



**WENDELL LUIZ LINHARES
(ORGANIZADOR)**

A EDUCAÇÃO FÍSICA EM FOCO 3

Wendell Luiz Linhares
(Organizador)

A Educação Física em Foco 3

Atena Editora
2019

2019 by Atena Editora
Copyright © Atena Editora
Copyright do Texto © 2019 Os Autores
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora
Editora Executiva: Prof^a Dr^a Antonella Carvalho de Oliveira
Diagramação: Rafael Sandrini Filho
Edição de Arte: Lorena Prestes
Revisão: Os Autores

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^a Dr^a Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof^a Dr^a Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^a Dr^a Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof^a Dr^a Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^a Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof^a Dr^a Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof^a Dr^a Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof.^a Dr.^a Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Conselho Técnico Científico

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof.ª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista
Prof.ª Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof.ª Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
E24	A educação física em foco 3 [recurso eletrônico] / Organizador Wendell Luiz Linhares. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. – (A Educação Física em Foco; v. 3) Formato: PDF. Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader. Modo de acesso: World Wide Web. Inclui bibliografia. ISBN 978-85-7247-451-1 DOI 10.22533/at.ed.511190507 1. Educação física – Pesquisa – Brasil. I. Linhares, Wendell Luiz. II. Série. CDD 613.7
Elaborado por Maurício Amormino Júnior CRB6/2422	

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

Com o passar do tempo, a Educação Física tem demonstrado cada vez mais ser uma disciplina, a qual, se caracteriza por uma configuração multifacetada, possibilitando o diálogo, não só com a área do conhecimento biológica, mas também, com a das humanas e sociais. Compreender a importância desta interdisciplinaridade é um grande desafio para o profissional da Educação Física.

A obra “A Educação Física em Foco 2 e 3 ” é um e-book composto por 32 artigos científicos, os quais estão divididos por dois eixos temáticos. No primeiro intitulado “Educação Física Escolar, Formação e Práticas Docentes” é possível encontrar estudos que apresentam aspectos teóricos e empíricos do contexto escolar e como esses influenciam a prática docente. Ainda, é possível verificar relatos de experiências sobre atividades que contribuíram na profissional do indivíduo. No segundo eixo intitulado “Políticas Públicas, Saúde, Esporte e Lazer na Educação Física”, é possível verificar estudos que apresentam desde aspectos biológicos e fisiológicos relacionados ao exercício físico, até os que discutem a proposição e aplicação de políticas públicas voltadas para o esporte e lazer.

O presente e-book reúne autores de diversos locais do Brasil e, por consequência, de várias áreas do conhecimento, os quais abordam assuntos relevantes, com grande contribuição no fomento da discussão dos temas citados anteriormente.

Portanto, é com entusiasmo e expectativa que desejo a todos uma boa leitura.

Wendell Luiz Linhares

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
A IMPORTÂNCIA DO MAPEAMENTO DOS EQUIPAMENTOS DE LAZER, EDUCAÇÃO, ESPORTE E CULTURA PARA PESQUISAS NA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RECÔNCAVO DA BAHIA: O CASO DA CIDADE DE AMARGOSA-BA	
Anália de Jesus Moreira	
DOI 10.22533/at.ed.5111905071	
CAPÍTULO 2	12
AÇÕES PROPOSTAS PELO MINISTÉRIO DA SAÚDE PARA A IMPLANTAÇÃO DE PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA REDE DE ATENÇÃO PRIMÁRIA	
Lilian Raquel Werner Luiz Fernando Reis	
DOI 10.22533/at.ed.5111905072	
CAPÍTULO 3	25
CARACTERÍSTICAS FÍSICAS E INFLUÊNCIA DA CAPACIDADE AERÓBIA SOBRE O ÍNDICE DE FADIGA EM ATLETAS DE BADMINTON DURANTE PRÉ-TEMPORADA	
Susana Padoin Lilian Keila Barazetti Cassiane Lui	
DOI 10.22533/at.ed.5111905073	
CAPÍTULO 4	36
COMPARAÇÃO DA % DE GORDURA CORPORAL E DO IMC EM UNIVERSITÁRIOS: UM ESTUDO TRANSVERSAL	
Thiago do Nascimento Santana de Almeida Larissa Domingues Batista Stéfani Maria Ribeiro Jonas Alves de Araujo Junior	
DOI 10.22533/at.ed.5111905074	
CAPÍTULO 5	39
DESEMPENHO MOTOR NO TESTE DE VELOCIDADE DE DESLOCAMENTO EM ESTUDANTES DO SEGUNDO ANO DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA-BACHARELADO	
Nathalia Gabrielle Dallacort Alberto Saturno Madureira	
DOI 10.22533/at.ed.5111905075	
CAPÍTULO 6	44
EDUCAÇÃO FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE: RELAÇÕES HISTÓRICAS	
Luciana Santos Collier Cláudia Teresa Vieira de Souza	
DOI 10.22533/at.ed.5111905076	
CAPÍTULO 7	60
ESPORTE DE ALTO RENDIMENTO NO MUNICÍPIO DE CURITIBA: POLÍTICAS PÚBLICAS, SUBSÍDIOS E GESTÃO	
Rafael Gomes Sentone Fernando Renato Cavichioli	
DOI 10.22533/at.ed.5111905077	

