

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



PREVALÊNCIA DOS COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS NOS ADOLESCENTES ESCOLARES

Kamila Fernanda dos Santos Sousa¹, Damiana Galdino Viana², Marcia Eduarda Nascimento dos Santos³, Rosely Leyliane dos Santos⁴

Resumo: Dentre os comportamentos adotados pelos adolescentes, destacam-se os sedentários, associados a agravos a saúde. Objetivou identificar a prevalência dos comportamentos sedentários nos adolescentes escolares. Trata-se de um estudo transversal, com adolescentes matriculados em uma escola pública de ensino médio, do município de Crato - Ceará. A escola possui 379 estudantes. O estudo está em fase de coleta de dados e, como amostra parcial da pesquisa, tem-se 43 participantes. A partir da amostra parcial da pesquisa, 51% são do sexo feminino e 49% masculino. A prevalência de comportamentos sedentários nos adolescentes foi de 23 (53%), sendo a proporção maior no sexo feminino com 16 (69%). Aqueles que residem na zona urbana a proporção de sedentarismo foi de 13 (56%). Além disso, aqueles com mães e pais com escolaridade de 5 a 8 anos de estudo, também apresentaram comportamento sedentário, sendo 12 (52%) com 5 anos de estudo e 10 (43%) com 8 anos. A prevalência aumentou com a idade, apresentando-se maior em adolescentes com 18 anos correspondendo a 18 (78%). Conclui-se que a prevalência de comportamentos sedentários se mostrou elevada entre os adolescentes que praticavam menos de 300 min de atividade física por semana e o sexo feminino foi mais acometido.

Palavras-chave: Comportamento sedentário. Adolescente. Promoção da saúde.

1. Introdução

A adolescência é considerada um período de mudanças físicas e psicológicas e por isso, é singular no cenário de promoção da saúde (SANTOS *et al.*, 2020). O Estatuto da Criança e Adolescente (ECA) considera adolescente o indivíduo entre doze e dezoito anos de idade. Enquanto o Ministério da Saúde (MS) considera adolescente quando está na faixa etária entre dez e dezenove anos de idade (SILVEIRA *et al.*, 2013).

Dentre os comportamentos adotados pelos adolescentes, destacam-se os comportamentos sedentários que estão associados ao excesso de peso entre adolescentes (ALVES *et al.*, 2012). Adolescentes pouco ativos apresentam

1 Universidade Regional do Cariri, email: Kamila.nanda@urca.br

2 Universidade Regional do Cariri, email: Damiana.galdino@urca.br

3 Universidade Regional do Cariri, email: Marcia.eduarda@urca.br

4 Universidade Regional do Cariri, email: Rosely.santos@urca.br

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



comportamentos não saudáveis que podem aumentar o risco de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) (MONTEIRO, L.Z. *et al*, 2020). Assim, atualmente o comportamento sedentário é definido como tempo gasto, na posição sentada, em atividades de baixo gasto energético ($\leq 1,5$ equivalente metabólico - MET) (FONTES, *et al*, 2023).

Os comportamentos sedentários serão aqueles que envolvem a posição sentada ou reclinada, como andar de carro, ônibus, usar computador, jogar videogames, assistir televisão, realizar trabalhos manuais, estudar, jogar cartas ou jogos de mesa (BRASIL, 2021). Diante do exposto, surge a seguinte problemática: quais os impactos do comportamento sedentário na saúde do adolescente? Assim, este estudo é relevante por proporcionar a discussão acerca da saúde dos adolescentes. Portanto, espera-se que esta pesquisa contribua com o avanço e aperfeiçoamento de estratégias junto à saúde do adolescente.

2. Objetivo

Identificar a prevalência dos comportamentos sedentários nos adolescentes escolares.

3. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal, com adolescentes de ambos os sexos, escolares, matriculados em uma escola pública de ensino médio, do município de Crato - Ceará. A escola elegida possui 379 estudantes. O estudo está em fase de coleta de dados e será finalizada em dezembro de 2023. E, como amostra parcial da pesquisa, tem-se 43 respostas. Como critérios de inclusão: ser adolescente e/ou estar matriculado e cursando o ensino médio. E exclusão: não devolutiva do termo de consentimento assinado pelos pais para aqueles menores de 18 anos.

Para o levantamento dos dados está sendo utilizado um questionário aplicado presencialmente, fazendo menção as informações sociodemográficas, econômicas e estilo de vida. A estimativa quanto ao cálculo da amostragem está seguindo o cálculo da população finita. Para tanto, o levantamento da quantidade de adolescentes matriculados, na escola, para o semestre 2023.1. O método de amostragem é probabilístico.

