



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

OTONNY ALVES FIGUEIREDO

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA
NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE – PB**

CAMPINA GRANDE-PB

2016

OTONNY ALVES FIGUEIREDO

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA
NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE – PB**

Trabalho de conclusão de curso, sob forma Artigo, apresentado ao curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento às exigências para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

ORIENTADORA: Prof^ª Dr^ª JOZILMA DE MEDEIROS GONZAGA

CAMPINA GRANDE-PB

2016

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano da dissertação.

F475n Figueiredo, Otonny Alves.
Nível de atividade física de estudantes de uma escola pública na cidade de Campina Grande - PB [manuscrito] / Otonny Alves Figueiredo. - 2016.
20 p.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2016.
"Orientação: Profa. Dra. Jozilma de Medeiros Gonzaga, Departamento de Educação Física".

1. Atividade física. 2. Adolescência. 3. Sedentarismo. I.
Título.

21. ed. CDD 613.71

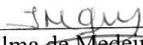
OTONNY ALVES FIGUEIREDO

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA
NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE – PB**

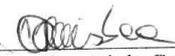
Trabalho de conclusão de curso, sob forma Artigo, apresentado ao curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento às exigências para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Aprovado em: 19/05/2016

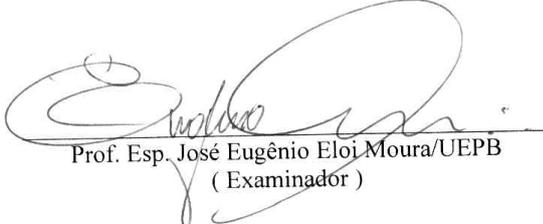
Banca Examinadora:



Prof.^a Dr.^a Jozilma de Medeiros Gonzaga/UEPB
(Orientadora)



Prof.^a Dr.^a Maria Goretti da Cunha Lisboa/UEPB
(Examinadora)



Prof. Esp. José Eugênio Eloi Moura/UEPB
(Examinador)

AGRADECIMENTOS

Agradeço antes de tudo a Deus, autor da vida, fonte inesgotável de sabedoria, aos meus pais, Solange e Olivaldo, que sempre foram meus incentivadores e me apoiaram para que esse sonho se realizasse. Às minhas irmãs Oanny e Ortência, por todo apoio e confiança depositada. Aos meus amigos e familiares que me ajudaram direto ou indiretamente.

A todos os professores, de modo especial, a Jozilma, Goretti, Eugênio, Vêronica, Josenaldo, Mirian e Jeimison por todo legado, incentivo e confiança cedida. Ao Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência – PIBID, na pessoa da professora Goretti, pela oportunidade e experiência que me proporcionou.

À minha orientadora Jozilma Gonzaga, por me acompanhar desde sempre nesse trabalho e a todos os alunos, professores e funcionários da escola Severino Cabral, por todos os momentos de aprendizado.

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA NA CIDADE DE CAMPINA GRANDE – PB

FIGUEIREDO, Otonny Alves

RESUMO

O objetivo deste estudo foi avaliar o nível de atividade física (NAF) de estudantes de uma escola da rede pública de ensino, assim como descrever a média diária de assistência a TV. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos alunos ou pelos responsáveis (quanto aos alunos de menor idade) a ficha de Anamnese e o Questionário de Atividade Física para crianças e Adolescentes (PAQ – C) foram preenchidos. O estudo foi realizado com estudantes de ambos os gêneros, com idade média de 16,9 anos de uma escola da rede pública da cidade de Campina Grande – PB. Foi utilizada estatística simples descritiva para a observação das inter-relações entre variáveis discretas através do pacote estatístico SPSS em sua versão 18.0. Observou-se neste estudo que a maioria dos estudantes foram classificados como sedentários (87,5%) e que todas as mulheres (100%) também se enquadraram nesta classificação (sedentárias). E ainda, que os alunos do terceiro ano do ensino médio possuem uma maior média (7 h/dia) de assistência à TV quando comparados aos do primeiro ano (3,4 h/dia) e que os homens e mulheres apresentaram uma média de 5,6 e 5,7 h/dia de assistência a TV, respectivamente. Podemos concluir que a maioria dos alunos se classificou como sedentários e que o 3º ano possuiu uma média de assistência a TV maior quando comparados ao 1º ano.