CAPÍTULO 8 76

EXPERIÊNCIAS DE VOLUNTARIADO NOS JOGOS PARALÍMPICOS UNIVERSITÁRIOS E SUA IMPORTÂNCIA NA FORMAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Debora Gambary Freire Batagini
Rubens Venditti Júnior
Suelen Cristina Cordeiro
Taís Pelição
Letícia do Carmo Casagrande Morandim
Rômulo Dantas Alves
Luiz Gustavo Teixeira Fabrício dos Santos

DOI 10.22533/at.ed.5111905078

CAPÍTULO 9 90

INFLUÊNCIA DA OBESIDADE NA RESPOSTA CARDIORRESPIRATÓRIA, VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA E PRESSÃO ARTERIAL DURANTE O EXERCÍCIO FÍSICO

Pedro Victor Nogueira de Souza
Alexandre Lima de Araújo Ribeiro
Daniele Bueno Godinho Ribeiro
Ricardo Flávio de Araújo Bezerra

DOI 10.22533/at.ed.5111905079

CAPÍTULO 10 98

INICIAÇÃO E ADERÊNCIA À PRÁTICA DO TREINAMENTO PERSONALIZADO *ONLINE*: FOCO NA ATUAÇÃO DE TREINADORES E CLIENTES

Gustavo Lima Isler
Cássio José Silva Almeida
Afonso Antônio Machado

DOI 10.22533/at.ed.51119050710

CAPÍTULO 11 110

JOVEM DE EXPRESSÃO: QUANDO A OCUPAÇÃO DO ESPAÇO URBANO PROMOVE NOVAS FORMAS DE LINGUAGENS

Claudia Candida de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.51119050711

CAPÍTULO 12 117

MEDIDAS DA PERFORMANCE DECISÓRIA ENTRE GRUPOS DE PERSONALIDADE OPOSTA NO CONTEXTO DE JOVENS TENISTAS

Tatiana Lima Boletini
Cristina Carvalho de Melo
Camila Cristina Fonseca Bicalho
Franco Noce

DOI 10.22533/at.ed.51119050712

CAPÍTULO 13 122

MODULAÇÕES EPIGENÉTICAS, EXERCÍCIO FÍSICO E ENVELHECIMENTO

Otávio Augusto Soares Machado
Renata Gorjão

DOI 10.22533/at.ed.51119050713

CAPÍTULO 14 138

PERCEPÇÕES DE DETERMINANTES BIOCULTURAIS DA ATIVIDADE FÍSICA E ASSOCIAÇÃO COM

CAPÍTULO 15 152

PERFIL DA UTILIZAÇÃO DE SUPLEMENTAÇÃO ALIMENTAR EM ADULTOS PRATICANTES DE TREINAMENTO RESISTIDO

Júlio César Chaves Nunes Filho

Robson Salviano De Matos

Matheus Magalhães Mesquita Arruda

Mateus Alves Rodrigues

Thiago Bezerra Lopes

Marília Porto Oliveira Nunes

Elizabeth De Francesco Daher

DOI 10.22533/at.ed.51119050715

CAPÍTULO 16 160

POLÍTICAS PÚBLICAS VOLTADAS AO ESPORTE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO MUNICÍPIO DE LOANDA

Cássio Joaquim Gomes

DOI 10.22533/at.ed.51119050716

CAPÍTULO 17 168

PROJETO TUDO JUNTO E MISTURADO – O NASCIMENTO DA GINÁSTICA PARA TODOS NA UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL

