



AValiação DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DA CIDADE DE CRUZ ALTA-RS

MAYER, Ana Paula Pinheiro¹; ROSSATO, Vania Mari²

Esta pesquisa caracterizou-se como um estudo qualitativo do tipo descritivo diagnóstico, que teve como objetivo analisar o estado nutricional e o nível de atividade física dos escolares dos 5º ano do ensino fundamental de uma escola da rede pública da cidade de Cruz Alta-RS. Neste estudo também foi estabelecido a relação entre o estado nutricional e o nível de prática de atividade física dos estudantes. Foram sujeitos da pesquisa os alunos das três turmas dos 5º anos do ensino fundamental da escola, totalizando 54 alunos. Como instrumento para a coleta de dados para avaliação do estado nutricional foi utilizado o índice de massa corporal (IMC), utilizando o programa, já para avaliar o nível de atividade física, foi aplicado o questionário de atividade física para o ensino fundamental (PeNSE). Os dados foram analisados através da estatística descritiva utilizando o programa SPSS 20.0. Para a relação entre IMC e nível de atividade física foi aplicado o Quiquadrado (χ^2). Nos resultados quanto ao nível de atividade física 53,7% dos alunos classificaram-se como ativos, mas na comparação entre os sexos houve prevalência de 68% dos ativos para o sexo masculino. O IMC foi classificado como adequado para 61%, e um número menor apresentou casos de sobrepeso. Os alunos desta escola pública são contemplados com o Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência - PIBID/UNICRUZ/ Educação Física, que foi criado em 2012, baseado em oficinas de educação psicomotoras nos anos iniciais, as aulas são realizadas três vezes por semana com período de 45 minutos em cada aula, pois para os alunos do ensino fundamental anos iniciais de primeiro a quinto ano, não tem Educação Física, isto contribuiu para o aumento dos níveis de atividades físicas destes alunos, estes grupo de alunos que demonstrou ser ativo também participava de atividades motoras no seu tempo livre. É necessário desenvolver ações que contribuam para o aumento da participação das crianças e adolescentes em atividades físicas moderadas e vigorosas, de modo geral, mas em especial as do sexo feminino. Nesse sentido, a escola mostra-se como importante meio de promoção da atividade física, principalmente por meio das aulas de educação física. Fica o alerta para o grupo de alunos que apresentou sobrepeso.

Palavras Chave: Escolares. Atividade Física. Estado Nutricional.

¹Acadêmica do curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ; anynhamayer2010@hotmail.com

²Professora Mestre da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ; vaniarst@hotmail.com