



GT 01 – EDUCAÇÃO FÍSICA E CONTEXTO ESCOLAR

OBSERVAÇÕES SOBRE O ESTADO NUTRICIONAL E INATIVIDADE FÍSICA DE CRIANÇAS: O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Diego Alves da Silva¹
Renata Carvalho dos Santos²
Acacia Gonçalves Ferreira Leal³
Maria Sebastiana Silva⁴

Palavras-chave: Saúde. Atividade física. Educação Física. Escolar.

Introdução

Os casos de obesidade têm aumentado em todo mundo nas últimas décadas, em 2016 o excesso de peso atingiu mais de 340 milhões de crianças e adolescentes entre 5 a 19 anos, sendo a obesidade um dos principais problemas de saúde pública mundial segundo a organização mundial de saúde (WHO, 2018).

A etiologia da obesidade é complexa e multifatorial, resultado da relação mútua de fatores genéticos, ambientais, metabólicos, estilo de vida e fatores emocionais. Sendo, a prática insuficiente de atividade física regular e o aumento da ingestão calórica um dos principais fatores da alta prevalência de obesidade (CHIASSINI, et. al., 2015).

Portanto, é necessário o monitoramento do excesso de peso e do sedentarismo ainda na infância para que se evitem complicações na fase adulta. A escola apresenta-se como espaço importante de intervenção e monitoramento dos fatores de risco da obesidade. Sendo assim, o objetivo do presente trabalho foi avaliar a prevalência do excesso de peso em escolares e o nível de atividade física e sua relação com a educação física escolar.

Metodologia

Trata-se de um estudo com delineamento transversal, que incluiu 93 crianças, de ambos os sexos, com idade entre sete a 11 anos, selecionadas por conveniência, oriundas da escola municipal da

¹ Universidade Federal de Goiás – E-mail: diego-a.silva@hotmail.com.

² Universidade Estadual de Goiás.

³ Universidade Federal de Goiás.

⁴ Universidade Federal de Goiás.

cidade de Santo Antônio de Goiás, Goiás, Brasil, que atende alunos da pré-escola ao 5^a ano do ensino fundamental, o município está localizado na região metropolitana de Goiânia.

Os sujeitos da pesquisa foram abordados após visita a escola da cidade. Durante a reunião com os pais/responsáveis para o esclarecimento da pesquisa foi solicitado autorização para participação da criança no estudo, por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), também foi solicitado o assentimento da criança de sua participação.

No segundo momento ocorreram as avaliações com a equipe devidamente treinada. As avaliações antropométricas (peso, estatura) e o questionário de nível de atividade física, foram realizados nas dependências da escola no período de aula. As características sociais e demográficas (idade, sexo, situação conjugal dos pais e a renda familiar) foram obtidas do histórico do aluno na própria escola e da entrevista com os pais. Também foi registrado o cotidiano da escola.

A massa corporal foi mensurada em uma balança antropométrica digital da marca Toledo (2096PP®, Toledo®, São Paulo, Brasil), com as crianças descalças e vestindo roupas leves. A estatura foi medida com um estadiômetro portátil (Sanny, modelo profissional, São Paulo, Brasil). Foi orientado que as crianças permanecessem em posição anatômica, com os calcanhares unidos e os pés formando um ângulo de 45°, com cabelos soltos (crianças do sexo feminino), braços ao lado do corpo e em plano de Frankfurt (ACUÑA CRUZ, 2004). Após a aferição, o IMC foi calculado dividindo a massa corporal pelo quadrado da estatura e a classificação feita de acordo com World Health Organization (WHO, 2007), estratificada por idade e sexo.

Para avaliar o nível de atividade física de escolares entre sete a 11 anos, foi utilizado o questionário Dia Típico de Atividades Físicas e de Alimentação (QUAFDA), respondido pelas crianças na forma de entrevista face a face (CABRAL, et. al., 2011). O instrumento apresenta questões ilustradas relacionadas ao deslocamento até a escola e a atividade física em diferentes intensidades que gera um sistema de pontuação máximo de 143 pontos, valores de 0 a 58 são classificados como “pouco ativos”, e de 59 a 141 como “ativos”.

Neste estudo, por envolver seres humanos, os seus procedimentos seguiram as recomendações da Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Goiás, protocolo nº 1.970.935/2017. Os dados foram tabulados em dupla entrada, conferidos no programa Excel 2010 e posteriormente analisados no programa Statistical Package for the Social Science® (SPSS, versão 21).

Os dados foram analisados quanto média, desvio padrão e frequência relativa. Em todos os testes foi adotado nível de significância a de 5%.

Resultados

Participaram do estudo 93 escolares com idade de sete a 11 anos, as características clínicas (dados antropométricos e nível de atividade física dos participantes) estão apresentadas na Tabela 1. A partir dos valores de IMC foi encontrado excesso de peso em 28,0% dos escolares.

Os dados de nível de atividade física indicam que 94,6% dos escolares tem baixo nível de atividade física. Através do diário de campo foi relatada a falta de professor de educação física na escola, sendo que as aulas eram ministradas por pedagogos, além disso, existia uma normativa na escola que proibia as crianças de correrem durante o recreio para evitar acidentes, o recreio era feito de forma dirigida e supervisionada.

