a atrofia das fibras musculares, a perda da flexibilidade articular, além do comprometimento funcional de vários órgãos. Devido a esse fator, se inicia na vida adulta um número exacerbado de complicações no organismo do indivíduo. Complicações que poderiam ser evitadas com a prática de exercícios físicos durante a adolescência (PIRES, 2013, p.10).

A situação é particularmente preocupante entre adolescentes e jovens, incluindo estudantes de 1º ao 3º ano do ensino médio, devido às mudanças nos estilos de vida, como o aumento do tempo dedicado a atividades sedentárias como consequência do isolamento social do covid-19. O Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis (DAENT) afirma que:

A população das capitais brasileiras apresentou maior percentual de prática de atividade física no tempo livre em 2019 (38,99%), porém, em 2020, ocorreu redução do percentual (36,8%), sobre o percentual de adultos fisicamente inativos, o ano com maior percentual foi 2013 (16,25%) e, de 2016 a 2019, o percentual se manteve menor que 14%, e 2021 atingiu 15,82%. Entre o período de 2020 a 2021, ocorreu a pandemia gerada pela covid-19, sendo necessário o isolamento social, impactando na prática de atividade física regular da população (DAENT et al. 2023 apud Ferreira 2020).

A prática insuficiente de atividades físicas é uma questão de saúde pública com efeitos de longo prazo. Estudos apontam que a prevalência da inatividade é maior em adolescentes e jovens de países de alta e média renda, com destaque para as regiões urbanas. O tempo gasto em atividades sedentárias, como o uso de dispositivos eletrônicos, tem aumentado de forma

significativa, ultrapassando as três horas diárias recomendadas pela OMS. E em 2020, a pandemia de COVID-19 agravou ainda mais a situação, com restrições ao deslocamento e fechamento de escolas e academias, fatores que diminuíram a prática de esportes e atividades ao ar livre, o que resultou em conformismo.

Na Região Norte do Brasil, a (PeNSE, 2019) destacou dados alarmantes sobre os níveis de atividade física entre adolescentes na região, especialmente entre meninos e meninas de 13 a 17 anos. Apenas 37,1% dos meninos foram classificados como fisicamente ativos, enquanto nas meninas esse índice foi ainda menor, atingindo apenas 19,3%. Como causas para a ocorrência da inatividade física, os autores citam:

O crescimento da inatividade física está relacionado com as mudanças no estilo de vida das pessoas, associadas às facilidades advindas da revolução tecnológica, como a utilização de automóveis, escadas rolantes e elevadores e pelo lazer hipocinético, como assistir televisão, usar computadores e vídeo games. Fatores como nível socioeconômico, sexo, escolaridade, idade e aspectos étnicos também vêm sendo relatados na literatura como determinantes da prática de AF em seus diferentes domínios (FILHO et al., 2014, p.14).

Fatores individuais e contextuais também influenciam a adesão à atividade física. Aspectos como nível socioeconômico, sexo, escolaridade e idade têm sido amplamente discutidos como determinantes para a prática de atividades físicas em diferentes domínios. A escola desempenha um papel central na promoção da prática de atividades físicas entre os adolescentes. No entanto, em muitas regiões do Brasil, a educação física escolar ainda enfrenta limitações, como falta de infraestrutura, carência de materiais adequados e currículos que não incentivam suficientemente a prática de exercícios físicos regulares. Estas questões são ainda mais evidentes, especialmente em comunidades mais afastadas ou com menor desenvolvimento econômico. Afirnam (Antônio et al. 2012, p. 2):

“Se vê muitas escolas em situações precárias, quase sempre com falta de materiais e estrutura física problemática. Outro importante fator, é que o professor de educação física deve antes de tudo organizar um currículo para trabalhar com seus alunos, para ser aplicado na prática durante o período de aula”.

Esta análise reflete uma realidade comum em escolas localizadas em regiões de menor desenvolvimento econômico, onde quadras esportivas inexistentes ou deterioradas, a falta de equipamentos básicos como bolas ou redes e a ausência de espaços adequados para as atividades limitam a oferta de uma Educação Física de qualidade. Na grande parte das escolas públicas, a disciplina ainda é tratada de forma secundária, sem estratégias pedagógicas que valorizem a prática regular de exercícios e a formação de hábitos saudáveis. Muitas vezes, o foco excessivo

em esportes competitivos ou em atividades que não consideram as preferências e habilidades dos alunos pode desestimular a participação.

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 compõe junto com projetos de pesquisa de iniciação científica (PIBIC/UFAM) realizadas no ano de 2022/2023, 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 aceitem 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 comportamental nos 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 Dom Gino Malvestio, Colégio Batista de Parintins, escola estadual Senador João Bosco. 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 195 alunos do ensino médio no total das 3 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).

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). 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 (OMS, 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.

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 tercís, 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, meio de transporte utilizado para a escola; 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 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

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

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

Tabela 1: Características socioeconômicas, demográficas e perfil antropométrico e de atividade física em escolares do ensino médio da rede pública conforme sexo (n= 195). Parintins, 2023.