Palavras-chave: Adolescência. Atividade Física. Sedentarismo.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	09
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
3. METODOLOGIA.....	12
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	13
5. CONCLUSÃO.....	16
ABSTRACT.....	17
REFERÊNCIAS.....	17

1. INTRODUÇÃO

Atualmente a preocupação quanto à prática de atividade física vem aumentando. O fato é que relacionado à inatividade física, está a prevalência de doenças crônico-degenerativas, como por exemplo, a obesidade.

Sabe-se então que, a prática de atividade física pode contribuir na melhoria da saúde e na prevenção de doenças crônico-degenerativas, uma vez que muitas dessas doenças têm sua gênese na infância ou adolescência. Nesse sentido, os benefícios da prática de atividade física vão desde um bom condicionamento físico até a redução da incidência de várias dessas doenças crônicas degenerativas, além do desenvolvimento de hábitos de exercícios físicos. Faz-se necessário, portanto, ter um bom nível de atividade física desde a infância.

Portanto a Educação Física escolar pode ser um contribuinte direto para um estilo de vida ativo, visto que é uma disciplina que tem a cultura corporal como objeto de estudo e as danças, lutas, jogos, esportes e ginásticas são conteúdos dessa cultura corporal. O professor deve proporcionar aos alunos a vivência corporal dentro desses conteúdos, por isso é necessário planejar, organizar e sistematizar essas aulas para que esse objetivo seja alcançado.

Embora seja notória a importância da prática de atividade física na infância e adolescência, ainda há um decréscimo quanto à participação de crianças e adolescentes em programas de atividade física e até mesmo nas aulas de Educação Física. Uma possível justificativa para tal fato seja os avanços tecnológicos ou até mesmo um mal planejamento nas aulas de Educação Física por parte dos professores, desmotivando assim a participação dos alunos.

Torna-se então papel fundamental do professor de Educação Física, planejar as suas aulas, fornecendo assim a oportunidade, muitas vezes única, para uma boa prática de atividade física durante suas aulas, despertando nos seus alunos um maior interesse e participação ativa nas aulas, incentivando assim a prática de atividade física, não só na escola, mas também, fora dela.

O objetivo do trabalho, portanto, foi avaliar o nível de atividade física de estudantes de uma escola da rede pública de ensino, assim como descrever a média diária de assistência a TV.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

A adolescência, fase que se estende dos 10 aos 19 anos de idade, é uma fase marcada por mudanças, entre elas corporal. Essas mudanças são influenciadas por muitos fatores, aos quais podemos destacar a ingestão de alimentos e a prática de atividade física (ROMERO *et al.*, 2010).

É um momento importante na vida do indivíduo, porque o mesmo poderá adotar novas práticas e comportamentos para um melhor estilo de vida. Por outro lado, quando não incentivado ou orientado a essas práticas, estará suscetível a diversas situações e riscos presentes e futuros para sua saúde.

Na adolescência, a prática de atividade física está relacionada a benefícios para a saúde, e, ainda relaciona-se com uma maior prática de atividade física na vida adulta, o que acarreta num efeito indireto na saúde na vida adulta.

Um desses benefícios que vem sendo bastante focado nas pesquisas é a questão da prática de atividade no combate as doenças crônicas degenerativas não transmissíveis, como é o caso da obesidade na adolescência. Silva; Malina (2000) acrescentam que esta relevante importância se dá pelo fato de que indivíduos ativos tendem a apresentar menor mortalidade e morbidade por essas doenças.

Apesar de todos esses benefícios relacionados à prática de atividade física, estudos científicos mostram que os percentuais são baixos em relação a jovens ativos (BASTOS; ARAUJO; HALLAL, 2008; HALLAL *et al.*, 2006). O que vem a ser preocupante, mas comparativo ao que mostram Knutk; Hallal (2009), eles afirmam que a prática de atividade entre adolescentes vem diminuindo em países desenvolvidos, assim como o nível de aptidão física e a participação nas aulas de Educação Física .

