

## **FATORES ASSOCIADOS AO SOBREPESO/ OBESIDADE ENTRE AS ALUNAS DO ENSINO MÉDIO**

PADILHA, Francielle Abreu<sup>1</sup>; PANDA, Maria Denise Justo<sup>2</sup>

Este estudo teve como objetivo analisar a composição corporal das adolescentes que estavam com sobrepeso ou obesidade do Instituto Estadual de Educação Mãe Deus, da cidade de Tupanciretã, Rio Grande do Sul. Foram analisadas 20% das adolescentes do sexo feminino do ensino médio, com idade de 15 e 20 anos matriculadas na referida escola, sendo que o estudo foi realizado só nas adolescentes que estavam com sobrepeso. Para a avaliação das alunas e verificação das que estavam fora dos padrões normais do peso corporal foi utilizado o IMC - Índice de Massa Muscular, e após para determinar a composição corporal foi usado o protocolo de Guedes e Guedes (2003). Para as alunas que estavam acima do peso corporal adequado foi usado o questionário do IPAQ, para verificar o nível de atividade, e para os hábitos alimentares foi utilizado o questionário do ministério da saúde para assim detectar os fatores que levam estas jovens a estarem com sobrepeso ou obesidade. A análise dos dados resultou que a maioria das adolescentes estão no parâmetro normal, só que 33,33% estão com sobrepeso e 3,70% encontram-se com obesidade mórbida. Os fatores que levam a esta análise é que as adolescentes que estão com sobrepeso ou obesidade, 100% são sedentárias e 70% possui uma alimentação inadequada e estão com a porcentagem de gordura muito elevada para sua idade. Conclui-se que esta minoria que esta fora dos padrões normais, necessita de ajuda urgente e orientação para poder se conscientizar que estão colocando sua saúde em risco e com a intenção de reverter este quadro essas orientações foram feitas individualmente para as alunas e para a família.

**Palavras-chave:** Sobrepeso. Adolescentes. Sedentarismo.

---

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Educação Física da UNICRUZ

<sup>2</sup> Professora M. Sc. do Centro de Ciências da Saúde da UNICRUZ