Variável	Categoria	Sexo				Total	
		Feminino		Masculino			
		N	%	n	%	n	%
Escola	Colégio Batista	32	36,4	35	32,7	67	34,4
	Dom Gino	30	34,1	32	29,9	62	31,8
	Senador João Bosco	26	29,5	40	37,4	66	33,8
Ano escolar	1º ano	60	68,2	75	70,1	135	69,2
	2º ano	12	13,6	17	15,9	29	14,9
	3º ano	16	18,2	15	14,0	31	15,9
Índice de bens	Baixo	15	17,0	13	12,1	28	14,4
	Mediano	41	46,6	55	51,4	96	49,2
	Alto	32	36,4	39	36,4	71	36,4
Situação local de nascimento	Área rural	7	8,0	5	4,7	12	6,2
	Área urbana	81	92,0	102	95,3	183	93,8
Meio de transporte utilizado para a escola	Inativo	67	76,1	69	64,5	136	69,7
	Ativo	21	23,9	38	35,5	59	30,3
Atividade física no tempo livre	Insuficientemente ativo	78	88,6	84	78,5	162	83,1
	Ativo	10	11,4	23	21,5	33	16,9

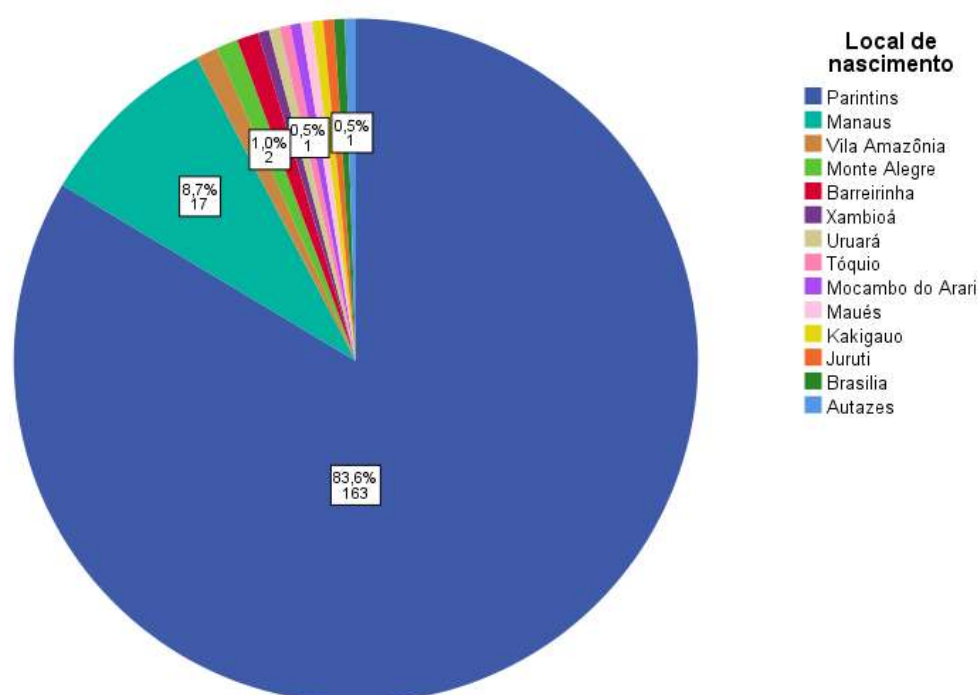
* Indica significância estatística ($\alpha=0,05$) na comparação entre as proporções das colunas, no teste qui-quadrado.

A tabela 1 apresenta um panorama socioeconômico, demográfico, antropométrico e do nível de atividade física de 195 estudantes do ensino médio da rede pública de Parintins, em 2023, divididos por sexo. A análise detalhada revela que a maioria dos participantes é do sexo feminino ($n=88$; 53,8%), com uma diferença pouco expressiva em relação ao sexo masculino ($n=107$; 46,2%). A distribuição dos estudantes entre as escolas é relativamente equilibrada, com 34,4% ($n=67$) provenientes do Colégio Batista, 31,8% ($n=62$) do Dom Gino e 33,8% ($n=66$) do Senador João Bosco. Observa-se uma maior concentração de alunos no 1º ano (69,2%; $n=135$), seguida pelo 3º ano (15,9%; $n=31$) e 2º ano (14,9%; $n=29$). Essa diferença pode ser reflexo de desistência escolar ou entrada tardia no ensino médio.

Com relação ao contexto Socioeconômico e Localização, o índice de bens, a maioria dos estudantes concentra-se na categoria de Índice de Bens "Mediano" (49,2%; $n=96$), seguido por "Alto" (36,4%; $n=71$) e "Baixo" (14,4%; $n=28$). A maioria nasceu na área urbana (93,8%; $n=183$), o que pode indicar uma maior concentração da população nesta área ou um maior

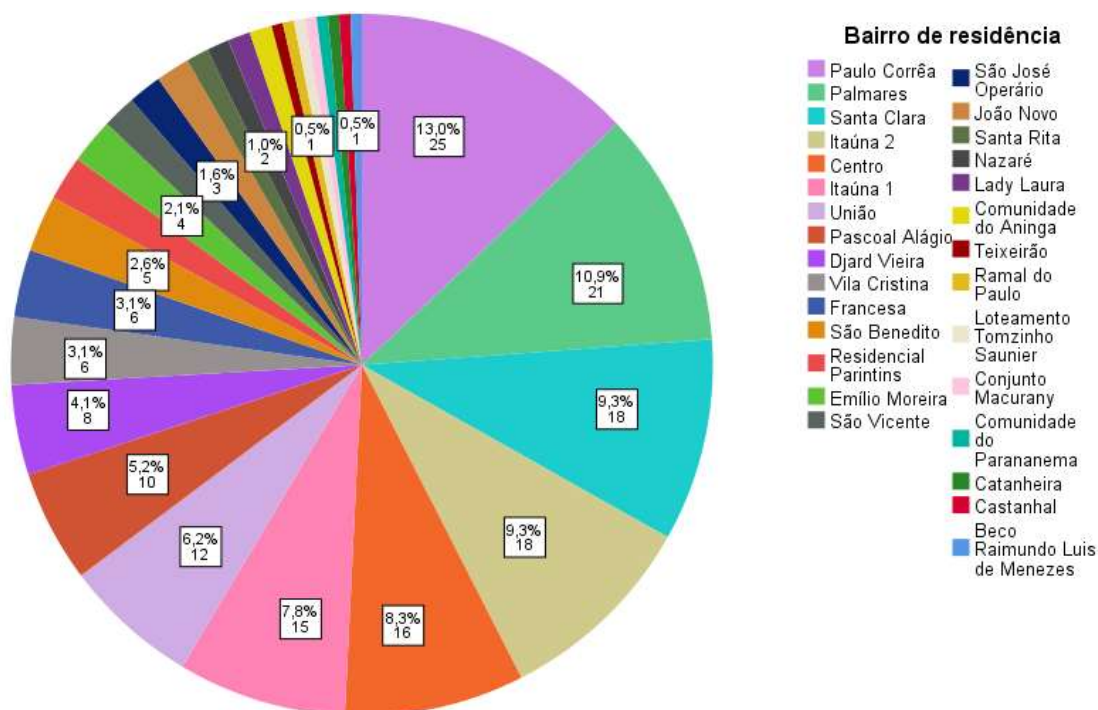
acesso à educação por parte dos jovens residentes na zona urbana. Quanto a mobilidade e Atividade Física, o meio de transporte: Predominam os meios de transporte inativos (69,7%; n=136) para ir à escola, o que pode estar relacionado a fatores como distância, infraestrutura urbana e segurança; no que diz respeito à atividade física no tempo livre: A maioria dos estudantes (83,1%; n=162) é classificada como "Insuficientemente Ativo", um dado preocupante que evidencia a necessidade de incentivar a prática de atividade física no tempo livre entre os jovens.

