

PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS DO SUL DO BRASIL

GISELE FERREIRA DUTRA¹; CRISTINA CORREA KAUFMANN²;
ALESSANDRA DOUMID BORGES PRETTO³; ELAINE PINTO ALBERNAZ⁴

¹ *Doutoranda em Saúde e Comportamento, Universidade Católica de Pelotas (UCPEL)-
gisele_fd@yahoo.com.br*

² *Doutora em Saúde e Comportamento pela Universidade Católica de Pelotas (UCPEL)-
Professora Adjunta da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) -
cristinackaufmann@hotmail.com*

³ *Doutoranda em Saúde e Comportamento, Universidade Católica de Pelotas (UCPEL)-
alidoumid@yahoo.com.br*

⁴ *Doutora em Epidemiologia pela Universidade Federal de Pelotas, Professora Adjunta do
Programa de Pós Graduação em Saúde e Comportamento, Universidade Católica de Pelotas
(UCPEL). Bolsista PQ.CNPQ – zanrebla@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é uma epidemia mundial, sendo fator de risco no curso natural de várias outras doenças crônicas (WHO, 2000). Com a ascensão da globalização e suas consequências, sobretudo a urbanização, a industrialização e o desenvolvimento econômico, ocorreram mudanças negativas no estilo de vida da população, com alterações nos padrões dietéticos e redução da atividade física (WHO, 2003). A etiologia da obesidade é multifatorial, porém, estimular o aumento da atividade física e a adoção de práticas alimentares benéficas, é o principal artifício associado a uma vida saudável entre os jovens (SABIA, SANTOS e RIBEIRO, 2004).

Embora a maioria das doenças associadas ao sedentarismo somente se manifeste na vida adulta, existem evidências de que seu desenvolvimento se inicia na infância e adolescência (PARSONS et al., 1999). Assim, a prática apropriada de atividade física na juventude traz benefícios à saúde, tanto a curto quanto em longo prazo (GORDON-LARSEN, NELSON e POPKIN, 2004).

A prevalência de sedentarismo nos jovens varia entre os estudos (OEHLSCHLAEGER et al., 2004; RIVERA et al., 2010), de forma que é possível que a utilização de diferentes instrumentos e definições de sedentarismo (TWISK, 2001) explique parte dessas diferenças. Segundo HALLAL et al., (2006), é importante padronizar instrumentos e pontos de corte para a comparação dos resultados.

A crescente prevalência de inatividade física em todas as faixas (ALVES et al., 2010; OEHLSCHLAEGER et al., 2004; RIVERA et al., 2010), bem como seus riscos e consequências para a saúde, justificam a realização de estudos abordando esta temática. Assim, o objetivo desse estudo foi verificar as práticas de atividade física em crianças com oito anos de idade, pertencentes a uma coorte na cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

2. METODOLOGIA

Trata-se de estudo prospectivo de coorte dos nascidos no período de setembro de 2002 a maio de 2003 nas maternidades da cidade de Pelotas (RS). No presente estudo avaliou-se as práticas de atividade física em crianças com oito anos de idade.

Para avaliar o nível de atividade física, foi utilizado o questionário de atividade física para crianças e adolescentes (PAQ-C) (CROCKER et al., 1997), o qual caracteriza o nível de atividade física nos sete dias anteriores a sua aplicação. O questionário é composto por nove questões sobre a prática de esportes e jogos; as atividades físicas na escola e no tempo de lazer, incluindo o final de semana. Cada questão tem valor de 1 a 5 e o escore final é obtido pela média das questões, sendo o escore 1, equivalente a muito sedentário e 5, muito ativo. Os escores 2, 3 e 4 representam as categorias sedentário, moderadamente ativo e ativo, respectivamente. Assim, pode-se classificar os indivíduos como ativos (escore ≥ 3) ou sedentários (escore < 3).

Entrevistadores treinados aplicaram o questionário padronizado e previamente testado às mães ou cuidadores e crianças, sobre diversos aspectos da saúde infantil, incluindo a frequência, o tipo e a intensidade da atividade física na última semana. A amostra foi calculada visando análises baseadas em nível de confiança de 95% e poder estatístico de 80% para exposições, variando entre 15 e 80%, estimando um Risco Relativo (RR) de 2 e acréscimo de 15% ao cálculo inicial para perdas e controle de fatores de confusão.

Efetou-se o cálculo das frequências das variáveis, a análise bivariada entre os fatores de exposição e o desfecho e entre os fatores de exposição e outras variáveis. Somente as associações com $p < 0,05$ foram consideradas estatisticamente significativas.

Na análise dos dados, utilizou-se o programa Epi-Info 6.0 e o pacote estatístico SPSS para Windows, versão 18.0. Os dados foram duplamente digitados, sendo posteriormente realizada verificação de consistência das informações.

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Católica de Pelotas. O consentimento esclarecido foi obtido dos pais ou responsáveis, após os mesmos terem recebido informações sobre a pesquisa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi possível localizar 616 crianças (63,3%) da amostra inicial de 973. A amostra visitada foi representativa daquela da triagem hospitalar.

Observou-se que cerca de 10% das crianças nasceu pré-termo e 8% abaixo do peso ($< 2500g$). As demais características encontram-se na Tabela 1. Pode-se observar que mais de metade das crianças era sedentária, sendo que nenhuma foi classificada como muito ativa.

A prevalência de sedentarismo foi de 71,2%. Em estudo realizado com crianças e adolescentes de Maceió (AL), os autores observaram que esta prevalência foi de 93,5% (RIVERA et al., 2010).

