

Estudo Longitudinal sobre Comportamento do Adolescente na Atividade Física e Saúde

RESULTADOS PRINCIPAIS - FASE I



ELCAS



EDUCAÇÃO



**MINAS
GERAIS**

GOVERNO
DIFERENTE
ESTADO
EFICIENTE.

Título:

Estudo Longitudinal sobre Comportamento do Adolescente na Atividade Física e Saúde

RESULTADOS PRINCIPAIS - FASE I

Autores:

Nayra Suze Souza e Silva

Vitor José Viana Pessoa

Daniel de Sousa Medeiros

Lucinéia de Pinho

Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito

Rosângela Ramos Veloso Silva

RELATÓRIO TÉCNICO



Equipe técnica responsável pela elaboração e condução do Projeto ELCAS

Coordenadora: Rosângela Ramos Veloso Silva

Professores

Desirée Sant'Ana Haikal
Hélder Ferreira Isayama
Isabela Veloso Lopes Versiani
Luciano Pereira da Silva
Lucinéia de Pinho
Luiza Augusta Rosa Rossi Barbosa
Maria Fernanda S. Figueiredo Brito
Marise Fagundes Silveira
Nayra Suze Souza e Silva
Orlene Veloso Dias
Rafael Silveira Freire
Rogério Othon Teixeira Alves
Rosângela Ramos Veloso Silva

Colaboradores

Camila Rosa de Oliveira
Érika Lucas Lopes
Hassan Mohamed Elsangedy
Maria Fernanda G. da Silva
Mathias Roberto Loch
Viviane Maia Santos

Mestrandos

Camila Rabelo Andrade
Daniel de Souza Medeiros
Fúlvia Karine S. M. Bakir
Ítala Apoliana G. Amorim
Laís Lopes Amaral
Leonardo Rodrigues Souza
Lucas Faustino de Souza
Tatiane Beatriz M. Nunes

Iniciação Científica

Igor Ribeiro Teixeira
João Victor Ferreira Santos
Lívia Maria de Freitas
Maria Helena Zambon
Vítor José Vianna Pessoa

RELATÓRIO TÉCNICO



Universidade Estadual de Montes Claros

Reitor

Wagner de Paulo Santiago

Vice-reitor

Dalton Caldeira Rocha

Pró-reitor de Extensão

Rogério Othon Teixeira Alves

Pró-reitora de Pesquisa

Maria das Dores Magalhães Veloso

Pró-reitor de Pós-graduação

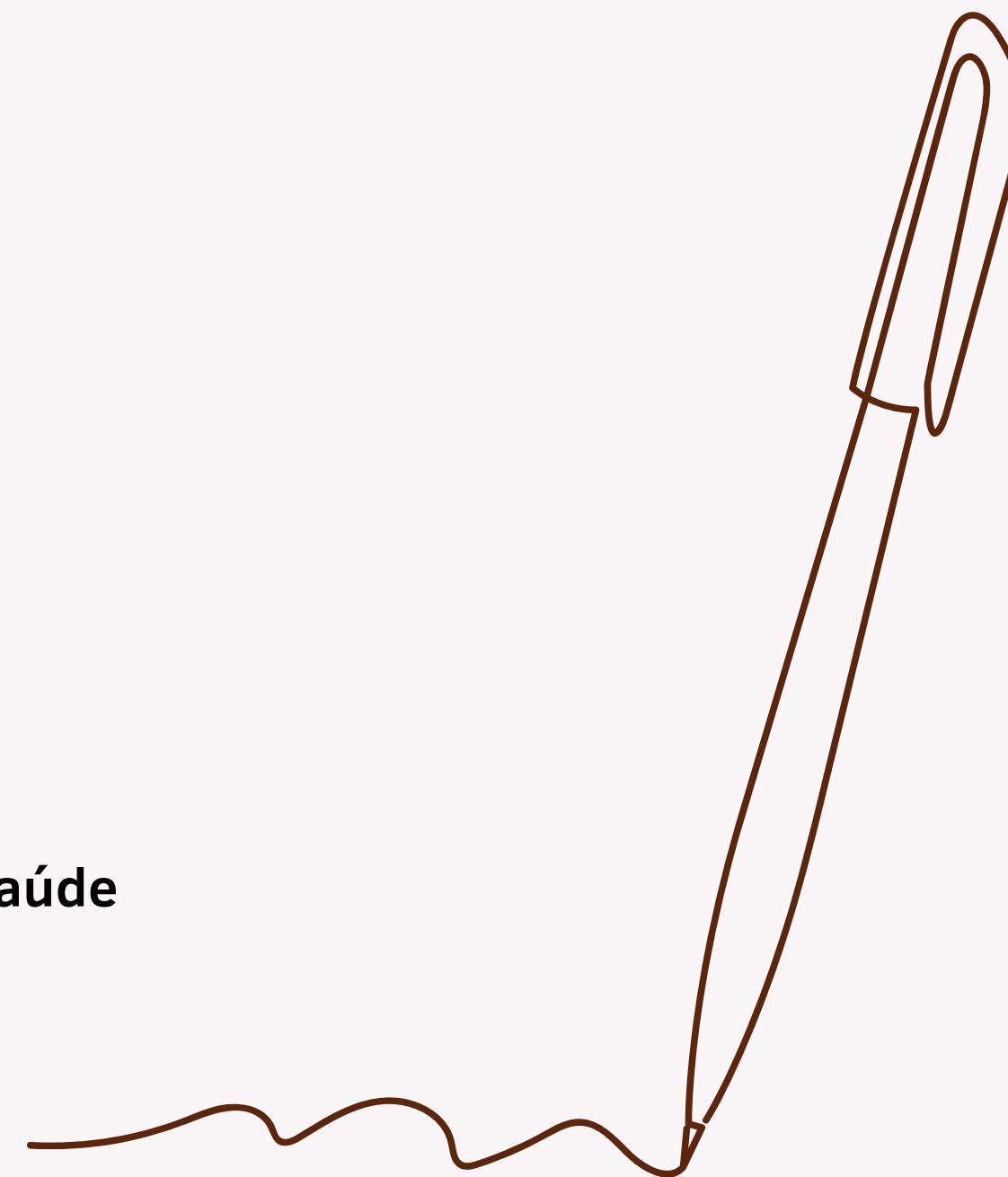
Marlon Cristian Toledo Pereira

Coordenadora do Programa de Pós-graduação em Cuidado Primário em Saúde

Josiane Santos Brant Rocha

Coordenadora do Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde

Cristina Andrade Sampaio



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Estudo longitudinal sobre o comportamento do adolescente na atividade física e saúde [livro eletrônico]: resultados principais – fase 1 / Nayra Suze Souza e Silva... [et al.]. – Montes Claros : Edição Nayra Suze Souza e Silva, 2024.
48.950 Kb.

Vários autores

Formato: PDF

ISBN: 978-65-01-00349-8

1. Adolescentes. 2. Ensino médio. 3. Comportamento. 4. Atividade motora. 5. Inquérito epidemiológico. I. Silva, Nayra Suze Souza e. II. Título.

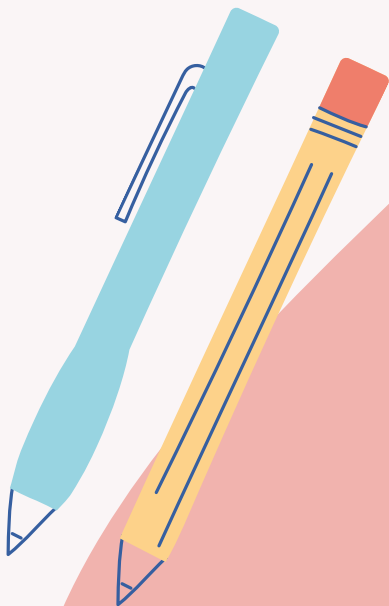
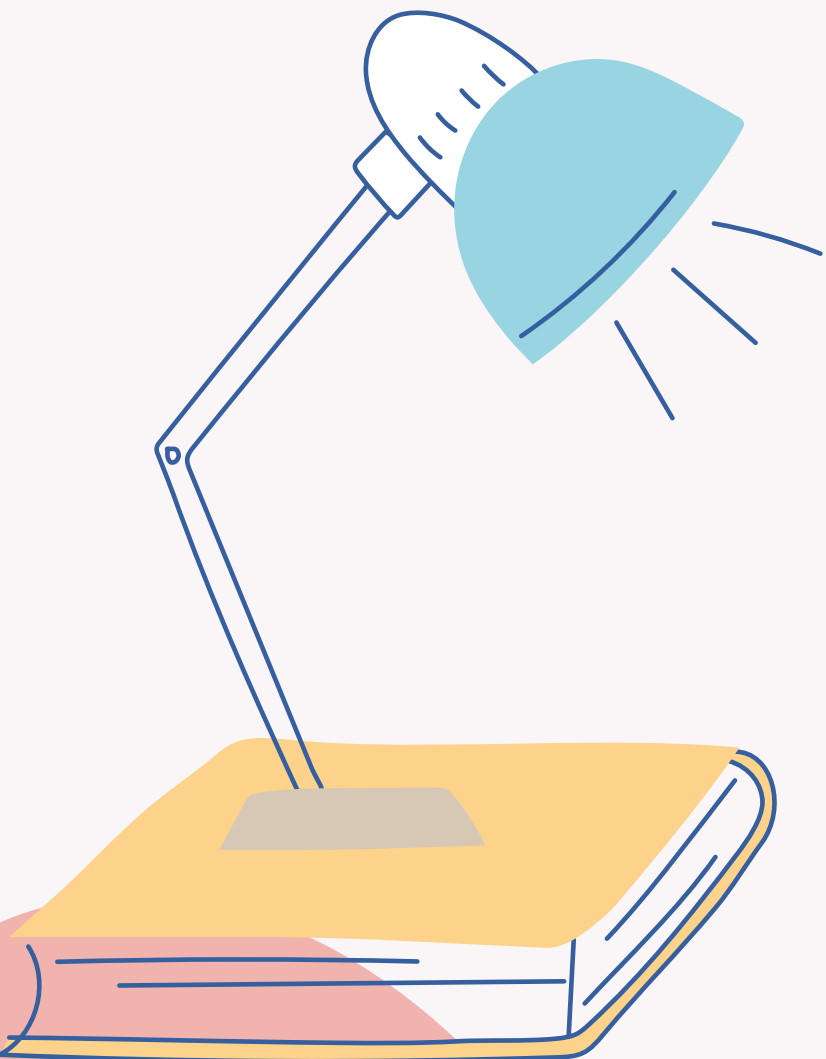
CDD-610

Sueli Costa – Bibliotecária - CRB-8/5213
(SC Assessoria Editorial, SP, Brasil)

Índices para catálogo sistemático: 1. Saúde : Adolescentes 610

Sumário

- **Apresentação.....** 07
- Perfil Escolar, Sociodemográfico e Econômico.... 09
- Atividade Física e Lazer..... 14
- Perfil de Saúde..... 21
- Antropometria e Imagem Corporal..... 26
- Expectativas Futuras..... 29
- **Considerações Finais.....** 31



Apresentação



Apresentação



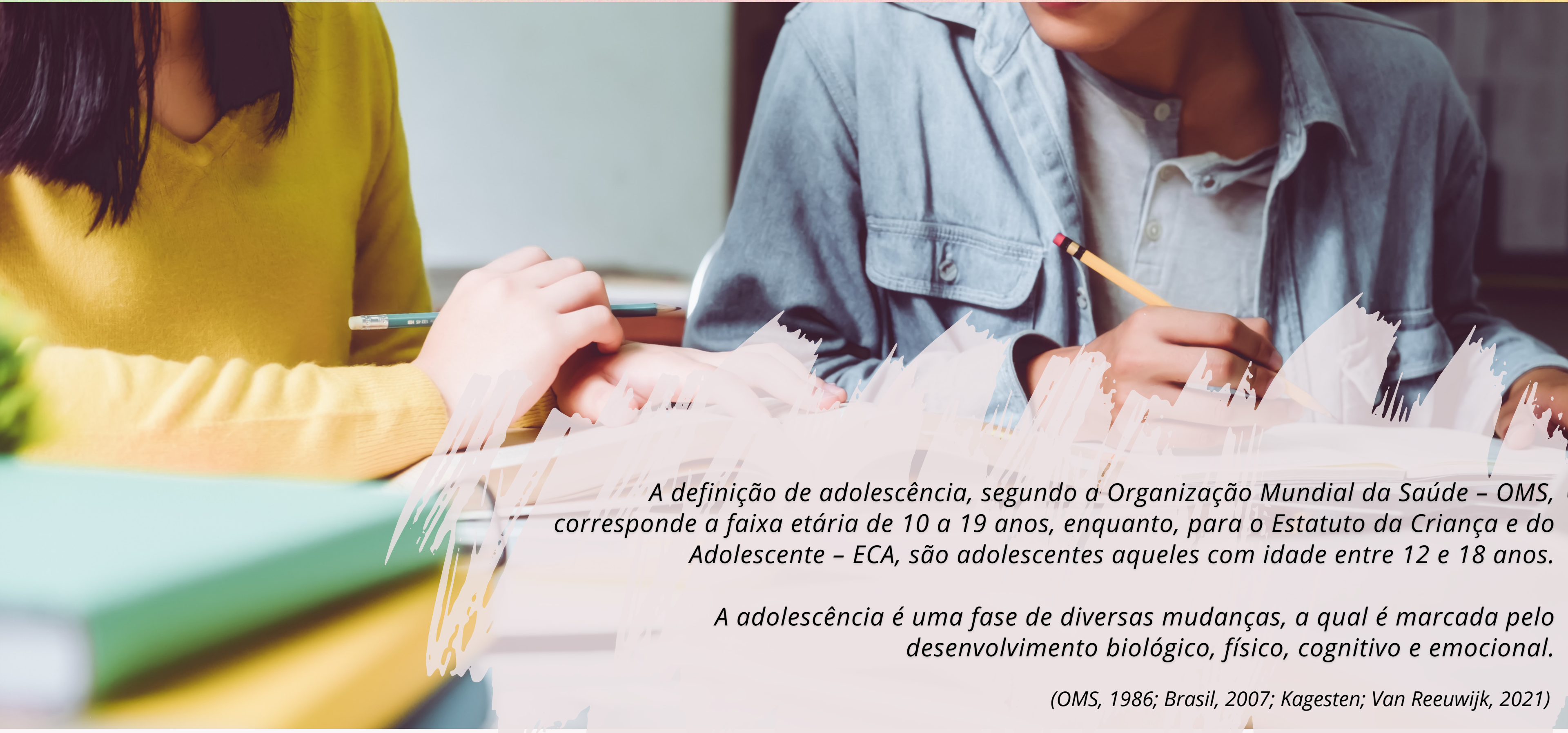
O ELCAS é um projeto de pesquisa que teve como objetivo avaliar, ao longo do tempo, os estágios de mudança de comportamento de adolescentes na atividade física e em outros comportamentos relacionados à saúde.

