

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/302776211>

Quantidade de Atividade Física e comportamento sedentário em crianças do Rio Grande do Sul

Conference Paper · June 2016

CITATIONS

0

1 author:



Eduardo Mundstock
Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul
26 PUBLICATIONS 72 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Programa Esporte e Saúde em Canela (PESC) [View project](#)



ASSOCIAÇÃO ENTRE O ÂNGULO DE FASE DA BIOMPEGÂNICA ELÉTRICA E O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR. [View project](#)

READS

21

Quantidade de Atividade Física e comportamento

sedentário em crianças do Rio Grande do Sul

Eduardo Mundstock, Marina Azambuja Amaral, Luiza Tweedie Preto, Adriano Detoni Filho, Carlos Alberto Sandre Rodrigues, Bruna Rhoden Estorgato, Maximiliano Marques e Marques, Rafael Reimann Baptista, Rita Mattiello

Faculdade de Medicina da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul - PUCRS

Programa de Pós Graduação em Medicina e Ciências da Saúde- PUCRS

INTRODUÇÃO

O aumento dos níveis de Atividade Física (AF) está entre as metas da Organização Mundial da Saúde para a promoção da saúde no mundo com consequente diminuição da prevalência das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT). A falta de AF é um dos principais fatores de risco para DCNT no mundo.

OBJETIVOS

Descrever o nível de Atividade Física e Tempo Sentado em crianças do RS.

MATERIAIS E MÉTODOS

Alunos da rede pública de ensino das cidades de Canela, Porto Alegre e Santa Cruz do Sul foram convidados à participar da pesquisa. Os pais ou responsáveis legais assinaram o termo de consentimento e as crianças o termo de assentimento. Os participantes responderam um questionário validado sobre a frequência de atividade física e tempo sentado. O questionário possui 11 questões sobre AF com 4 respostas possíveis: 1 = não; 2 = lento; 3 = rápido; 4 = muito rápido. A escala varia de 11 a 44 pontos, nós classificamos os sujeitos com os seguintes pontos de corte: 11 a 22 = Pouco ativos; de 23 a 32 = Regularmente Ativos e ≥ 34 = Muito Ativos. Somando a essa classificação, foram consideradas sedentárias as crianças com mais de 3 horas diárias de tempo sentado, realizamos também uma classificação reunindo o nível de Atividade e Tempo Sentado. Os responsáveis assinaram o termo de consentimento e as crianças o termo de assentimento. Estes dados fazem parte do projeto “valores de referência de composição corporal para a população Brasileira”, aprovada pelo CEP/PUCRS (CAAE: 8270515.3.1001.5336).

RESULTADOS

Avaliamos 83 crianças, idade $8,11 \pm 1,7$, 49 (59%) meninas, 50(60,2%) brancos. A média de pontuação na escala de AF foi de $24,5 \pm 4$,). 87 % dos indivíduos consideram fazer AF importante para a saúde, 90% gostam de realizar AF, 59% utilizam deslocamento ativo para a escola, 18,1% possuem Vídeo Game ativo. Na classificação pelo nível de AF 32,4% foram considerados pouco ativos, 61,8 regularmente ativos e 6% muito ativos (Figura 1). Em relação ao tempo sentado, 61% dos estudantes foi considerado sedentário (Figura 2). Na classificação combinada temos 19,3% sedentários/inativos; 41% sedentários/ativos; 12% não sedentários/inativos e 27,7% não sedentários/ativos..

