

CARACTERIZAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL DE CRIANÇAS DE BAIXA RENDA DE UMA ESCOLA PÚBLICA

PONTES, Thierres Hernani Dias de

Discente do curso de Bacharel Educação Física da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva

DAMATTO, Ricardo Luiz

Docente do curso de Bacharel Educação Física da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva

RESUMO

A realização de atividades físicas está relacionada a importantes ganhos para saúde e bem-estar, bem como na prevenção de doenças e comorbidades associadas ao sedentarismo e obesidade. Sabe-se também que os hábitos sedentários ou ativos adquiridos na juventude tendem a se perpetuar pela vida adulta. **OBJETIVO:** o objetivo desde trabalho é caracterizar o nível de atividade física habitual, renda familiar e IMC de escolares de 11 a 12 anos de idade de uma escola pública de Itapeva. **MÉTODOS:** A amostra foi composta por 21 participantes entre 11 e 12 anos, foi realizada avaliação antropométrica para obtenção do IMC, utilizou-se um questionário socioeconômico do IBGE e o questionário de atividade física habitual de Baecke. **RESULTADOS:** Mediante questionário socioeconômico verificou-se que as famílias encontram-se na classe C2. O valor médio de IMC aponta para faixa de baixo peso e avaliação de atividade física habitual mostrou não haver prevalência de sedentarismo entre os participantes (85,71% dos participantes caminham a pé ou de bicicleta por mais de 45 minutos diários), a tendência ao uso de bicicleta nas horas de lazer e preferência pelo futebol como modalidade esportiva. **CONCLUSÃO:** Essa pesquisa encontra-se em desenvolvimento, sendo assim, esses são resultados preliminares sendo necessária maior investigação dados obtidos.

Palavras-chave: Atividade física habitual, obesidade, esporte e lazer.

ABSTRACT

The physical activities is related to important gains for health and well-being, and the prevention of diseases and comorbidities associated with physical inactivity and obesity. It is also known that sedentary habits or assets acquired in youth tend to perpetuate into adulthood. **OBJECTIVE:** The aim of this study is to characterize the level of habitual physical activity, family income and school BMI of 11 to 12 years old of a public school in Itapeva. **METHODS:** The sample consisted of 21 participants between 11 and 12 years, anthropometric assessment was performed to obtain the BMI, we used a socio-economic survey of the IBGE and the questionnaire of habitual physical activity of Baecke. **RESULTS:** Upon socioeconomic questionnaire it was found that families are the class C2. BMI average values points to underweight and evaluation of habitual physical activity showed no prevalence of physical inactivity among the participants (85.71% of the participants go on foot or by bicycle for more than 45 minutes daily), the trend the use of cycling during leisure time and preference

for football as a sport. CONCLUSION: This research is in development, therefore these are preliminary results requiring further research data.

Keywords: Routine physical activity, obesity, sports and leisure.

1. INTRODUÇÃO

A promoção em saúde é um exercício de cidadania com a responsabilidade de capacitar a comunidade para que atue na melhora da qualidade de vida e saúde por meio de um estilo de vida ativo. (BRASIL, 2002; CONFEF 2006).

A adoção de prática de atividades físicas regulares está associada com ganhos significativos de saúde, uma vez que a mesma é associada com a redução dos riscos de doenças crônico-degenerativas, cardiovasculares e prevalência de sedentarismo e obesidade e também é sabido que o comportamento ativo ou sedentário na infância e adolescência tende a se perpetuar ao longo da vida adulta (LAZOLLI et al, 2008; SILVA, MALINA, 2000, RIVEIRA et al, 2010).

O estilo de vida sedentário está associado a obesidade, que é adiposidade corporal acima dos limites para uma boa saúde, resultante de um desequilíbrio entre ingestão e gasto calórico. (RIVEIRA et al, 2010; FISBERG et al, 2016; DUTRA 2016).

A obesidade infanto-juvenil está associada a comorbidades como diabetes melitus tipo II, síndrome metabólica, hipertensão arterial sistêmica, sendo associada a fatores de risco cardiovasculares e possível surgimento de doenças como aterosclerose. (ROSSETI, BRITTO, NORTON, 2009; RIVEIRA et al, 2010).

A prevalência de obesidade é observada como um sério problema de saúde pública, e na literatura encontram-se estudos buscando comparar o nível de atividade física e a prevalência de obesidade e sedentarismo (SEABRA et al, 2004; MASCARENHAS et al, 2005; CAMPOS et al, 2008; ROSSETI, BRITTO, NORTON, 2009; DUTRA et al, 2015; CUNHA et al, 2016).

