

OBESIDADE EM FOCO NO ÂMBITO ESCOLAR: EFEITOS DE UMA PROPOSTA PEDAGÓGICA FOCADA NA ORIENTAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS E ADESÃO À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA SOBRE INDICADORES GORDURA CORPORAL E ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL DE ESCOLARES DO 1º ANO DO ENSINO MÉDIO DE UMA ESCOLA PARTICULAR DO MUNICÍPIO DE SÃO MIGUEL DO OESTE, SC

Orientador: PEDROZO, Sandro

Pesquisadora: ERLO, Tcherlyn Luana

Curso: Educação Física

Área de conhecimento: Área das Ciências Biológicas e da Saúde

A obesidade é considerada atualmente como um problema de saúde pública e, nesse sentido, entende-se que preveni-la já na infância ou adolescência, promovendo o aumento da atividade física e o incentivo à aquisição de hábitos alimentares saudáveis, é de fundamental importância, pois se pode evitá-la ou pelo menos melhorar o prognóstico desses pacientes na idade adulta. O objetivo deste estudo foi verificar a prevalência de sobrepeso e obesidade, hábitos alimentares e atividade física habitual em adolescentes do primeiro ano do ensino médio, antes e após intervenção pedagógica focada na orientação de hábitos alimentares saudáveis e adesão à prática de atividade física. Participaram do estudo 57 escolares, sendo 36 do gênero masculino e 21 do feminino, com idade entre 14 e 17 anos. Foram feitas medidas de massa corporal e estatura para determinar o IMC e medidas de CC, além de ser aplicado um questionário de atividade física habitual e registro dietético. A técnica de análise dos dados utilizada foi a estatística descritiva (média, desvio padrão e frequência relativa) e o teste t de *student* pareado e para amostras independentes. Os resultados mostraram inicialmente em relação ao IMC que, dos 57 alunos avaliados, 20 encontravam-se com excesso de peso e um com obesidade; após a intervenção, 17 encontravam-se com excesso de peso e nenhum com obesidade. Em relação à CC, dos 57 alunos avaliados no pré-teste, oito apresentavam obesidade central moderada e três, obesidade central elevada; após a intervenção, oito se mantiveram na classificação de obesidade central moderada, e os alunos que apresentavam obesidade central elevada reduziram para dois. Quando analisados os resultados do questionário de atividade física, percebe-se que os alunos estão classificados em sua maioria como Moderadamente Ativos ou Muito Ativos, tanto no pré quanto no pós-teste, no entanto, a frequência de alunos dentro da classificação Pouco Ativo reduziu de seis para quatro e dentro da classificação Muito Ativo aumentou de 26 para 29 alunos. Quanto ao registro dietético, a alimentação não modificou após a intervenção. Quando comparados os gêneros, foram observadas diferenças estatisticamente significativas somente para a variável CC (pré-teste: $P = 0,002$ e pós-teste: $P = 0,001$). Conclui-se que foram encontradas melhoras nas variáveis relacionadas à prevalência de obesidade e hábitos de atividade física habitual após a aplicação da intervenção pedagógica e, possivelmente, com um maior tempo de intervenção também poderia observar melhorias na alimentação dos alunos. Enfim, a criação de condições e de ações intervencionistas é necessária no sentido de melhorar os hábitos saudáveis de adolescentes escolares.

Palavras-chave: Obesidade. Índice de Massa Corporal. Circunferência de Cintura. Adolescentes.

sandro.pedrozo@unoesc.edu.br

tcherlyn_mala@hotmail.com