



**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER E HÁBITOS ALIMENTARES EM  
ESCOLARES DE 60 AO 90 ANO DE UMA ESCOLA ESTADUAL DA CIDADE DE  
OURO VERDE/SC**

Pesquisador(es): NEVES, Kauana; ANTES, Danielle Ledur

Curso: Educação física

Área: Ciências da Vida

Resumo: Este estudo teve como objetivo verificar se existe relação entre os hábitos alimentares e a prática de atividade física no lazer 60 à 90 ano dos anos finais de uma Escola Estadual da cidade de Ouro Verde/SC. Os alunos responderam dois questionários. Em relação ao nível de atividade física no lazer, foi utilizado o teste IPAQ, sessão 4 do lazer, categorizado em prática <150 minutos/semana ou >150minuts/semana. Para analisar os hábitos alimentares o questionário utilizado foi VIGITEL. Para análise estatística utilizou-se o programa SPSS. Para os resultados foi calculada a média e desvio padrão. Foram investigados 67 alunos de ambos os sexos, com idade entre 11 e 15 anos. O tempo médio gasto em atividade física foi de 294,55 min (dp 345,50). Observou-se diferença significativa entre o nível de atividade física no lazer com o consumo de fritura, refrigerantes e leite. É possível concluir que a maior parte dos escolares investigados atende as recomendações de atividade física semanal. Além disso, ser ativo fisicamente apresentou associação com menor consumo de frituras, refrigerantes e leite.

Palavras-chave: Atividade física. Hábitos alimentares. Adolescentes.

E-mails: kauananeves22@hotmail.com; danielle.antes@unoesc.edu.br