Gráfico 1: Localidade de nascimento dos estudantes, de escolas públicas do ensino médio em Parintins (n=195). Parintins, 2023.



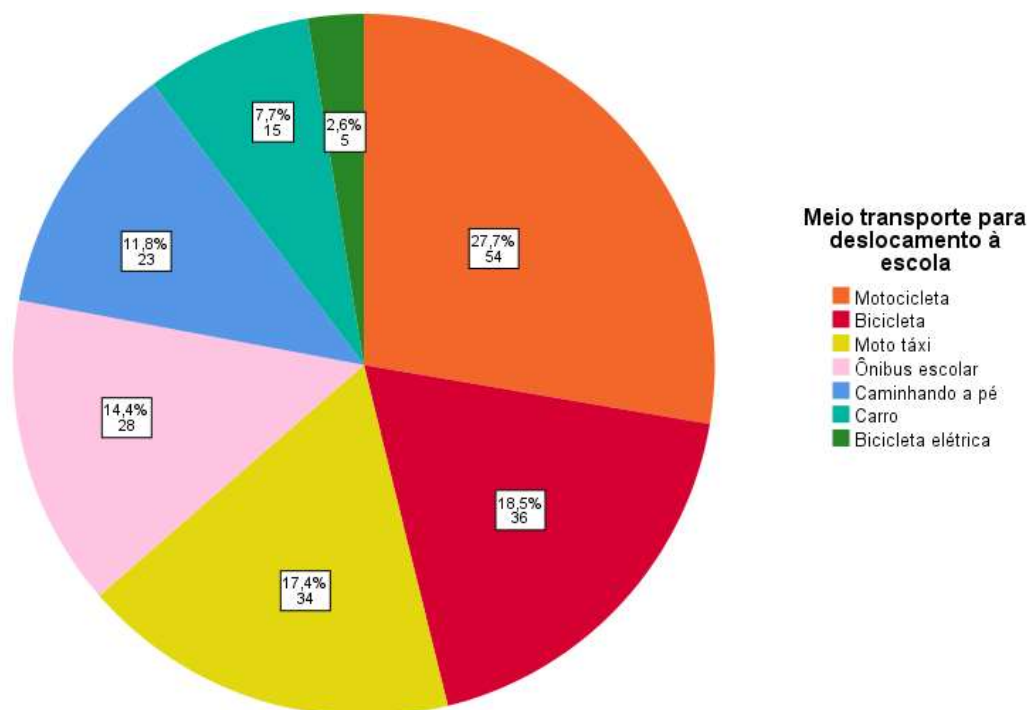
O gráfico 1 apresenta um panorama da naturalidade dos alunos participantes da pesquisa, sendo: 86,6% (n=163) naturais do município de Parintins, seguido pela Capital do estado com 8,7% (n=17), Distritos de Vila Amazonia, Mocambo, cidades circunvizinhas como Barreirinha, Maués, Juruti, Autazes e Xambioá com 0,5% (n=1), assim como: Brasília, Tóquio, Kakigauo também com 0,5% (n=1), totalizando 195 estudantes do ensino médio residentes em Parintins.

Gráfico 2: Bairro de residência dos estudantes de escolas públicas do ensino médio em Parintins (n=195). Parintins, 2023.



O gráfico 2 apresenta o panorama das localidades onde os alunos residem, ou seja os bairros, sendo o Bairro Paulo Correa com 13% (n=25), seguido do Bairro de Palmares 10,9% (n=21), bairro de Santa Clara e Itaúna com 9,3% (n=18), Bairro Centro 8,3% (n=16), Bairro de Itaúna 1 7,8% (n=15), Bairro da União 6,2% (n=12), Bairro de Pascoal Alágio 5,2% (n=10), Djard Vieira 4,1% (n=8), Vila Cristina e Francesa ambos com 3,1% (n=6), Bairro de São Benedito 2,6% (n=5), Residencial Parintins 2,1% (n=4) e os Bairros Emilio Moreira e São Vicente ambos com 0,5% (n=1). A relação intrínseca entre o espaço geográfico e os hábitos de vida de uma população é inegável. No contexto desta pesquisa, a análise da naturalidade e, principalmente, dos bairros de residência dos estudantes parintinenses desvela importantes nuances sobre a influência do espaço na prática de atividade física.