Annelise Link

Paulo Henrique Anselmo Farias

Renata Ramos Goulart

DOI 10.22533/at.ed.51119050717

CAPÍTULO 18 172

REVISÃO SISTEMÁTICA SOBRE POSSÍVEL CONTRIBUIÇÃO DO YOGA NO CONTROLE DE ESTRESSE E ANSIEDADE EM BAILARINOS NA FASE PRÉ- ESPETÁCULO

Laíssa Pierotti Avallone

Silvia Deutsch

Amanda Cristina Faria

DOI 10.22533/at.ed.51119050718

CAPÍTULO 19 189

RISCOS E VULNERABILIDADES SOCIOAMBIENTAIS EM SAÚDE

Arnildo Korb

Maria Sabrina Telch dos Santos

Suellen Fincatto

Saionara Vitória Barimacker

Leila Zanatta

Danielle Bezerra Cabral

Tatiani Todero

Ana Luisa Streck

Sandra Mara Marin

Maria Luiza Bevilaqua Brum

DOI 10.22533/at.ed.51119050719

SOBRE O ORGANIZADOR..... 199

POLÍTICAS PÚBLICAS VOLTADAS AO ESPORTE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO MUNICÍPIO DE LOANDA

Cássio Joaquim Gomes

Faculdade Intermunicipal do Noroeste do Paraná,
Loanda, Paraná

Universidade Norte do Paraná, Loanda, Paraná

RESUMO: A Secretaria de Esportes, Lazer e Turismo de Loanda na busca por implantar uma proposta real e efetiva de políticas públicas voltada ao esporte e à competição, realizou um levantamento dos comportamentos, hábitos lazer sedentários e as preferências de atividades e práticas esportivas de adolescentes do município de Loanda. Participaram do estudo 418 adolescentes com idade média = $12,8 \pm 0,8$ anos, IMC médio = $19,6 \pm 7,4$ kg.m⁻²), recrutados por conveniência, estudantes da rede pública de ensino médio. Cada participante preencheu a versão curta, do IPQ (*International Physical Activity Questionnaire*) e o questionário de comportamento sedentário (*Adolescent Sedentary Activity Questionnaire*) e questionário de atividade física habitual. Ambos os instrumentos foram aplicados em um único período de tempo, individualmente para cada participante e por um mesmo avaliador. O tratamento estatístico dos dados foi realizado utilizando cálculos de média e desvio-padrão e, na sequência, realizou-se testes de correlação produto-momento de Pearson, adotando-se um nível de significância $P < 0,05$.

A quantidade semanal total de atividade física, por conseguinte, foi significativamente maior em meninos em comparação com meninas (1306 ± 1212 min/sem vs 668 ± 907 min/sem; $t_{99} = 2,97$, $P < 0,05$). A quantidade semanal de hábitos sedentários, por sua vez, foi similar entre meninos e meninas (4224 ± 2793 min/sem vs 4098 ± 2509 min/sem; $t_{98} = 0,23$, $P > 0,05$). Os dados indicam que há uma maior prevalência de atividade física por parte dos meninos e certa equivalência no comportamento sedentário por parte de ambos os sexos.

PALAVRAS-CHAVE: Atividade Física; Sedentarismo; Políticas públicas.

ABSTRACT: The secretariat of Sports, Leisure and tourism of Loanda in the search for implementing a real and effective proposal of public policies geared to the sport, and the competition conducted a survey of behaviors and sedentary leisure habits and the preferences of activities and Sports practices of adolescents in the municipality of Loanda. The study included 418 adolescents with mean age = 12.8 ± 0.8 years, mean BMI = 19.6 ± 7.4 kg. M-2), recruited by convenience, students from the public high School network. Each participant filled out the short version of the IPQ (*International Physical Activity Questionnaire*) and the Sedentary Behavior questionnaire (*Adolescent Sedentary Activity Questionnaire*) and the habitual