Com o apoio da Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais (SEE/MG), a fase I do projeto foi realizada com estudantes da rede pública estadual (urbana e rural) do município de Montes Claros – MG, que frequentavam o primeiro ano do ensino médio em 2022 e 2023.

O projeto foi desenvolvido por pesquisadores vinculados aos Programas de Pós-Graduação em Saúde da Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes, em parceria com pesquisadores de outras Universidades. E, a pesquisa foi financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais – FAPEMIG (Edital 001/2022 – Apq-0711-22).

Assim, este relatório apresenta os principais resultados obtidos na fase I da pesquisa!

Perfil Escolar, Sociodemográfico e Econômico



A definição de adolescência, segundo a Organização Mundial da Saúde – OMS, corresponde a faixa etária de 10 a 19 anos, enquanto, para o Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA, são adolescentes aqueles com idade entre 12 e 18 anos.

A adolescência é uma fase de diversas mudanças, a qual é marcada pelo desenvolvimento biológico, físico, cognitivo e emocional.

(OMS, 1986; Brasil, 2007; Kagesten; Van Reeuwijk, 2021)

Perfil Escolar, Sociodemográfico e Econômico



Participaram
do estudo

1.616 *adolescentes*

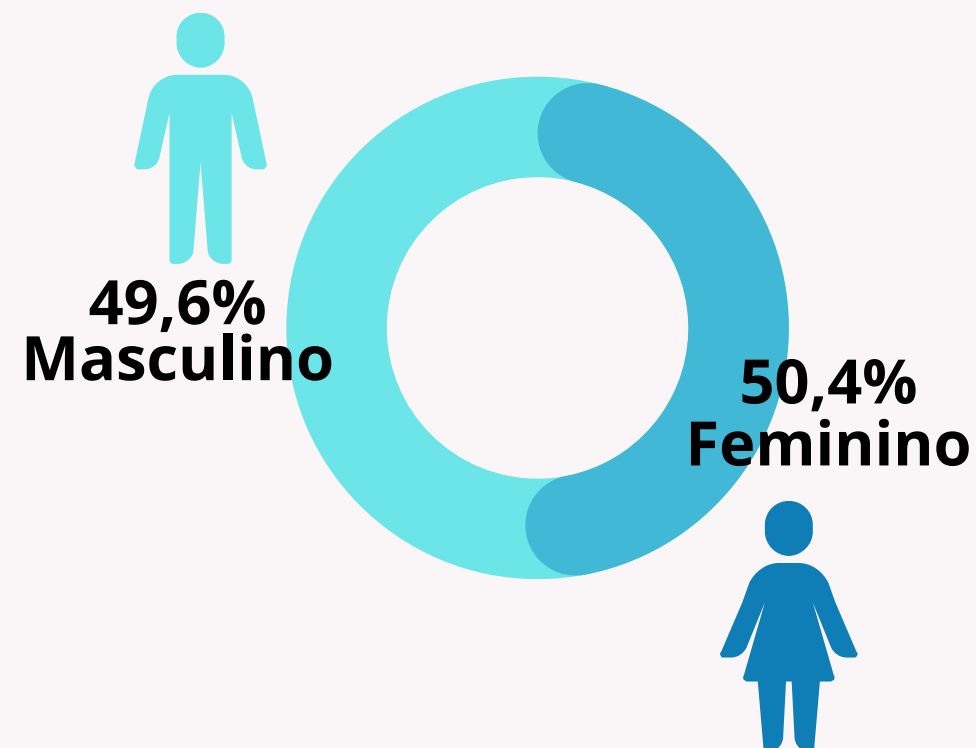
Distribuídos por 20 escolas (18 urbanas e 2 rurais) públicas estaduais do município de Montes Claros – MG.

Perfil Escolar, Sociodemográfico e Econômico

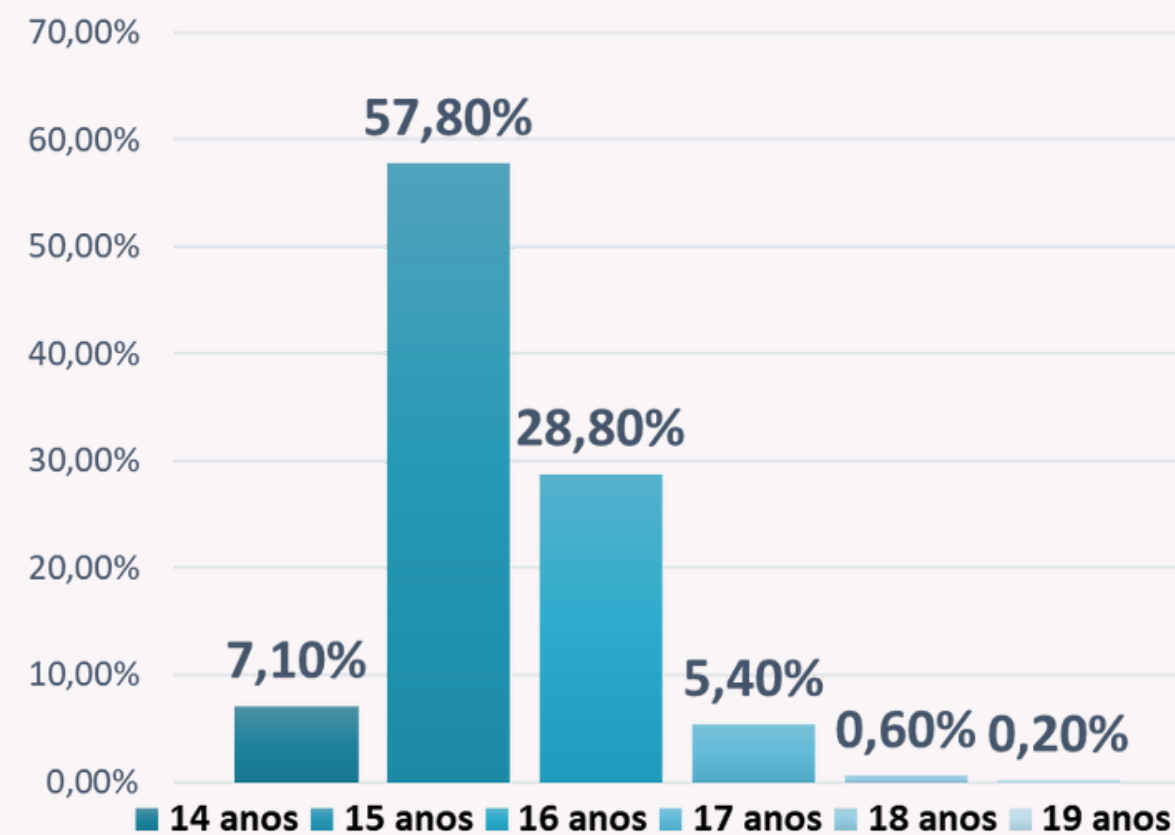


Os resultados indicaram maior prevalência de meninas (50,4%), de alunos com 15 anos de idade (57,8%) e que estudavam no turno matutino (59,6%).