Aproximando os dados estatísticos, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar – PeNSE, que teve o objetivo de investigar fatores de risco e proteção à saúde de adolescentes Brasileiros, mostra que a Paraíba foi o segundo estado do Nordeste com um maior número de jovens ativos, ficando atrás, apenas, do Rio Grande do Norte (HALLAL *et al.*, 2010) mostraram em seus resultados que apesar de positivos, ainda são pouco expressivos, visto que, a pesquisa foi feita apenas nas capitais brasileiras e no Distrito Federal.

Diante disso, os debates sobre as ações que podem ser desenvolvida com o intuito de intervir o mais rápido possível para uma melhor promoção de estilos de vida ativos fisicamente vem crescendo (SANTOS *et al.*, 2010). Os autores ainda acrescentam que no

domínio do deslocamento, práticas como pedalar, incentivo à caminhada vêm, sendo indicada como uma estratégia efetiva e eficiente para aumentar os níveis de atividade física dos adolescentes.

No Brasil, essa prática (deslocamento para a escola) ainda é pequena e na Paraíba não é diferente. Silva; Lopes (2008) realizaram um estudo na cidade de João Pessoa e mostraram que 30% dos escolares pesquisados foram classificados como fisicamente inativos no deslocamento.

Outra forma de incentivo para a prática de atividade física é a aula de Educação Física. Romero *et al.* (2010) afirmam que as aulas de Educação Física não tem o objetivo de melhorar o nível de aptidão física, mais tem um importante papel no que diz respeito à orientação sobre a prática de exercícios físicos regulares tanto dentro quanto fora da escola.

Nesse sentido, o professor deve considerar, inicialmente, o combate ao sedentarismo e estimular a prática de exercícios físicos de forma estruturada através de modalidades esportivas, mesmo na presença de alguma doença crônica, já que o exercício físico raramente possui contraindicação (TOIGO, 2007).

Vale ressaltar ainda que a Educação Física passa por uma fase de mudanças e cabe ao professor contribuir de forma positiva nessas mudanças, buscando sempre estar se aperfeiçoando melhorando assim as suas aulas e estimulando a participação dos alunos nas mesmas.

Considerando os pressupostos acima é visto a importância que a escola tem na promoção da saúde. Casemiro; Fonseca; Secco (2014) falam que a escola tem representado um importante local para o encontro entre educação e saúde. Segundo os autores, um bom nível de educação, está relacionado a uma população saudável. Assim, essa população, uma vez saudável, tem maiores possibilidades de se apoderar de conhecimentos da educação (formal ou informal).

Observa-se então a importância que se dá a saúde na adolescência, pelo fato de ser uma fase considerada como chave para mudanças nos hábitos e comportamentos da vida, levando em consideração que fatores de risco podem ter seu início nessa fase (SILVEIRA *et al.*, 2013). Uma vez que conscientizado na infância sobre a importância da prática de atividade física, a criança e o adolescente tem uma maior probabilidade de ser um adulto ativo fisicamente. Torna-se importante então à presença da Educação Física, tanto dentro quanto fora da escola, conscientizando os alunos a uma prática regular e contínua de atividade física, seja nas aulas ou fora do âmbito escolar (academias ao ar livre, esportes de aventura, etc.).

3. METODOLOGIA

A pesquisa se caracterizou como sendo de campo de caráter transversal e quantitativo. Foi realizada na Escola estadual de ensino médio e integral Severino Cabral, localizada na cidade de Campina Grande – PB.

Foram avaliados 24 alunos de uma escola pública na cidade de Campina Grande – PB, sendo 14 mulheres e 10 homens com idade média de 16,4 anos. Foram inclusos na pesquisa alunos do 1º e 3º ano médio, que eram as turmas que o subprojeto/Educação Física do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência – PIBID fazia a intervenção e que tivessem aceitado participar da pesquisa de modo voluntário. Foram excluídos aqueles que não se enquadravam nos critérios de inclusão e que responderam de forma errônea a anamnese ou o questionário.

Como instrumento utilizou-se o “*Physical Activity Questionnaire for Older Children*” (PAQ-C), já validado para a faixa etária sob investigação. O PAQ-C investiga atividades físicas moderadas e intensas nos sete dias anteriores ao preenchimento do mesmo, incluindo o final de semana.