Physical activity questionnaire. Both instruments were applied in a single time period, individually for each participant and by the same evaluator. Statistical treatment of data was performed using mean and standard deviation calculations and, in sequence, Pearson's product-moment correlation tests were performed, adopting a significance level of $P < 0.05$. The total weekly amount of physical activity, therefore, was significantly higher in boys compared to girls (1306 ± 1212 min/without vs 668 ± 907 min/sem; $t_{99} = 2.97$, $P < 0.05$). The weekly amount of sedentary habits, in turn, was similar between boys and girls (4224 ± 2793 min/without vs 4098 ± 2509 min/sem; $t_{98} = 0.23$, $P > 0.05$). The data indicate that there is a higher prevalence of physical activity on the part of boys and a certain equivalence in sedentary behavior by of sexes.

KEYWORDS: physical activity; Sedentary lifestyle Public policy.

1 | INTRODUÇÃO

No ano de 2017 a Secretaria de Esporte, Lazer e Turismo de Loanda - SELT iniciou diversos estudos teóricos e práticos para elaborar as políticas públicas para o esporte e para o lazer de forma coerente e que atingesse de forma ímpar os anseios da população loandense, sem se distanciar das prerrogativas propostas pela Secretaria de Esporte e Turismo do Paraná através do caderno intitulado “Política de esportes do Paraná 1º edição, o qual, propõe um diagnóstico étnico-racial, esportivo, recreativo de todo o Paraná, assim como, todas regulamentações estruturantes das práticas esportivas conquistadas nos últimos 05 anos como a Lei nº 17.742/2013 e o Decreto nº 8560/2017, por fim, dois tipos de modelos de governabilidade e gestão esportiva.

Secretaria de Esporte e Turismo do Paraná (2018):

“É importante perceber que tanto os maiores quanto os menores municípios do Estado, estão localizados em diferentes regiões, e que, como se não bastasse a diferença populacional, carregam um conjunto de outras diferenças culturais, étnicas e sociais”. Paraná (Estado, 2018)

Nessa perspectiva de gerir e estruturar uma proposta de política pública voltada ao esporte e ao lazer, a Secretaria de Esportes, Lazer e Turismo – SELT de Loanda, buscou formar parcerias em diversas áreas para assim, constituir sua política esportiva.

Secretaria de Esporte e Turismo do Paraná (2018):

“Política de Esporte do Paraná é a definição de prioridade no esporte, e a articulação destas, pelo setor público, privado e terceiro setor, tendo como beneficiários os indivíduos”. Paraná (Estado, 2018)

Desta forma, a primeira parceria foi feita com o professor Cosme Frankilin Buzzachera que lidera o Cardiorespiratory Research Group na Universidade Norte do Paraná – UNOPAR, para orientar e coordenar as pesquisas em campo. A segunda parceria realizada com o Núcleo de Educação do Município de Loanda – SEED, para ter acesso a população estudantil, a terceira parceria, foi realizada com as Secretaria de Educação e Cultura, a qual possibilitaria o alcance aos alunos das escolas municipais

e a quarta e última parceria, foi feita com a Secretaria de Trabalho e Serviço Social de Loanda para viabilização de custos adicionais e acesso as estruturas socioeducativas e socioeconômicas.

Após as parcerias constituídas, a SELT passou a desenhar, estruturar e organizar quais seriam os nichos de público (crianças, jovens e idosos) de atuação (através de projetos). Deste modo, foi realizado um levantamento dos dados por nicho e por atuação, o qual, parte destes dados serão apresentados nesse manuscrito. Vale lembrar que serão apresentados os dados dos comportamentos e hábitos sedentários e as preferências de atividades e práticas esportivas de adolescentes do município de Loanda.

2 | COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO

A identificação de fatores socioeconômicos, ambientais e comportamentais associados com a prevalência elevada de comportamentos sedentários na população adulta tem sido preconizada por profissionais da área da saúde nas últimas décadas (Biddle, et al., 2017). Comportamentos sedentários, são definidos conceitualmente como atividades que são realizadas na posição deitada ou sentada com um dispêndio energético baixo (Pate, 2008), parecem ser associados com diversos distúrbios crônicos e mortalidade precoce em adultos (Healy, et al., 2015 ; Stamatakis, et al., 2015).