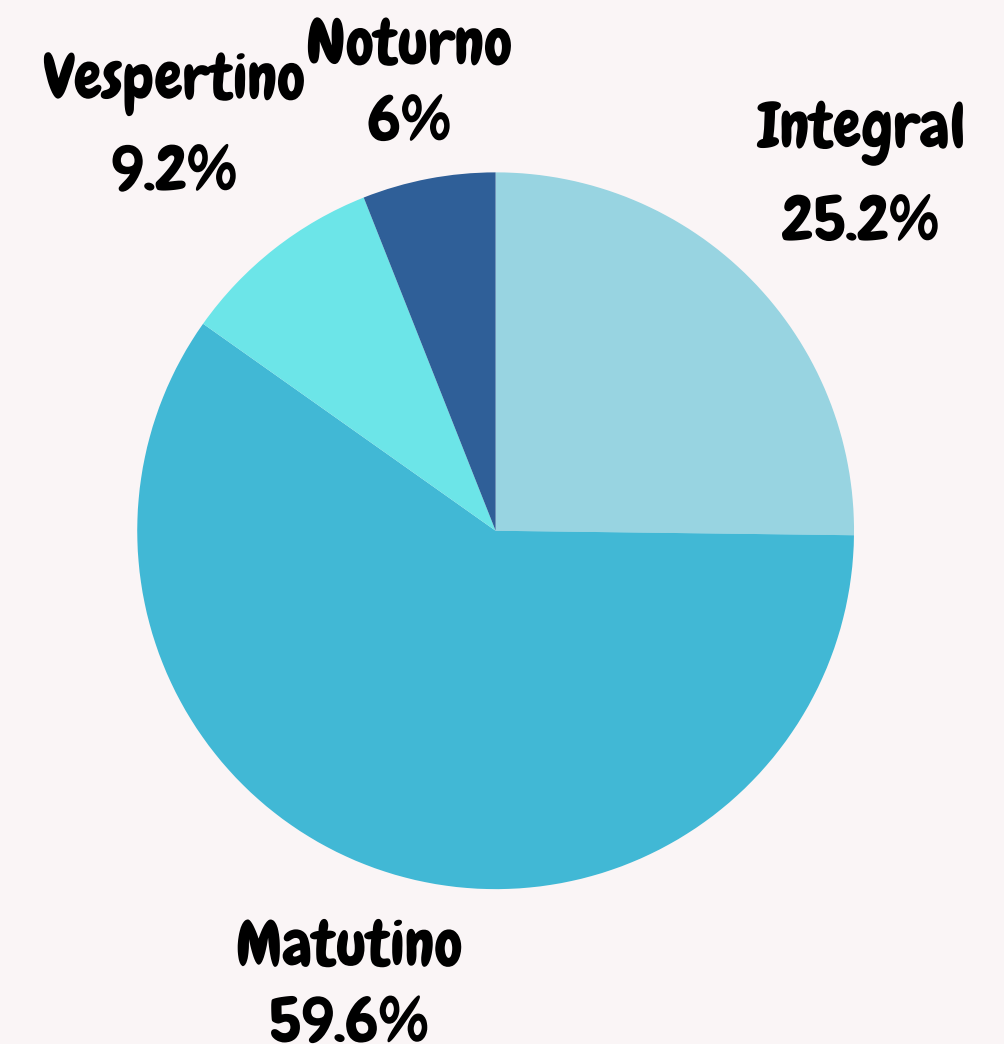
Sexo



Idade



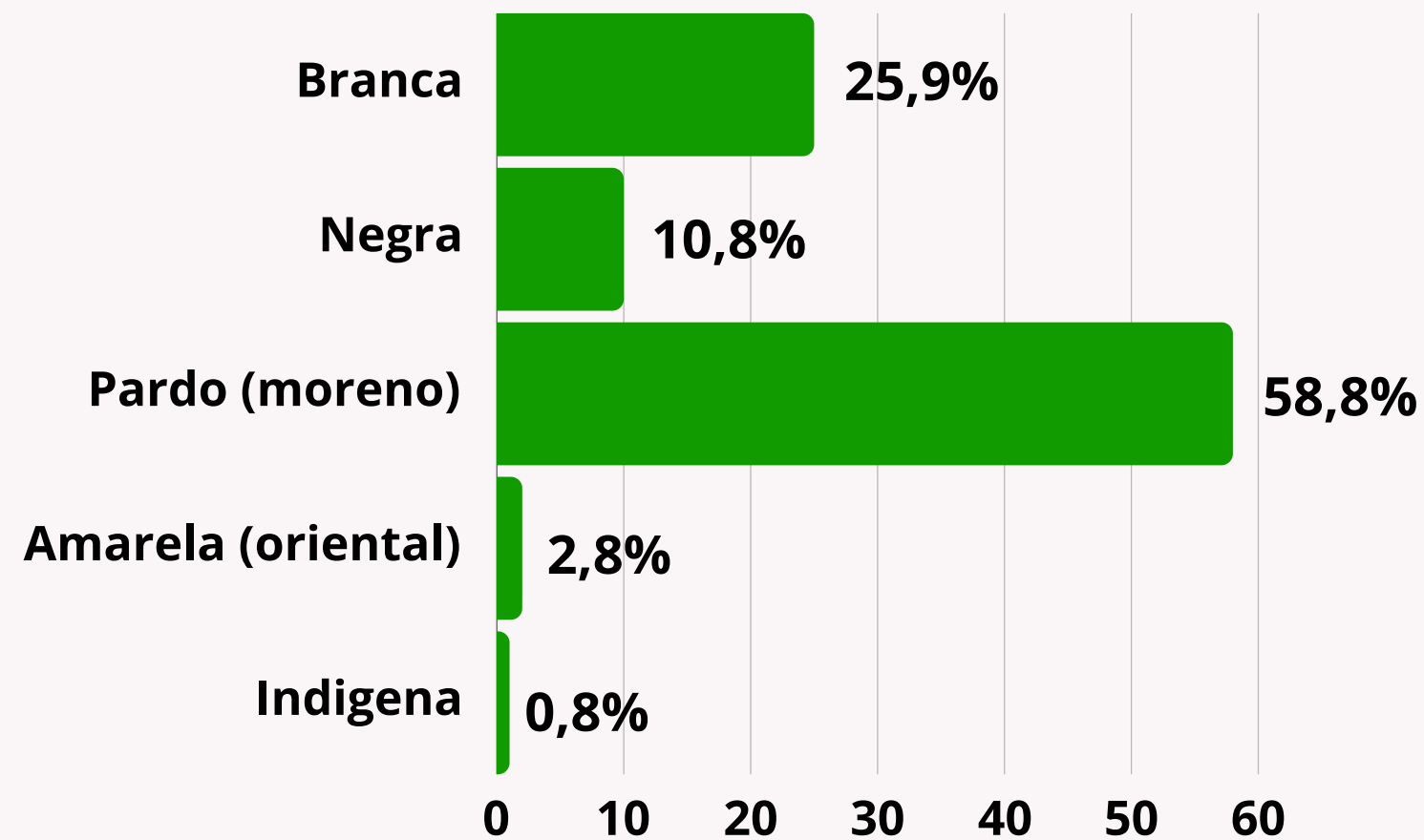
Turno que estuda



Perfil Escolar, Sociodemográfico e Econômico



Cor da pele*

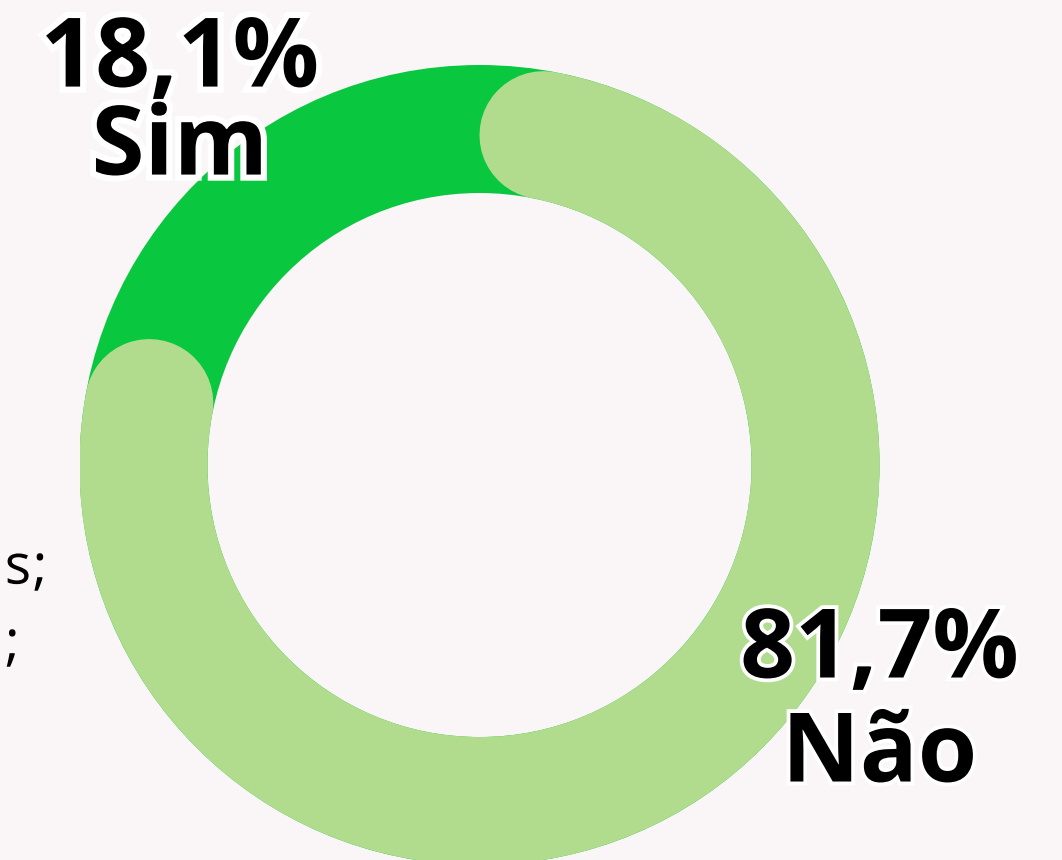


* Informação autorreferida pelos adolescentes.

Estudam e trabalham

Trabalhos mais prevalentes informados:

Ajudante de Obras;
Atendente de loja;
Babá;
Entregador;
Jovem aprendiz;
Vendedor.



Perfil Escolar, Sociodemográfico e Econômico

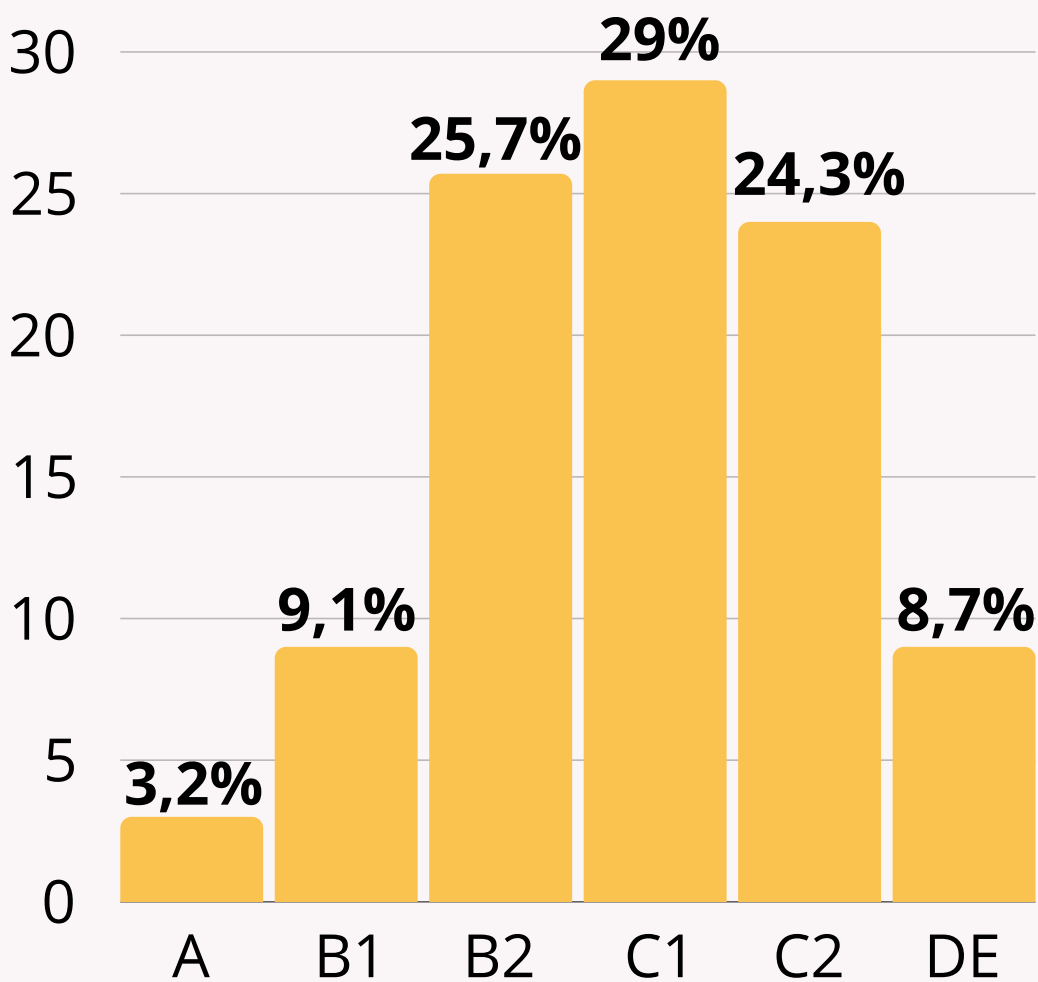
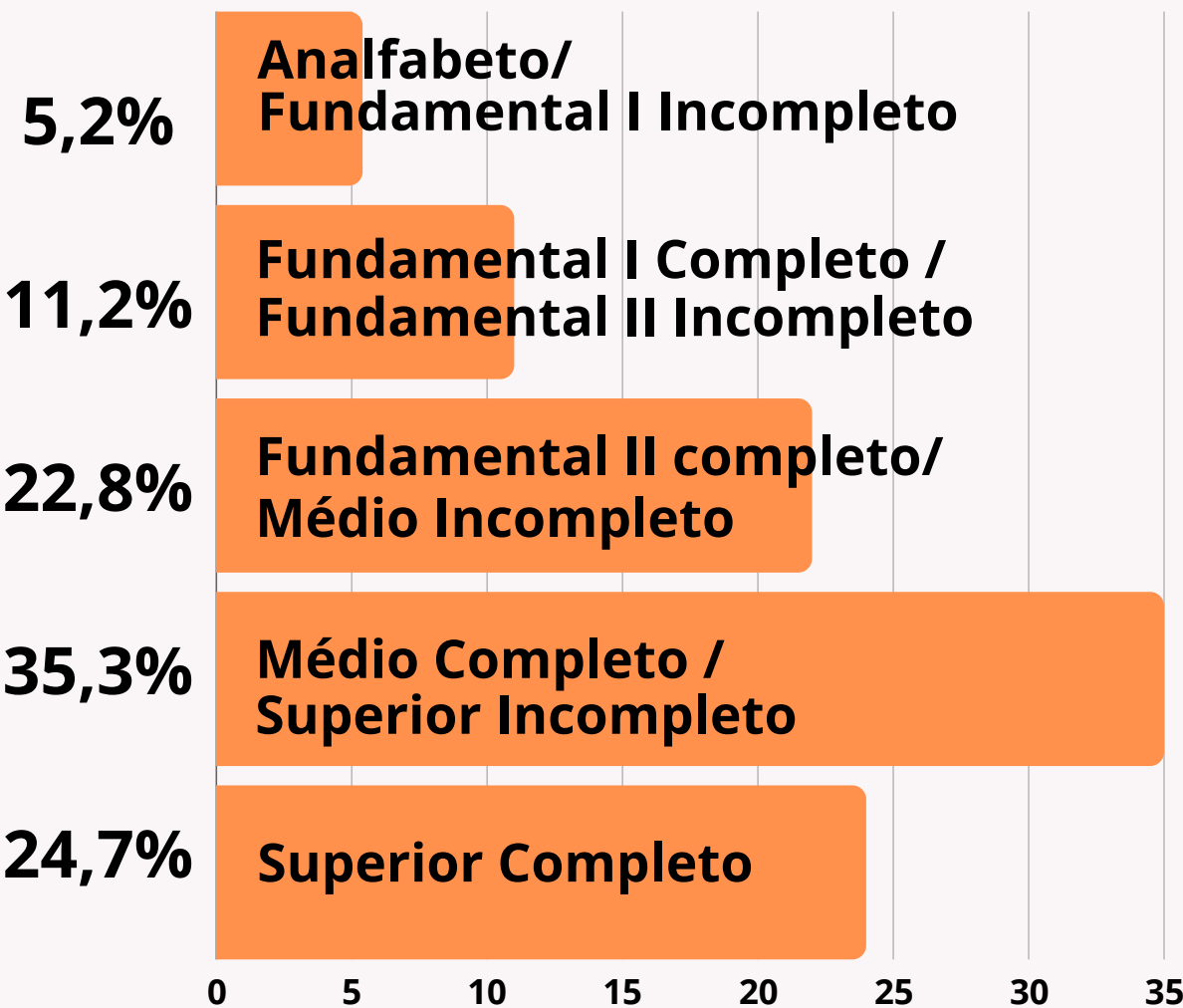


Estudantes com filhos

1,4%

Escolaridade dos pais/responsáveis

Renda familiar*



* Realizada por meio do Critério de Classificação Econômica Brasil (ABEP, 2022), com estimativas de renda domiciliar mensal para os estratos socioeconômicos. Classificando as renda em (da maior para a menor): A; B1; B2; C1; C2; DE.

Atividade Física e Lazer



A atividade física é definida como qualquer movimento produzido pelos músculos esqueléticos que gaste energia, seja no trabalho, na execução de tarefas domésticas, em jogos ou em momentos de lazer.

A qual, possui diversos benefícios para a saúde, incluindo a prevenção e o tratamento de inúmeras doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs).

Além disso, melhora o funcionamento global do corpo, por meio do aperfeiçoamento dos condicionamentos muscular e cardiorrespiratório, do controle de peso e do balanço energético.

(OMS, 2020)

Atividade Física e Lazer

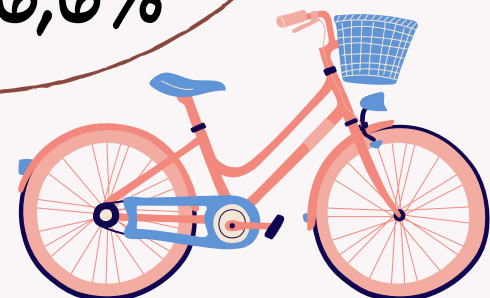


94% dos adolescentes relataram NÃO apresentar comprometimento de saúde para a prática de atividade física