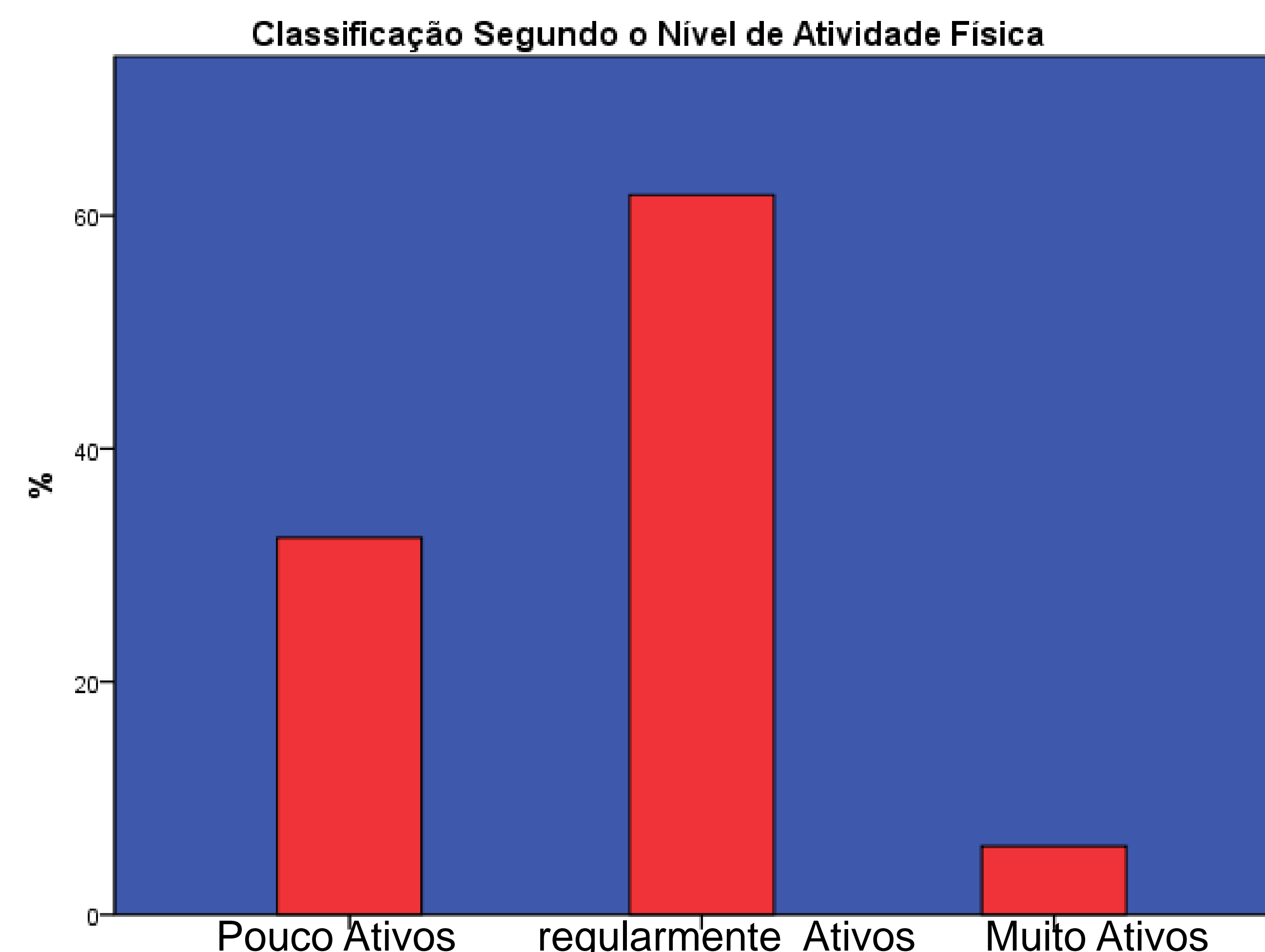


Figura 1: Classificação em relação ao nível de Atividade Física

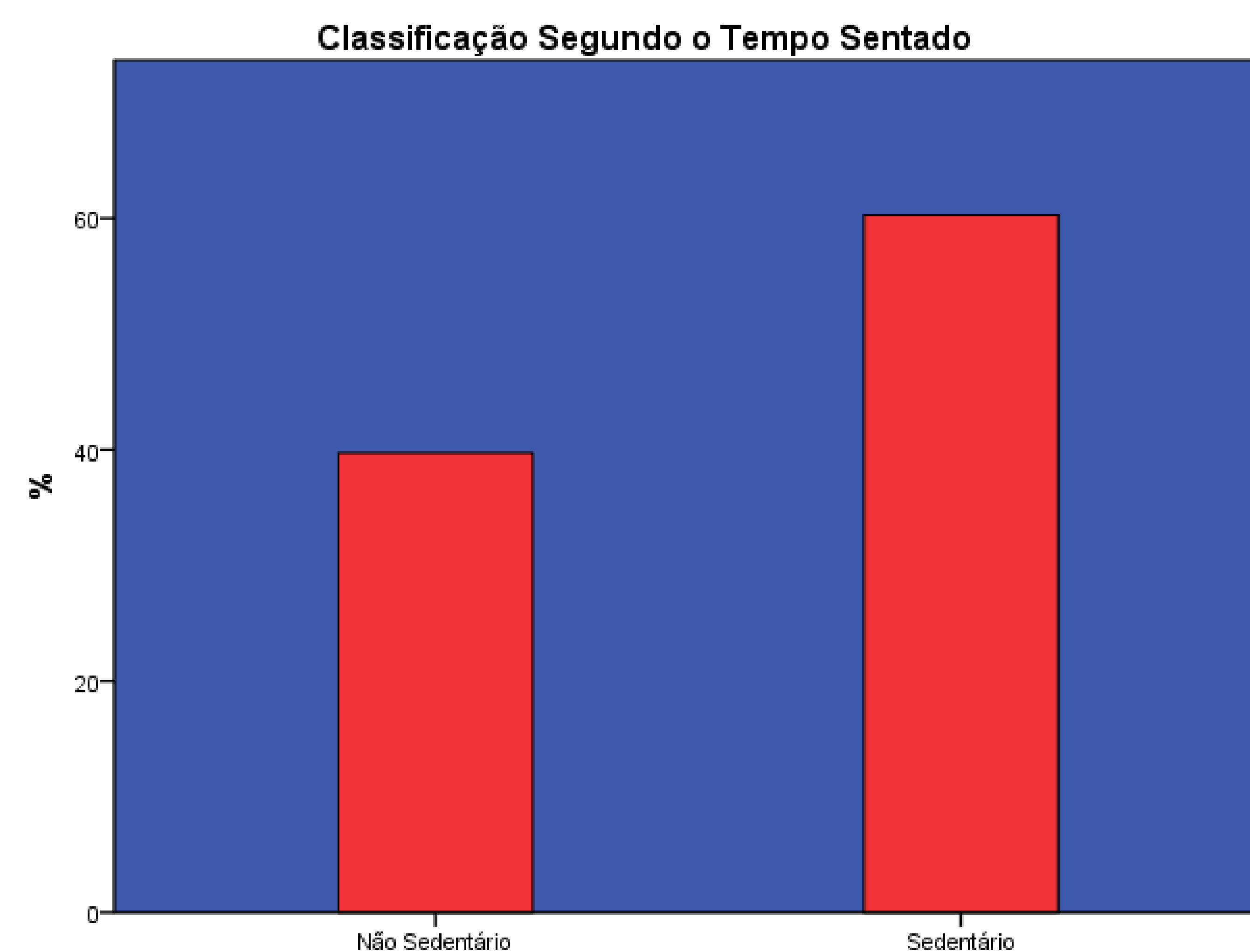


Figura 2: Classificação Segundo o Tempo Sentado

CONCLUSÃO

Um número importante de crianças foram considerados pouco ativos segundo a avaliação da Atividade Física. Somando a esse fato a maioria destes ficam sentados além do tempo recomendado para a saúde.