

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES ESCOLARES

Samaniego, Adolfo Daltro¹

Diettrich, Sandra Helena Correia²

Resumo: O presente estudo teve como objetivo descrever o nível de atividade física em adolescentes escolares. Para tanto, foi realizada uma revisão integrativa de literatura na qual foram investigados artigos inseridos nas bases de dados *Medline*, *Pubmed* e *Lilacs*, em língua portuguesa, publicados no período de 2012 a 2018, foram selecionados estudos com humanos, realizados com a população de escolares. Para tal seleção utilizou-se os descritores: “adolescentes”, “atividade física”, “exercício”, “sedentarismo, atividade motora”, “escolares”. Para a busca nas bases de dados, os descritores foram utilizados com as combinações possíveis entre si, respeitando a similaridade de termos que possuem equivalência conceitual. Para isso, utilizou-se do operador booleano “AND” para localizar o material a ser analisado, efetuando-se as combinações a seguir: “Adolescentes *and* sedentarismo *and* escolares”, “Atividade física *and* escolares *and* sedentarismo”, “Atividade motora *and* adolescentes *and* sedentarismo” e “Adolescentes *and* atividade física *and* sedentarismo”. Conforme realizações das buscas foram localizadas 480 publicações, e a partir da aplicação dos filtros, objetivo do estudo, período de publicação, publicações com humanos, trabalhos em língua portuguesa, trabalho com escolares e nível de atividade física, foram incluídas para análise 16 publicações. De acordo com os resultados apresentados pode-se considerar que: a média de idade dos adolescentes nos estudos analisados foi de 13,5 anos; o maior número de publicações ocorreu na região sudeste, seguida da Centro-Oeste e Sul e o período que ocorreu o maior número de publicações foram os anos de 2012 a 2018; os resultados dos estudos avaliados apontaram um baixo nível de atividade entre os instigados, sendo as classificações inativos e insuficientemente ativos as mais prevalentes, bem como, a condição de inatividade física maior nas meninas em relação aos meninos.

Palavras-chave: adolescentes; nível de atividade física; escolares.

¹Orientando do curso de Especialização em Educação Física Escolar – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

²Doutora em Ciência da Saúde – Orientadora – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Abstract

The present study aimed to describe the level of physical activity in school adolescents. For this purpose, an integrative literature review was conducted in which articles inserted in the Medline, Pubmed and Lilacs databases, published in the Portuguese language, were published between 2012 and 2018, human studies were selected with the school population. For this selection we used the descriptors: "adolescents", "physical activity", "exercise", "sedentary activity", "motor activity", "schooling". For the search in the databases, the descriptors were used with the possible combinations among them, respecting the similarity of terms that have conceptual equivalence. To do this, the Boolean operator "AND" was used to locate the material to be analyzed, with the following combinations: "Adolescents and sedentarism and schooling", "Physical activity and schooling and sedentarism", "Motor activity and adolescents and sedentarism" and "Adolescents and physical activity and sedentarism". According to the achievements of the searches were located 480 publications, and from the application of the filters, study objective, period of publication, publications with humans, works in Portuguese language, work with schoolchildren and physical activity level, 16 publications were included for analysis. According to the presented results it can be considered that: the average age of the adolescents in the analyzed studies was 13.5 years; the largest number of publications occurred in the Southeast, followed by the Center-West and South and the period that occurred the largest number of publications were the years 2012 to 2018; the results of the studies evaluated indicated a low level of activity among the instigated, being the inactive and insufficiently active classifications the most prevalent, as well as the condition of greater physical inactivity in the girls in relation to the boys.

Key words: Adolescents. level of physical activity, school adolescents

Introdução

A proposta desta pesquisa foi identificar o nível de atividade física em adolescentes escolares considerando que a prática regular contribui para a melhora na saúde, auxilia na prevenção de doenças crônicas e no desenvolvimento humano ao longo dos ciclos da vida.