A avaliação de atividade física habitual (AFH) por meio de questionários é uma forma mais acessível para obtenção de dados, sendo a aplicação do questionário de Baecke validada e utilizada para o público desse estudo

(VASCONSELOS, MAIA, 2001; ANTUNES et al, 2015, MIRANDA et al, 2015, CORREA et al 2016).

Sendo assim o objetivo deste trabalho é caracterizar o nível de atividade física habitual, renda familiar e IMC de escolares de 11 a 12 anos de idade de uma escola pública de Itapeva.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal realizado em uma escola pública de Itapeva no ano de 2016.

À instituição foi encaminhado um pedido de autorização junto a diretora para a realização da pesquisa com alunos do 6º ano do ensino fundamental. Aos alunos foi entregue um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) acompanhado pelo bilhete emitido pelas instituições, para ser devidamente preenchido pelos pais e/ou responsáveis.

A amostra foi composta por 21 indivíduos sendo 12 do sexo masculino e 9 do sexo feminino, os critérios de inclusão adotados foram ter idade cronológica (IC) entre 11 e 12 anos, não apresentar nenhum tipo de impedimento como, laudo médico, ou a não autorização por parte dos pais e que estivessem devidamente matriculados na respectiva instituição de ensino.

As coletas para avaliação antropométrica foram obtidas durante o período de aula em espaço disponibilizado pela instituição. Foram divididos em grupos de cinco alunos, coletou-se peso corporal, altura e idade. Com esses dados calculou-se o índice de massa corporal (IMC), que é amplamente utilizado para diagnosticar possíveis distúrbios nutricionais, tanto individual quanto coletivo inclusive para crianças e adolescentes. (FAGUNDES e COITINHO, 2004, MIRANDA et. al., 2015).

Para obtenção do valor de renda familiar foi aplicado o questionário socioeconômico básico do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), aplicado no censo de 2010, o qual foi entregue aos alunos e devidamente

preenchido pelos pais/responsáveis dos mesmos, sendo orientados quanto ao preenchimento pelos pesquisadores quando necessário.

Para avaliação de atividade física habitual utilizou-se o questionário de Baecke, adaptado para estudantes conforme modelo proposto por Florindo, Latorre, (2003). O questionário é composto por 8 questões verificando a prática de esportes nos últimos 12 meses e atividades físicas realizadas no lazer.

Para cálculo da questão 1, o tipo de modalidade considerou-se a intensidade em *mets* proposto pelo compendio de Ainsworth et al. (2000), adotando os coeficientes: 1,76 para alta intensidade (> 6 *mets*), 1,26 para intensidades moderadas (3 a 6 *mets*) e 0,76 para intensidade leve (< 3*mets*). Para o tempo adotou-se: 0,5 para < 1 hora por semana, 1,5 para mais que uma hora e menos que duas, 2,5 para maior que duas e menor que três, 3,5 para maior que três e até quatro, 4,5 para maior de quatro horas por semana. Para tempo de prática (meses) utilizou-se 0,04 para menor ou até um mês, 0,17 entre um e três meses, 0,47 entre quatro e seis meses, 0,67 entre seis e nove meses e 0,92 para maior que nove meses. Esses valores foram multiplicados e somados (modalidade 1 e 2). Os valores obtidos na fórmula foram transpostos para escala de referência (escala de Likert) utilizando os seguintes parâmetros 0 = 1, entre 0,01 até < 4 = 2, entre 4 até < 8 = 3, entre 8 até < 12 = 4, $\geq 12,00 = 5$. (FLORINDO, LATORRE, 2003).

Posteriormente foram classificados de acordo com a frequência de ocorrência dentro dos parâmetros de uma escala de Likert (MENDES, MARTINS, FERNANDES, 2012).

3. RESULTADOS

A amostra foi caracterizada conforme resultados da avaliação antropométrica, a média de idade dos participantes foi $11\pm 0,48$ anos, peso de $40\pm 13,67$ quilos, altura de $1,45\pm 0,07$ metros, o IMC apresentou valor médio de $18,03\pm 6,06$, classificado como baixo peso segundo tabela de referência da ABESO (2009). Porém observa-se um desvio padrão de 6,06 indicando a existência de indivíduos na faixa de peso normal (24,09).

Na classificação socioeconômica observa-se renda média de R\$ $1480,00\pm 475,60$, número médio de moradores por domicílio é $4\pm 1,54$ e renda média per capita de R\$ $320,00\pm 115,82$. Segundo cartilha de referência da ABEP (2014) a média de renda encontra-se na classe C2 (baixa renda).

