

COMPARAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES DE PELOTAS-RS (2005 – 2012)

NÁDIA AMORIM MACHADO¹; CAROLINA DE VARGAS NUNES COLL²; ANDRÉA HOMSI DÂMASO³

¹Universidade Federal de Pelotas – na_morim@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – carolinavncoll@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – andreadamaso.epi@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A prática de atividade física na infância e adolescência contribui para que o indivíduo atinja seu potencial de crescimento e desenvolvimento pleno da aptidão física (SOC. BRAS. PEDIATRIA, 2008). Além disso, a adoção de um estilo de vida saudável desde a infância e a adolescência, incluindo a prática de atividade física regular, reduz a incidência de problemas de saúde como a hipertensão arterial sistêmica, obesidade, diabetes mellitus, dislipidemia, aterosclerose e osteoporose. Dessa forma, proporcionando benefícios a curto e longo prazo para a saúde (SOC. BRAS. CARDIOLOGIA; SOC. BRAS. HIPERTENSÃO; SOC. BRAS. NEFROLOGIA, 2010).

Apesar das inúmeras evidências sobre os benefícios da prática regular de atividade física, estudos têm demonstrado que a prevalência de inatividade física entre adolescentes é alta no mundo todo, atingindo 80% dos jovens (HALLAL et al., 2012). No Brasil, resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2012, apontaram que a maioria dos adolescentes (69,9%) foi classificada como inativa (MIN. PLAN., ORÇ. E GESTÃO; IBGE; DIR. PESQ.; COORD. POP. E IND. SOC., 2013).

Além disso, levando que conta a que prática de atividade física tende a diminuir ao longo da adolescência (DUMITH et al., 2011) e que os níveis de atividade física nesta faixa etária podem ser considerados um preditor do nível de atividade na idade adulta (AZEVEDO et al., 2007), a inatividade física na adolescência torna-se ainda mais preocupante.

Diante desse contexto, o monitoramento dos níveis de atividade física desse grupo populacional torna-se fundamental para auxiliar no planejamento de intervenções efetivas. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo comparar a prática de atividade física em adolescentes de Pelotas-RS nos anos de 2005 e 2012.

2. METODOLOGIA

Os dados aqui analisados fazem parte de dois estudos transversais de base populacional realizados em 2005 e 2012, na cidade de Pelotas-RS. O processo de amostragem de ambos os estudos foi semelhante e realizado em duplo estágio (seleção sistemática de setores censitários e, dentro desses, a seleção dos domicílios). Em cada domicílio amostrado, todos os indivíduos com idade entre 10 a 19 anos foram elegíveis para participar do estudo. O número total de domicílios selecionados foi de 1.507 em 2005 e 1.723 em 2012, representando 873 e 786

adolescentes elegíveis, respectivamente. Taxas de não-resposta (perdas e recusas) foram de 1,8% em 2005 e 5,7% em 2012.

A prática de atividades físicas no lazer e como forma de deslocamento foram mensuradas por meio de questionário validado (BASTOS, ARAUJO, HALLAL, 2008). O escore total de atividade física foi construído por meio da soma dos minutos por semana dispendidos em atividades físicas. Um ponto de corte de 300 minutos/semana foi utilizado para classificar o adolescente como ativo, em acordo com as recomendações atuais para a prática de atividade física na adolescência (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2010). A proporção de adolescentes que não praticava atividade física (zero minutos no escore total) também foi avaliada.

Para a análise de dados, primeiramente a prevalência de atividade física foi comparada entre os estudos, bem como a proporção de adolescentes que não praticavam atividade física (0 minutos/semana). Após, a prevalência de adolescentes que não praticavam atividade física foi comparada de acordo com os subgrupos das variáveis independentes. As variáveis independentes utilizadas foram sexo (masculino ou feminino), idade (em anos completos) e nível socioeconômico (de acordo com Associação Nacional de Empresas de Pesquisa – ABEP – A/B/C/D/E). A significância estatística foi calculada utilizando testes de qui-quadrado para heterogeneidade.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme observamos na Figura 1, de 2005 para 2012, a prevalência de adolescentes considerados ativos permaneceu estável, enquanto houve aumento significativo da proporção de adolescentes que não praticava nenhuma atividade física ($p=0,03$).

Embora outros estudos de monitoramento da prática de atividade física em adolescentes venham sendo conduzidos em países de renda alta, os desfechos e as faixas etárias variam consideravelmente. Irving et al, em estudo conduzido em Ontario (Canadá), avaliaram a prática de atividade física vigorosa em estudantes nos anos de 1997 e 2001, encontrando como resultado a estabilidade dos padrões de atividade física. Por outro lado, Mak et al., em estudo realizado em Hong Kong, e Suris et al, em estudo suíço, encontraram decréscimo na participação de adolescentes em esportes e aumento de atividades sedentárias quando no período avaliado (1995 - 2000 e 1993 - 2002, respectivamente).

Todavia a comparação de nossos achados com outros estudos torna-se bastante limitada, em virtude da grande diversidade metodológica existente entre os mesmos. Além disso, poucos estudos avaliam a prevalência de adolescentes que não praticam nenhuma atividade física. Entretanto, vale ressaltar a importância do monitoramento da prática de atividade física analisando o desfecho de formas distintas, já que houve estabilidade entre os que cumprem a recomendação, mas aumento significativo nos que praticam zero minuto em atividade física.

Uma possível hipótese para o aumento na prevalência de adolescentes que não praticam nenhuma atividade física encontrado no presente estudo pode ter relação com aumento de atividades sedentárias e mudança do estilo de vida dos adolescentes nos últimos anos.