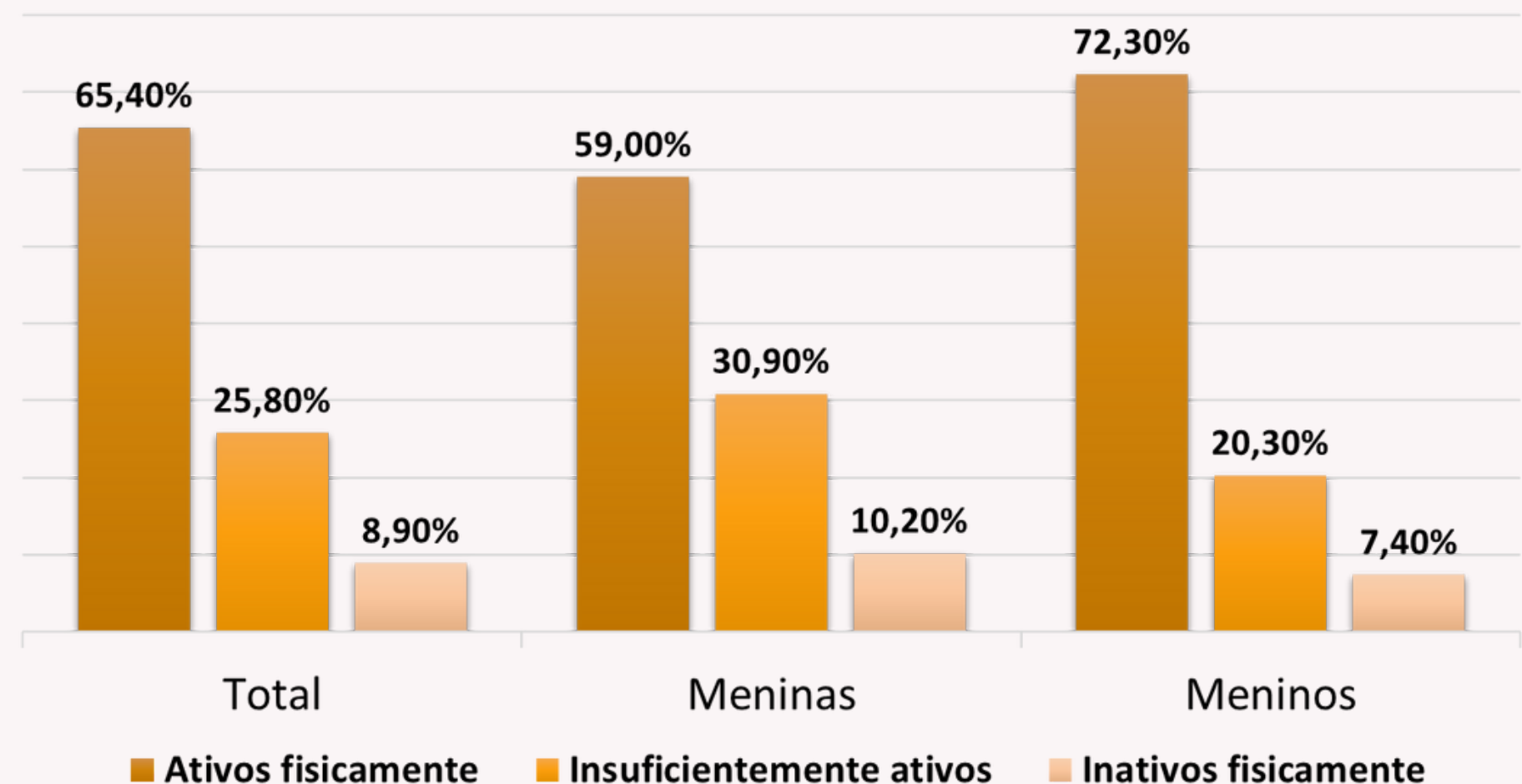
Transporte para a escola

Inativo: 33,4%

Ativo: 66,6%



Nível de atividade física

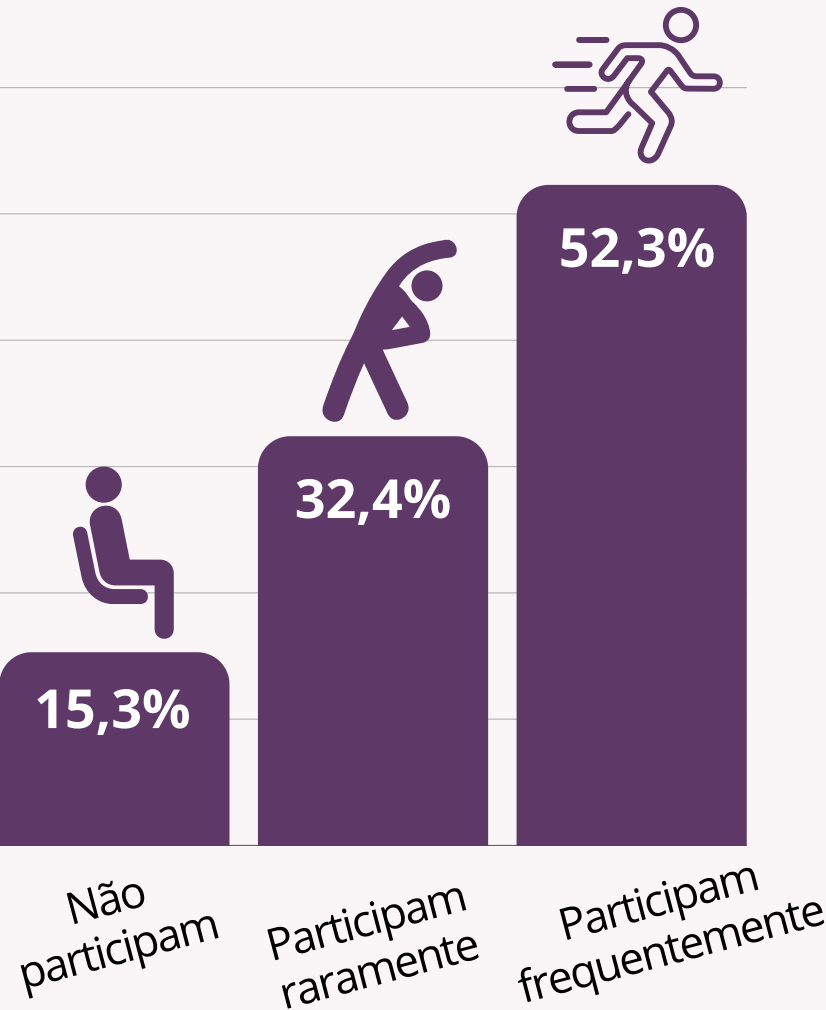


Entre os adolescentes, 65,4% estavam ativos fisicamente, sendo os meninos mais ativos, quando comparados com as meninas.

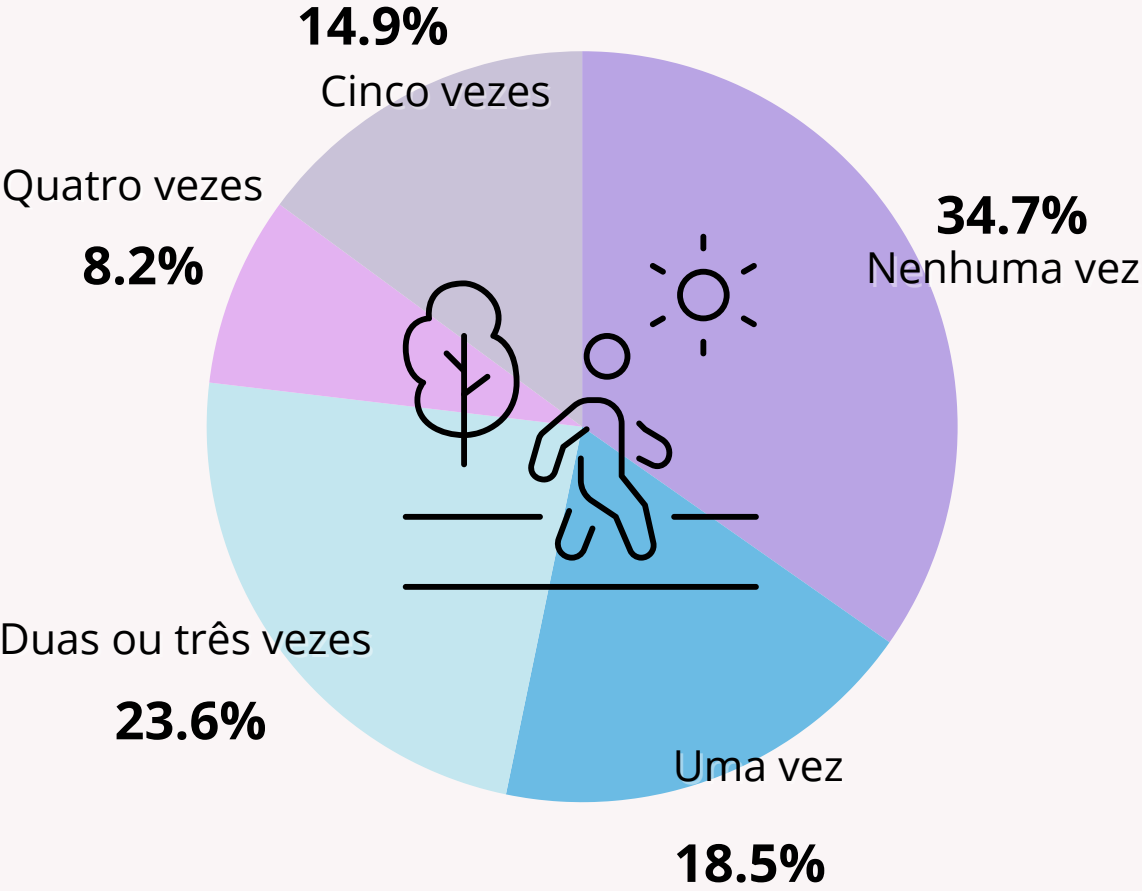
Atividade Física e Lazer



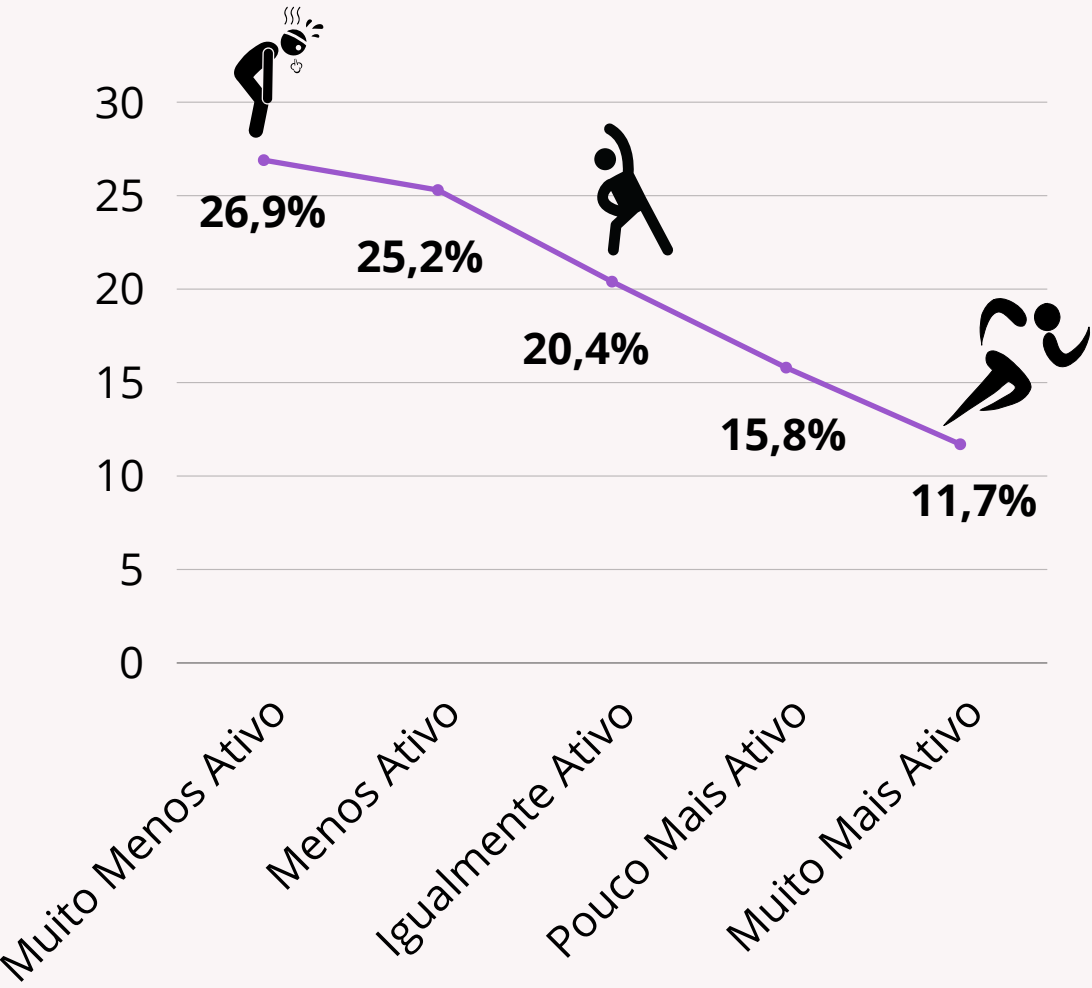
Participação nas aulas de educação física escolar



Prática de esportes, dança ou jogos fora da escola na semana



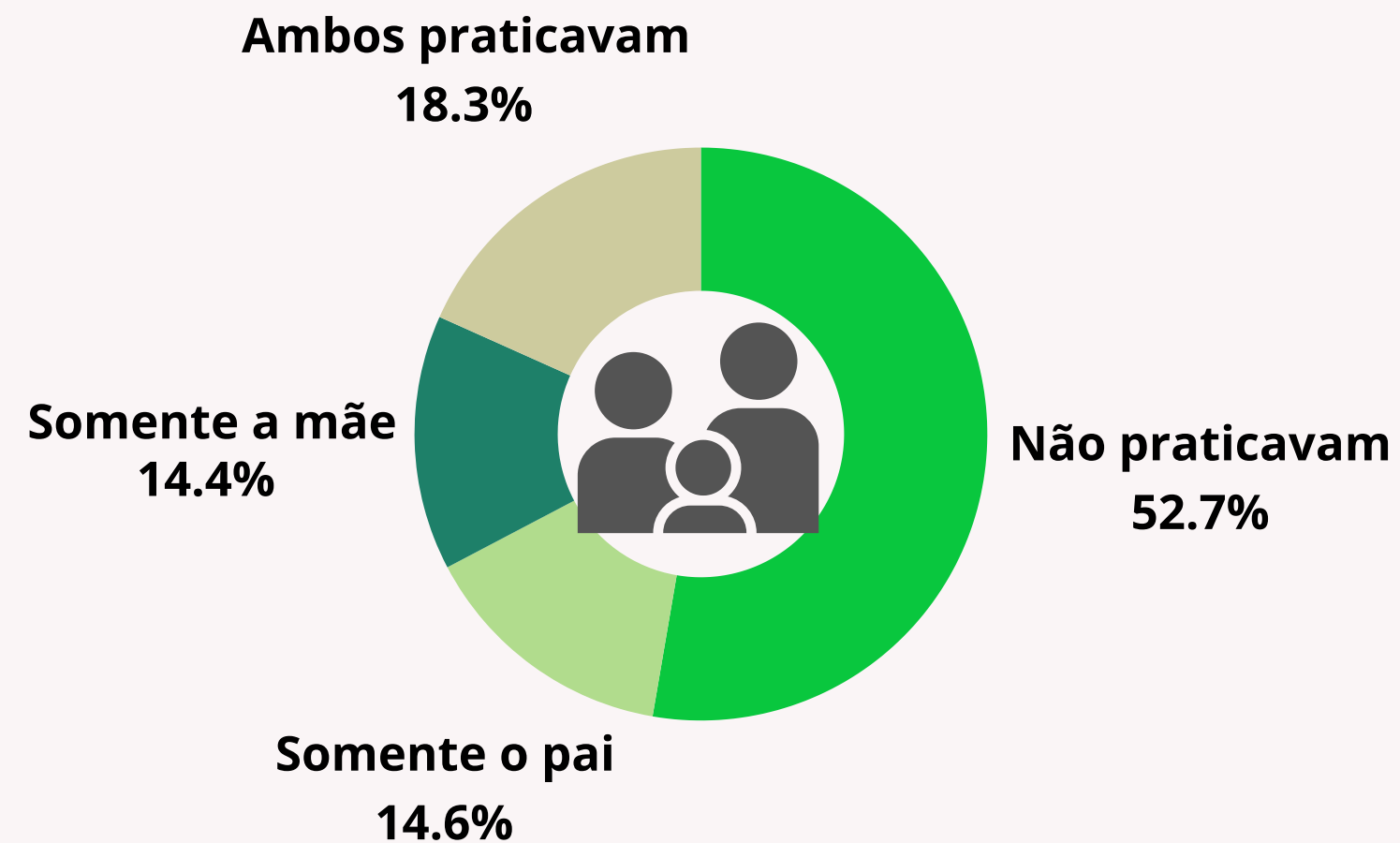
Prática de atividade física quando comparado à outros adolescentes



