

# CONDIÇÃO FÍSICA E COMPOSIÇÃO CORPORAL: ANÁLISE COMPARATIVA ENTRE ADOLESCENTES PORTUGUESES E MIGRANTES EM ESCOLAS DO ALENTEJO

*Data de aceite: 02/05/2025*

**Vítor Camacho**

Fisioterapeuta na ULSBA

A Comunidade migrante tem crescido um pouco por todo mundo. Os adolescentes migrantes enfrentam desafios relacionados com a barreira linguística e adaptação cultural, o que pode condicionar o seu desenvolvimento e consequentemente a sua saúde. Nos últimos anos, observou-se mundialmente uma diminuição dos níveis de aptidão física na população jovem e um aumento da adiposidade. Elevados níveis de aptidão física parecem estar associados a baixos níveis de gordura corporal e de índice de massa corporal (IMC). As diferenças entre géneros também estão presentes nestas variáveis, sendo que os rapazes exibem melhor performance nos testes motores e menor gordura corporal. Apesar dos estudos refletirem as tendências destas variáveis, desconhecemos como é que se comportam entre a comunidade migrante. **Objetivo:** analisar o IMC e a condição física em

alunos portugueses e estrangeiros do 3º ciclo e Ensino Secundário. **Métodos:** A amostra incluiu 80 estudantes com idades entre 13 e os 18 anos, sendo 53 portugueses e 27 estrangeiros. Os estudantes foram avaliados segundo o protocolo FITESCOLA nos seguintes parâmetros: cor posição corporal, aptidão muscular e aptidão cardiorrespiratória. Os resultados foram agrupados em três categorias: “precisa melhorar”; “zona saudável”; e “perfil atlético”. Os dados foram analisados através do SPSS versão 29.0, utilizando estatística descritiva e testes não: paramétricos (Mann-Whitney), com nível de significância de 5%. **Resultados:** A percentagem de estudantes na “zona saudável” para o IMC – foi maior entre os estudantes portugueses (79,2%) em comparação com os estudantes migrantes (66,7%). Na aptidão muscular, em média, os estudantes portugueses apresentaram «desempenho superior ao dos estudantes Migrantes. Na aptidão cardiorrespiratória 88.9% dos estudantes migrantes situavam-se na categoria “precisa de

melhorar”, comparativamente a 60.4% dos estudantes portugueses ( $p=0.022$ ). **Discussão e conclusões:** De um modo geral, os estudantes migrantes apresentavam níveis mais baixos de aptidão muscular e cardiorrespiratória em comparação com os portugueses. Contudo, é de salientar que, se verificaram baixos níveis de aptidão cardiorrespiratória. Os estudantes imigrantes non-alimente sofrem de isolamento social, pela sua inadaptação cultural ou barreira linguística, pelo que a escola, deve implementar estratégias específicas que permitam a integração do estudante na prática de atividade física regular.

**PALAVRAS-CHAVE:** IMC; aptidão muscular; aptidão cardiorrespiratória; estudantes