



## VALORES CRÍTICOS DO IMC PARA A SAÚDE DOS ALUNOS DO 5º ANO DO PIBID/UNICRUZ/EDUCAÇÃO FÍSICA <sup>1</sup>

FUHRMANN, Marlon<sup>2</sup>; PANDA, Maria Denise Justo<sup>3</sup>

**Palavras Chave:** IMC. PIBID. Saúde. Educação Física.

### Introdução

Atualmente está evidente o processo crescente da quantidade alarmante de pessoas que se encontram com sobrepeso e obesidade. Essa situação está sendo considerada um grande risco para a saúde, atinge a todos sem restrições crianças, adolescentes, adultos e até mesmo idosos. Os fatores primordiais para tal “doença” que afeta uma boa parte dos seres humanos podem ser relativos a conduta alimentar do homem e ao sedentarismo, ou seja, falta de atividades físicas, que acaba por acarretar em grandes problemas de saúde mais tarde.

Nos dias de hoje é nítido, que as crianças estão deixando de lado brincadeiras que antes eram consideradas saudáveis, para adotar um novo estilo de vida, podendo ser considerada por muitos como sedentária, como por exemplo “[...]mais tempo frente à televisão e jogos de computadores, maior dificuldade de brincar na rua pela falta de segurança) e nos hábitos alimentares (maior apelo comercial pelos produtos ricos em carboidratos simples, gorduras e calorias[...]) (MELLO; LUFT; MEYER, 2004, p.174).

Nos lares brasileiros a preparação dos alimentos está dando lugar aos alimentos industrializados, aos *fast foods*, a comida pronta, prejudicando a questão nutricional, podendo acarretar carência de vitaminas e minerais e favorecer o aumento do peso corporal, pelo acúmulo de gordura nos tecidos. A criança também está passando por essa situação, é muito comum observarmos os lanches baseados em salgadinhos e refrigerantes com alto teor de gordura e baixo percentual de vitaminas e minerais. Essa falta de atividade física acaba por comprometer a própria saúde causando índice de sobrepeso, obesidade, conseqüentemente

<sup>1</sup> PROBIC – Programa de Bolsas de Iniciação Científica com fomento da FAPERGS

<sup>2</sup> Bolsista PROBIC/UNICRUZ/FAPERGS. Acadêmico no curso de Educação Física/UNICRUZ. Integrante do GEPEFE – Grupo de extensão e pesquisa em educação física [marlonfuhrmann@hotmail.com](mailto:marlonfuhrmann@hotmail.com)

<sup>3</sup> Doutora em Ciência da Educação. Professora no curso de Educação Física/UNICRUZ. Integrante do GEPEFE – Grupo de extensão e pesquisa em educação física. [dpanda@ibest.com.br](mailto:dpanda@ibest.com.br)



problemas cardiovasculares, diabetes, hipertensão, aumento de triglicerídeos, desgaste das articulações, problemas ortopédicos, problemas sociais e até mesmo econômicos.

No entanto, existe outro fator importante quando se define o estado nutricional, que é o baixo peso. Essa situação pode indicar desnutrição. Evidências mostram que o baixo peso e a desnutrição acarretam problemas no crescimento físico infantil e até mesmo no desenvolvimento cognitivo.

Geralmente, os países da América Latina têm prevalência baixa ou moderada de desnutrição, dados apontam 11,9% de peso baixo para a idade, 2,7% de peso baixo para a estatura e 22,2% de retardo de crescimento linear. No Brasil, estudo recente detectou 5,7% de peso baixo para a idade, 2,3% de peso baixo para a estatura e 10,5% de retardo de crescimento linear, sendo que na região Nordeste as prevalências para esses indicadores foram 8,3%, 2,8% e 17,9%<sup>8</sup> (MOTA e SILVA, 2001).

Torna-se importante para o professor de Educação Física o controle do crescimento físico com a análise do estado nutricional, pois esta é uma variável que junto com a aptidão física, objetivo do professor de Educação Física, são indicadores da saúde dos alunos. Por esse motivo esse estudo tem como objetivo determinar os valores críticos do IMC – Índice de Massa Corporal dos alunos do 5º ano do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência – PIBID/UNICRUZ/Educação Física.

## **Metodologia**

Trata-se de uma pesquisa descritiva de caráter diagnóstico. Os sujeitos do estudo serão todos os alunos do 5º ano do ensino fundamental da Escola Estadual de Ensino Médio Professora Maria Bandarra Westphalen, integrantes do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência PIBID/ UNICRUZ/ Educação Física, totalizando 35 alunos.

O instrumento a ser utilizado é o PROESP-BR Projeto Esporte Brasil (Gaya et al, 2012) que é um instrumento de apoio ao professor de Educação Física para a avaliação dos padrões de crescimento corporal, estado nutricional, aptidão física para a saúde e para o desempenho esportivo em crianças e adolescentes. Trata-se de um sistema composto por três ferramentas intimamente integradas: Uma bateria de testes; Um conjunto de critérios e normas de avaliação; Um sistema de apoio virtual disponível em [www.proesp.ufrgs.br](http://www.proesp.ufrgs.br). Portanto, o tratamento dos dados utilizará as ferramentas do sistema. O PROESP- BR, Projeto Esporte Brasil, é um observatório de indicadores de crescimento e desenvolvimento corporal,



motor e do estado nutricional de crianças e jovens de sete a dezessete anos. Apresenta uma metodologia simples e utiliza recursos e estrutura física que podem ser realizados na maioria das escolas brasileiras. As informações encaminhadas ao site PROESP – BR formam um banco de dados capaz de orientar estudos, sugerir diagnósticos e propor normas e critérios de avaliação da população escolar brasileira no âmbito do crescimento corporal e da aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho motor (GAYA et al, 2012).

