

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES DE 12 A 14 ANOS, PARTICIPANTES DO PROJETO PIBID

Coordenadora de Área: BALDUÍNO, Deonilde
Colaborador: PEDROZO, Sandro Claro
Supervisora: MALDANER, Dione Cristina
Bolsistas: DAMO, Maria L.; BALBINOT, Aline;
OSÓRIO, Bruna; BAGGIO, Camila M.; LAZZARI, Larissa H.
Subprojeto: Educação Física
Área do conhecimento: ACH

Introdução: A prática regular de atividades físicas pode proporcionar benefícios físicos e mentais, tanto imediatos quanto futuros em crianças e adolescentes. Por outro lado, a inatividade física pode ser um fator crucial no acúmulo excessivo de gordura corporal. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi verificar a relação entre o nível de atividade física e o estado nutricional de escolares do ensino fundamental, participantes do projeto PIBID, matriculados regularmente em uma escola da rede estadual de Xanxerê, SC. **Metodologia:** O estudo caracterizou-se como descritivo de campo, do tipo correlacional, de natureza quantitativa. A amostra foi composta por 56 escolares do ensino fundamental de 12 a 14 anos, sendo 29 do gênero masculino e 27 do feminino. Os instrumentos utilizados foram o IMC, para identificar o estado nutricional, e o Questionário internacional de atividade física (IPAQ), para determinar o nível de Atividade Física dos adolescentes. Para análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva (média, desvio padrão e distribuição de frequência), teste t de student e correlação de Pearson. **Resultados:** Os resultados mostraram um elevado número de escolares com taxas de sobrepeso (28,6%) e um considerável número de escolares com obesidade (7,1%) e baixo peso (5,4%). Em relação ao nível de Atividade Física pode-se perceber que a maior parte dos alunos se encontra como ativos fisicamente (76%), sendo que o gênero masculino (71%) se sobressai em relação ao gênero feminino (67%). No que se refere à correlação entre o estado nutricional e o nível de atividade física, foi constatada uma correlação negativa fraca ($r = -0,034$). **Conclusão:** Assim, concluiu-se que mesmo a maioria dos alunos sendo considerada fisicamente ativa, um número substancial destes alunos apresenta um estado nutricional acima do normal, o que representa uma fraca relação entre ambas as variáveis, pois a atividade física é apenas um dos fatores interligados ao controle do estado nutricional. Sugere-se que outros estudos sejam realizados com estas temáticas visando à detecção de outros fatores que podem estar associados ao sobrepeso e à obesidade de adolescentes.

Palavras-chave: Estado nutricional. Nível de atividade física. Adolescentes.

deonilde.balduino@unoesc.edu.br
sandro.pedrozo@unoesc.edu.br