Cabe ressaltar ainda que comportamentos sedentários são fatores de risco à saúde independentes à prática de atividade física (Bouchard, et al., 2015), coexistindo com uma quantidade suficiente de atividade física diária e promovendo seus próprios efeitos deletérios à saúde.

Hancox e colegas (2004) reportaram ainda que:

“Comportamentos sedentários na infância e adolescência, particularmente tempo de tela, associaram-se com efeitos negativos à saúde na idade adulta, como riscos maiores para sobrepeso, tabagismo e hipercolesterolemia”. Hancox e colegas (2004)

Por fim, Tremblay e colegas (2011) reportaram que a exacerbação de comportamentos sedentários foi associada com riscos maiores à saúde física e mental de crianças e adolescentes.

Portanto, reduzir o sedentarismo e aumentar a prática diária de atividade física são propósitos primários em programas de promoção da saúde, atual e futura, na população jovem. Infelizmente, até o momento, poucos avanços ocorreram na busca da redução de comportamentos sedentários em crianças e adolescentes (Arundell, et al., 2016).

3 | (IN)ATIVIDADE FÍSICA E PROMOÇÃO DA SAÚDE

De fato, até o momento, reconhece-se que a prática cotidiana de atividade física diminui o risco relativo para cerca de 35 distúrbios crônicos (Booth, et al., 2012), reforçando assim concepções preventivas de agências governamentais e não governamentais no suporte à prática de atividade física no contexto da promoção da saúde (ACSM, 2008; WHO, 2010).

Apesar da conscientização pública sobre os benefícios da atividade física cotidiana (Craig e Cameron, 2004; Pratt, et al., 2012), milhões de pessoas ao redor do Mundo continuam a ser insuficientemente ativas. Cabe salientar que o fenômeno da pandemia da inatividade física não é restrito apenas à população adulta, abrangendo crianças e adolescentes.

Segundo Hallal, et al., (2012):

“Os níveis reduzidos de atividade física na população jovem têm sido reportados ao redor do Mundo, onde ~80% das crianças e adolescentes não atingem as recomendações mínimas de atividade física”. Hallal, et al., (2012)

No Brasil, especificamente, há uma prevalência elevada de inatividade física que foi reportada em crianças e adolescentes, independentemente de sua região geográfica (Rivera, et al., 2010; Guilherme et al., 2015).

Guilherme et al. (2015), afirma que em uma de suas investigações mais recente notou-se uma prevalência de inatividade física superior a 50% em adolescentes na região norte do Paraná. Desse modo, identificar fatores socioeconômicos e ambientais associados a (in)atividade física em crianças e adolescentes tornou-se crucial aos profissionais da área da saúde nos últimos anos (Blair, 2009).

4 | METODOLOGIA

Participaram do estudo 418 adolescentes com idade média = $12,8 \pm 0,8$ anos, IMC médio = $19,6 \pm 7,4$ kg.m²), recrutados por conveniência, estudantes da rede pública de ensino médio da cidade de Loanda (PR). Cada participante preencheu a versão curta, em formato impresso, de um questionário de atividade física (*International Physical Activity Questionnaire*). Atividade física *moderada*, atividade física *vigorosa*, e atividade física *moderada-vigorosa* foram determinados.

Cada participante preencheu ainda um questionário de comportamento sedentário (*Adolescent Sedentary Activity Questionnaire*) e questionário de atividade física habitual. Ambos instrumentos de medida são validados em adolescentes, e foram aplicados em um único período de tempo, individualmente para cada participante e por um mesmo avaliador. O tratamento estatístico dos dados foi realizado utilizando cálculos de média e desvio-padrão e, na sequência, realizou-se testes de correlação produto-momento de Pearson, adotando-se um nível de significância $P < 0.05$.

5 | RESULTADOS

Os comportamentos sedentários são fatores de risco à saúde independentes à prática de atividade física (Bouchard, et al., 2015), coexistindo com uma quantidade suficiente de atividade física diária e promovendo seus próprios efeitos deletérios à saúde.