Tabela 1 Características clínicas dos indivíduos

Variáveis	Faixa etária
Total	n (%)
	93 (58,9)
Índice de Massa Corporal^(kg/m²)	
Normal	67(72,0)
Excesso de peso	26(28,0)
Nível de AF*	
Pouco ativo	87 (94,6)
Ativo	05 (5,4)

AF: atividade física. *

Discussão

O excesso de peso está relacionado com outras doenças crônicas degenerativas de modo que se faz necessário o seu monitoramento especialmente em crianças. A prevalência do excesso de peso dos participantes foi menor que os dados oficiais para a população brasileira, que indicam excesso de peso em 34,8% das crianças de 5 a 9 anos de idade (IBGE, 2011). Quando comparado com dados de escolares da capital de Goiás, a prevalência encontrada de excesso peso foi semelhante ao estudo realizado por Naghettini et.al. (2010) que avaliou 519 crianças de 3 a 10 anos de idade, da cidade de Goiânia, foi encontrado excesso de peso em 21,0% delas.

A ocorrência do excesso de peso dos escolares pode estar relacionada ao baixo nível de atividade física. Sabe-se que o sedentarismo é fator de risco para o desenvolvimento da obesidade. Em um estudo com crianças canadenses de 8 a 10 anos de idade, identificou que crianças com sobrepeso e obesidade são mais sedentárias e relatam um tempo de tela maior do que as com peso normal

(HERMAN, et. al., 2014). A atividade física é um fator de proteção contra os fatores de risco cardiovasculares em crianças acima dos seis anos de idade, sendo recomendados 60 a 85 minutos dia de atividade física moderada e 20 minutos de atividade vigorosa por dia (JIMÉNZ-PAVÓN, et. al., 2013).

Os dados apresentados indicam a importância de trabalhar a saúde na escola, através de projetos e em sala de aula. Os dados também indicam a importância do professor de educação física no ensino fundamental em relação à temática saúde.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais indica a saúde como um tema transversal a ser tratado na escola, para Colaço (2008) o tema saúde deve ser incluído na proposta politico- pedagógico da escola. A saúde na escola deve ser trabalhada por meio de uma abordagem holística que envolve os aspectos físicos, culturais, sociais e psicológicos, de forma a envolver todo o corpo docente e principalmente o professor de educação física devido às características da disciplina.

Como limites enfrentados no trabalho, reconhecemos à restrição do local e o número pequeno de participantes em que foi realizado o estudo, que não permite a extrapolação dos dados para outras populações. Além das limitações do instrumento de avaliação do nível de atividade física que pode ter superestimado os dados. Entretanto, o estudo pode auxiliar, em conjunto com outros estudos, para a compreensão do panorama do excesso de peso e inatividade física dos escolares de cidades de pequeno porte do estado de Goiás, além de auxiliar na compreensão do papel da educação física no ensino fundamental sobre a ótica da saúde.

Sugerimos novos estudos que possa observar o estado de saúde de escolares que participam da disciplina de Educação Física e como essa disciplina pode auxiliar na compreensão dessa temática e influenciar positivamente a saúde dos escolares.

Considerações finais

Entendemos ser relevante inserir a discussão sobre os hábitos saudáveis na infância, pois a criação desses hábitos pode influenciar positivamente na vida das crianças e de suas famílias. Para isso, a saúde deve ser apresentada na sua multiplicidade que envolve os seus aspectos físicos, sociais, culturais e psicológicos.

O trabalho também demonstrou a importância do professor de educação física no ensino fundamental e o trabalho interdisciplinar da temática saúde para a formação e para o bem estar do aluno, e assim faz-se necessário à inserção desse tema na escola, ainda na primeira fase do ensino fundamental.

Referências

ACUNÃ, K.; CRUZ, T. Avaliação do estado nutricional de adultos e idosos e situação nutricional da população brasileira. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, v. 48, n. 3, p. 345-61, 2004.

CABRAL L.G.A; COSTA F.F., LIPAROTTI J.R. Evidências preliminares de validação da seção de atividade física do Questionário de Atividade Física e Alimentação do Dia Anterior (QUAFDA). Rev. Bras. **Atividade Física e Saúde**. v.16, n. 2, p. 100-106, 2011.

COLAÇO, N.S. **Obesidade infanto-juvenil e atividade física**. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/1837-6.pdf> 2008. Acesso em: 18 Out. 2018.

CHISSINI, R.B.C., et al. Obesidade na infância e adolescência: associação da inflamação e resistência à insulina com alterações metabólicas. **Revista Hospitalar Universitário Pedro Ernesto**, v. 14 n. 3, p.41-9, 2015.

HERMAN K.M, SABASTION C.M, MATHIEU M.E, et. al. Sedentary behavior in a cohort of 8- to 10-year-old children at elevated risk of obesity. **Preventive Medicine**. V. 60, p. 115-120, 2014.

JIMÉNEZ-PAVÓN, D. et al. Physical activity and clustered cardiovascular disease risk factors in young children: a cross-sectional study (the IDEFICS study). **Bio Med Central**, v. 11, p.172, 2013.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos familiares 2008-2009**: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2011.

NAGHETTINI, A. V. et al. Avaliação dos fatores de risco e proteção associados à elevação da pressão arterial em crianças. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 94, n. 4, p. 458-463, 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Child growth standars**. 2007; Avaliable from: <http://www.who.int/childgrowth/en/>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Obesity and overweighth**. 2018; Avaliable from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>