

NOME: JULIANA BOHNEN GUIMARÃES

TÍTULO: INTERVENÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR ÀS AÇÕES DE SEDENTARISMO E OBESIDADE

AUTORES: JULIANA BOHNEN GUIMARÃES , LUIS MOREIRA COELHO DA SILVA, KELLY REGINA DIAS LOURENÇO, CARLOS AUGUSTO SEVERIANO, JULIANA BOHNEN GUIMARÃES

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): PAPq

PALAVRA CHAVE: Exercício, inatividade física, fisiologia, crianças, saúde e condicionamento fís

RESUMO

INTRODUÇÃO: A prevalência de excesso de peso e/ou obesidade infantil associado ou não ao nível de inatividade física tem aumentado em todo o mundo. A partir de 2012, tanto o excesso de peso quanto o sedentarismo foram considerados fatores de risco para morte prematura por doenças crônicas não transmissíveis como hipertensão, doenças crônicas obstrutivas pulmonares e diabetes. Aliado a esse dado, muitas escolas não apresentam aulas de Educação Física regular com profissionais especializados ou mesmo não conseguem a adesão dos alunos à prática de atividades físicas relacionadas ao conteúdo escolar, contribuindo para a redução de movimentação e gasto energético diário. Ações de combate à obesidade infantil e ao sedentarismo têm surgido a partir de propostas educativas, implementadas em ambiente escolar, que buscam conscientizar e trabalhar temas relevantes para a promoção à saúde, objetivando mudanças sobre os hábitos de vida das crianças e seus familiares. O presente estudo objetivou analisar o perfil antropométrico e a capacidade cardiorrespiratória de crianças em idade escolar (6-10 anos). As variáveis foram correlacionadas para verificar o grau dependência entre elas. Além disso, verificar qual o custo energético exigido nas aulas de Educação Física, verificando se há uma real contribuição da prática escolar sobre o nível de atividade física dos alunos. A partir dos dados, poderemos concluir e indicar estratégias educativas futuras, aliadas ou não à Secretaria de Saúde e de Educação do Município. **MÉTODO:** Todos os procedimentos foram aprovados pelo CEP / UEMG. Foram avaliados 60 alunos de 6 a 10 anos (12 alunos/faixa etária) de uma escola pública localizada em Ibirité, MG. Inicialmente, cada aluno, juntamente com os pais ou responsável, preencheu o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) autorizando sua participação como voluntário do estudo. Ainda foi respondido o "Questionário de Atividade Física" (PAQ C) para determinar o nível de atividade física habitual da população estudada e identificado o estado de maturação, segundo a escala de Tanner de 1962. Em seguida, durante a primeira fase do estudo avaliou-se a antropometria (massa corporal, estatura, índice de massa corporal, percentual de gordura e perímetro cintura quadril) e o grau de condicionamento físico dos alunos. A capacidade cardiorrespiratória foi acessada por meio do teste de 20 metros shuttle-run. A frequência cardíaca foi medida antes e após o teste. A segunda fase teve como objetivo verificar a exigência energética das aulas de Educação Física. A frequência cardíaca foi utilizada como parâmetro de controle da intensidade do exercício durante as aulas de Educação Física e a mesma foi comparada aos valores máximos de capacidade cardiorrespiratória encontrados na primeira fase do estudo. **RESULTADOS:** O projeto encontra-se em fase inicial da coleta de dados. Os primeiros dados indicaram que 25% da amostra coletada na faixa etária de 10 anos encontram-se em sobrepeso ou obesidade. Com relação à capacidade cardiorrespiratória, os valores demonstram que 91,6% dos alunos encontram-se em baixo nível de atividade física apresentando nível 2 do PAC C, numa escala numérica até 5. Os valores de consumo de oxigênio $46,4 \pm 3,1$ mlO₂/kg/min corroboram os dados de inatividade física encontrados no questionário. Ao correlacionarmos IMC e condicionamento físico, verificamos correlação negativa $r = - 0.57$, $p = 0.05$. **CONCLUSÃO:** Os dados ainda são inconclusivos devido ao projeto encontrar-se em fase de coleta e conseqüente análise. No entanto, ressalta-se que os valores indicam que o grau de atividade física é reduzido para a amostra estudada quando analisado por meio de questionário quanto no teste físico shuttle run. Além disso, a correlação indica que, em parte, o nível de inatividade física determina o grau de obesidade encontrado.