Neste sentido, reduzir o sedentarismo e aumentar a prática diária de atividade física são propósitos primários em programas de promoção da saúde, atual e futura, na população jovem. Vale ressaltar que todos os gestores, diretores e servidores públicos ligados ou não às secretarias de esportes e saúde deveriam se atentar para estes indicativos e promover políticas públicas pautadas em práticas esportivas atrativas, recreacionais e competitivas visando redução dos comportamentos sedentários.

Cabe frisar que as propostas esportivas futuras (dos gestores) devem vir de encontro ao que a população jovem julga como interessante para que haja adesão dos mesmos. Portanto, os gestores devem balizar suas políticas públicas e metas através de critérios científicos para veracidade das ações e para possíveis verificações, comparações e apresentações destes dados.

Nesse sentido os resultados obtidos nesse relato estão apresentados na tabela 01 que irá transcorrer pela perspectiva da atividade física versus sexo.

A quantidade semanal total de atividade física, por conseguinte, foi significativamente maior em meninos em comparação com meninas (1306 ± 1212 min/sem vs 668 ± 907 min/sem; $t_{99} = 2,97$, $P < 0,05$).

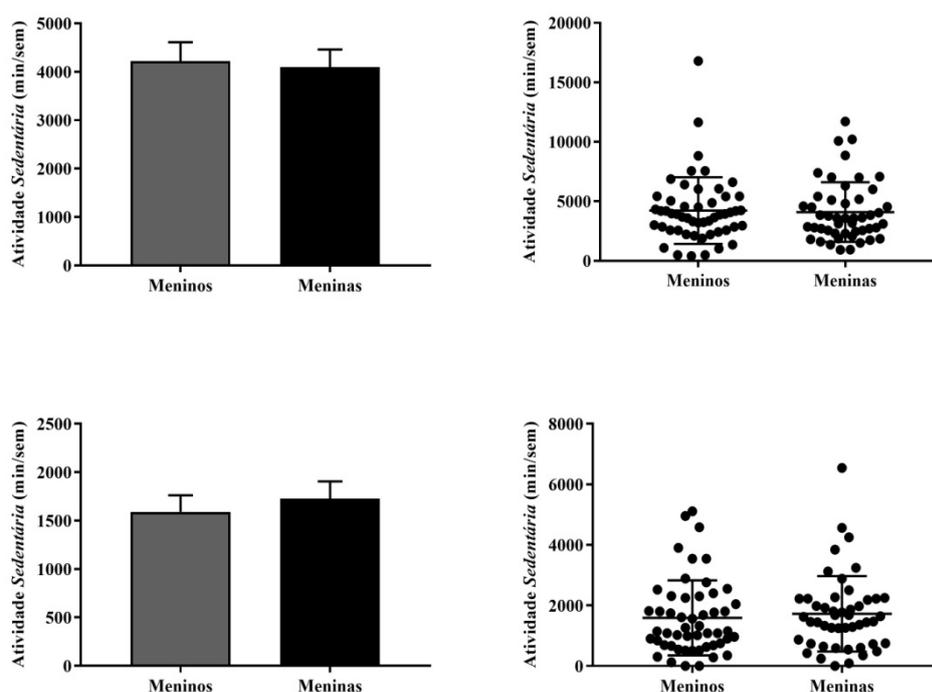


Tabela 01 - Atividade Física semanal X Sexo

A atividade física semanal maior apresentada pelos meninos indica que pode haver uma maior oferta de práticas e/ou manifestações esportivas mais voltadas ao público masculino do que ao público feminino, como também pode indicar uma maior estimulação social de práticas esportivas voltadas aos meninos do que para as meninas.

Simões et al (1999), enfatiza que o problema não é o conjunto de valores que os pais possuem sobre as práticas esportivas, mas as influências ou “pressões” que eles podem exercer, em níveis sócio-afetivos e emocionais, em relação ao sucesso e/ou fracasso das crianças.

Para Becker Jr, 2000 apud Menoncin Jr, 2003, o papel dos pais é determinante durante a evolução que os filhos terão durante sua prática desportiva, sendo no início a função mais importante de favorecer a participação esportiva de seus filhos.

Estes números também podem indicar que o público masculino (meninos) possui uma maior frequência ou fidelização a uma dada prática e/ou de manifestação esportiva do público feminino, por esse fato, há maior atividade física por semana.