O PAQ-C é composto de nove questões sobre a prática de esportes e jogos, atividades físicas na escola e lazer. Inclui ainda uma questão sobre a média do número de horas diárias de assistência à TV, duas sobre o nível comparado de atividade física com pessoas do mesmo gênero e idade e uma sobre a existência de doença que impedisse o entrevistado de haver praticado atividade física na semana avaliada.

Cada questão tem valor de 1 (não praticou atividade) a 5 (praticou todos os dias da semana) e o escore final é a média das questões. Ao final, o escore obtido estabelece um intervalo de muito sedentário a muito ativo (de 1 a 5): 1 - muito sedentário; 2 - sedentário; 3 - moderadamente ativo; 4 - ativo; e 5 - muito ativo. As respostas às últimas 4 questões não entram na construção do escore. Para análises de associação, a amostra foi distribuída em dois grupos: Sedentários (com escore 1 e 2 no PAQ-C) e Ativos (com escores 3, 4 e 5 no PAQ-C).

Todos os alunos concordaram em participar do estudo de forma voluntária e trouxeram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinados pelos responsáveis (para os menores de idade). Após a assinatura do TCLE, em uma sala específica, em grupos de seis (para uma maior fidedignidade nas respostas), os estudantes responderam uma ficha de anamnese para seleção da amostra e em seguida o instrumento de coleta. Após isso foi feita uma discussão a respeito da contribuição do PIBID nas aulas de Educação Física.

Foi utilizada estatística simples descritiva (frequência, média, percentual) para análise dos dados através do *software* SPSS, versão 18.0.

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética da UEPB, sob o parecer N° 53911416.0.00000.5187.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As características gerais da amostra encontram-se na Tabela 1.

TABELA 1: Caracterização da amostra

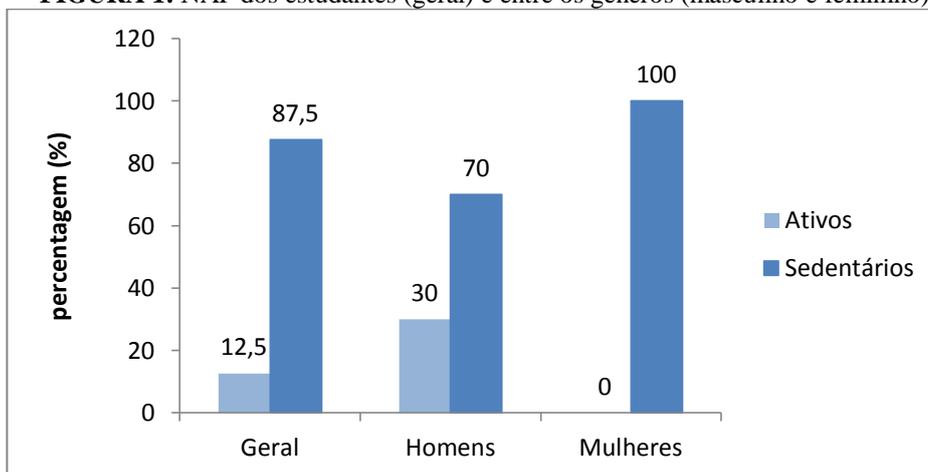
Variável	Frequência	%	HTV /dia	Média Idade
Masculino	10	41,70%	5,6	15,7
Feminino	14	58,30%	5,7	16,9
1° Ano	10	41,70%	3,4	14,6
3° Ano	14	58,30%	7	17,7

Fonte: PRÓPRIO AUTOR

A maioria foram mulheres com média de idade de 16,9 anos representando 58,3% da amostra e tinham uma média diária de assistência à TV de 5,7 h/dia contra 5,6 h/dia que foi a média diária de assistência a TV dos homens. Os alunos do 1º ano representaram 41,7 % da amostra contra 58,3% que eram do 3º ano .

A figura 1 apresenta o nível de atividade física geral e por gênero dos estudantes.