Apesar disso, observa-se que hábitos não saudáveis adquiridos na infância têm uma grande influência na fase adulta, podendo se tornar um fator determinante para o aparecimento de possíveis enfermidades (MOREIRA, 2010), assim sendo, um estilo de vida fisicamente inativo contribui com o aparecimento de doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, entre outras, que causam grandes danos à saúde de uma população (BOUCHARD, 2003).

Em contrapartida a prática de atividade física durante a infância e a adolescência pode contribuir para o enfrentamento da obesidade auxiliando no equilíbrio do balanço energético e, conseqüentemente, na prevenção e tratamento doenças relacionadas à obesidade nesta fase da vida; incrementando os níveis de atividades em adultos aumentando o gasto energético durante todo o ciclo de vida por meio do aumento do volume de ejeção cardíaca, dos parâmetros ventilatórios funcionais e do consumo de oxigênio, redução da pressão arterial, aumento da sensibilidade à insulina e da tolerância à glicose, melhora do perfil lipídico, aumento da mineralização óssea, melhora da cognição, autoestima, sentimento de bem-estar e socialização (BARROS et al, 2017).

Atividade física é definida por Caspersen, Powell e Christensen (1985) como qualquer movimento voluntário do corpo que produz um gasto energético acima do nível de repouso, caracterizada por uma ação inseparável do comportamento humano, possuindo uma grande importância para o desenvolvimento integral das pessoas. Posteriormente, Shephard e Balady (1999) *apud* Araújo e Araújo (2000), compreendem atividade física como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resultem em gasto energético, não levando em consideração os níveis de gasto energético promovidos pela atividade. Caspersen et al. (1985) citados por Guedes e Guedes (1995) ressaltam que a expressão exercício físico não pode ser utilizada como sinônimo de atividade física, uma vez

que a expressão trata-se de uma subcategoria da atividade física, conceituada como atividade planejada, sistemática e repetitiva que visa a melhora e prevenção de mais componentes da aptidão física.

Essas definições dão origem para classificações das atividades físicas que são compreendidas quanto a sua intensidade, como leves aquelas atividades que possuem o equivalente metabólico (MET)³ < que 3,0, moderadas de 3,0 a 5,9 e intensas que possuem 6,0 ou mais (*U.S.DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES - HHS, 2008*).

Os níveis de atividade física podem ser classificados como: inativos, aqueles indivíduos que não realizam ou pouco realizam atividades básicas da vida diária, de maneira que não atingimos requisitos mínimos diários, já os indivíduos que realizam além dessas atividades básicas, mas por menos de 150 minutos semanais são classificados com um nível baixo de atividade. Para aqueles que realizam de 150 minutos a 300 minutos de atividades físicas por semana são considerados com nível médio. Aqueles que realizam acima ou igual a 300 minutos por semana são considerados com um nível alto. (*U.S.DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES - HHS, 2008*)

Conforme a *World Health Organization -WHO* (2010) possuir um nível adequado e regular de atividades físicas trazem benefícios, como a melhora da saúde óssea e das funções do organismo, contribuindo para a prevenção do aparecimento de doenças crônicas e auxiliando no controle de peso. Dessa forma, são recomendados 60 minutos diários de atividades moderadas e intensas para crianças e jovens de 5 a 17 anos, para adultos de 18 a 64 anos, são recomendados pelo menos 150 minutos por semana de atividades físicas moderadas ou 75 minutos de atividades intensas e para adultos maiores de 64 anos é necessário que continuem dedicando o tempo de 150 minutos para atividades moderadas ou 75 minutos para atividades intensas, podendo atingir 300 minutos de atividade aeróbica moderada ou 150 minutos de atividade intensa para melhores benefícios à saúde.