Silva et al. (2009), percebe-se que a frequência de meninos praticantes de esportes individuais ou coletivos é bastante superior à das meninas. Outros estudos investigando o nível de atividade física na adolescência também apontam para esta diferença entre os sexos (Azevedo, Araújo & Pereira, 2006; Oehlschlaeger, Pinheiro, Horta, Gelatti & San'tana, 2004).

Outro ponto de extrema relevância ainda relacionado a tabela 01 é que mesmo com níveis mais altos os meninos apresentam níveis reais de inatividade física.

Outra informação ímpar que esse manuscrito demonstra na tabela 02 são os níveis semanais de hábitos sedentários.

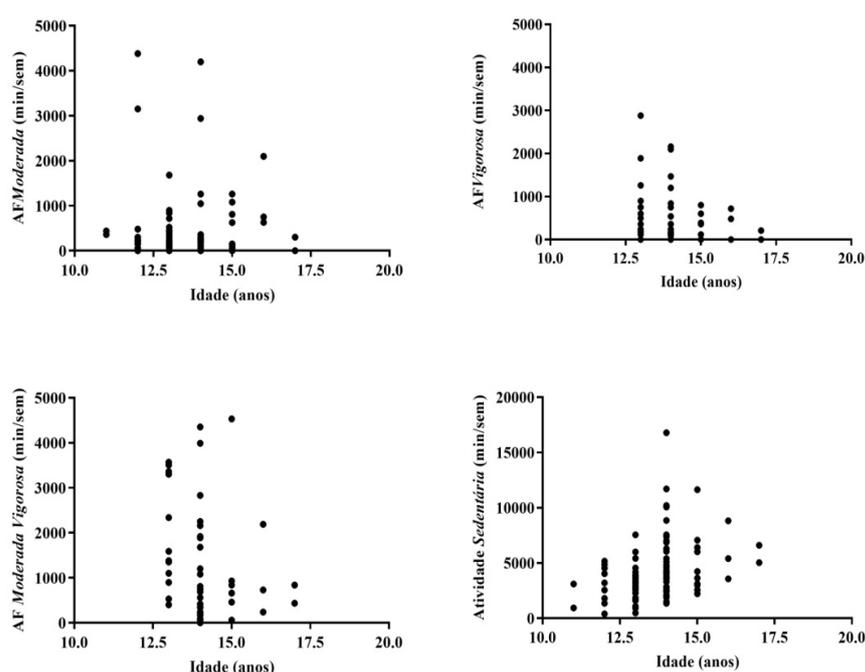


Tabela 02 - Atividade Física X Idade

Portanto, a quantidade semanal de hábitos sedentários, por sua vez, foi similar entre meninos e meninas (4224 ± 2793 min/sem vs 4098 ± 2509 min/sem; $t_{98} = 0,23$, $P > 0,05$).

Mesmos os meninos apresentando uma maior atividade física semanal, a somatória geral dos pontos ligados aos hábitos sedentários (tempo de tela, tempo sentado ou deitado e tempo ocioso) se configurou maior que os percentuais de atividade física, ficando estatisticamente similares aos das meninas.

Hancox e colegas (2004) reportaram ainda que comportamentos sedentários na infância e adolescência, particularmente tempo de tela, associaram-se com efeitos negativos à saúde na idade adulta, como riscos maiores para sobrepeso, tabagismo e hipercolesterolemia.

Através destes números podemos teorizar também que o público feminino loandense parece se dedicar mais às atividades intelectuais as quais não apresentam um elevado gasto calórico. Cabe dizer ainda que, ao comparar a frequência semanal com os hábitos sedentários do público feminino teremos um dado alarmante no qual as meninas, estatisticamente, são mais sedentárias do que os meninos e apresentam níveis preocupantes de inatividade física

6 | CONCLUSÕES

Os dados indicam que há maior prevalência de atividade física por parte dos meninos e certa equivalência no comportamento sedentário por parte de ambos os sexos.

Vale ressaltar que os dados elencados até o presente são parte de um estudo maior, que tem como objetivo nortear e orientar as políticas públicas voltadas ao esporte no município de Loanda.

REFERÊNCIAS

ARUNDELL L, FLETCHER E, SALMON J, *et al.* **A systematic review of the prevalence of sedentary behavior during the after-school period among children aged 5-18 years.** *Int J Behav Nutr Phys Act.* 13: 93, 2016.