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=195). Parintins, 2023.



O Gráfico 3, ao retratar o uso predominante de meios de transporte motorizados pelos estudantes, como motocicletas (27,7%) e moto-táxis (17,4%), corrobora a hipótese de que a mobilidade urbana em Parintins pode influenciar negativamente a prática de atividade física. A dependência de veículos motorizados não apenas reduz as oportunidades de deslocamento ativo, como caminhar ou andar de bicicleta, mas também reforça um ciclo vicioso da inatividade física e comportamentos nocivos à saúde.

Entretanto, a análise da influência do espaço na prática de atividade física não se esgota na dicotomia centro-periferia. Fatores socioeconômicos, culturais e individuais também desempenham um papel significativo na decisão dos jovens de serem ou não fisicamente ativos.

Diante disso, torna-se crucial investigar de forma aprofundada as especificidades de cada bairro e a percepção dos próprios estudantes sobre os fatores que facilitam ou dificultam a prática de atividade física em seu cotidiano. A partir daí, políticas públicas e intervenções mais eficazes poderão ser desenvolvidas, considerando as demandas e características de cada localidade e promovendo a igualdade de oportunidades para prática de atividade física e a melhoria da qualidade de vida da população jovem de Parintins.

Tabela 2: Modelo simples considerando os coeficientes (β) das variáveis independentes para ser ativo fisicamente no lazer (n=195). Parintins (AM), Brasil, 2023.

Variável	β	p-valor
Sexo	0,75	0,06*
Escola	-1,05	0,03**
Ano escolar	-0,09	0,72
Idade	0,00	0,99
Índice de bens	-0,10	0,71
Situação local de nascimento	0,01	0,98
Meio de transporte utilizado para a escola	-0,17	0,68

*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

Na Tabela 2 verificamos o intercepto (β) para o modelo simples de regressão logística de cada variável independente com o desfecho “ser ativo fisicamente no lazer”. Observamos que foi significativo ser do sexo masculino, com efeito positivo (p -valor=0,06), ao mesmo tempo, ser das escolas Dom Gino ou Senador João Bosco teve efeito significativo negativo para ser fisicamente ativo no lazer, em comparação com os alunos do Colégio Batista (p -valor=0,03). Cabe ressaltar que o efeito observado considera a relação univariada entre desfecho e a variável independente testada, sendo um efeito ainda parcial que foi testado na etapa posterior da regressão múltipla (conforme Tabela 3).

Tabela 3: Modelo final^a 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=195). Parintins (AM), Brasil, 2023.

Variável	Categoria	Ativo no lazer	
		O.R.	IC95%
Sexo	Feminino		Ref.
	Masculino	2,31*	(1,02 - 5,25)
Escola	Colégio Batista		Ref.
	Dom Gino	0,49	(0,2 - 1,22)
	Senador João Bosco	0,32*	(0,12 - 0,84)

^aModelo final, por meio de regressão logística ajustado pela estatística de Hosmer-Lemeshow.

* p -valor $\leq 0,05$.

Na Tabela 3 temos o modelo final de regressão logística com os efeitos calculados na forma de razão de chances (O.R.) e intervalo de confiança (I.C.95%) para as variáveis independentes testadas. Permaneceram significativas no modelo final as variáveis sexo e escola.

Podemos verificar na Tabela 3 que ser do sexo masculino esteve associado a atividade física no lazer, sendo 2,31 a chance em ser ativo no lazer em comparação com o sexo feminino, mantidas as demais variáveis constantes. Da mesma forma, ser aluno da escola João Bosco esteve associado negativamente a ser fisicamente ativo no lazer ($OR=0,32$; $IC95=0,12 - 0,84$), quando comparado aos alunos do Colégio Batista. Não foi observado associação dos alunos da escola Dom Gino com o desfecho de atividade física no lazer testado.

7 DISCUSSÃO

Os resultados obtidos neste estudo evidenciam uma prevalência alarmante de inatividade física entre escolares do Município de Parintins-AM constatação de que a maioria dos estudantes está insuficientemente ativa tanto durante a semana quanto nos finais de semana ressalta a necessidade urgente de intervenções direcionadas à promoção de estilos de vida mais ativos. A análise comparativa entre os sexos revelou que as meninas (n=88; 53,8%), estão significativamente mais propensas a apresentar níveis elevados de inatividade física, corroborando achados de Silva et al. (2020), que também indicaram uma maior incidência de inatividade física em populações femininas. Assim como aponta a pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - PeNSE, realizada em 2019, sobre a saúde dos adolescentes 28,1% dos estudantes brasileiros de 13 a 17 anos de idade praticaram 300 minutos, ou mais, de atividade física na semana anterior à pesquisa, sendo classificados como fisicamente ativos. A pesquisa revelou ainda que, desses estudantes classificados como fisicamente ativos, 38,5% eram do sexo masculino e 18,0%, do sexo feminino. 61,8% dos alunos foram classificados como insuficientemente ativos, demonstrando que esses escolares praticam algum tipo de atividade física (entre 1 e 299 minutos); e 8,7% como inativos, revelando que não dedicam nem um minuto para realizar atividades físicas.

Diversos estudos mostram que as meninas são menos ativas fisicamente em relação aos meninos, corroborando com resultado de outros estudos e que, os meninos e as meninas se relacionam de forma diferente em relação ao exercício e a atividade física. Isso talvez possa ser atribuído ao tipo de atividade proposto, bem como à sua intensidade. (Dutra *et al.*, 2015; Arundell *et al.*, 2016; da Costa, 2017; da Costa, 2017; Spencer, 2015).

