

## EXCESSO DE PESO E SUA ASSOCIAÇÃO COM A ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ESCOLARES COM IDADE ENTRE 6 E 10 ANOS NO MUNICÍPIO DE XANXERÊ, SC

Orientadora: BALDUINO, Deonilde

Pesquisadora: ZAPANI, Daniela

Curso: Educação Física

Área do conhecimento: Área das Ciências da Vida

Nas últimas décadas o ser humano encontra-se cada vez mais limitado à prática de atividade física por diversos fatores, entre eles os avanços tecnológicos. Isso pode ser notado desde as idades precoces, período em que as crianças e adolescentes estão trocando atividades que geram gasto de energia e esforço físico por novidades eletrônicas. O objetivo neste estudo foi estimar a prevalência de excesso de peso e sua associação com a atividade física e comportamento sedentário em escolares de 6 a 10 anos de idade regularmente matriculados no ensino público municipal de Xanxerê, SC. Estudo transversal cuja amostra foi composta por 1438 escolares; destes, 187 apresentaram excesso de peso ou obesidade (95 meninos e 92 meninas). Foram avaliados o peso corporal (IMC) e o nível de atividade física (IPAQ). Os resultados demonstraram que não houve diferenças significativas quanto à idade, peso e IMC dos alunos ( $p > 0,05$ ). Dos 1438 escolares, 187 (13%) apresentaram IMC acima da normalidade (7,8% com sobrepeso e 5,2% com obesidade) e 1251 (87%) apresentaram IMC adequado. Desses 187 escolares, 59,9% são classificados com sobrepeso e 40,1% como obesos. Ao comparar os gêneros, verificou-se que a prevalência de sobrepeso foi maior no gênero masculino (65,3%) que no gênero feminino (53,5%). Já em relação à obesidade, a frequência de alunos foi maior no gênero feminino (46,5%) em relação ao masculino (34,7%). Quanto ao nível de atividade física (IPAQ), de modo geral, a maioria é considerada insuficientemente ativa (55,6%). Ao comparar os gêneros, constatou-se que 58,4% dos escolares do gênero masculino e 52,3% do feminino são insuficientemente ativos. Já entre os considerados ativos, 41,6% são do gênero masculino e 47,7% do gênero feminino. Referente ao comportamento sedentário, constatou-se que a maior parte dos avaliados (56,7%) ficam mais que quatro horas diante da TV e/ou computador, 37,4% ficam de duas a quatro horas e a minoria (5,9%) permanece menos de duas horas. No que se refere à correlação do IMC com o nível de atividade física, esta foi considerada fraca negativa ( $r = -0,04$ ). Já a relação do IMC com o comportamento sedentário, esta foi considerada fraca positiva ( $r = 0,10$ ). Assim, concluiu-se que para essa faixa etária de escolares da rede municipal de ensino de Xanxerê, devem ser tomadas medidas principalmente no sentido de incentivar a prática de atividades físicas e desestimular o contato com as tecnologias como TV, videogame, internet, celulares, etc.

Palavras-chave: Excesso de peso. Nível de atividade física. Comportamento sedentário.

danielazapani13@hotmail.com