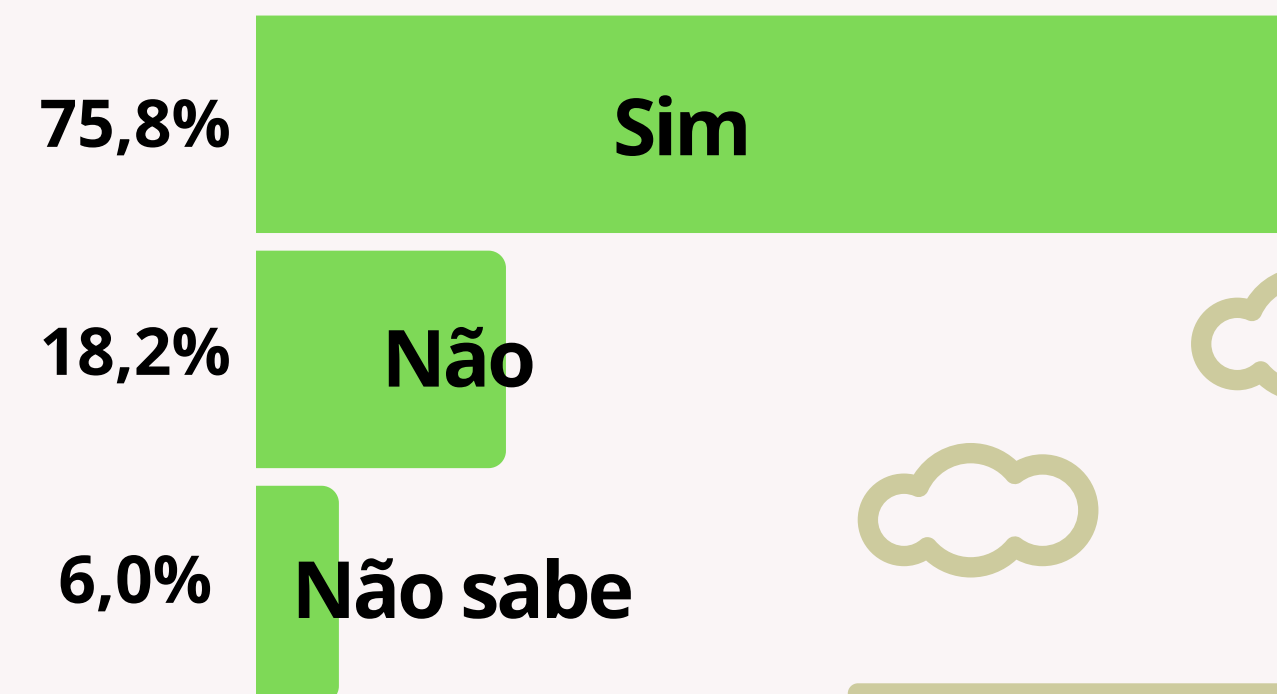
Atividade Física e Lazer



Prática de atividade física dos pais



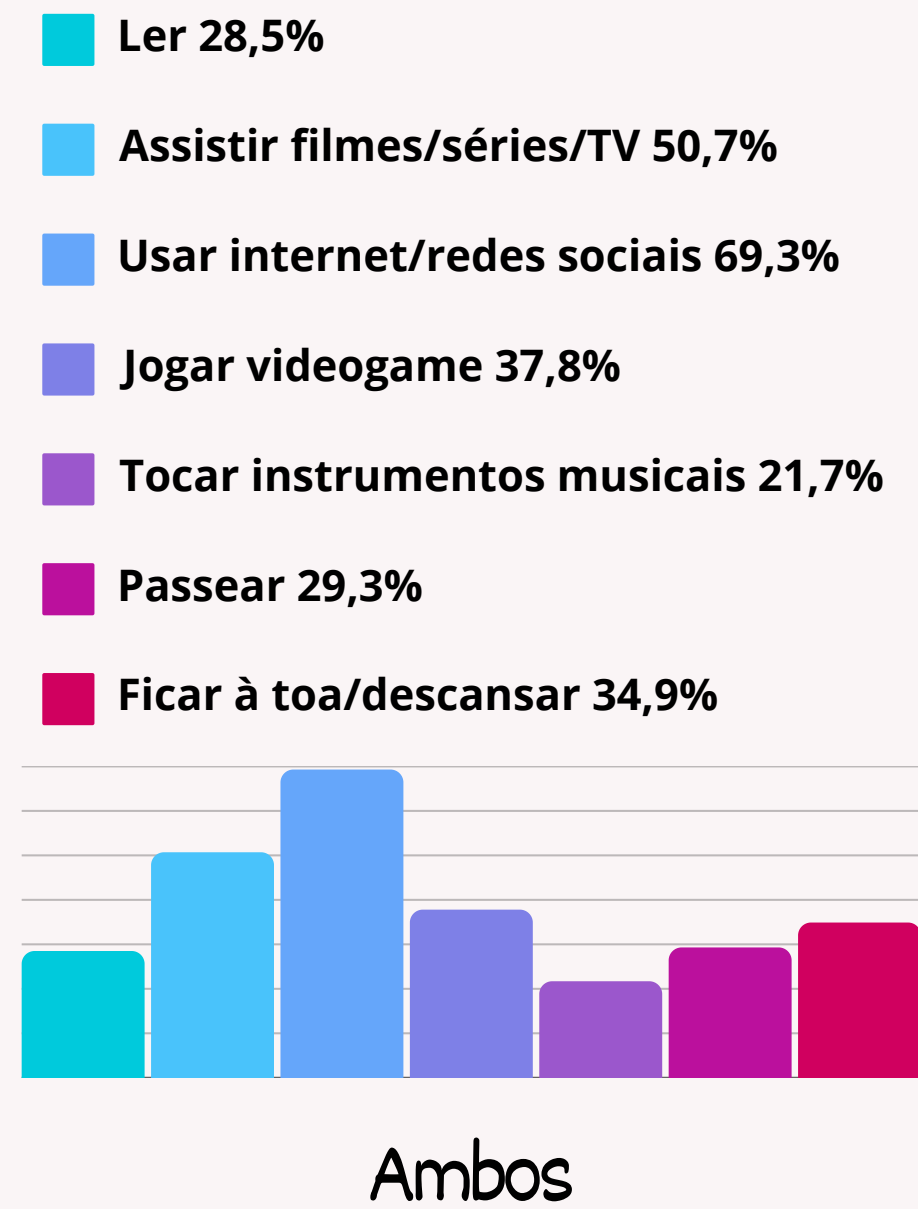
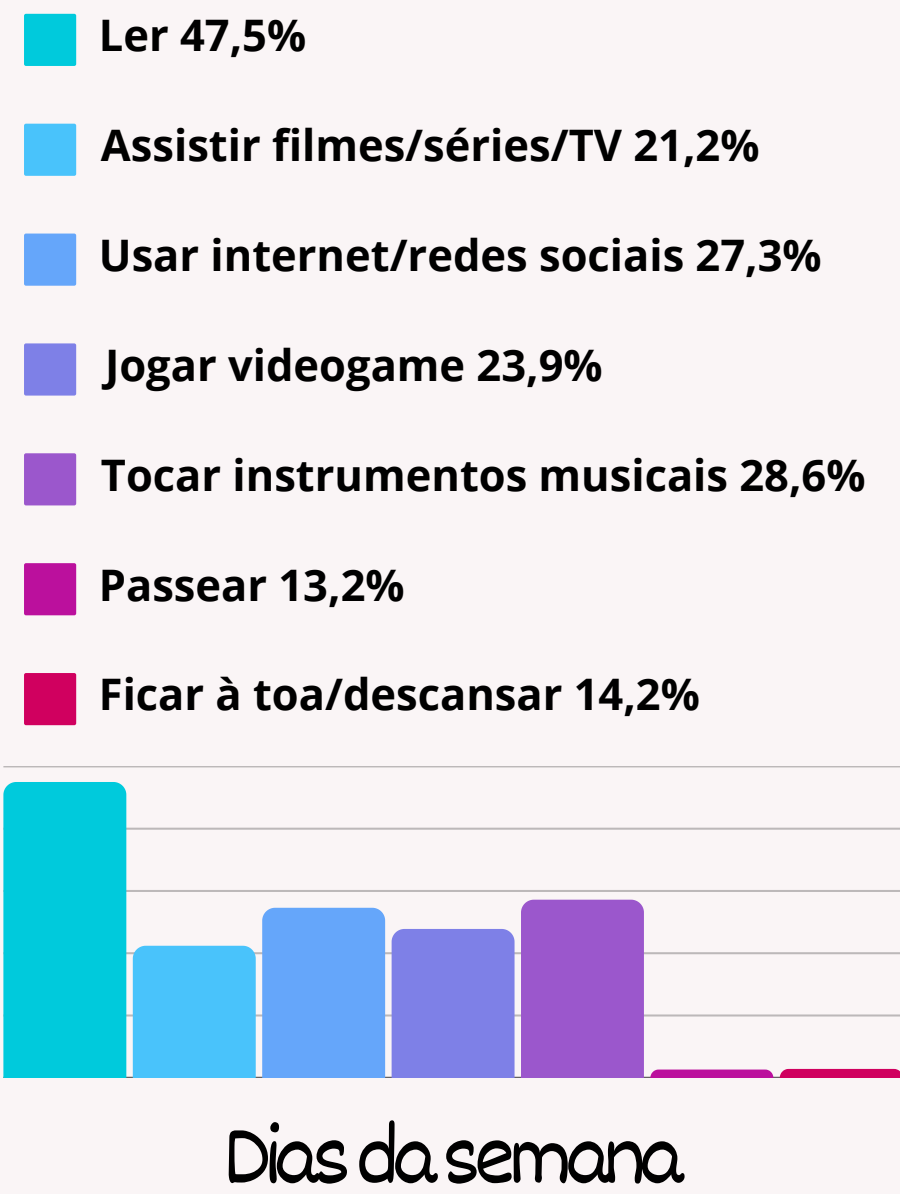
Locais públicos para a prática de atividade física perto da residência do adolescente



Atividade Física e Lazer



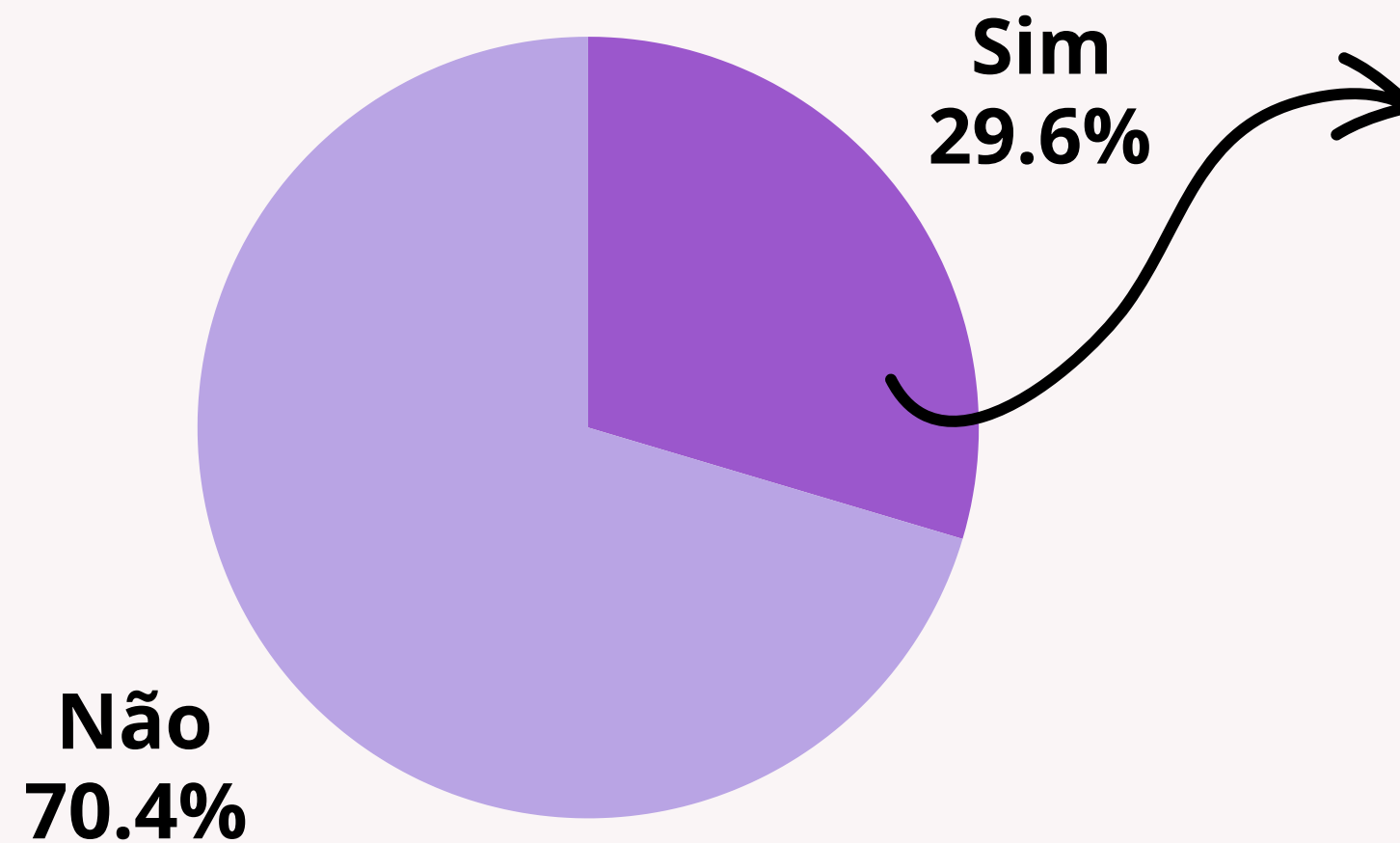
Atividades realizadas no tempo de lazer



Atividade Física e Lazer



Barreiras para a prática de atividade no tempo de lazer



Estágios de mudança de comportamento para a prática de atividade física

Permite identificar os indivíduos que desejam realizar mudanças na atividade física em comparação aos que não estão dispostos, classificando os participantes nos seguintes estágios (Dumith; Domingues; Giganteo, 2008):