FIGURA 1: NAF dos estudantes (geral) e entre os gêneros (masculino e feminino)



Fonte: PRÓPRIO AUTOR

Os resultados desse estudo podem ser comparados ao estudo de Rivera *et al.*, (2010), onde avaliaram o NAF de estudantes do estado de Alagoas e observaram uma prevalência de 93,5% de sedentarismo, sendo mais frequente em adolescentes do gênero feminino.

Corroborando, ainda com os achados deste estudo, na cidade de São Paulo, Ceschini *et al.*, (2009) verificaram o NAF de 3.845 estudantes do ensino médio da rede pública com idades entre 14 e 19 anos, e a prevalência de inatividade física foi estabelecida em 62,5%, sendo as alunas do gênero feminino responsáveis por 74,1% desse índice e os alunos do gênero masculino por 49,7%.

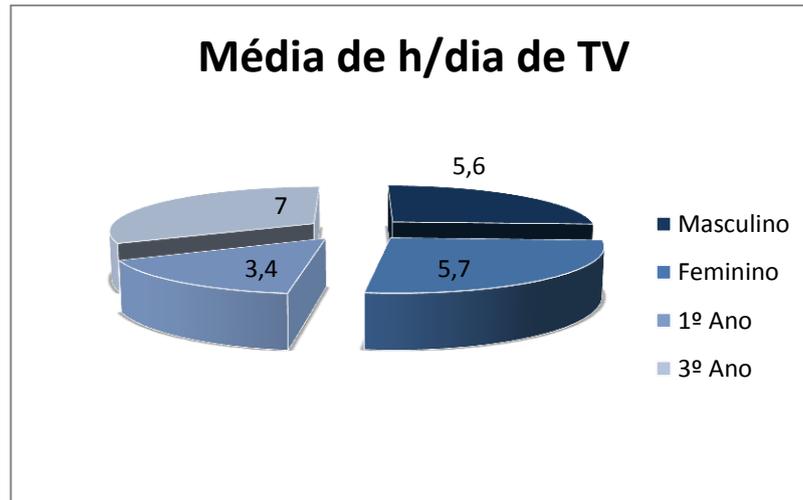
Dois estudos prévios realizados em Pelotas – RS, Azevedo *et al.* (2007); Vinholes *et al.*, (2010) e outro estudo de Brito *et al.*, (2012) mostraram que o nível de atividade física foi maior entre os homens. Corroborando com o pressuposto, Oliveira *et al.*, (2011) e Freitas *et al.*, (2010), acrescentam que é frequente a afirmativa de que os adolescentes do gênero masculino sejam mais ativos que as do gênero feminino, embora os estudos utilizem metodologias diversificadas.

A justificativa encontrada na literatura é de que os meninos tem um tempo maior destinado à prática de exercícios físicos e esportes e isso pode ser entendido pela distribuição de “funções” na sociedade, tradicionalmente atribuídas a cada sexo, onde meninos participam de atividades físicas que exigem esforços físicos mais intensos e esportes, assumindo assim diferentes papéis (OLIVEIRA *et al.*, 2010; MORAES *et al.*, 2009).

Os resultados também corroboram com os achados internacionais. Uma pesquisa realizada em oito cidades europeias: Atenas, (na Grécia), Dortmund (na Alemanha), Ghent (na Bélgica), Lille (na França), Roma (na Itália), Estocolmo (na Suécia), Viena (na Áustria) e Zaragoza (na Espanha), participantes do grupo de estudo Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence - HELENA, demonstraram que os adolescentes do sexo masculino, de 11 a 15 anos também são mais ativos que seus pares do sexo feminino, principalmente quando a atividade física está relacionada à intensidade vigorosa (OTTEVAERE *et al.*, 2011).

A figura 2 apresenta a quantidade de horas que os estudantes assistem TV por dia, levando em consideração ainda, o gênero e série escolar.

FIGURA 2: HTV entre gênero e série escolar



Fonte: PRÓPRIO AUTOR

Os resultados encontrados neste estudo se comparam com os de Moraes; Fernandes (2009), onde 57,3% dos 991 adolescentes residentes em Londrina afirmaram gastar mais de quatro horas diárias em atividades sedentárias, como assistir TV. A explicação para tal fato, segundo os autores acontece devido aos avanços tecnológicos e as comodidades proporcionadas pela vida moderna.

