

DESCRIÇÃO DE HÁBITOS DE VIDA EM ESCOLARES: UM ESTUDO PILOTO SOBRE ALIMENTAÇÃO, EDUCAÇÃO FÍSICA E USO DE TECNOLOGIA FORA DO AMBIENTE ESCOLAR

Pesquisador(es): MORAES, Rubia Rita; ZAWADZKI, Patrick

Curso: Licenciatura em Educação Física

Área: Ciências da Educação

Resumo: A prevalência de obesidade infantil aumentou nos últimos anos e é considerado um problema de saúde pública mundial. Antes só observado em adultos, o aumento da obesidade é observado em crianças com uma maior frequência. A inatividade física, a má alimentação e as horas dedicadas em frente à dispositivos eletrônicos parecem ser componentes de um estilo de vida novo, que exige investigação atualmente. Diante desta realidade o presente estudo tem como objetivo verificar como estão os níveis de atividade física, alimentação e comportamentos sedentários dos escolares, do terceiro e quarto ano do ensino fundamental, de um Colégio Estadual de Chapecó, SC. O presente estudo se caracteriza como uma pesquisa descritiva que utilizou como instrumento o questionário DAFA (Dia Típico de Atividade Física e Alimentação). A amostra analisada foi composta por 55 crianças, com idade entre 8 e 9 anos. O estilo de alimentação encontrado nos resultados mostra que as crianças relatam realizar uma alimentação baseada em doces e em pães. A amostra apresentou uma classificação do índice de massa corporal (IMC) de 44% normal, 36% sobrepeso e 20% obesidade. A prática de exercício relatada pela amostra indica que ela é feita em uma intensidade alta. Acredita-se que esses resultados permitam orientar planos de ensino, definindo o papel do profissional de Educação Física de forma a torná-lo em um dos agentes principais fomentadores da alimentação saudável e da prática regular de atividade física.

Palavras-chave: Crianças. Alimentação. IMC. Exercício físico. Aparelhos eletrônicos.

E-mails: mooraesruubia_@hotmail.com; patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

