

ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE CONHECIMENTO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE E PARTICIPAÇÃO EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

NICOLE GOMES GONZALES¹; MATHEUS PINTANEL FREITAS²; MARIO RENATO AZEVEDO³; AIRTON JOSÉ ROMBALDI⁴

¹Universidade Federal de Pelotas – nicolegomesgonzales@yahoo.com.br

²Universidade Federal de Pelotas – matheus.pintanel@hotmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – marioazevedojr@terra.com.br

⁴Universidade Federal de Pelotas – rombaldi@ufpel.tche.br

1. INTRODUÇÃO

Atualmente, as doenças crônicas não transmissíveis são a principal causa de mortes dos últimos anos. Dados da Organização Mundial da Saúde indicam que elas foram responsáveis por 63% do total de mortes mundiais no ano de 2008 (WHO, 2011).

Dentre as causas dessas doenças estão presentes fatores não modificáveis (genéticos) e fatores modificáveis (ligados ao estilo de vida), que compreendem: tabagismo, inatividade física, dieta pouco saudável, consumo exagerado de álcool (WHO, 2011) e estresse crônico (COHEN et al., 2012).

Se tornar ativo fisicamente é um componente de suma importância no combate à essas morbidades, pois, se 25% da inatividade física diminuísse, até 1,3 milhões de mortes por ano seriam prevenidas (LEE, et al., 2012).

Um passo importante para a mudança do estilo de vida na direção de tornar-se fisicamente ativo é aumentar o conhecimento populacional sobre a atividade/exercício físico e, como a maioria das crianças passarão pela escola pelo menos uma vez na vida, esse espaço se torna o mais apropriado; e a disciplina de Educação Física pode suprir essa demanda.

Com base nisso, objetivou-se avaliar se o número de aulas de Educação Física frequentadas pelos alunos da cidade de Canguçu/RS está associada com o conhecimento sobre atividades física ligadas à saúde desses escolares.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal realizado com todos os escolares da 5ª série do ensino fundamental ao 3º ano do ensino médio, de ambos os sexos, matriculados em 15 escolas públicas do município de Canguçu/RS, selecionadas de maneira intencional.

Foram coletadas informações sobre aspectos sociodemográficos, apoio social para a prática de atividade física, nível de atividade física, hábitos alimentares, participação nas aulas de educação física e nível de conhecimento, porém, somente as duas últimas variáveis foram utilizadas neste estudo.

A participação nas aulas de educação física foi coletada através da pergunta “Durante uma semana típica (normal), em quantas aulas de educação física você participa?”, com respostas categorizadas em nenhuma aula, participação em uma, duas ou três aulas.

O nível de conhecimento dos escolares foi avaliado através de um instrumento autoaplicável desenvolvido pelos pesquisadores, que considerou conteúdos da educação física relacionados à saúde e atividade física e de acordo com o entendimento de cada série de ensino sobre os temas. O escore foi obtido através do número de respostas corretas, variando de 0 a 10.

O projeto referente a este estudo foi submetido ao Comitê de Ética do curso de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas sob protocolo nº 039/2011. As escolas selecionadas para participar do estudo, receberam uma Carta de Apresentação do Projeto, como documento formal da universidade sobre o estudo.

Os alunos com idade inferior a 18 anos apresentaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos pais, e os com 18 anos ou mais foi solicitado termo assinado pelo próprio aluno.

As análises estatísticas foram realizadas no pacote estatístico STATA 12.0. Foi utilizado análise visual a partir do histograma para verificar a normalidade de distribuição da variável desfecho e análise de variância para verificar a associação entre a variável desfecho e a exposição. O nível de significância foi fixado em $p < 0,05$.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 15 escolas e 937 alunos. A maioria dos escolares entrevistados é do sexo feminino (54,7%), entre 13 e 15 anos de idade (50,8), de cor da pele branca (87,5%), estudante da zona rural (71,7%) e da rede municipal de ensino (57,2%). Os entrevistados estão igualmente distribuídos nos quartis de índice de bens e boa parte dos escolares cursava a 6ª série do ensino fundamental (21,7%).