Pode-se afirmar que fatores socioculturais, socioeconômicos e biológicos influenciam os meninos nas atividades físicas de natureza desportiva e/ou de intensidade mais vigorosa, e das meninas nas atividades físicas de lazer e de menos intensidade, como jogos recreativos e brincadeiras. Outros autores afirmam que, o maior envolvimento dos meninos em atividades de intensidade mais vigorosa pode ser em parte explicado pela cultura familiar de incentivar a participação dos meninos em atividades de competição ou artes marciais, enquanto as meninas são encorajadas a participar de atividades que demandem menos esforço físico, com o entendimento de que algumas modalidades podem contribuir para alterações morfológicas das meninas e com isso influir na sua feminilidade.

A relação entre atividade física e fatores socioeconômicos é um tema relevante na pesquisa acadêmica, especialmente no contexto dos estudantes do ensino médio. Estudos indicam que indivíduos com rendas mais elevadas tendem a ser mais ativos em atividades de lazer, enquanto aqueles pertencentes a segmentos socioeconômicos desfavorecidos enfrentam

barreiras significativas para a prática de exercícios. A falta de tempo livre é um dos principais obstáculos, já que muitos desses indivíduos residem longe dos locais onde se localizam as quadras, praças e até mesmo os ginásios das respectivas escolas onde estudam, o que resulta em longos deslocamentos diários. Além disso, a necessidade de acumular múltiplas ocupações por parte dos seus pais e realização de tarefas extracurriculares reduz as oportunidades para a prática de atividades físicas. Outro fator importante é a escassez de espaços públicos adequados e acessíveis para a prática de esportes e lazer, limitando as opções disponíveis para essas populações. Essa combinação de fatores pode levar ao sedentarismo, impactando negativamente a saúde dos jovens. Assim, é crucial discutir políticas públicas que promovam o acesso à atividade física nas escolas e comunidades, visando criar um ambiente mais equitativo e saudável para todos os estudantes.

A literatura aponta para uma relação complexa entre inatividade física e fatores como sexo e faixa etária. sugeriram que a restrição imposta pelos pais às atividades ao ar livre possa contribuir para o aumento da inatividade física entre meninas, essa associação ainda carece de consenso. A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar – PeNSE 2019, constatou que na região Norte 37,1% dos meninos entre 13 e 17 anos eram fisicamente ativos, enquanto as meninas foram 19,3%. Quanto a mobilidade e Atividade Física, o meio de transporte: Predominam os meios de transporte inativos (69,7%; n=136) para ir à escola, o que pode estar relacionado a fatores como distância, infraestrutura urbana e segurança; no que diz respeito à atividade física no tempo livre: A maioria dos estudantes (83,1%; n=162) é classificada como "Insuficientemente Ativo", um dado preocupante que evidencia a necessidade de incentivar a prática de atividade física no tempo livre entre os jovens. A relação intrínseca entre o espaço geográfico e os hábitos de vida de uma população é inegável. No contexto desta pesquisa, a análise da naturalidade e, principalmente, dos bairros de residência dos estudantes parintinenses desvela importantes nuances sobre a influência do espaço na prática de atividade física.

É plausível levantar a hipótese de que a infraestrutura urbana e a dinâmica social dos bairros periféricos, muitas vezes caracterizados por menor oferta de espaços públicos adequados para a prática de esportes e lazer, acesso limitado a programas e equipamentos esportivos, e maiores índices de violência urbana, possam constituir barreiras à prática de atividade física para os jovens residentes nessas áreas.

CONCLUSÃO

O presente trabalho teve como objetivo analisar a prevalência de atividade física suficiente no lazer entre estudantes de três escolas de ensino médio da rede estadual urbana na cidade de Parintins, além de investigar suas associações com variáveis socioeconômicas, demográficas e comportamentais.

A maioria dos estudantes, sendo (83,1%; n=162) dos estudantes é classificada como “Insuficientemente Ativo” e (16,9%; n= 33) é classificada como “Ativo Fisicamente”, destes totais a maioria dos participantes é do sexo feminino (n=88; 53,8%), com uma diferença pouco expressiva em relação ao sexo masculino (n=107; 46,2%). O que predomina os meios de transporte inativos (69,7%; n=136) e os meios de transporte ativo (30,1%; n=59) para ir à escola. Os resultados obtidos são fundamentais para compreender a realidade da prática de atividade física entre adolescentes no município, preenchendo uma lacuna significativa na literatura científica, especialmente em contextos urbanos que têm sido menos explorados. A pesquisa gerou dados inéditos sobre a realidade local, ampliando o debate acerca do lazer ativo na adolescência.

A investigação ressaltou a importância de abordar a atividade física no lazer como uma estratégia eficaz para a promoção da saúde pública. A fomentar a reflexão sobre o papel do lazer e da atividade física na vida dos adolescentes, espera-se que esses jovens se sintam motivados a adotar hábitos mais saudáveis e ativos. Os dados coletados evidenciam que os objetivos propostos foram alcançados, apontando para a necessidade urgente de formulação de políticas públicas que incentivem a prática de atividade física entre os jovens, tendo em vista que quase 90% dos estudantes pesquisados estavam insuficientemente ativos no lazer, com especial atenção às estudantes do sexo feminino.

A predominância de estudantes do sexo feminino entre os ativos fisicamente (53,8%) sugere a necessidade de um olhar mais atento às questões de gênero nas iniciativas de promoção da atividade física. E dos meios de transporte inativos (69,7%) indica uma oportunidade para intervenções que incentivem o uso de meios de transporte ativos, como caminhar ou andar de bicicleta.

Como ponto forte deste estudo é a sua contribuição para o entendimento da realidade local em um contexto urbano menos explorado. A pesquisa preenche uma lacuna significativa na literatura científica ao fornecer dados inéditos sobre a prática de atividade física entre adolescentes em Parintins. Além disso, a abordagem das variáveis socioeconômicas, demográficas e comportamentais enriquece a análise, permitindo uma compreensão mais holística do fenômeno.

