

ATIVIDADES FÍSICAS PRATICADAS PELOS ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE CANGUÇU/RS

EMELIN OLIVEIRA CORRÊA¹; NICOLE GOMES GONZALES²; MARIO RENATO DE AZEVEDO JÚNIOR³; AIRTON JOSÉ ROMBALDI⁴

¹*Universidade Federal de Pelotas – emelincorrea@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – nicolegomesgonzales@yahoo.com.br*

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

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

1. INTRODUÇÃO

De acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde) a recomendação de atividade física diária para crianças e adolescentes, de 5 a 17 anos, é de 60 minutos, porém, segundo o estudo de Kremer et al. (2012), nas aulas de educação física as atividades físicas são insuficientes para proporcionar mudanças positivas na saúde e qualidade de vida (WHO, 2010).

Visto que há uma maior necessidade de promover a saúde, o melhor lugar para isto é na escola, onde crianças e jovens estão presentes. Com isto, existe uma maior probabilidade de que hábitos saudáveis incorporados na adolescência pelos escolares continuem presentes durante a fase adulta. Entre os hábitos saudáveis a incorporar está o da atividade física. No entanto, existem evidências indicando que os adolescentes estão cada vez mais inativos (HALLAL et al., 2006; HALLAL et al., 2010).

Este estudo objetivou descrever as atividades físicas fora da escola praticadas pelos escolares do município de Canguçu/RS.

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. A investigação vinculou-se ao projeto intitulado “Educação Física Mais: Praticando Saúde na Escola (EF+)”.

Foram coletadas informações sobre aspectos sociodemográficos e as atividades físicas de lazer praticadas pelos escolares.

Para avaliar o nível de atividade física foi utilizado o questionário autoaplicável proposto por Farias Júnior et al. (2009). O questionário era composto por uma lista de atividades físicas, nas quais cada aluno respondeu quantos dias por semana e quanto tempo por dia, em média, ele praticou as

atividades na semana passada. Caso o aluno tenha praticado alguma atividade não listada, ele tinha um espaço para acrescentá-la. Foram considerados ativos os adolescentes que apresentarem um escore superior a 300min/semana de atividade física (USDHHS, 2008).

O projeto referente a este estudo foi submetido e aprovado pelo 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.

Os dados foram duplamente digitados no programa Epi Info 6.0 e após a checagem para ocorrência de erros, foram transferidos para o pacote estatístico STATA 12.0. Os resultados foram apresentados como número total (N) e porcentagem (%).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 15 escolas e 937 alunos. Pode-se observar segundo a tabela 1, que a maioria dos escolares era do sexo feminino (54,7%), com idades entre 13 e 15 anos (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 estavam igualmente distribuídos nos quartis de índice de bens e boa parte dos escolares cursava a 6ª série do ensino fundamental (21,7%). Em relação às atividades físicas de lazer mais praticadas pelos escolares, destacam-se o futebol (55,1%), a corrida (50,7%), andar de bicicleta (53,4%) e caminhada como meio de transporte (66,9%). No que se refere ao nível de atividade física no lazer, 61,8% dos escolares avaliados foram considerados ativos fisicamente.

Estudo de Oliveira et al. (2010) realizado com escolares de São Luís/MA, encontraram dados semelhantes aos nossos achados, no que se refere à prevalência de escolares realizando deslocamento ativo (58,4%). Azevedo, Araújo e Pereira (2006) ao realizarem um estudo com adultos de Pelotas/RS, sobre a atividade física na adolescência, encontraram o futebol (53,1%) como sendo uma das atividades físicas mais praticadas pelos indivíduos do estudo no período da adolescência.

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

4. CONCLUSÃO

Os resultados desse estudo sugerem que políticas públicas para promoção de um estilo de vida ativo sejam desenvolvidas com intuito de elevar a prevalência de jovens ativos fisicamente.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Hallal PC, Victora CG, Azevedo MR, Wells JCK. Adolescent Physical Activity and Health: A Systematic Review. *Sports Med.* 2006; 36(12):1019-1030.
2. Hallal PC, Knuth AG, Cruz DKA, Mendes MI, Malta DC. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. *Cienc Saude Colet.* 2010; 15(2):3035-3042, 2010.
3. World Health Organization. World health statistics 2012. Geneva, 2012. Disponível em: <

http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/EN_WHS2012_Full.pdf. Acesso em 30 jan. 2013

4. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). School Health Guidelines to Promote Healthy Eating and Physical Activity. *MMWR*. 2011; 60(5):1-80.

5. World Health Organization. Global recommendations on physical activity for health. Geneva, 2010. Disponível em: <<http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/en/index.html>>. Acesso em: 29 jan. 2013.

6. Kremer MM, Reichert FF, Hallal PC. Intensidade e duração de esforços físicos em aulas curriculares de Educação Física. *Rev Saude Publica*. 2012; 46(2):320-6.

7. Azevedo MR, Araújo CL, Silva MC, Hallal PC. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. *Rev Saude Publica*. 2007; 41(1): 69-75.

8. Azevedo MR, Araújo CLP, Pereira, FM. Atividades físicas e esportivas na adolescência: mudanças de preferências ao longo das últimas décadas. *Rev Bras Educ Fís Esp*. 2006; 20(1): 51-58.

9. Oliveira TC, Silva AAM, Santos CJN, Silva JS, Conceição SIO. Atividade física e sedentarismo em escolares da rede pública e privada de ensino em São Luís. *Rev Saúde Pública*. 2010; 44(6):996-1004.