A média de conhecimento foi baixa (3,25), sugerindo o não conhecimento dos alunos sobre essa temática. Nota-se a não associação entre o conhecimento sobre atividade física e saúde dos escolares e o número de aulas de Educação Física que frequentavam durante a semana (tabela 2). Associação semelhante não foi encontrada na literatura para fins de comparação, porém um estudo realizado na cidade de Pelotas (SILVEIRA; SILVA, 2011) teve como resultado que a maioria dos escolares estava no quartil inferior de conhecimento sobre atividade física, indo ao encontro de nossos achados, confirmando o desconhecimento dessa temática por parte dos estudantes.

Tabela 1. Descrição da amostra de escolares do município de Canguçu/RS (n=937).

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	400	45,3
Feminino	483	54,7
Idade		
10-12 anos	297	35,0
13-15 anos	431	50,8
16-18 anos	113	13,3
Acima de 18 anos	7	0,8
Cor da pele		
Branca	766	87,5
Negra	45	5,1
Mulata	48	5,5
Outra	16	1,8
Quartis de índice de bens		
1(menor)	216	25,0
2	217	25,1
3	215	24,9
4(maior)	215	24,9
Série		
5ª série	190	21,5
6ª série	192	21,7
7ª série	141	16,0
8ª série	166	18,8
1º EM	92	10,4
2º EM	52	5,9
3º EM	50	5,6
Zona		
Rural	633	71,7
Urbana	250	28,3
Rede		
Municipal	505	57,2
Estadual	378	42,8

Tabela 2. Associação entre participação nas aulas de Educação física e resultado na prova de escolares do município de Canguçu/RS (n=808).

Participação (dias/semana) nas aulas de educação física	Resultado na prova (0-10 pontos)	Valor p*
Nenhum	4,0 (± 2,2)	0,5
1	3,2 (± 2,0)	
2	3,3 (± 2,1)	
3	3,2 (± 1,9)	

*Análise de variância

Isso justifica a elaboração de intervenções que objetivem a inserção de conteúdos sobre atividade física e saúde, para que essas crianças tenham mais chance de serem ativos fisicamente na idade adulta, visto que, quando um comportamento é adquirido na infância/juventude, ele tende a permanecer ao longo da vida (AZEVEDO et al., 2007).

4. CONCLUSÃO

Conclui-se que o conhecimento sobre atividade física e saúde não esteve associado com o número de aulas de Educação Física escolar, indicando a não abordagem desse tipo de conteúdo nessa disciplina. Recomenda-se a realização de intervenções que objetivem a inserção dessa temática na ambiente escolar, para que os alunos tenham mais chances de se tornarem fisicamente ativos e esse hábito permanecer ao longo da vida.

5. REFERÊNCIAS

AZEVEDO, M.R.; ARAÚJO, C.L.; SILVA, M.C.; HALLAL, P.C. Tracking of physical activity From adolescence to Adulthood: a population-based Study. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 1, p. 69-75, 2007.

COHEN, S.; JANICKI-DEVERTS, D.; DOYLE, W.J.; MILLER, G.E.; FRANK, E.; RABINE, B.S. et al. Chronic stress, glucocorticoid receptor resistance, inflammation, and disease risk. **PNAS**, USA, v. 109, n. 16, p. 5995-99, 2012.

LEE, I-M; SHIROMA, E.J.; LOBELO, F.; PUSKA, P.; BLAIR, S.N.; KATZMARZYK, P.T. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. **Lancet**, England, v. 380, n. 9838, p. 219-229, 2012.

SILVEIRA, E.F.; SILVA, M.C. Conhecimento sobre atividade física dos estudantes de uma cidade do sul do Brasil. **Motriz**, Rio Claro, v.17 n.3, p.456-467, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global status report on noncommunicable diseases 2010. Geneva: **World Health Organization**; 2011.