Os dados gerados por este estudo podem servir como base para futuras pesquisas que busquem investigar as causas da inatividade física entre adolescentes em diferentes contextos urbanos e rurais. Além disso, as evidências apresentadas podem orientar a formulação de políticas públicas e programas direcionados à promoção da saúde juvenil. Pesquisas futuras poderiam explorar intervenções específicas e avaliar sua eficácia na mudança do comportamento dos jovens em relação à atividade física.

Apesar dos achados significativos, o estudo apresenta algumas limitações que devem ser reconhecidas, como: tamanho e representatividade da amostra: A amostra de 195 estudantes pode não ser suficientemente representativa da totalidade da população estudantil de Parintins. Estudos futuros poderiam incluir amostras maiores e mais diversificadas, abrangendo diferentes regiões e contextos socioeconômicos. O estudo não abordou fatores externos que podem influenciar a atividade física, como acesso a espaços públicos adequados ou políticas locais.

Em suma, este estudo oferece uma visão valiosa sobre a prática de atividade física entre adolescentes em Parintins, destacando a necessidade urgente de intervenções e políticas públicas que promovam hábitos saudáveis. Embora existam limitações, os resultados obtidos são fundamentais para embasar futuras investigações e ações voltadas à saúde pública, contribuindo para um futuro mais ativo e saudável para os jovens da região.

REFERÊNCIAS

A inatividade física aumenta os fatores de risco para a saúde e a capacidade física. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 4, n. 2, p. 69–70, abr. 1998.

ALTMANN H, Ayoub E, Fernandez Garcia E, Ramirez E, Polydoro S. **Gênero e cultura corporal de movimento: práticas e percepções de meninas e meninos**. *Rev Estud Fem* 2018;26(1):344074.

AMMAR, A., BRACH, M., TRABELSI, K., CHTOUROU, H., BOUKHRIS, O., MASMOUDI, L., BOUAZIZ, B., BENTLAGE, E., & COMO, D. **Efeitos de COVID-19 Confinamento Doméstico em Comportamento Alimentar e Atividade Física: Resultados do ECLB-COVID19 International Online Enquete**. *Nutrients* 2020, 12, 1583.

ANDRADE, MLSDS et al. Fatores relacionados ao nascimento e atuais associados à inatividade física no lazer em adolescentes brasileiros. **PLOS ONE**, v. 17, n. 9, p. e0273611, 9 set. 2022.

ARUNDELL L, FLETCHER E, SALMON J, VEITCH J, HINKLEY T. **The correlates of after-school sedentary behavior among children aged 5-18 years: a systematic review**. *BMC Public Health* 2016;16:58

Benítez-Porres J, Alvero-Cruz JR, Albornoz MC, Correas-Gómez L, Barrera-Expósito J, Dorado-Guzmán M, Moore JB, Carnero EA. **The Influence of 2-Year Changes in Physical Activity, Maturation, and Nutrition on Adiposity in Adolescent Youth**. *PLoS One* 2016; 11(9).

BENTES, MES et al. Inatividade física em escolares durante a pandemia de covid-19 na cidade de Parintins, Amazonas. **Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu**, v. 6, 26 de maio de 2023.

BERTOCCHI, L. et al. Impact of the COVID-19 pandemic on physical activity among university students in Pavia, Northern Italy. **Acta Biomedica Atenei Parmensis**, v. 92, n. S6, p. e2021443–e2021443, 10 dez. 2021.

BertocchI, L., Vecchio, R., Sorbello, S., Correale, L., Gentile, L., Buzzachera, C., Gaeta, M., & Odone, A. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on physical activity among university students in Pavia, Northern Italy. *Acta Biomedica*, 92. <https://doi.org/10.23750/ABM.V92IS6.12232>.

BEZERRA, MKDA et al. Estilo de vida de adolescentes estudantes de escolas públicas e privadas em Recife: ERICA. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 1, pág. 221–232, janeiro. 2021.
BLOCH, KV et al. ERICA: **prevalências de hipertensão e obesidade em adolescentes brasileiros**. *Revista de Saúde Pública*, v. suplemento 1, 2016.

BRASIL; IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**. Rio de Janeiro: IBGE, 2015.
CAFRUNI, Cristina Borges. Et al. **Como avaliar a atividade física?** Rio Grande do Sul: *Revista Brasileira de Saúde*, nº 33, 2012.

CAMARGO, Edna Maria de, Et al. **Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2020.

CARDOZO, N. D. O. et al. **Ambiente alimentar e excesso de peso em escolares: uma revisão sistemática sul-americana.** Revista Panamericana de Salud Pública, v. 46, p. 1, 25 out. 2022.

Correlates of excess body weight in Italian adolescents and young adults. Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases, v. 29, n. 3, p. 279–289, mar. 2019
CRISTINA, R. **IBGE - Educa | Jovens.** Disponível em: <<https://educa.ibge.gov.br/jovens/materias-especiais/21457-a-saude-dos-adolescentes.html>>.

DAENT-Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Et al. **Dia Mundial da Atividade Física.** Disponível em: <https://Gov.br>
Acesso em: 24/11/2024.

DA COSTA FF, ASSIS MAA. **Nível de atividade física e comportamentos sedentários de escolares de sete a dez anos de Florianópolis-SC.** Rev Bras Ativ Fís Saúde 2011;16(1):48-54

DA COSTA BGG, SILVA KS, GEORGE AM, ASSIS MAA. **Sedentary behavior during school time: Sociodemographic, weight status, physical education class, and school performance correlates in Brazilian schoolchildren.** J Sci Med Sport 2017;20:70-4.