Estratificando-se a atividade física por variáveis sociodemográficas, nota-se que apenas o sexo permaneceu associado, sendo mais frequente entre as meninas. Esses resultados divergem de estudos prévios realizados em Pelotas (RS), onde a frequência de realização de atividade física foi maior entre os homens (AZEVEDO et al., 2007; HALLAL et al., 2005; VINHOLES et al., 2009).

A corrida foi a prática esportiva mais prevalente tanto na população geral, quanto em ambos os gêneros. Corroborando os resultados encontrados por HALLAL et al., (2006), neste estudo futebol e basquete figuraram entre os esportes praticados com frequência significativamente maior entre os meninos, enquanto dança e voleibol tiveram adesão significativamente maior entre as meninas.

Tabela 1 - Características da amostra estudada, Pelotas (RS), 2011.

<i>Variável</i>	N	%
Classe econômica (ABEP)		
A1 e A2	24	3,9
B1 e B2	202	32,8
C1 e C2	325	52,8
D e E	65	10,5
Escolaridade materna		
Analfabeto/3ª série fundamental	34	5,5
4ª série fundamental completo	176	28,6
Fundamental completo	133	21,6
Médio completo	213	34,6
Superior completo	53	8,6
Ignorado‡	7	1,1
Sexo da criança		
Masculino	316	51,3
Feminino	300	48,7
Cor da criança		
Branca	433	70,3
Não branca	183	29,7
Nível de Atividade Física		
Muito Sedentário	103	16,7
Sedentário	336	54,5
Moderadamente Ativo	160	26,0
Ativo	17	2,8

4. CONCLUSÕES

Conclui-se que a taxa de sedentarismo entre as crianças foi elevada. Os resultados ratificam a importância de estratégias de apoio e incentivo à prática de atividade física entre crianças e jovens, que tenham caráter intersetorial, englobando políticas de saúde, educação e cultura e que integrem também a sociedade e a família.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

World Health Organization (2000). **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Report of a WHO Consultation on Obesity. Geneva: WHO, 2000. (Technical Report Series, 894). Online. Disponível em: http://www.who.int/nutrition/publications/obesity/WHO_TRS_894/en/.

World Health Organization (2003). **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases**. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. Geneva: World Health Organization. (WHO Technical Report Series, 916). Online. Disponível em: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/trs916/en/>.

SABIA, R.V.; SANTOS, J.E.; RIBEIRO, R.P.P. Efeito Da atividade física associada à orientação alimentar em adolescentes obesos: comparação entre exercício

aeróbico e anaeróbico. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.10, n.5, p.349-55, 2004.

PARSONS, T.J.; POWER, C.; LOGAN, S.; SUMMERBELL, C.D. Childhood predictors of adult obesity: a systematic review. **International journal of obesity and related metabolic disorders**, 23 Suppl 8:S1-107, 1999.

GORDON-LARSEN, P.; NELSON, M.C.; POPKIN, B.M. Longitudinal physical activity and sedentary behavior trends: adolescence to adulthood. **The American Journal of Preventive Medicine**, v.27, p.277-83, 2004.

OEHLSCHLAEGER, M.H.; PINHEIRO, R.T.; HORTA, B.; GELATTI, C.; SANTANA, P. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. **Revista de Saúde Pública**, v.38, p.157-63, 2004.

RIVERA, I.R.; SILVA, M.A.M.; SILVA, R.D.T.A.; OLIVEIRA, B.A.V.; CARVALHO, A.C.C. Atividade física, horas de assistência à TV e composição corporal em crianças e adolescentes. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v.95, n.2, p.159-65, 2010.

TWISK, J.W. Physical activity guidelines for children and adolescents: a critical review. **Sports Medicine**, v.31, p.617-27, 2001.

HALLAL, P.C.; BERTOLDI, A.D.; GONÇALVES, H.; VICTORA, C.G. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. **Cadernos de Saúde Pública**, v.22, p.1277-87, 2006.

ALVES, J.G.B.; SIQUEIRA, F.V.; FIGUEIROA, J.N.; FACCHINI, L.A.; SILVEIRA, D.S.; PICCINI, R.X.; TOMASI, E.; THUMÉ, E.; HALLAL, P.C. I. Prevalência de adultos e idosos insuficientemente ativos moradores em áreas de unidades básicas de saúde com e sem Programa Saúde da Família em Pernambuco, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.26, n.3, p. 543-556, 2010.

CROCKER, P.R.; BAILEY, D.A.; FAULKNER, R.A.; KOWALSKI, K.C.; MCGRATH, R. Measuring general levels of physical activity: Preliminary evidence for the Physical Activity Questionnaire for Older Children. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v.29, p.1344-1349, 1997.

AZEVEDO, M.R.; ARAUJO, C.L.; REICHERT, F.F.; SIQUEIRA, F.V.; SILVA, M.C.; HALLAL, P.C. Gender differences in leisure time physical activity. **The International Journal of Public Health**, v.52, p.8-15, 2007.

HALLAL, P.C.; MATSUDO, S.M.; MATSUDO, V.K.R.; ARAÚJO, T.L.; ANDRADE, D.R.; BERTOLDI, A.D. Physical activity in adults from two Brazilian areas: similarities and differences. **Cadernos de Saúde Pública**, v.21, p.573-80, 2005.

VINHOLES, D.B.; ASSUNÇÃO, M.C.F.; NEUTZLING, M.B. Frequência de hábitos saudáveis de alimentação medidos a partir dos 10 Passos da Alimentação Saudável do Ministério da Saúde: Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v.25, n.4, p.791-799, 2009.