Para as questões de 1 a 4 do questionário de atividade física habitual, referentes a esportes no lazer observa-se na questão 1 que somente 14,29% dos indivíduos praticaram esportes com frequência, sendo que maiores valores são encontrados quanto a prática é esporádica. A questão 2, aponta 52,38% de respostas para frequentemente (ou maior), que é o quanto o indivíduo considera que pratica esporte ou exercícios físicos comparados a outros da mesma idade. A questão 3 avalia o nível de suor nas horas de lazer, 42,86% dos participantes declararam que o suor nas atividades de lazer ocorre raramente. A questão 4 indagava o participante quanto a frequência da prática de exercícios físicos ou esportes no lazer, observando-se que 47,64% praticam frequentemente e 33,33% esporadicamente.

Tabela 1: Esportes no lazer

Questão	1		2		3		4	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Nunca	0	0,00%	0	0,00%	1	4,76%	0	0,00%
Raramente	4	19,05%	4	19,05%	9	42,86%	3	14,29%
Algumas vezes	14	66,67%	6	28,57%	3	14,29%	7	33,33%
Frequentement e	3	14,29%	11	52,38%	6	28,57%	10	47,62%
Muito Freq.	0	0,00%	0	0,00%	2	9,52%	1	4,76%
TOTAL	21	100,00	21	100,00	21	100,00	21	100,00
		%		%		%		%

F: Frequência de respostas a item da escala de Likert. %: Valor correspondente em porcentagem.

Para questão 2 leia-se. Nunca: Muito menor. Raramente: Menor. Algumas vezes: A mesma. Frequentemente: Maior. Muito Freq.: Muito maior.

As questões de 5 a 8 correspondiam as atividades físicas no lazer. A questão 5 mensurava o tempo gasto vendo televisão. Nota-se um mesmo valor para duas respostas distintas, raramente e frequentemente tendo 33,33% cada. A questão 6 discorria quanto a frequência que o indivíduo anda durante as horas de lazer, 53,38% disseram fazê-lo frequentemente. A questão 7, “durante as horas de lazer eu ando de bicicleta” indicou que 38,10% nunca andam, entretanto, ao somar os valores obtidos em “frequentemente” e “muito frequentemente” observa-se o resultado de 47,62%, indicando alta tendência ao uso de bicicleta.

A questão 8 mensurava o tempo gasto para se ir e voltar à escola e realizar atividades diárias, caminhando ou andando de bicicleta, registrando maiores valores para “maior que 45 minutos diários”, correspondendo a 87,71% dos participantes.

Tabela 2: Atividades físicas no lazer



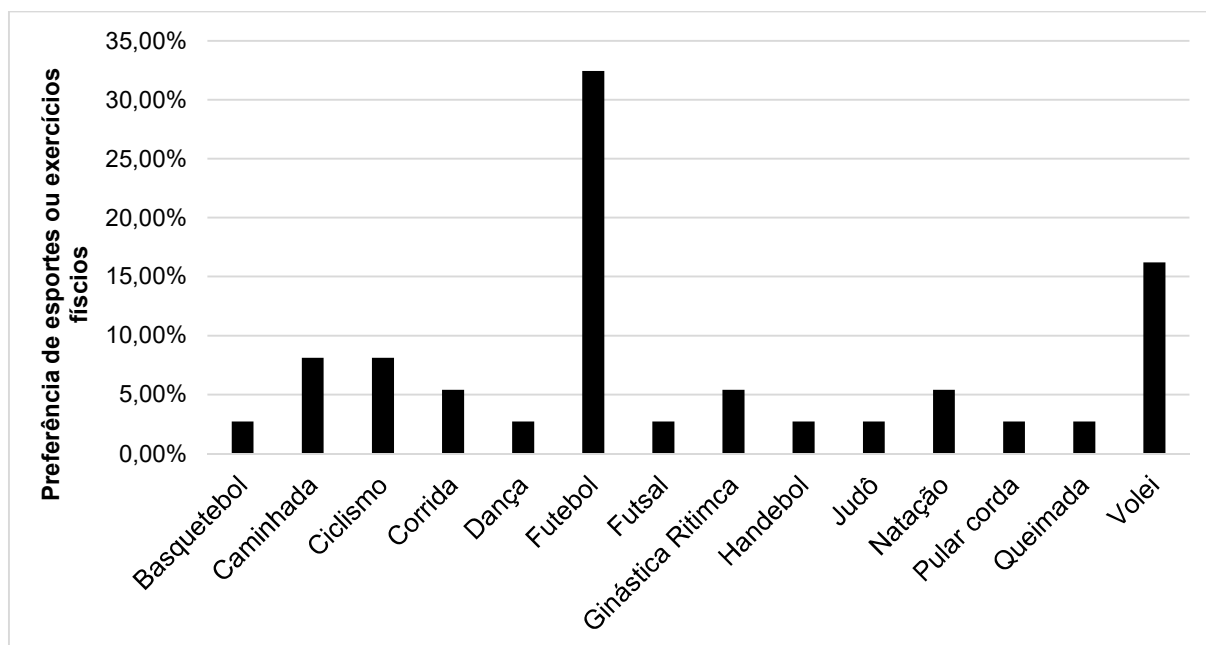
Questão	5		6		7		8	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Nunca	0	0,00%	0	0,00%	8	38,10%	0	0,00%
Raramente	7	33,33%	0	0,00%	0	0,00%	0	0,00%
Algumas vezes	5	23,81%	6	28,57%	3	14,29%	1	4,76%
Frequentement	7	33,33%	11	52,38%	6	28,57%	2	9,52%
e								
Muito Freq.	2	9,52%	4	19,05%	4	19,05%	18	85,71%
TOTAL	21	100,00	21	100,00	21	100,00	21	100,00
		%		%		%		%