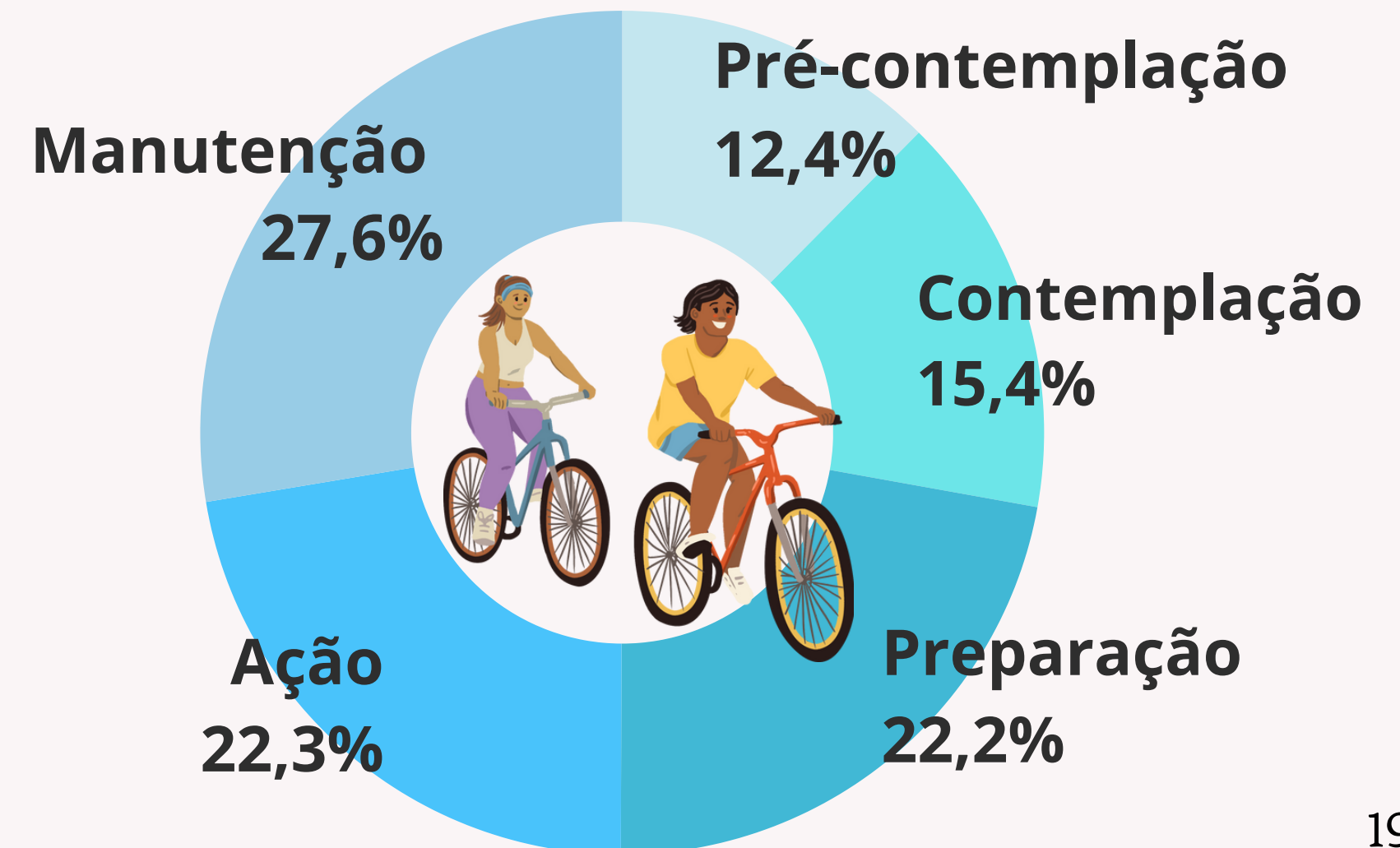
Pré-contemplação: não existe a intenção de praticar atividade física;

Contemplação: existe a intenção de praticar atividade física, mas ainda não há a ação;

Preparação: existe a intenção de praticar atividade física e o indivíduo pretende começar a praticá-la em um futuro próximo;

Ação: a mudança de comportamento existe, mas o tempo de prática de atividade física é inferior a seis meses;

Manutenção: o comportamento foi adquirido e mantido, praticando atividade física há mais de 6 meses.



Perfil de Saúde

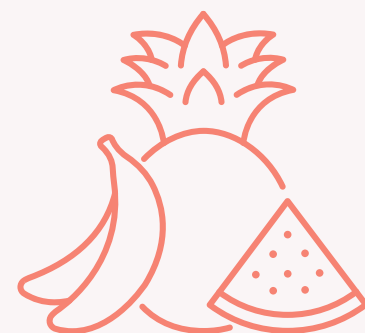
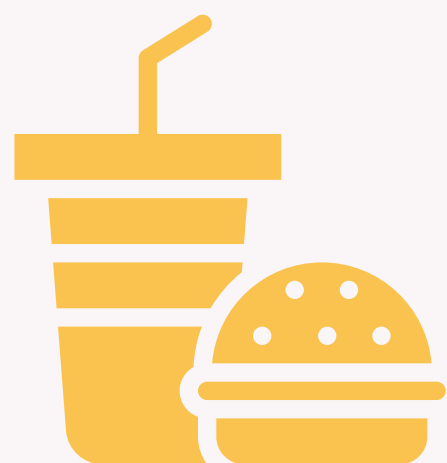


Os adolescentes incorporam uma população que requer novas demandas de hábitos de vida. Essa fase demonstra características saudáveis em relação à saúde, mas também evidencia que práticas danosas podem acontecer, favorecendo os comportamentos de risco para a saúde.

(Brasil, 2010)



Consumo diário de alimentos ultraprocessados *

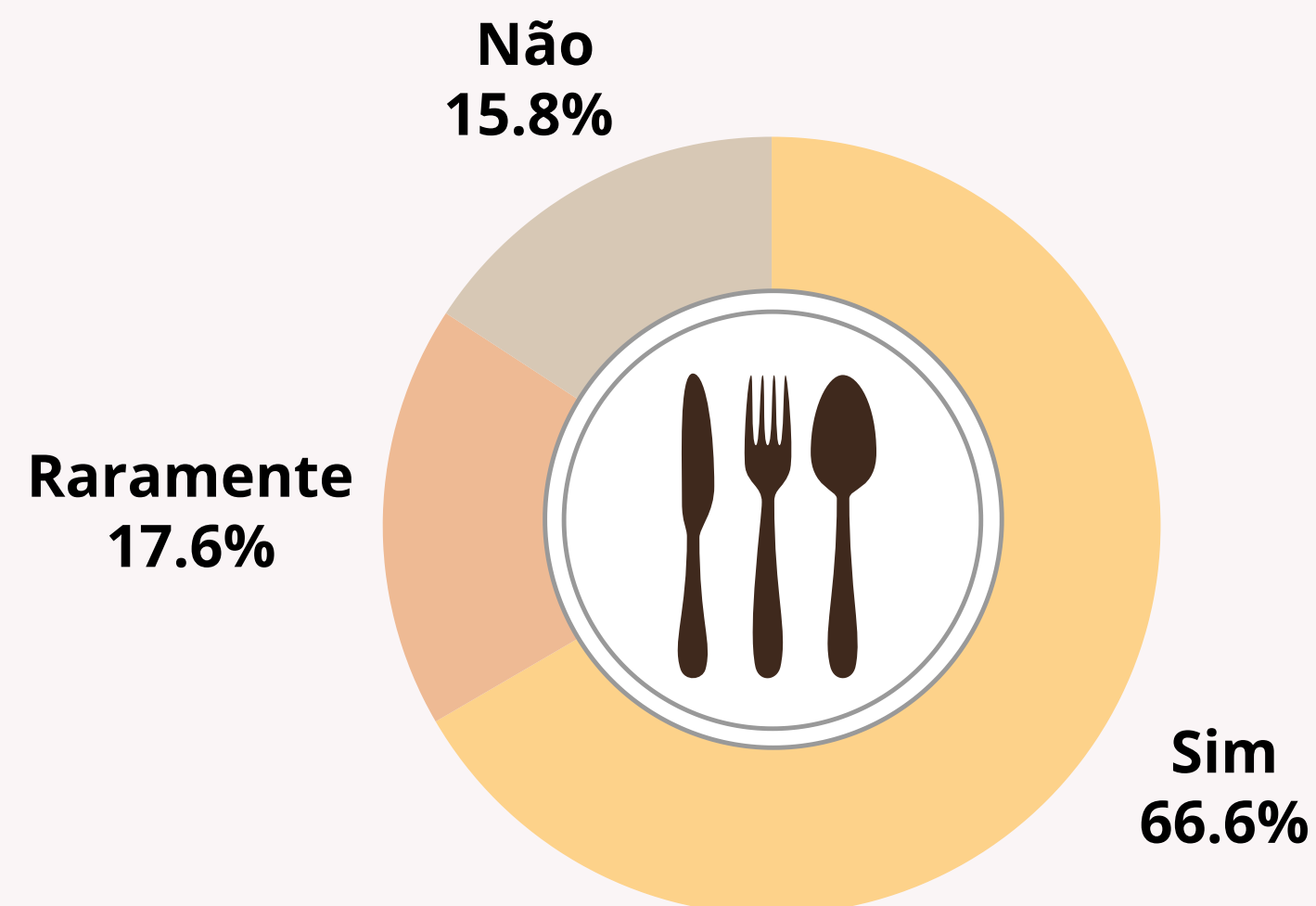


Sim: 68,5%

Não: 31,2%

* O consumo diário de pelo menos um grupo de alimentos ultraprocessados (refrigerante; alimentos industrializados; fast food; guloseimas) foi determinado pela resposta afirmativa ao consumo de pelo menos um dos grupos em todos os sete dias da semana investigada.

Consumo de alimentos enquanto assiste TV/estuda



Perfil de Saúde



Sonolência diurna excessiva *

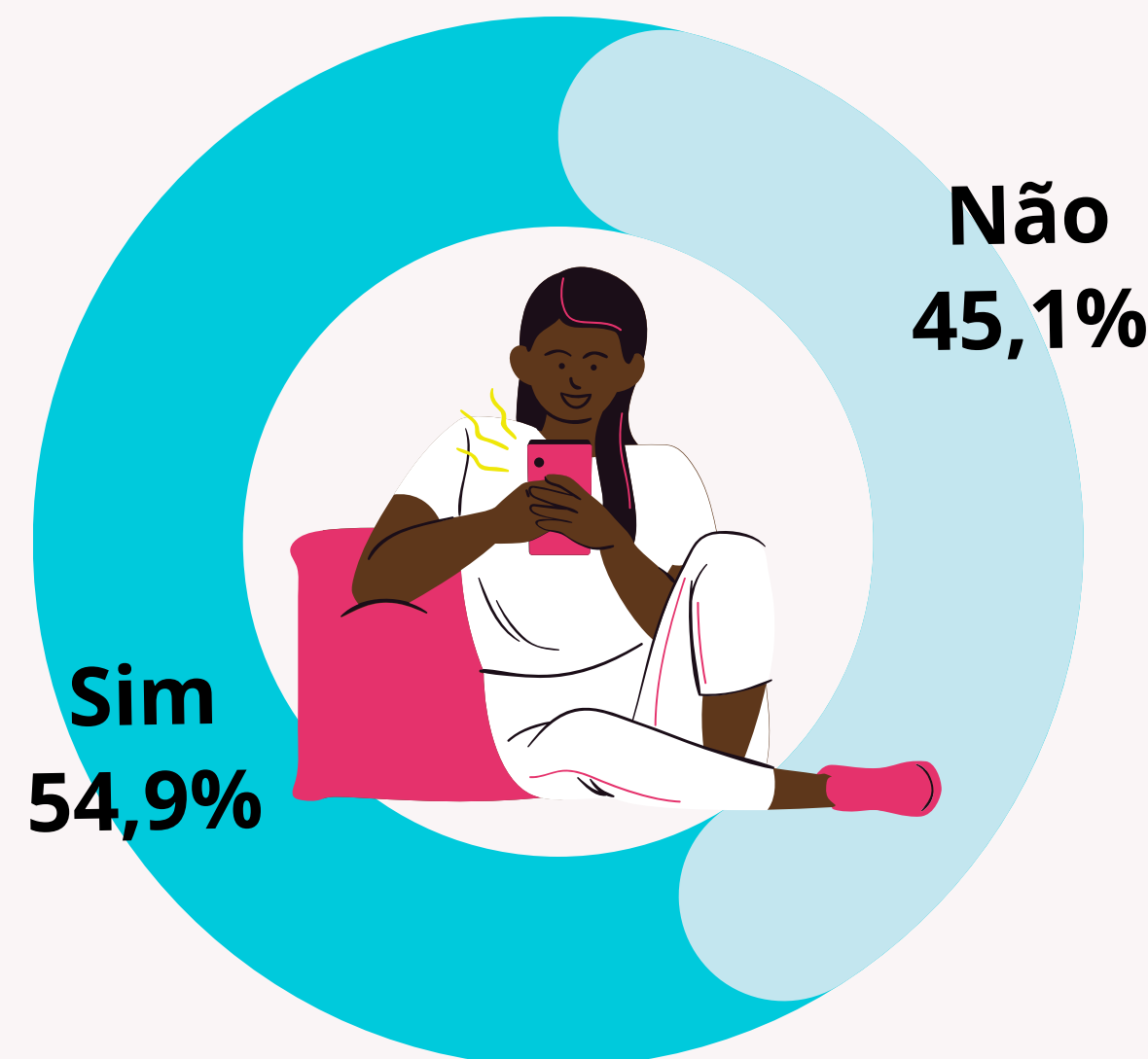


Não: 28%

Sim: 72%



Dependência de uso do smartphone **



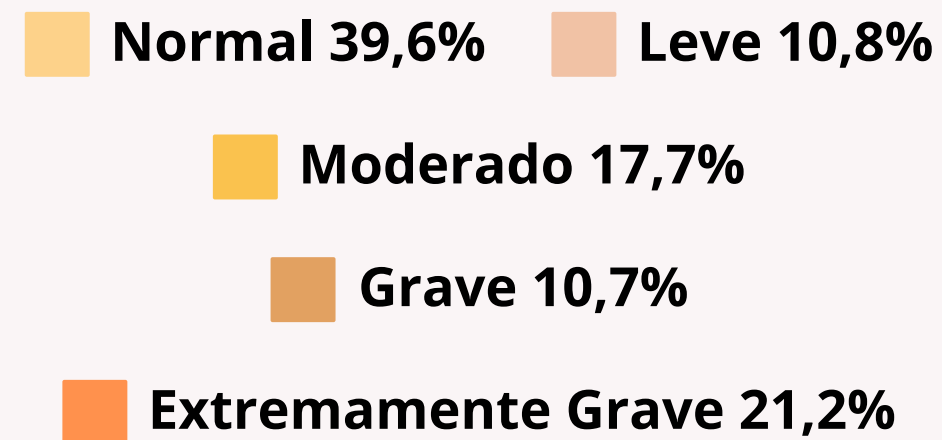
* Nos hábitos de sono foi aplicada a Escala de Sonolência Diurna Pediátrica – PDSS (Drake et al., 2003).

** A dependência do uso de smartphone foi verificada pela versão traduzida e adaptada do SPAI-BR - Smartphone Addiction Inventory (Khoury, 2017).