Em um estudo feito pela Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico - VIGITEL, em 27 cidades brasileiras, 46% da população adulta não alcança um nível suficiente de atividade física (BRASIL, 2019). Segundo Bouchard (2003) a diminuição dos níveis de atividade física na população tem relação direta

³Segundo McArdle, Katch FL e Katch VL. (1998) “O equivalente metabólico (MET), múltiplo da taxa metabólica basal, equivale à energia suficiente para um indivíduo se manter em repouso, representado na literatura pelo consumo de oxigênio (VO₂) de aproximadamente 3,5 ml/kg/min.” (apud COELHO-RAVAGNANI, 2013, p. 135)

com o aumento do tempo gasto com atividades sedentárias como ver TV, computador, celular, vídeo game, entre outras atividades.

Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE) feita em 26 capitais brasileiras em 2015, apontou que 34,4% dos escolares do 9º ano do ensino fundamental eram considerados ativos. Porém, 60,8% foram classificados como insuficientemente ativos e 4,8% como inativos. Esses dados destacam a prevalência do baixo nível de atividade física diante das recomendações nos escolares das capitais brasileiras (IBGE, 2016).

De acordo com o ponto de vista da medicina preventiva e da saúde pública para mudar essa realidade é necessário incentivar as crianças e adolescentes a praticarem atividades físicas precocemente, considerando que uma criança ou adolescente fisicamente ativo promoverá a redução de casos de sedentarismo na fase adulta (LAZZOLI et al., 1998).

Percebe-se, portanto, que a atividade física é caracterizada pela realização de movimentos, que se fazem presentes diariamente na vida dos indivíduos que devem seguir recomendações e cuidados para melhor obter resultados associados a saúde. Apesar disso esse tempo ativo, na maioria das vezes sofre influências que não colaboram com uma vida fisicamente ativa. Na sociedade contemporânea alguns fatores contribuem para a falta de interesse das pessoas pelo hábito de movimentar-se, como, a falta de informação apropriada, segurança pública, ou por falta de estímulos do ambiente familiar e escolar (ARAÚJO; ARAÚJO, 2000).

Santos e Simões (2012) destacam que o estilo de vida fisicamente ativo é um fator importante no processo de desenvolvimento da saúde e para a melhoria qualidade vida da população. Ressalta-se a importância de promover as atividades físicas mostrando aos indivíduos os benefícios físicos, sociais e emocionais que são adquiridos pela sua prática e o quanto esses benefícios ajudam na prevenção de doenças crônicas (PORTES, 2011; ZAMAI et., 2009,).

Aranha e Escobar (2009) ressaltam a importância de ações que promovam a prática de atividades físicas para crianças e adolescentes. A prática de atividade física tem papel importante na prevenção e tratamento de doenças crônicas, podemos citar como benefícios, a diminuição da pressão arterial, o controle do peso corporal, aumento da densidade óssea, melhora da resistência aeróbica e anaeróbica, melhora da flexibilidade, melhora da autoestima, diminuição do estresse, redução da ansiedade, melhora do humor, retardo no

processo de envelhecimento, estímulo da atividade mental, entre outros (BRASIL, 2002; ZAMAI et. al., 2009).

Diante desse contexto torna-se necessário a reflexão sobre o nível de atividades físicas em adolescentes, contextualizando a importância de sua prática, a fim de conscientizar e promover à saúde. A Educação Física é a principal área do conhecimento com a capacidade de auxiliar os indivíduos na escolha de hábitos saudáveis (NAHAS; GARCIA, 2010,). Segundo Guedes (1999) a educação para saúde por meio da Educação Física Escolar deve proporcionar o conhecimento teórico e prático, de maneira que promovam a prática de atividade física, entre outros hábitos saudáveis como forma de prevenção para as doenças crônicas.

Metodologia

A presente pesquisa caracteriza-se por Revisão de Literatura Integrativa. Para tanto foram investigados artigos inseridos nas bases de dados *Medline*, *Pubmed* e *Lilacs*, publicados em língua portuguesa, no período de 2012 a 2018. Considerou-se estudos com humanos, realizados com a população de escolares. Para seleção aplicou-se os descritores, “adolescentes”, “atividade física”, “exercício”, “sedentarismo, atividade motora”, “escolares”.