F: Frequência de respostas a item da escala de Likert. %: Valor correspondente em porcentagem.

Para questão 8 leia-se Nunca: <5 minutos. Raramente: 5-15 minutos. Algumas vezes: 16-30 minutos.

Frequentemente: 31-45 minutos. Muito Freq.: >45 minutos.

Gráfico 1: Preferência por esportes ou exercícios físicos.



O gráfico 1 apresenta as respostas obtidas na questão 1, quanto ao esporte ou exercício praticado com maior frequência nos últimos 12 meses, verificou-se

grande preferência pela prática do futebol, representando 32,43% dos esportes praticados e o segundo esporte mais praticado é o voleibol com 16,22%, e observa-se que caminhada e ciclismo representam 8,11% cada.

4. CONCLUSÃO

Mediante a avaliação dos dados obtidos pode-se afirmar que os indivíduos são oriundos de uma população de baixa renda, tendo IMC classificado como baixo peso. Observou-se a não prevalência de sedentarismo, com 85,71% dos participantes caminhando a pé ou de bicicleta por mais de 45 minutos diários e 47,62% que praticam esportes com frequência. Dentre os esportes, evidenciou-se a preferência pelo futebol. Contudo, essa pesquisa encontra-se em desenvolvimento, sendo estes resultados preliminares.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABEP, Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério Padrão de Classificação Econômica Brasil 2015. ABEP - Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa, 2014. Disponível em <
<http://www.abep.org/Servicos/Download.aspx?id=09>.

ABESO, Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. Diretrizes brasileiras de obesidade 2009/2010 / ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. 3.ed, Itapevi, SP, 2009.

AINSWORTH, B. E., W. L. HASKELL, M. C. WHITT, M. L. IRWIN, A. M. SWARTZ, S. J. STRATH, W. L. O'BRIEN, D. R. BASSETT, JR., K. H. SCHMITZ, P. O. EMPLAINCOURT, D. R. JACOBS, JR., and A. S. LEON. Compendium of physical activities: an update of activity codes and MET intensities. *Med. Sci. Sports Exerc.*, Vol. 32, No. 9, , 2000.

ANTUNES, A. M., MAIA, J. A., GOUVEIA, É. R., THOMIS, M. A., LEFEVRE, J. A., TEIXEIRA, A. Q., & FREITAS, D. L. Change, stability and prediction of gross motor co-ordination in Portuguese children. *Annals of human biology*, v. 43, n.3, p. 201-211, 2016.

BRASIL.. Ministério da saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto Promoção da Saúde. As Cartas da Promoção da Saúde. Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde, Projeto Promoção da Saúde, Brasília, Ministério da Saúde, 2002. P-19-27, disponível em <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf>, acesso em março de 2015.

CAMPOS, L. F.; GOMES, J. M.; OLIVEIRA, J. C.. Obesidade Infantil, Actividade Física e Sedentarismo em crianças do 1ºciclo do ensino básico da cidade de Bragança (6 a 9 anos). *Motricidade*, v. 4, n. 3, p. 17-24, 2008.

CONFEF. Carta Brasileira de prevenção integrada na área da saúde. Disponível em <<http://confef.org.br/extra/conteudo/default.asp?id=30>>, Acesso em março de 2015.

CORREA, R., SILVA, E., NETO, A. S., FARIA, W., FARIAS, J. P., ELIAS, R., & SANTOS, G. Tracking de atividade física em escolares entre 2010 e 2012. *Rev. Bras. de Atividade Física & Saúde*, n. 21, v. 1, p. 39-44, 2016.