Dias, Douglas Fernando, et al. **Barreiras Percebidas à Prática de Atividades Físicas No Lazer E Fatores Associados Em Adolescentes.** *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 20, no. 11, Nov. 2015, pp. 3339–3350, <https://doi.org/10.1590/1413-812320152011.00592014>. Acessado em 07 de julho de 2024.

DIAS, J.; HORIZONTE, B. **Universidade Federal De Minas Gerais Escola De Engenharia Mestrado Em Geotecnia E Transportes Influência Do Ambiente Urbano Na Escolha Do Transporte Ativo E Sua Relação Com O Sedentarismo.** [s.l.: s.n.]. Disponível em: <<https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/35832/1/INFLU%C3%8ANCIA%20DO%20AMBIENTE%20URBANO%20NA%20ESCOLHA%20DO%20TRANSPORTE%20ATIVO%20E%20SUA%20RELA%C3%87%C3%83O%20COM%20O%20SEDENTARISMO.pdf>>. Acesso em: 8 nov. 2024.

DUTRA GF, KAUFMANN CC, PRETTO ADB, ALBERNAZ EP. **Television viewing habits and their influence on physical activity and childhood overweight.** J Pediatr 2015;91(4):346-51.

Fawkner S, Henretty J, Knowles AM, Nevill A, Niven A. **The influence of maturation, body size and physical self-perceptions on longitudinal changes in physical activity in adolescent girls.** *J Sports Sciences* 2014; 32(4): 392-401.

FERREIRA, VR et al. **A inatividade física no lazer e na escola está associada à presença de transtornos mentais comuns na adolescência.** Revista de Saúde Pública, v. 54, p. 128, 12 dez. 2020.

FILHO, José Alair da Fonseca. et al. **Prática regular de atividade física: estudo de base populacional no norte de Minas Gerais, Brasil.** Revista Bras Med Esporte – Vol. 20, 2014.

Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/gwfXcRZWp5dF64ZjYMfTv/>. Acesso em: 27/11/2024.

FOLMANN, AG et al. **Prevalência de excesso de peso em adolescentes de uma cidade do Sul do Brasil segundo diferentes índices antropométricos.** Revista Paulista de Pediatria, v. e2019277, 6 nov. 2020.

GONÇALVES, VSS et al. **O ambiente alimentar nas escolas e suas imediações associado ao excesso de peso na adolescência: uma revisão sistemática e meta-análise.** Saúde & Lugar, v. 71, p. 102664, conjunto. 2021.

GOVEIA, J. C. DE et al. Atividade física e fatores associados durante a pandemia de COVID-19 em universitários brasileiros: revisão de escopo. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 29, p. 1–10, 7 jun. 2024.

GUTHOLD, Regina. Et al. **Tendências mundiais de atividade física insuficiente de 2001 a 2016: uma análise conjunta de 358 pesquisas populacionais com 1,9 milhões de participantes.** Disponível em: <https://search.app> Acesso em: 24/11/2024.

HALLAL, P. C. et al. **Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects.** The lancet, v. 380, n. 9838, p. 247-257, 2012.

Homero-Blanco, C., Rodríguez-Almagro, J., Onieva-Zafra, M. D., Parra-Fernández, M. L., Prado-Laguna, M. D. C., & Hernández-Martínez, A. (2020). **Physical activity and sedentary lifestyle in university students: Changes during confinement due to the covid-19 pandemic.** International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(18), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186567>.

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.

IBGE, DIRETORIA DE PESQUISA. **Coordenação de População e Indicadores Sociais. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar.** 2019

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar:** 2019. Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; 2021. JESUS et al. Diferenças de gênero na avaliação qualitativa de atividades físicas e sedentárias de escolares de 7 a 10 anos no nordeste brasileiro. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, 1 fev. 2019.

Kahan E, Fogelman Y, Bloch B. Correlations of work, leisure, and sports physical activities and health status with socioeconomic factors: a national study in Israel. *Postgrad Med J*. 2005;81(954):262-65.

Kienteka M, Reis RS, Rech CR. Personal and behavioral factors associated with bicycling in adults from Curitiba, Parana State, Brazil. *Cad Saúde Pública*. 2014;30(1):79-7. Lakatos, EM; Marconi, MA. **Fundamentos de metodologia científica.** São Paulo: Atlas, 2010.

LAMARÃO, S. K. M.; ALBERTO, ÁLVARO A. D.; DE CARVALHO, A. P.; ASSIS, D. F. DE O.; MOREIRA, D. C. **Prevalência de excesso de peso em adolescentes de escolas quilombolas e os fatores associados**. RABONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 13, n. 81, p. 750-758, 16 maio 2020.

LEVY, R. B. et al.. **Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, p. 3085–3097, out. 2010.

MALTA DC, SARDINHA LMV, MENDES I, BARRETO SM, GIATTI L, CASTRO IRR, MOURA L, DIAS AJR, CRESPO C. **Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE)**, Brasil, 2009. *Cien Saude Colet* 2010; 15(Supl. 2):3009-3019.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer: uma introdução**. Campinas: Autores Associados, 2003.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **A relação teoria e prática na formação profissional em lazer**. In: ISAYAMA, H. F. (Org.). *Lazer em estudo: currículo e formação profissional*. Esporte. Campinas: Papirus, 2010. p. 9-25

Marks J, de la Haye K, Barnett LM, Allender S. **Friendship network characteristics are associated with physical activity and sedentary behavior in early adolescence**. *PLoS One* 2015 Dec 28;10(12):e0145344.

MELLO, RL DE; RIBEIRO, EK; OKUYAMA, J. (In)atividade física e comportamento sedentário: terminologia, conceitos e riscos associados. **Caderno Intersaberes**, v. 9, n. 17, 28 fev. 2020.