Para a busca nas bases de dados, os descritores foram utilizados com as combinações possíveis entre si, respeitando a similaridade de termos que possuem equivalência conceitual. Para isso, utilizou-se do operador booleano “AND” para localizar o material a ser analisado, efetuando as combinações a seguir: “Adolescentes *and* sedentarismo *and* escolares”, “Atividade física *and* escolares *and* sedentarismo”, “Atividade motora *and* adolescentes *and* sedentarismo” e “Adolescentes *and* atividade física *and* sedentarismo”.

Após a aplicação dos descritores nas bases, foram localizadas 480 publicações, dessas, 250 foram excluídas por serem repetidas entre as bases de dados pesquisadas, restando 230 títulos. Com o objetivo de selecionar artigos que estivessem relacionados ao objetivo do presente estudo foram aplicados filtros para especificação dos trabalhos, sendo estes, a) período de publicação – 2012 a 2018 – foram excluídos 108 trabalhos que foram publicados em anos anteriores aos delimitados no presente estudo resultando em 122; b) publicações com humanos – 5 trabalhos não foram realizado com humanos e excluídos restando 117; c) com a utilização do filtro de inclusões de trabalhos apenas em língua portuguesa foram excluídos 43

artigos e a partir dessa subtração obteve-se um resultado de 74; d) utilizando o critério de trabalhos realizados com a população de escolares excluiu-se 32, e) utilizando o critério do objeto de estudo e nível de atividade física em escolares foram excluídos 26 artigos restando dessa forma um total de 16 publicações.

Resultados e Discussões

Tabela 1. Publicações incluídas para análise.

Autor(es)/Ano/local de publicação	Objetivo	Metodologia (população/instrumento de coleta)	Resultado
Fortes; Miranda; Ferreira 2013. Goiânia, GO	Analisar a influência do nível de atividade física (NAF) sobre a insatisfação corporal (IC) em adolescentes escolares de Juiz de Fora	- 362 jovens de ambos os sexos. - IC e NAF foram avaliados pelo <i>Body Shape Questionnaire</i> e <i>International Physical Activity Questionnaire</i> .	Os resultados da análise univariada de covariância demonstraram haver diferença de IC segundo NAF somente no sexo feminino ($p < 0,05$). O modelo de regressão logística evidenciou associação significativa do NAF com a IC exclusivamente para as meninas.
Brito; Silva Júnior; Coelho; França, 2012. Pelotas/RS	Determinar NAF de escolares da cidade de Teresina-PI e testar a associação com o índice de massa corporal (IMC) e o percentual de gordura (%G)	- 383 estudantes (190 rapazes e 193 moças) com média de idade de 14,0 $\pm$ 0,9 anos. - questionário de estilo de vida e obtidos dados do NAF, IMC e %G.	Entre os rapazes 21,5% eram sedentários, 24,2% eram insuficientemente ativos, 2,6% eram obesos e 8,4% com sobrepeso. Entre as moças 32,1% eram sedentárias, 9,3% eram insuficientemente ativas, 1,5% eram obesas e 13,9% com sobrepeso. Correlações negativas foram encontradas entre NAF e %G ($r = -0,115$, $p = 0,025$), independentemente de sexo. Os alunos do sexo feminino