CUNHA, C. T.; POBLACION, A. P.; COLUGNATI, F. A. B.; TADDEI, J. A. A. C.; BRACCO, M. M. Effect of an Educational Program on Schoolchildren's Energy Expenditure during Physical Education Classes. *MedicalExpress*, v. 3, n. 1, 2016.

DUTRA, G. F.; KAUFMANN, C. C., PRETTO, A. D.B.; ALBERNAZ, E. P. Television viewing habits and their influence on physical activity and childhood overweight. *Jornal de Pediatria*, n. 91, v. 4, p. 346-351, 2015.

DUTRA, G. F.; KAUFMANN, C. C.; PRETTO, A. D. B.; ALBERNAZ, E. P. Sedentary lifestyle and poor eating habits in childhood: a cohort study. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 21, n. 4, p. 1051-1059, 2016.

FAGUNDES, A. A.; COITINHO, D. Vigilância alimentar e nutricional-SISVAN: orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços de saúde. In: (Ed.). Série A. Normas e manuais técnicos: Ministério da Saúde, 2004.

FISBERG, M, MAXIMINO, P.; KAIN, J.; KOVALSKYS, I. Obesogenic environment – intervention opportunities. *Jornal de Pediatria*, n. 92, v.3, s. 1, p. 30-39, 2016.

FLORINDO, A. A.; LATORRE, M. R. D. O. Validação e reprodutibilidade do questionário de Baecke de avaliação da atividade física habitual em homens adultos. *Rev Bras Med Esporte*, v. 9, n. 3, 2003.

LAZZOLI, J. K.; NÓBREGA, A. C. L.; CARVALHO, T.; OLIVEIRA, M. A. B., TEIXEIRA, J. A. C.; LEITÃO, M. B.; LEITE, N.; MEYER, F.; DRUMMOND, F. A.; PESSOA, M. S. V.; REZENDE, L.; DE ROSE, E. H.; BARBOSA, S. T.; MAGNI, J. R. T.; NAHAS, R. M.; MICHELS, G.; MATSUDO, V. Atividade física e saúde na infância e adolescência. *Rev. Bras. de Med. do Esporte*, v. 4, n. 4, p. 107-109. 1998.

MASCARENHAS, LUÍL. P. G.; SALGUEIROSA, F. M.; NUNES, G. F.; MARTINS, P. Â.; NETO, A. S.; CAMPOS, W. Relação entre diferentes índices de atividade física e preditores de adiposidade em adolescentes de ambos os sexos. *Rev. Bras. de Medicina do Esporte*, v. 11, n. 4, p. 214-218, 2005

MENDES, F.; MARTINS, E.; FERNANDES, R. Atividade física em crianças e jovens em contexto escolar e de lazer. *ESEDJTMM*, 2012.

MIRANDA, J. M. Q.; PALMEIRA, M. V.; POLITO, L. F. T.; BRANDÃO, M. R. F.; BOCALINI, D. S.; FIGUEIRA, J.; AYLTON, J.; PONCIANO, K.; WICHI, R. B. **REVISTA CIENTÍFICA ELETRÔNICA DE CIÊNCIAS APLICADAS DA FAIT, Ano V. v 7, n 1, maio, 2016.**

Prevalência de sobrepeso e obesidade infantil em instituições de ensino: públicas vs. privadas. *Rev. Bras. Med. do Esporte*, n. 21, v. 2, p. 104-107, 2015.

RIVERA, I. R.; SILVA, M. A. M.; SILVA, R. A. T. A.; OLIVEIRA, B. A. V.; CARVALHO, A. C. C. Atividade física, horas de assistência à TV e composição corporal em crianças e adolescentes. *Arq. Bras. de Cardiologia*, n. 95, v. 2, p. 159-165, 2010.

ROSSETTI, M. B.; BRITTO, R. R.; NORTON, R. C. Prevenção primária de doenças cardiovasculares na obesidade infantojuvenil: efeito anti-inflamatório do exercício físico. *Rev Bras Med Esporte*, Niterói, v. 15, n. 6, p. 472-475, 2009.

SANTOS, M. A. M. S.; PARZIANELLO, R. P. Correlação entre o índice de massa corporal e o nível de atividade física habitual em crianças de 7 a 10 anos. *RBPFX*. v. 1, n. 1, p. 45-54, 2007

SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 1091-1097, 2000.

VASCONCELOS, M. A.; MAIA J. Actividade física de crianças e jovens—haverá um declínio? Estudo transversal em indivíduos dos dois sexos dos 10 aos 19 anos de idade. *Rev. Port. de Ciências do Desporto*, v. 1, n. 3, p. 44-52, 2001.