Em um estudo onde analisaram a influência no tempo de tela (televisão e computador) em relação ao percentual de gordura em estudantes adolescentes do ensino médio e observaram que os indivíduos que se encontravam na classificação “Muito Alto e Alto”, apresentaram o valor médio de 5,5 horas diárias de assistência à essa tela. Dessa maneira os autores afirmam que uma consequência decorrida disso é o baixo gasto calórico diário e futuramente, o aumento no tecido adiposo (VACARI; HEIDEMANN; ULBRICHT, 2013).

Vale ressaltar que além desses comportamentos sedentários, há outros fatores que influenciam na prática de atividade física regular na infância e na adolescência (idade, a diferença sexual, a etnia, os aspectos sociais, culturais, etc), principais fatores que interferem diretamente na prática de Atividade Física (SIEGEL *et al.*, 2011).

Copeti; Neutzling; Da Silva, (2010) acrescentam que além desses fatores há barreiras, as quais eles afirmam serem fatores negativos, que interferem na prática de atividade física, em um estudo realizado com adolescentes da cidade de Pelotas-RS, mostrou que “preguiça/cansaço” foi uma barreira bastante relatada pelos adolescentes (37,5%), logo seguida da “falta de local adequado” (33,8%). “Ter preguiça” também foi uma barreira citada pelos escolares do ensino médio da rede pública da cidade de Curitiba -PR em um estudo realizado por Santos *et al.*, (2010).

De acordo com isso, Tenório *et al.* (2010) dizem que a participação nas aulas de Educação Física é um fator que está associado tanto ao nível de prática de atividade física quanto a comportamentos sedentários. A Educação Física escolar é a disciplina que trata da cultura corporal, desta forma, cabe à mesma, no ambiente escolar, intervir no ensino e na modelação de sentidos para as diversas manifestações dessa cultura corporal (MOREIRA, 2014). Em outras palavras, cabe ao professor de Educação Física tratar dos conteúdos dessa cultura corporal (esportes, danças, ginástica, lutas e jogos) de maneira que possa proporcionar aos seus alunos promoção de educação, saúde, lazer e desempenho corporal.

Os parâmetros curriculares nacionais (PCN's) preconizam que os conteúdos da saúde (hábitos alimentares, atividade física, doenças crônico-degenerativas) devem comparecer na grade curricular de crianças e adolescentes como uma abordagem transversal e interdisciplinar. Tais conteúdos devem constituir um objeto a ser tratado em todos os níveis e séries escolares (FIGUEIREDO; MACHADO; ABREU, 2010).

5. CONCLUSÃO

Com base nos resultados obtidos podemos concluir que a maioria dos alunos são sedentários e que todas as mulheres apresentaram a mesma classificação (sedentárias). Uma pequena parcela dos homens apresentou-se como sendo ativos. Os alunos do 3º ano apresentaram uma média de assistência a TV maior quando comparados ao 1º ano. Concluimos ainda que o grande índice de sedentarismo dos alunos pode está ligado à falta de conscientização por parte dos professores, uma vez que, é sabido que as aulas de Educação Física podem ser consideradas um importante contribuinte no que diz respeito à adesão à prática de atividade física tanto dentro quanto fora do âmbito escolar. No entanto, estudos com amostras maiores são necessários para compreender melhor as correlações entre essas e outras variáveis.

ABSTRACT

The objective of this study was to evaluate the level of physical activity (NAF) of students of a school in the public school system, as well as describe the average daily TV service. After signing the informed consent by students or by those responsible (as for minor students) the

plug of Anamnesis and Physical Activity questionnaire for children and adolescents (PAQ-C) have been filled. The study was conducted with students of both genders, with an average age of 16.9 years of a public school in the city of Campina Grande-PB. Simple descriptive statistics was used for observation of interrelationships among discrete variables through statistical package SPSS version 18.0. It was observed in this study that most students were classified as sedentary (87.5%) and all women (100%) also fit this classification (sedentary). And yet, students of the third year of high school have a greater average (7:00/day) TV assistance when compared to the first year (3.4 h/day) and that men and women performed an average of 5.6 and 5.7 h/day TV service, respectively. We can conclude that most students qualify as sedentary and 3rd year possessed a larger TV assistance average when compared to the first year.