			apresentaram maiores índices de sedentarismo.
Alberto; Figueira Junior, 2015. Taguatinga – DF.	Estimar a prevalência de inatividade física em adolescentes escolares do ensino fundamental II do Município de Macapá/AP, e analisar sua associação com variáveis sociodemográficas.	- 1.060 adolescentes de ambos os sexos de 10 a 15 anos. - A inatividade física foi mensurada com o IPAQ curto e definida como praticar atividade física moderada e/ou vigorosa por um período ≥ 300 minutos por semana. - As informações sociodemográficas analisadas foram: idade; estado antropométrico (IMC); condição socioeconômica; escolaridade dos pais e; residências em locais com ou sem infraestrutura básica.	Os resultados indicam que a prevalência de inatividade física em adolescentes foi 69,5% (I.C 95%=66,7-72,9), sendo mais pronunciada nos do sexo feminino e no grupo etário de 12-13 do sexo masculino. As variáveis diretamente associadas à inatividade física em adolescentes de ambos os sexos foram: pertencentes à classe socioeconômica C, estudantes do período vespertino, residentes em ruas sem asfalto e sem esgoto canalizado e nos do sexo masculino com sobrepeso.
Menezes; Duarte, 2015. São Paulo, SP	Verificar indicadores das condições de vida associados as prevalências do nível de atividade física abaixo das recomendações (NAFAR) e da exposição ao comportamento sedentário (ECS) em escolares de áreas urbanas e rurais de Sergipe, Brasil.	- 3.992 escolares, com idade variando de 14 a 19 anos - questionário auto administrado baseado no Global School-based Student Health Survey (GSHS), proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e em outros já validados, composto por duas seções. A primeira referente a condições de vida, como informações demográficas, educacionais, trabalho e renda; a segunda sobre condutas de saúde, como NAFAR e ECS.	A prevalência de adolescentes com NAFAR foi de 77,5% (urbana 76%; rural 80%) e ECS de 46,7 % (urbana 50,2%; rural 41,2%). Em áreas urbanas, verificou-se a associação da ECS com o território, período de estudo, escolaridade materna, situação ocupacional do adolescente e renda familiar. O NAFAR associou-se com o fato de residir com o pai e com o trabalho do pai. Em áreas rurais, a ECS associou-se ao período de estudo, situação ocupacional do adolescente e a renda familiar. O NAFAR associou-se a situação ocupacional do adolescente.
Pinheiro; Trindade; Silva; Machado; Santos 2017/ São Paulo, SP	Descrever o padrão da prática regular de atividade física de escolares do ensino fundamental da rede pública estadual de Manaus-AM, no ano de 2011.	- 304 alunos que responderam o questionário Dia Típico de Atividade Física e Alimentação	A média de idade foi de 9,4 anos e o desvio padrão foi 0,7 ano, com IC 95% (9,3;9,5). Entre as atividades físicas, apenas os exercícios físicos sistematizados foram estatisticamente maiores no grupo dos não ativos. O sedentarismo foi observado em 48,0% IC 95% (42,4;53,6) e a prática da atividade física de leve a moderada foi de 96,7% IC 95%(94,7;98,7) de escolares.
Ferreira; Jardim; Peixoto. 2013 São Paulo, SP	Avaliar programa de promoção de atividade física e de escolhas	- 911 adolescentes de 13 a 18 anos de idade, de escolas públicas de Goiânia, GO	A maioria dos adolescentes foi identificada como inativos ou insuficientemente ativos, com 65,7% no grupo intervenção e 65,2% no