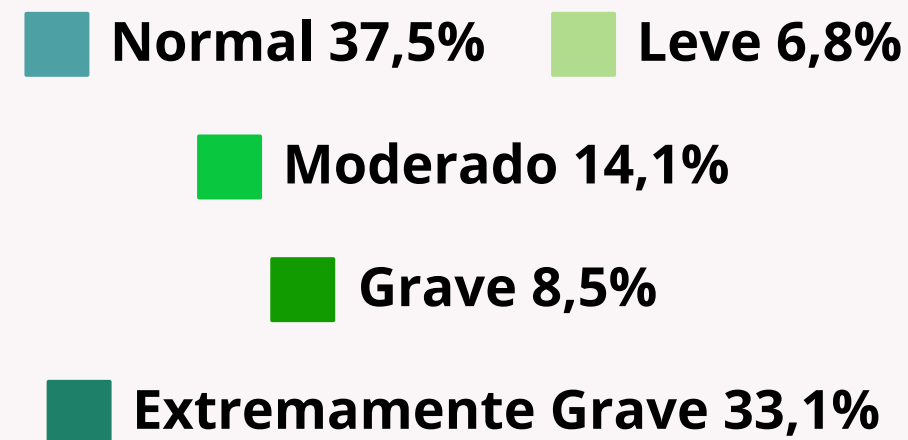
Perfil de Saúde



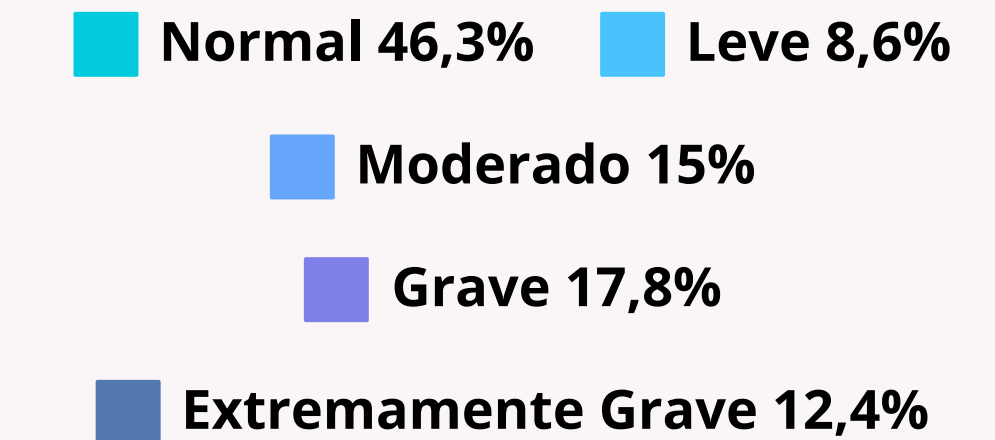
Sintomas de depressão *



Sintomas de ansiedade *



Sintomas de estresse *

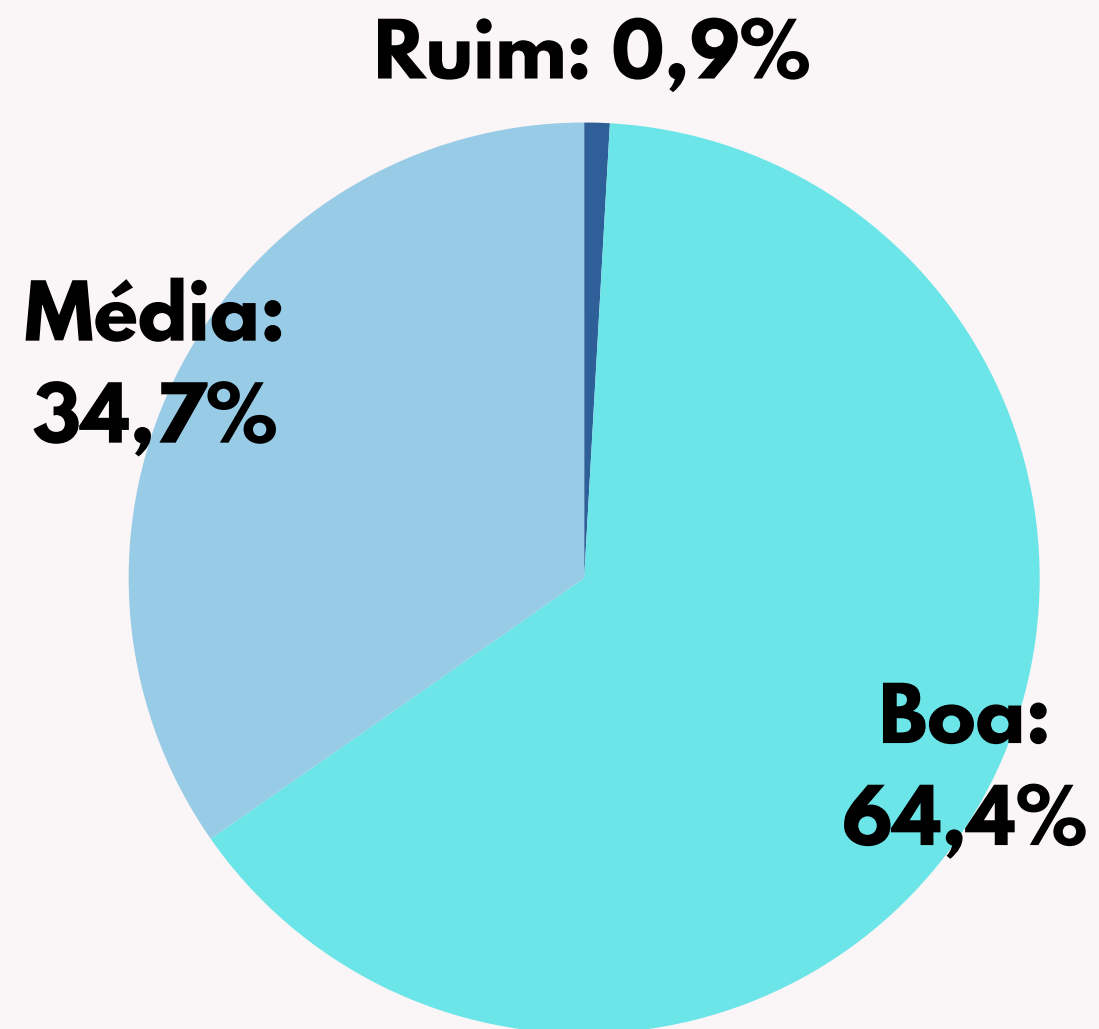


* Questões de saúde mental verificadas através de instrumento validado (Vignola; Tucci, 2014).

Perfil de Saúde



Percepção da qualidade da audição



Uso de fones de ouvido



Volume do fone



Antropometria e Imagem Corporal



A imagem corporal pode ser considerada a imagem mental acerca do tamanho, da aparência e da forma do corpo. Possui notável importância na saúde mental, haja vista que distorções nessa percepção podem contribuir para o desenvolvimento e o agravamento de transtornos alimentares e psicológicos.

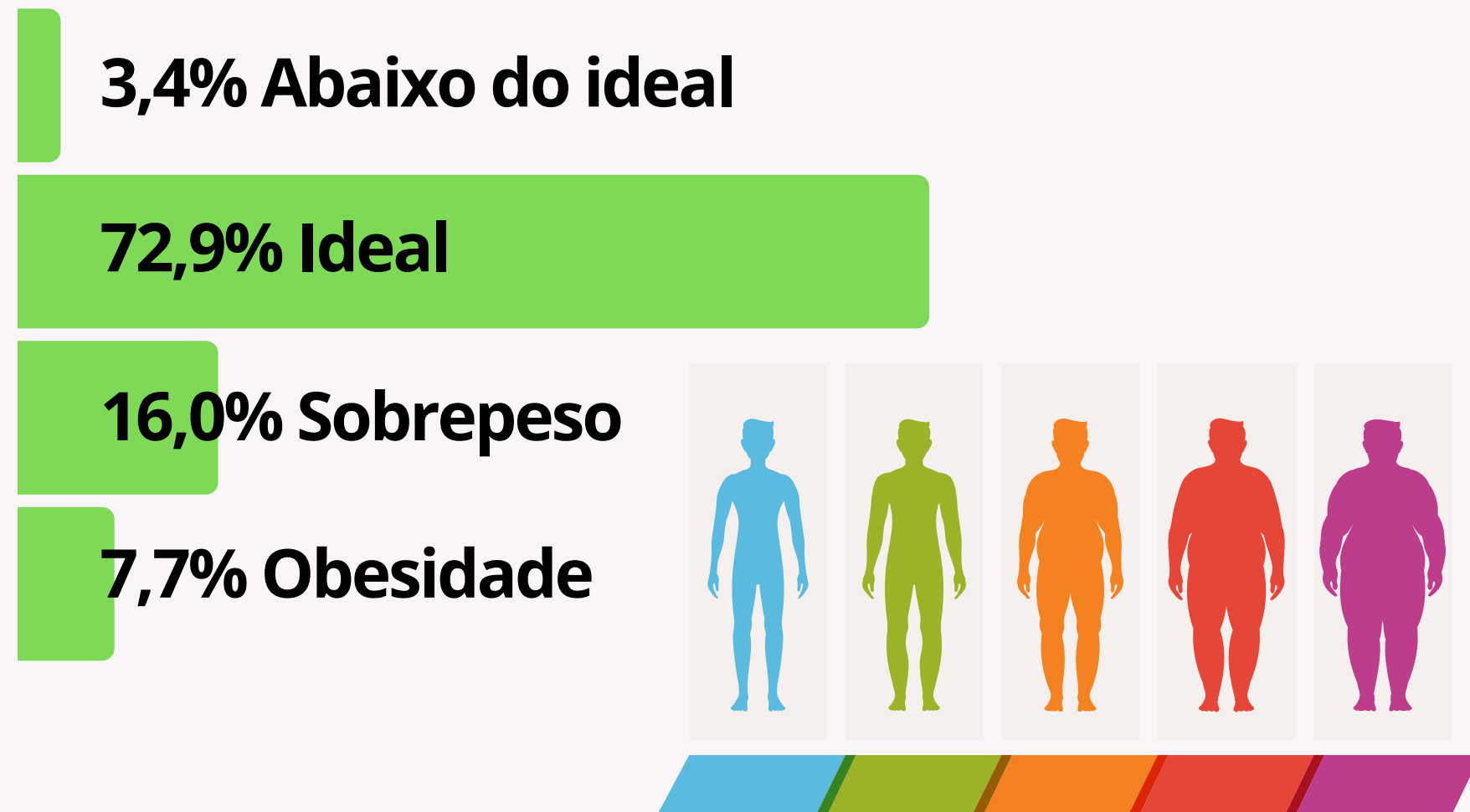
Durante a adolescência, fase na qual ocorre ampla gama de transformações físicas e psíquicas, pode haver insatisfação com a imagem corporal e busca por uma aparência distinta da realidade.

(Quadros et al., 2010; Pinho et al., 2019)