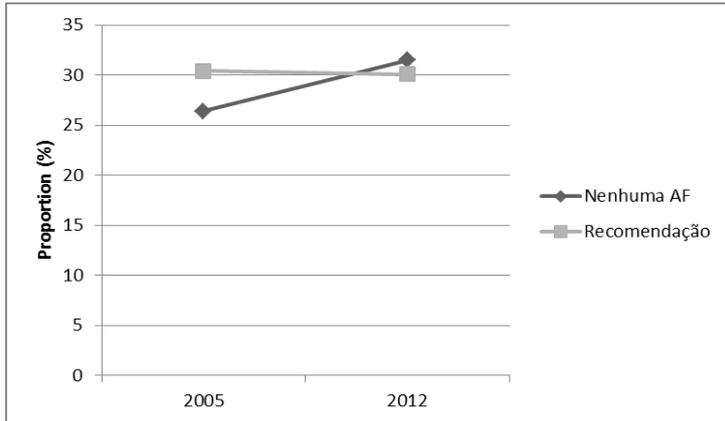


Figura 1. Comparação entre prevalência de adolescentes que não praticaram nenhuma atividade e os que praticaram atividade física conforme recomendação nos anos de 2005 e 2012 em Pelotas-RS.

Com relação à comparação da prevalência de adolescentes que não praticavam nenhuma atividade física de acordo com sexo, idade e nível socioeconômico, observou-se um aumento significativo entre adolescentes do sexo feminino, na faixa etária de 10 a 14 anos e nas classes socioeconômicas A+B e C de 2005 para 2012 (Tabela 1).

No entanto, o presente estudo é limitado para entender os resultados encontrados, havendo necessidade de novos estudos para compreender os motivos do maior aumento da proporção de adolescentes que não pratica nenhuma atividade física nesses subgrupos.

Tabela 1. Comparação da prevalência de adolescentes que não praticaram nenhuma atividade física de acordo com sexo, idade e nível socioeconômico nos anos de 2005 e 2012 em Pelotas-RS.

Variáveis	2005	2012	Valor p
	N (%)	N (%)	
Sexo			
Masculino	76 (18,6)	80 (22,3)	.24
Feminino	444 (33,6)	384 (40,1)	.05
Idade (anos)			
10 – 14	83 (19,3)	90 (25,5)	.04
15 – 19	142 (33,7)	144 (36,9)	.34
Nível socioeconômico			
A+B	59 (27,3)	111 (36,2)	.03
C	69 (21,2)	95 (27,6)	.05
D+E	96 (31,5)	21 (25,9)	.41
Total	225 (26,4)	234 (31,5)	.03

4. CONCLUSÕES

Embora a prevalência de atividade física tenha permanecido estável, a proporção de adolescentes que não pratica nenhuma atividade física aumentou no período. Considerando os benefícios da prática de atividade física para a saúde do adolescente e, em longo prazo, de adultos, estudos de monitoramento dos níveis de atividade física mostram-se cada vez mais importantes nessa faixa etária. Tais estudos poderão nortear políticas de incentivo à prática de atividade física, focando em grupos que possivelmente podem estar mais propensos à inatividade física.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABEP. Critério de Classificação Econômica Brasil. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisas. Online. Disponível em: <http://www.abep.org/novo/Content.aspx?SectionID¼84>.

AZEVEDO, M.R.; ARAÚJO, C.L.; SILVA, M.C.; HALLAL, P.C. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. **Rev Saúde Pública**, v.41, n.1, p. 69-75, 2007.

BASTOS, J.P.; ARAUJO, C.L.; HALLAL, P.C. Prevalence of insufficient physical activity and associated factors in Brazilian adolescents. **J Phys Act Health**, v.5, p. 777-794, 2008.

DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE NUTROLOGIA DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Atividade Física na Infância e na Adolescência: Guia Prático para o Pediatra. **Sociedade Brasileira de Pediatria Documento Científico**, 2008.

DUMITH, S.C.; GIGANTE, D.P.; DOMINGUES, M.R.; KOHL III, H.W. Physical activity change during adolescence: a systematic review and a pooled analysis. **International Journal of Epidemiology**, v.40, p. 685–698, 2011.

HALLAL, P.C.; ANDERSEN, L.B.; BULL, F.C.; GUTHOLD, R.; HASKELL, W. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **Lancet**, v.380, p. 247-257, 2012.

IRVING, H.M.; ADLAF, E.M.; ALLISON, K.R.; PAGLIA, A.; DWYER, J.J.M.; GOODMAN, J. Trends in vigorous physical activity participation among Ontario adolescents, 1997-2001. **Canadian Journal of Public Health**, v.94, n.4, p. 272-274, 2003.

MAK, K.K.; DAY, J.R. Secular trends of sports participation, sedentary activity and physical self-perceptions in Hong Kong adolescents, 1995–2000. **Acta Pædiatrica**, v.99, p. 1731–1734, 2010.

MINISTÉRIO DO PLANEJAMENTO, ORÇAMENTO E GESTÃO; INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE; DIRETORIA DE PESQUISAS; COORDENAÇÃO DE POPULAÇÃO E INDICADORES SOCIAIS. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2012. Rio de Janeiro, 2013.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA; SOCIEDADE BRASILEIRA DE HIPERTENSÃO; SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA. VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão. **Arq Bras Cardiol**, v.95, p. 1-51, 2010.

SURIS, J.C.; MICHAUD, P.A.; CHOSSIS, I.; JEANNIN, A. Towards a sedentary society: trends in adolescent sport practice in Switzerland (1993-2002). **J Adolesc Health**, v.39, n.1, p. 132-134, 2006.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. Geneva, Switzerland, 2010.