Keywords: Adolescence. Physical Activity. Sedentary lifestyle.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, M. R.; ARAUJO, C. L.; REICHERT, F. F.; SIQUEIRA, F. V.; SILVA, M. C.; HALLAL, P. C. Gender differences in leisuretime physical activity. **The International Journal of Public Health**. v.52, p. 8-15, 2007.

BASTOS, J. P.; ARAÚJO, C. L.; HALLAL, P. C. Prevalência de insuficiência atividade física e fatores associados em adolescentes brasileiros. **Jornal de atividade física e saúde**. v. 5, n. 6, p. 777 – 794, 2008.

BRASIL MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO/PIBID. Disponível em:http://portalmeec.gov.br/index.php?Itemid=467&id=233&option=com_content&view=article. Acesso em: 15 jan, 2016.

BRITO, A. K. A.; SILVA-JUNIOR, F. L.; COELHO, L. S.; FRANÇA, N. M. Nível de atividade física e correlação com o índice de massa corporal e percentual de gordura em adolescentes escolares da cidade de Teresina – PI. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. v. 17, n. 3, p. 212-216, 2012.

CASEMIRO, J. P.; FONSECA, A. B. C.; SECCO, F. V. M. Promover saúde na escola: reflexões a partir de uma revisão sobre saúde escolar na América Latina. **Revista Brasileira de Ciência & Saúde Coletiva**. v. 19, n. 3, p. 828 – 840, 2014.

CESCHINI, F. L.; ANDRADE, D. R.; OLIVEIRA, L. C. et al. Prevalência de inatividade física e fatores associados em estudantes do ensino médio de escolas públicas estaduais. **Jornal de Pediatria**. v. 85, n. 4, p. 301-306, 2009.

COPETTI, J.; NEUTZLING, M. B.; DA SILVA, M. C. Barreiras à prática de atividades físicas em adolescentes de uma cidade do sul do Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. v. 15, n. 2, 2010.

CROCKER, P. R.; BAIYLEY, D. A.; FAULKNER, R. A.; KOWALSKI, K. C.; MC GRATH, R. Measuring general levels of physical activity: preliminary evidence for the Physical Activity Questionnaire for Older Children. **Medicine Science Sports Exercise**. v. 29, n. 10, p. 1344-9, 1997.

FIGUEIREDO, T. A. M.; MACHADO, V. L. T.; ABREU, M. M. S. A saúde na escola: um breve resgate histórico. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 15, n. 2, p. 397-402, 2010.

FREITAS, R. W. J. F.; DA SILVA, A. R. V.; DE ARAÚJO, M. F. M.; Prática de atividade física por adolescentes de Fortaleza, CE. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v. 63, n. 3, p. 410-415, 2010.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**. Rio de Janeiro, 2009. 138p.

HALLAL, P. C.; KNUTH, A. G.; CRUZ, D. K. A.; MENDES, M. I.; MALTA, D. C. A prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10 a 12 anos de idade. **Caderno de Saúde Pública**. v. 22, n. 6, p. 1277 – 1287, 2006.

_____. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. **Revista Brasileira de Ciência e Saúde Coletiva**. v. 15, n. (supl. 2), p. 3035 – 3042, 2010.

KNUTH, A. G.; HALLAL, P. C. Tendências temporais na atividade física: uma revisão sistemática. **Jornal de atividade física e saúde**. v.6, n. 5, p. 548 – 559, 2009.

KOWALSKI, K. C.; CROCKER, P. R.; CASPERSON, C. J. Validation of the physical activity questionnaire for older children. **Pediatric Exercise Science**. v.9, p. 174-86, 1997.

MORAES, A. C. F.; FERNANDES, C. A. M.; ELIAS, R. G. M. et al. Prevalência de inatividade física de adolescentes e fatores associados em. **Revista da Associação Médica Brasileira**. v. 55, n. 5, p. 523-8. 2009.

MOREIRA, R. B.; GAYA, A. C. A. **Níveis de atividade física nas aulas de Educação Física**. 2014. 100f. Tese (Doutorado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humana, Porto Alegre, BR-RS, 2014.