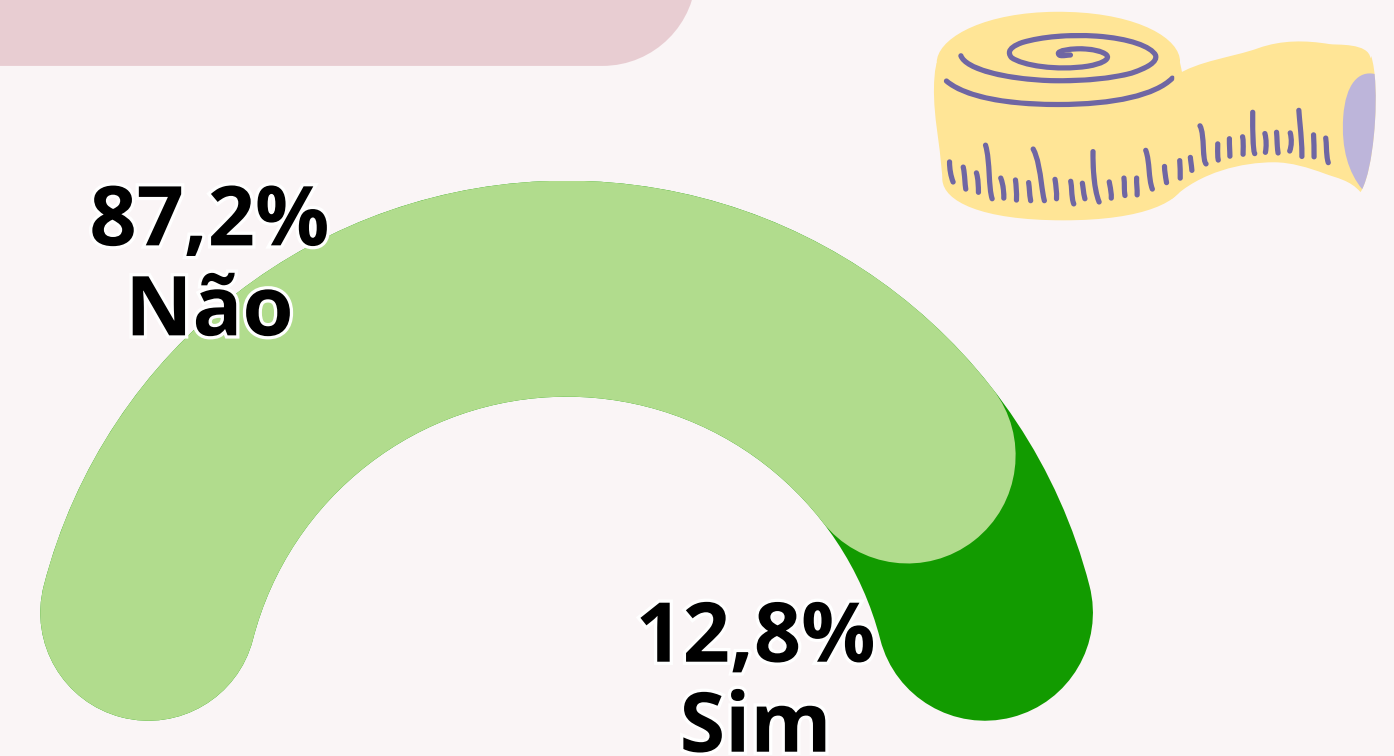
Antropometria e Imagem Corporal



Índice de Massa Corporal – IMC *



Obesidade abdominal **



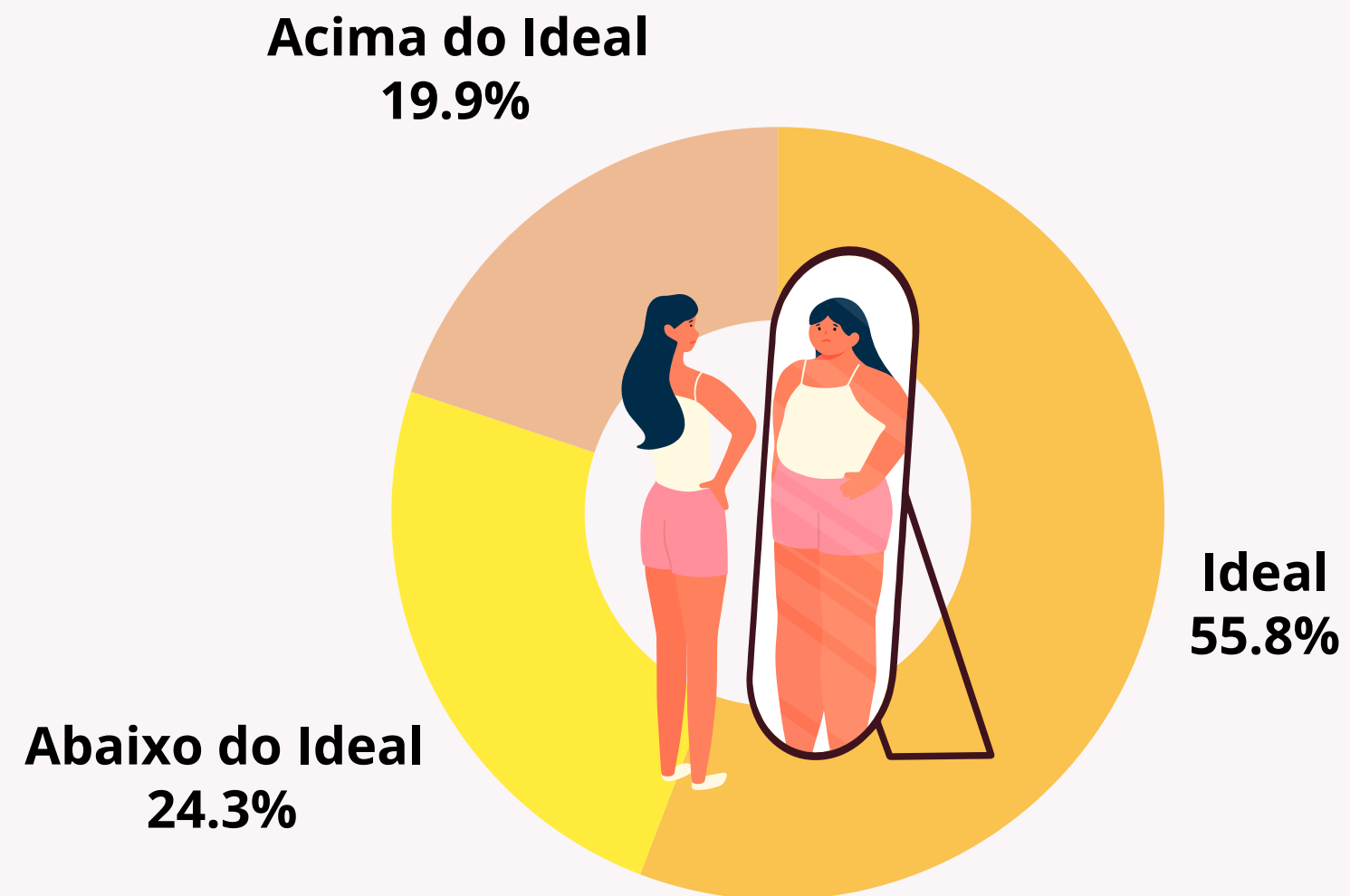
* O IMC foi construído a partir do peso e altura coletados pelos pesquisadores, de acordo com a fórmula: $\text{Peso (Kg)} / \text{Altura (m)}^2$. Após criação do IMC, o mesmo foi categorizado com valores para sexo e idade dos adolescentes (OMS, 2007).

** A obesidade abdominal foi verificada através da coleta da circunferência de cintura e categorizada para a população de adolescentes (Taylor *et al.*, 2000).

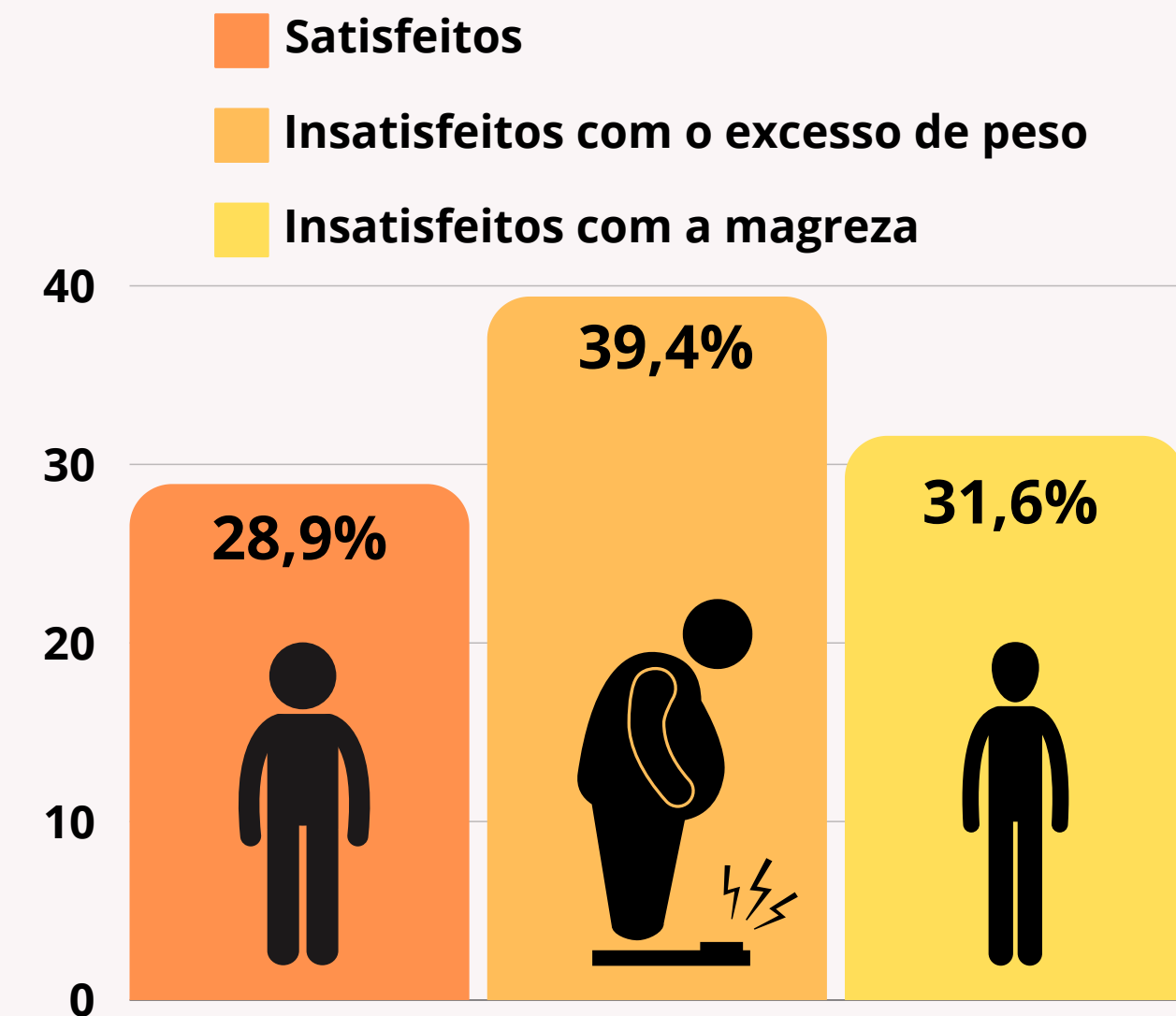
Antropometria e Imagem Corporal



Percepção do peso corporal



Satisfação com a imagem corporal *



* Avaliação da imagem corporal através da Escala de Silhuetas (Stunkard et al., 1983).

Expectativas Futuras



A vivência da adolescência é caracterizada pela reestruturação de papéis sociais e de aspectos psicológicos, sendo marcada comumente pelo aumento da autonomia individual e pelo aparecimento de dúvidas e de preocupações em relação ao futuro.

Em meio às fantasias e ao choque com a realidade, o jovem constrói suas próprias perspectivas e a noção do que gostaria de se tornar.

(Oliveira et al., 2003)

Expectativas Futuras

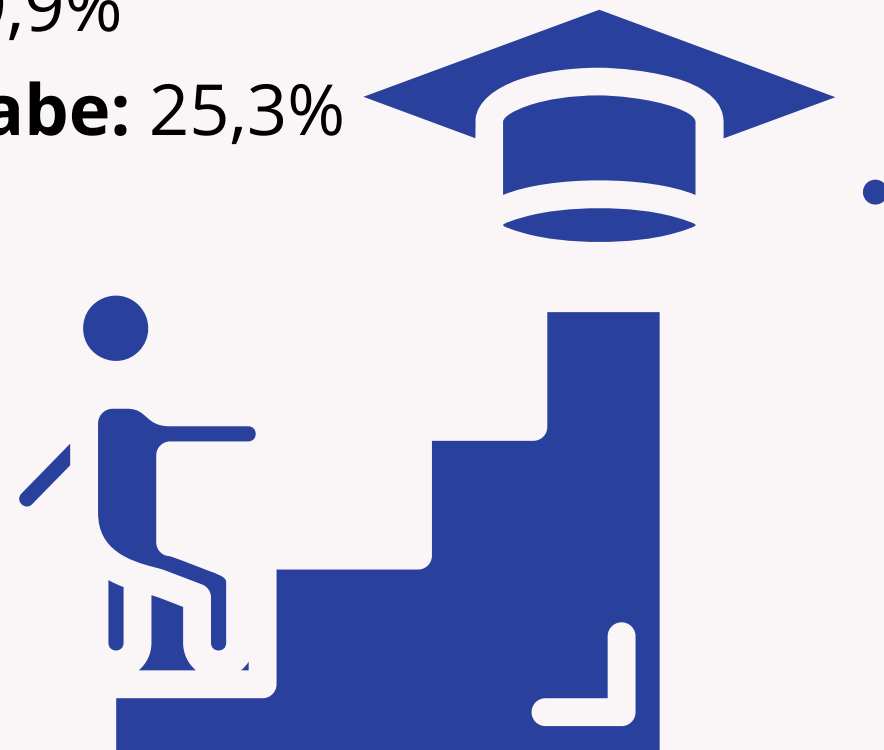


**Para cursar
a universidade**

Sim: 64,8%

Não: 9,9%

Não sabe: 25,3%



**Para a prática de
atividade física e esportes**

Mais que o habitual: 77,4%

A mesma quantidade: 15,8%

Menos que o habitual: 6,8%



**Para os hábitos
alimentares saudáveis**

Mais que o habitual: 67,4%

Semelhantes ao atual: 30,1%

Menos que o habitual: 2,5%



Considerações Finais



Considerações Finais



Os resultados aqui apresentados oportunizarão novas análises na pesquisa acadêmica.

E, dessa forma, poderão contribuir na discussão sobre condições de saúde e hábitos comportamentais dos adolescentes, de maneira a subsidiar ações e políticas públicas voltadas ao atendimento a essa fase da vida, introduzindo programas que estimulem a prática de atividade física regular e melhorando os espaços públicos e reforçando a segurança nesses locais.

Agradecimentos

Com isso, agradecemos especialmente a participação dos adolescentes das escolas públicas do município de Montes Claros-MG, ao apoio da Unimontes, da SEE-MG e à FAPEMIG por financiar a pesquisa.

Referências:

ABEP. Critério Brasil. 2022. Disponível em: <https://www.abep.org/criterio-brasil>

BRASIL. Diretrizes nacionais para a atenção integral à saúde de adolescentes e jovens na promoção, proteção e recuperação da saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

BRASIL. Marco legal: saúde, um direito de adolescentes. Brasília: editora do Ministério da Saúde, 2007.

DRAKE, C. The Pediatric Daytime Sleepiness Scale (PDSS): sleep habits and school outcomes in middle-school children. *Sleep*. v. 26, p. 455-458, 2003.

DUMITH, S.C.; DOMINGUES, M.R.; GIGANTE, D.P. Estágios de mudança de comportamento para a prática de atividade física: uma revisão da literatura. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, v. 10, n. 3, p. 301-307, 2008.

KAGESTEN, A.; VAN REEUWIJK, M. Healthy sexuality development in adolescence: proposing a competency-based framework to inform programmes and research. *Sexual and Reproductive Health Matters*, v. 29, n. 1, 2021.

KHOURY, J. M. *et al.* Assessment of the accuracy of a new tool for the screening of smartphone addiction. *PloS one*, v. 12, n. 5, 2017.

OLIVEIRA, M. C. S. L. *et al.* Perspectivas de futuro entre adolescentes: universidade, trabalho e relacionamentos na transição para a vida adulta. *Temas em psicologia*, v. 11, n. 1, 2003.

OMS. BMI-for-age (5-19 years). Washington. World Health Organization. 2007.

OMS. Diretrizes da OMS Para atividade física e comportamento sedentário. 2020. Disponível em: https://ws.santabarbara.sp.gov.br/instar/esportes/downloads/guia_AF_OMS.pdf

OMS. Young people's health-a challenge for society: report of a WHO Study Group on Young People and "Health for All by the Year 2000". World Health Organization, 1986.

PINHO, L. *et al.* Percepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes de escolas públicas. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, n. 2, 2019.

QUADROS, T. M. B. *et al.* Imagem corporal em universitários: associação com estado nutricional e sexo. *Motriz, Revista de Educação Física*, v. 15, n. 1, 2010.

STUNKARD, A. J. *et al.* Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. *The genetics of neurological and psychiatric disorders*, p. 115-120, 1983.

TAYLOR, Rachael W. *et al.* Evaluation of waist circumference, waist-to-hip ratio, and the conicity index as screening tools for high trunk fat mass, as measured by dual-energy X-ray absorptiometry, in children aged 3–19 y. *The American journal of clinical nutrition*, v. 72, n. 2, p. 490-495, 2000.

VIGNOLA, R. C. B.; TUCCI, A. M. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of affective disorders*, v. 155, 2014.

Saiba mais sobre o Projeto ELCAS em nossas redes sociais



Instagram: @nupesemoc



Site:
<https://www.nupese.unimontes.br>



Estudo Longitudinal sobre Comportamento do Adolescentes na Atividade Física e Saúde: Resultados Principais - Fase I



ELCAS



EDUCAÇÃO



**MINAS
GERAIS**

GOVERNO
DIFERENTE
ESTADO
EFICIENTE.