## Discussão dos Resultados

A tabela a seguir mostra a classificação dos alunos avaliados quanto ao IMC – Índice de massa corporal, obtido através do cálculo da razão entre a medida de massa corporal em quilogramas pela estatura em metros elevado ao quadrado. A classificação segue o Manual PROESP – Projeto Esporte Brasil (GAYA et al, 2012)

**Tabela 01:** Valores críticos para a saúde dos alunos do 5º ano do PIBID/UNICRUZ/Ed. Física

Classificação do IMC	Meninos n = 17		Meninas n = 18	
	<i>fa</i>	<i>f%</i>	<i>fa</i>	<i>f%</i>
<b>Baixo peso</b>	0	0%	0	0%
<b>Normal</b>	08	47,06%	14	77,78%
<b>Sobrepeso</b>	09	52,94%	03	16,67%
<b>Obesidade</b>	0	0%	01	5,55%

A tabela nos mostra que entre os meninos oito se encontram na zona saudável, pois o seu IMC – Índice de massa corporal classifica-os como normal. Entretanto nove alunos estão dentro da zona de risco à saúde representando 52,94%, mais da metade do grupo masculino avaliado, pois os valores apresentaram-se crítico para a saúde dos alunos que foram classificados com sobrepeso.

Os resultados evidenciam um quadro melhor para as meninas onde quatorze estão dentro da normalidade. No entanto os dados demonstraram três casos de sobrepeso e um caso de gravidade para a saúde que é a aluna classificada com obesidade.

Estudo semelhante com 255 escolares de 6 a 10 anos, objetivou descrever a prevalência de obesidade, sobrepeso, hábitos alimentares e a frequência de atividade física dos escolares da cidade de Campina Grande, Paraíba. A prevalência de sobrepeso e obesidade foi de 23,5%, sendo mais frequente entre os alunos da rede privada (49,1%), do que os da



pública (17,1%) ( $p < 0,001$ ), e em meninos (31,2%) do que meninas (16%) ( $p < 0,01$ ). O estudo indica a necessidade de implantação de políticas públicas voltadas para a prevenção da obesidade, bem como a intensificação da educação nutricional e do estímulo à atividade física nas escolas (MEDEIROS et al, 2011).

Com certeza o equilíbrio entre a absorção de calorias e a prática de exercício físico no dia-a-dia seja é a forma saudável de redução nos fatores de risco e morbidades, melhorando o desempenho de atividades da rotina diária (AÑEZ e PETROSKI, 2002).

Considerando que o professor de Educação Física também é responsável pela saúde de seus alunos e que educa os mesmos para uma vida saudável através do ensinamento da prática de exercícios físicos, então ter o conhecimento do estado nutricional de seus alunos facilitará seu trabalho no sentido de favorecer práticas mais adequadas as suas necessidades e realizar orientações adequadas a promoção da saúde.

### Considerações Finais

Considerando os valores críticos do IMC para a saúde dos alunos investigados, esse estudo mostra que os meninos em sua maioria se encontram dentro da zona de risco à saúde representando 52,94%, ou seja mais da metade do grupo avaliado, e com relação as meninas é importante ressaltar os três casos de sobrepeso, mas principalmente o caso de gravidade para a saúde que foi uma aluna classificada como obesa.

Sendo assim, podemos destacar a importância do profissional de Educação Física atuante na escola, que deve proporcionar atividades adequadas para seus alunos, que visem melhorar sua aptidão física nas aulas de Educação Física e conseqüentemente sua saúde, além de alertar os alunos sobre uma boa alimentação e a prática de atividades físicas fora da escola.

### Referências

- AÑEZ, C.R.R.; PETROSKI, E.L. **O exercício Físico no Controle do Sobrepeso Corporal e da Obesidade**. Revista Digital, Buenos Aires, v.52, p.01-06, 2002.  
Disponível em : < <http://portalsaudebrasil.com/artigospsb/obes174.pdf> > Acesso:30 set. 2014.
- GAYA, A.; LEMOS, A.; GAYA, A.; TEIXEIRA, D.; PINHEIRO, E. E MOREIRA, R. **Projeto Esporte Brasil. PROESP-Br: Manual de testes e avaliação**. Ministério dos Esportes, CNPQ, UFRGS, 2012.
- MEDEIROS, C.C.M.; CARDOSO, M.A.A.C.; PEREIRA, R.A.R.; ALVES, G.T.A.; FRANÇA, I.S.X. de; COURA, A.S. e CARVALHO, D.F. de. **Estado nutricional e hábitos**



**XIX  
Seminário**  
Interinstitucional  
de Ensino, Pesquisa e Extensão

**XVII  
Mostra**  
de Iniciação Científica

**XIII  
Mostra**  
de Extensão

**I  
Mostra**  
de Pós-Graduação



**de vida em escolares. Revista Brasileira Crescimento e Desenvolvimento Humano**, vol.21 no.3 São Paulo, 2011.

MELLO, E.D; LUFT, V.C; MEYER, F. **Obesidade Infantil: Como Podemos ser Eficazes.** *Jornal da Pediatria*, Rio de Janeiro, vol.80, p.173-182, 2004. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/jped/v80n3/v80n3a04.pdf> > Acesso em: 30 set. 2014.

MOTTA, M. E.F.A.; SILVA, G.A.P. Desnutrição e obesidade em crianças: delineamento do perfil de uma comunidade de baixa renda. **Jornal de Pediatria**, vol. 77, nº4, 2001.