

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DO IFPB CAMPUS SOUSA

FABIO THIAGO MACIEL DA SILVA ¹

RESUMO

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DO IFPB CAMPUS SOUSA Soraya Damião Pedrosa/fabioth28@hotmail.com/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Francisca Samara Avelino Carneiro/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Gleice Maria Silva Maia/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) José Wellington Santos Silva/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Lucas Medeiros Camilo/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Mônica Leandro da Silva/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Thais Fernandes Neves/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Fábio Thiago Maciel da Silva/Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Eixo Temático: Processos de Ensino e Aprendizagem

Resumo O nível de atividade física de jovens vem cada vez mais sendo apresentado como insatisfatórios, devido aos grandes avanços tecnológicos, que por sua vez pode trazer consequências negativas, relacionando-se com diversas doenças. A prática de atividade física é considerada como um importante elemento para uma boa qualidade de vida. Por outro lado, níveis de atividade física insatisfatórios, estão associados a comportamentos de risco para doenças crônicas não transmissíveis. Desse modo, este estudo teve como objetivo analisar o nível de atividade física em escolares do ensino médio do Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) - Campus Sousa. Para tal, nossa amostra foi composta por 70 adolescentes entre 14 e 16 anos de idade do ensino médio do IFPB Campus Sousa. O instrumento de coleta de dados utilizado para analisar o nível de atividade física foi o Questionário Internacional de Atividade Física IPAQ (versão curta) com perguntas relacionadas às atividades realizadas na última semana anterior à aplicação. Os dados foram analisados por meios descritivos, médias, desvio padrão e distribuição de frequências absolutas e relativas, e apresentados em gráficos e tabelas. Nossos resultados apontaram que (53%) dos adolescentes foram considerados ativos, sendo as meninas mais ativas (55%) que os meninos (50%). Pôde-se observar que com o decorrer dos anos os adolescentes aumentaram como ativos de (50%) para (61%), porém foi observada uma diminuição na classificação de muito ativos caindo de (29%) para (6%). Nossos achados são similares aos encontrados no estudo de Barbosa et al. (2016) com o objetivo de avaliar a relação entre composição corporal e nível de aptidão física de escolares do Ensino Médio, utilizando o Questionário Internacional do Nível de Atividade Física - IPAQ versão curta, revelou que 95% dos adolescentes foram considerados ativos e muito ativos de acordo com o

IPAQ, sendo essa prevalência elevada semelhante aos resultados encontrados nesse estudo que foi de 63% dos adolescentes considerados ativos e muito ativos. Em um estudo que avaliou os níveis de atividade física em adolescentes de ambos os sexos das escolas da rede pública estadual de Ensino Médio do Estado de Pernambuco em áreas rurais, com idade entre 14 e 19 anos, observou-se que 37,3% dos escolares foram considerados como ativos (REGIS et al., 2016). Na nossa pesquisa que também apresenta o mesmo cenário rural demonstramos resultados superiores aos encontrados na literatura, sugerindo que as características regionais podem influenciar no estilo de vida dos adolescentes. Ao avaliar adolescentes do ensino médio da cidade de João Pessoa-PB, Farias Junior (2010) encontrou que pouco mais da metade dos adolescentes apresentaram níveis suficientes de atividade física (50,2%), resultado este próximo aos encontrado neste trabalho. Em seu estudo, Voser et al. 2017 com o objetivo de analisar o nível de atividade física de escolares, e verificar se existe diferença entre os sexos dos estudantes de uma escola pública da cidade de Pelotas-RS, para verificar o NAF foi aplicado o questionário IPAQ, em sua versão curta, assim mostrando que as adolescentes do sexo feminino apresentaram um maior índice de inatividade física do que os adolescentes do sexo masculino. Já nesse estudo apesar dos resultados serem similares entre os adolescentes de ambos os sexos, observou-se que as meninas demonstraram ser mais ativas do que os meninos, talvez por questões ambientais, econômicos e socioculturais, além de obrigações como as atividades do domínio doméstico comum nas áreas rurais. Portanto, podemos concluir que a maioria dos adolescentes foram considerados como ativos. Quando comparados, as meninas foram consideradas mais ativas do que os meninos. E ainda que ao longo do período da adolescência os escolares aumentaram a prevalência de ativos, porém diminuíram como muito ativos. Diante dessas informações se faz necessário contribuir com intervenções que melhorem a prática de atividade física nessa faixa etária. Palavras-chave: Atividade física, Sedentarismo, Adolescentes, Escolares Referências BARBOSA THAIZI et al. Relação entre composição corporal e aptidão física em grupo de escolares do ensino médio no Brasil. Rev. da UIIPS, v. 4, n. 2, p. 273-284, 2016. FARIAS JUNIOR, J. C. Nível de atividade física e fatores associados (individuais e ambientais) em adolescentes do ensino médio no município de João Pessoa (PB), Brasil. 2010. NAHAS, M. V.; Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 3ª ed. Rev. e Atual. Londrina: Midiograf 2003. REGIS, M. F.; et al. Estilos de vida urbano versus rural em adolescentes: associações entre meio-ambiente, níveis de atividade física e comportamento sedentário. Einstein, 14(4),461-7, 2016. VOSER, R. C.; et al. Mensuração do nível de atividade física de escolares da rede pública de ensino de Pelotas - RS. Rev. Bras. de Presc. e Físio. do Exer. São Paulo. v.11 n.70. 1.p 820-825. Jan/Dez. 2017. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Atividade física. Consult. 4 Março, 2018, disponível em <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/en/>, 2011.

Palavras-chave: .

¹ , ;