



HÁBITOS ALIMENTARES E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES

Pesquisador(es): MORESCHI, Vidaiane Cristina; ANTES, Danielle Ledur

Curso: Educação física

Área: Ciências da Vida

Resumo: Objetivou-se analisar a relação entre os hábitos alimentares e o nível de atividade física de adolescentes que frequentam o ensino médio no período matutino da Escola de Educação Básica Professor Custódio de Campos na cidade de Xaxim/SC. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o questionário PeNSE (Pesquisa Nacional de Saúde Escolar) que é um inquérito realizado com escolares adolescentes que compõem a Vigilância dos Fatores de Risco e Proteção das Doenças Crônicas do Brasil. A maior parte dos entrevistados relataram consumir feijão, legumes, verduras e frutas mais de cinco vezes por semana, esses também afirmaram consumir na maioria dos dias da semana alimentos como guloseimas, frituras, fastfoods, alimentos industrializados e refrigerantes. Verificou-se associação entre a prática de atividade física e sexo ($p=0,005$), onde o sexo feminino apresenta-se menos ativo que o masculino. E entre a forma como os alunos vão para escola e a prática de atividade física, aqueles que mencionaram ir para a escola de forma ativa três vezes ou mais por semana praticam mais atividade física do que os que mencionaram ir de carro ($p<0,001$).

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

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