AZEVEDO, M.R.; ARAÚJO C.L.P.; PEREIRA, F.M. **Atividades físicas e esportivas na adolescência: mudanças de preferências ao longo das últimas décadas.** *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v.20, n.1, p.51-8, 2006.*

BIDDLE SJ, BENGOCHEA EG, WIESNER G. **Sedentary behaviour and adiposity in youth: a systematic review of reviews and analysis of causality.** *Int J Behav Nutr Phys Act.* 14: 43, 2017.

BOOTH FW, ROBERTS CK, LAVE MJ. **Lack of exercise is a major cause of chronic diseases.** *Compr Physiol.* 2: 1143-1211, 2012.

BOUCHARD C, BLAIR SN, KATZMARZYK PT. **Less sitting, more physical activity, or higher fitness?** *Mayo Clin Proc.* 90: 1533–1540, 2015.

- BLAIR SN. **Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century.** *Br J Sports Med.* 43: 1-2, 2009.
- CRAIG CL, CAMERON C. **Increasing physical activity: Assessing trends from 1998-2003.** Ottawa: Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute. 2004.
- GUILHERME FR, MOLENA-FERNANDES CA, GUILHERME VR, ET AL. **Physical inactivity and anthropometric measures in school children from Paranavai, Paraná, Brazil.** *Rev Paul Pediatr.* 33: 50-55, 2015.
- HALLAL PC, ANDERSEN LB, BULL FC, ET AL. **Global physical activity levels: Surveillance progress, pitfalls, and prospects.** *Lancet.* 380: 247-257, 2012.
- HANCOX RJ, MILNE BJ, POULTON R. **Association between child and adolescent television viewing and adult health: A longitudinal birth cohort study.** *Lancet.* 364: 257-262, 2004.
- HANCOX RJ, MILNE BJ, POULTON R. **Association between child and adolescent television viewing and adult health: A longitudinal birth cohort study.** *Lancet.* 364: 257-262, 2004.
- HEALY GN, WINKLER EA, OWEN N, ET AL. **Replacing sitting time standing or stepping: Associations with cardio-metabolic risk biomarkers.** *Eur Heart J.* 36: 2643-2649, 2015.
- MENONCIN JR., WILSON ANTONIO. **Estudos dos fatores que levam os jovens ao abandono do basquetebol competitivo em Curitiba. 2003.** 82 f. Dissertação (mestrado em Engenharia de Produção) - Programa de Pós-Graduação em Engenharia da Produção, UFSC, Florianópolis. Disponível em: <http://teses.eps.ufsc.br/defesa/pdf/8432.pdf>
- PATE RR, O'NEILL JR, LOBELO F. **The evolving definition of "sedentary".** *Exerc Sport Sci Rev.* 36: 173-178, 2008.
- RIVERA IR, SILVA MA, SILVA RD, ET AL. **Physical inactivity, TV-watching hours and body composition in children and adolescents.** *Arq Bras Cardiol.* 95: 159-165, 2010.
- TREMBLAY MS, COLLEY RC, SAUNDERS TJ, ET AL. **Physiological and health implications of a sedentary lifestyle.** *Appl Physiol Nutr Metabol.* 35: 725-740, 2011.
- SIMÕES, et al. **A participação dos pais na vida esportiva dos filhos.** *Revista Paulista Educação Física.* São Paulo, 13(1): 34-45, jan./jun. 1999 Disponível em: <http://www.usp.br/eef/rpef/v13n1/v13n1p34.pdf> Acesso em: 05 fev. 2007
- SILVA, S.M. et al. **Prevalência e fatores associados à prática de esportes individuais e coletivos em adolescentes pertencentes a uma coorte de nascimentos.** *Rev. bras. Educ. Fís. Esporte,* São Paulo, v.23, n.3, p.263-74, jul./set. 2009.
- OEHLSCHLAEGER, M.H.K.; PINHEIRO, R.T.; HORTA, B.L.; GELATTI, C.; SANTANA, P. **Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana.** *Revista Saúde Pública,* São Paulo, v.38, n.2, p.157-63, 2004.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global recommendations on physical activity for health.** Geneva: World Health Organization. 2010.

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-7247-451-1