OLIVEIRA, T. C.; SILVA, A. A. M.; SANTOS, C. J. N.; SILVA, J. S.; CONCEIÇÃO, S. I. O. Atividade física e sedentarismo em escolares da rede pública e privada de São Luís. **Revista de Saúde Pública**. v. 44, n. 6, p. 996 – 1004, 2010.

OLIVEIRA, F. A.; DA COSTA NETO, S. G.; SILVA NETO, V. R. et al., Fatores associados à inatividade física entre adolescentes de uma escola pública do município de Jequiá – BA. **Revista Ulbra e Movimento**. v. 2, n.1, p. 30-44, 2011.

OTTEVAERE, C.; HUYBRECHTS, I.; BENSER, J. Clustering patterns of physical activity, sedentary and dietary behavior among European adolescents: the helena study. **BMC Public Health**. v. 11, p. 328, 2011.

RIVERA, I.R.; SILVA, M.A.M.; SILVA, R.D.T.A.; OLIVEIRA, B.A.V.; CARVALHO, A.C.C. Atividade física, horas de assistência à TV e composição corporal em crianças e adolescentes. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. v.95, n.2, p.159-65, 2010.

ROMERO, A.; SLATER, B.; FLORINDO, A. A.; LATORRE, M. R. D. O.; CEZAR, C.; SILVA, M. V. Determinantes do índice de massa corporal em adolescentes de escolas públicas de piracicaba, São Paulo. **Revista Brasileira de Ciência e Saúde Coletiva**. v. 15, n. 1, p. 141 – 149, 2010.

SANTOS, C. A.; WANDERLEY-JÚNIOR, R. S.; BARROS, S. S. H.; FARIAS-JÚNIOR, J. C.; BARROS, M. V. G. Prevalência e fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para a escola em adolescentes. **Caderno de Saúde Pública**. v. 26, n.7, p. 1419 – 1430, 2010.

SANTOS, M. S.; HINO, A. A. F.; REIS, R. S.; RODRIGUEZ-AÑES, C. R. Prevalência de barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. v. 13, n. 1, p. 94-104, 2010.

SIEGEL, S. R.; MALINA, R. M.; AREYS, M. E. P.; et al. Correlates of physical activity and inactivity in urban mexican youth. **American Journal of Human Biology**. p. 1-7, 2011.

SILVA, K. S.; LOPES, A. S. Excesso de peso, pressão arterial e atividade física no deslocamento à escola. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. v. 91, p. 93 – 101, 2008.

SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**. Rio de Janeiro. v.16, n.4, p. 1091 – 1097, 2000.

SILVEIRA, M. F.; ALMEIDA, J. C.; FREIRE, R. S.; FERREIRA, R. C.; MANRTINS, A. E. B. L.; MARCOPITO, L. F. Qualidade de vida entre adolescentes: estudo seccional empregando o SF – 12. **Revista Brasileira de Ciência e Saúde Coletiva**. v. 18, n.7, p. 2007 – 2013, 2015.

TASSITANO, R. M.; BEZERRA, J.; TENÓRIO, M. C. M.; COLARES, V.; BARROS, M. V. G.; HALLAL, P. C. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 9, n.1, p. 55 – 60, 2007.

TENÓRIO, M. C. M.; BARROS, M. V. G.; TASSITANO, R. M.; BEZERRA, J.; TENÓRIO, J. M.; HALLAL, P. C. Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. v. 13, n. 1, p. 105-117, 2010.

TOIGO, A. M. Níveis de atividade física na educação física escolar e durante o tempo livre em crianças e adolescentes. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. v. 6, n.1, p. 45 – 56, 2007.

VACARI, D. A.; HEIDEMANN, R. M.; ULBRICHT, T. Relação entre o tempo de tela e o percentual de gordura em alunos do ensino médio técnico de uma instituição pública do município de Curitiba – PR. **Revista Uniandrade**. v. 13, n. 1, 2013.

VINHOLES, D. B.; ASSUNÇÃO, M. C. F.; NEUTZLING, M. B. Frequência de hábitos saudáveis de alimentação medidos a partir dos 10 Passos da Alimentação Saudável do Ministério da Saúde: Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**. v.25, n.4, p.791-799, 2009.