MOURA, ANTONIO, et al. *Rev Saúde Pública*, vol. 44, no. 6, 2010, pp. 996–1004
NASCIMENTO, ABS; SILVA, FC DA; SANTOS, JS **Obesidade infantil e má alimentação. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 11, n. 16, pág. e539111637847–e539111637847, 17 dez. 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Atividades Físicas**. Genebra: OMS, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>. Acesso em: 19/06/2024.

PELUSI, C. et al. **Behavioral, socio-environmental, educational and demographic Pesquisa Nacional de Saúde do escolar**. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101852.pdf>>.

PIRES, Adriano. **Doenças causadas pelo sedentarismo**. 2013. Disponível em: <https://pt.slideshare.net/AdrianoPires/doencas-causadas-pelo-sedentarimo>. Acesso em: 27/11/2024.

POF 2008-2009: **desnutrição cai e peso das crianças brasileiras ultrapassa padrão internacional** | Agência de Notícias. Disponível em:

<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/13884-asi-pof-2008-2009-desnutricao-cai-e-peso-das-criancas-brasileiras-ultrapassa-padrao-internacional>

Programa Academia da Saúde. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/academia-da-saude>>.

RECH CR, PAZIN J, RODRIGUES EQ, PAIVA NETO FT DE, KNEBEL MTG, COCO TG DOS S, ET AL. **Como os espaços públicos abertos podem contribuir para a promoção da atividade física?**. Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde [Internet]. 9º de maio de 2023 [citado 7 de julho de 2024];28:1-6. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/15057>

REDAÇÃO SBP. **SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital.** Disponível em: <<https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/>>.

RINALDI, AEM et al. **Contribuições das práticas alimentares e inatividade física para o excesso de peso infantil.** Revista Paulista de Pediatria, v. 3, pág. 271–277, conjunto. 2008. Rovniak LS, Sallis JF, Saelens BE, Frank LD, Marshall SJ, Norman GJ, et al. Adults' physical activity patterns across life domains: cluster analysis with replication. Health Psychol. 2010;29(5):496-05.

SANTOS AL, et al. **Obesidade Infantil e uma proposta de Educação Física preventiva.** Motriz, Rio Claro, v.13, n.3, p.203-213, jul./set. 2007
Santos MS, Fermino RC, Reis RS, Cassou AC, Anez CRR. **Barreiras para a prática de atividade física em adolescentes: um estudo por grupo focal.** Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum 2010; 12(3):137-143.

SANTOS, Lorrana Morais dos. **O papel dos dispositivos vestíveis e aplicativos de saúde digital na monitorização e promoção da saúde: uma revisão da literatura.** São José dos Pinhais: Revista- Contribuciones a Las Ciencias Sociales, v.17, 2024.

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

SILVA et al. Coexistence of risk factors for cardiovascular diseases among Brazilian adolescents: Individual characteristics and school environment. **PLOS ONE**, v. 16, n. 7, p. e0254838–e0254838, 19 jul. 2021.

SINGH, AS et al. **Desenho da Intervenção Holandesa sobre Obesidade em Adolescentes (NRG-DOiT): desenvolvimento sistemático, implementação e avaliação de uma intervenção escolar destinada à prevenção do ganho excessivo de peso em adolescentes.** BMC Saúde Pública, v. 1, pág. 304, dez. 2006.

SIQUEIRA, ACP et al. A inatividade física como fator de risco para o desenvolvimento de sobrepeso e obesidade entre escolares adolescentes de Fortaleza, Ceará, Brasil. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar - ISSN 2675-6218**, v. 6, pág. e361628, 29 jun. 2022.

SPENCER RA, REHMAN L, KIRK SFL. **Understanding gender norms, nutrition, and physical activity in adolescent girls: a scoping review.** *Int J Behav Nutr Phys Act* 2015;12(6).

Sistema Único de Saúde – Brasil. 2. **Prevenção e controle de doenças.** 3. **Doenças crônicas I. BRASIL. Ministério da Saúde.** III. Organização Pan-Americana da Saúde. IV. Título. POF 2008-2009: **desnutrição cai e peso das crianças brasileiras ultrapassa padrão internacional** | Agência de Notícias. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/13884-asi-pof-2008-2009-desnutricao-cai-e-peso-das-criancas-brasileiras-ultrapassa-padrao-internacional>

SOARES et al. Tendência temporal de atividade física em adolescentes brasileiros: análise da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2009 a 2019. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 10, pág. e00063423, 2023.

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

TOLOKA RE, Ramos EP, Peruchi LP. **Saúde e atividades de lazer de jovens no ensino médio.** *Rev Aten Saúde.* 2019;17(59):39-43.

TRAVASSOS, M. R. R. .; SILVA, T. R. da S. e .; GUARIGLIA, D. A. .; DOMINGUES, W. J. R. . Influence of the level of physical activity on the body mass index and changes in eating habits in university students in the northern region of brazil during the COVID-19 pandemic. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 12, n. 2, p. e14412240025, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i2.40025. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/40025>. Acesso em: 26 nov. 2024.

WANDERLEY, EN; FERREIRA, V **A Obesidade: uma perspectiva plural.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 1, pág. 185–194, janeiro. 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global Status Report on noncommunicable diseases 2014.** Geneva: WHO, 2014. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/148114/9789241564854_eng.pdf;jsessionid=854AA8CA3F4E2B87FCCB95D6F61AF88F?sequence=1 .

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global recommendations on physical activity for health.** Geneva: WHO, 2010. Disponível em: https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/.

(WHO) WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Adolescent health.** Geneva: OMS, 2023. Disponível em: [<https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/adolescents>](<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents>). Acesso em: 19/06/2024.

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

APÊNDICE

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS, EDUCAÇÃO E ZOOTECNIA
CAMPUS DO BAIXO AMAZONAS**

(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

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

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