Os dados estão sintetizados de acordo com as respostas dos questionários e, analisados descritivamente. A pesquisa segue o que preconiza às exigências do Conselho Nacional de Saúde (CNS), por meio da Resolução nº 466/12 (BRASIL, 2012). Os participantes do estudo e/ou seus responsáveis foram esclarecidos sobre a justificativa e objetivo da pesquisa sendo necessários a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido.

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



4. Resultados

A partir da amostra parcial da pesquisa foram respondidos 43 questionários por escolares adolescentes, sendo que 51% são do sexo feminino e 49% masculino. A prevalência de comportamentos sedentários foi de 23 (53%), sendo a proporção maior no sexo feminino com 16 (69%). Aqueles que residem na zona urbana a proporção de sedentarismo foi de 13 (56%). Além disso, aqueles com mães e pais com escolaridade de 5 a 8 anos de estudo também apresentaram comportamento sedentário, sendo 12 (52%) com escolaridade de 5 anos e 10 (43%) com 8 anos de estudo. A prevalência desses comportamentos aumentou com a idade, apresentando-se maior em adolescentes com 18 anos correspondendo a 18 (78%) e quanto a cor da pele, a prevalência foi a cor parda com 12 (52%).

Ainda, é importante destacar que em relação ao cálculo do índice de massa corporal (IMC), houve em sua maioria adolescentes com peso adequado 12 (28%). No entanto, 5 (12%) escolares apresentaram sobrepeso e 1 (n= 2%) obesidade. Souza e Silva (2018) ressaltam que quando é adotado esse comportamento, pode levar ao desenvolvimento de obesidade, que é uma comorbidade vista como um problema de saúde pública, já que esta aumenta a probabilidade da ocorrência de outras doenças.

Dessa forma, a prevalência de comportamentos sedentários mostrou-se elevada entre os adolescentes que praticavam menos de 300 min de atividade física por semana, ~~logo~~, compreende-se a relação da atividade física com uma melhor qualidade de vida, tendo em vista que estudos apontam que a adoção de comportamentos sedentários podem ter como consequências alterações na saúde, oscilações no estado de humor e desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como Diabetes mellitus tipo II e Hipertensão Arterial (SANTOS et al., 2021; MUNASINGHE et al, 2020; KANG et al, 2021; MALTA et al, 2021; CHEN et al, 2022; CORREIA et al, 2021).

5. Conclusão

Portanto a prevalência de comportamentos sedentários se mostrou elevada entre os adolescentes que praticavam menos de 300 min de atividade física por semana e o sexo feminino foi mais acometido. Dessa forma, a adoção desses comportamentos está associada à possibilidade de desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), oscilações de humor e alterações na saúde, bem como ao sobrepeso e obesidade.

6. Referências

SANTOS, R.L. et al. *Community Health Agents: health promotion skills for adolescents*. **Rev. Bras. Enferm.** v.73, sup. 4, 2020.

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



SILVEIRA H.S. et al. Efeitos das drogas lícitas e ilícitas na percepção de adolescentes: uma abordagem de enfermagem. **Rev. enferm. UERJ, Rio de Janeiro**, v. 21, n.2, p.748-53, 2013.

CHEN, S. et al. *Adolescents' Behaviors, Fitness, and Knowledge Related to Active Living before and during the COVID-19 Pandemic: A Repeated Cross-Sectional Analysis.* **Int J Environ Res Public Health**, v.19, n. 5, 2022. DOI: 10.3390/ijerph19052560. PMID: 35270251.

CORREIA, A. P. et al. Ação extensionista de promoção da saúde e prevenção de doenças cardiovasculares para alunos de uma escola da Bahia. **Rev. Eletr. de Extensão**, v. 18, n. 39, p. 218-227, 2021.

MUNASINGHE, S. et al. *The Impact of Physical Distancing Policies During the COVID-19 Pandemic on Health and Well-Being Among Australian Adolescents.* **J Adolesc Health**, v.67, n.5, 2020. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2020.08.008. Disponível em: Acesso em: 15 nov. 2023.

KANG, S. et al. *Is Physical Activity Associated with Mental Health among Chinese Adolescents during Isolation in COVID-19 Pandemic?* **J Epidemiol Glob Health**, v.11, n.1, 2021. DOI: 10.2991/jegh.k.200908.001. Disponível em: Acesso em: 15 nov. 2023.

MONTEIRO, L.Z. et al. Hábitos alimentares, atividade física e comportamento sedentário entre escolares brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2015. **Rev Bras Epidemiol** 2020; 23: E200034. DOI: 10.1590/1980-549720200034.

FONTES et al. Comportamento Sedentário, Hábitos Alimentares e Risco Cardiometabólico em Crianças e Adolescentes Fisicamente Ativos. **Arq Bras Cardiol.** 2023; 120(2):e20220357. DOI: <https://doi.org/10.36660/abc.20220357>.

BRASIL. Ministério da saúde. **Guia de atividade física para a população brasileira.** Brasília: MS, 2021.