	alimentares entre adolescentes.	- foram definidos como ativos aqueles que acumularam 300 ou mais minutos por semana. - escolhas alimentares, foi classificado como adequado o consumo de alimentos protetores em cinco ou mais dias da semana.	grupo controle, sem diferenças significativas entre os grupos e com prevalência maior entre o sexo feminino. Pouco mais da metade dos adolescentes consumiam alimentos protetores da saúde em cinco ou mais dias da semana, sendo 56,6% e 50,4%, respectivamente, nos grupos intervenção e controle ($p = 0,373$).
Lourenço; Zanetti; Amorim; Mota; Mendes. 2018. Taguatinga – DF.	Objetivou determinar a prevalência do comportamento sedentário (CS) e analisar os fatores sociodemográficos, comportamentais, de hábitos alimentares e de saúde associados entre adolescentes.	- 1.009 adolescentes (55,0% do sexo feminino) de 14 a 19 anos das escolas públicas e privadas - O CS foi estimado pelo tempo sedentário de tela (assistir TV + jogar videogame + uso de computador) ≥ 2 h/dia. - fatores sociodemográficos (sexo, idade, situação de estágio/trabalho, renda familiar, turno e série de estudo), comportamentais e de hábitos alimentares (atividade física no lazer, participação nas aulas de Educação Física, consumo de frutas, frituras e refrigerantes) e de saúde (IMC, autopercepção do sono e da saúde) associados ao CS.	A prevalência do CS foi de 81,6% (IC95%: 78,8 - 84,4) sendo maior entre o sexo masculino (84,9%; IC95%: 82,6 - 87,2) do que no feminino (78,6%; IC95%: 75,9 - 81,3, $p = 0,018$). Na análise ajustada, apresentaram maiores chances de CS: o sexo masculino (OR = 1,78; IC95%: 1,23 - 2,56), aqueles do 1º ano (OR = 1,89; IC95%: 1,22 - 2,94) e 2º ano de estudo (OR = 1,97; IC95%: 1,22 - 3,17), não ter vínculo de estágio/trabalho (OR = 2,23; IC95%: 1,54 - 3,23) e menor consumo de frutas (OR = 1,43; IC95%: 1,01 - 2,14). A prevalência do CS foi alta e o sexo, a série de estudo, a situação de estágio/trabalho e o hábito alimentar foram fatores associados.
Barros, Fábio da Conceição de; Silva, Marcelo Cozzensada. 2013/ Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, Florianópolis, SC	Verificar o conhecimento sobre atividade física e fatores associados em estudantes do ensino médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul.	Estudo transversal de base escolar com 510 adolescentes que responderam a um Questionário com questões fechadas sobre os benefícios da atividade física para a saúde, para a prevenção de doenças crônicas, finalidades da atividade física e efeitos da mesma no organismo humano. O desfecho foi analisado de forma contínua (0 a 58 pontos).	A média de acertos foi de 35,8. Indivíduos do sexo feminino de cor de pele branca e ativos fisicamente, assim como adolescentes de ambos os sexos com maior nível de escolaridade apresentaram maiores médias de conhecimento sobre a prática de atividade física e seus benefícios.
Alves; Silva; Assis; Souza; Pinto; Frainer, 2012. São Paulo, SP	Investigar os fatores associados à inatividade física em adolescentes de Salvador, BA.	- 803 jovens de 10 a 14 anos - Foram coletados dados referentes ao nível de atividade física (variável dependente), hábitos sedentários, dados demográficos, socioeconômicos,	A prevalência da inatividade física foi de 49,6% (IC 95% 46,14 - 53,06); sendo maior entre as moças (feminino: 59,9%; masculino: 39%, $p < 0,001$). Em análise multivariada, verificou-se a associação inversa e estatisticamente significativa entre inatividade física e condição econômica das famílias classificadas

		maternos e antropométricos (variáveis independentes).	em Classe D/E Piores condições econômicas, tanto para os participantes do sexo masculino (RP = 0,73 IC 95% 0,54 – 0,046) quanto para os do sexo feminino (RP = 0,79 IC95% 0,66 – 0,96) . Em análise complementar por desmembramento dos domínios verificou-se tendência significativamente decrescente da inatividade física, representado pelo deslocamento, com o declínio das condições financeiras dos adolescentes em ambos os sexos (Rapazes – Classes B1/B2/C1 = 20,6%, C2 = 11,0%, D/E = 6,0%, p=0,001; Moças – Classes B1/B2/C1 = 26,7%, C2 = 12,5%, D/E = 10,8%, p = 0,003).
Spohr; Walke r; Azambuja; Farinha; Azev edo; Santos20 12. Taguatinga – DF.	Verificar o nível de atividade física e a sua correlação com comportamentos sedentários de crianças no 1º ano do Ensino Fundamental de escolas de uma cidade do sul do Brasil.	- Nível de Atividade Física (NAF) foi utilizado o questionário “Dia Típico de Atividade Física e Alimentação” (DAFA). - Dados sobre o número médio de horas diárias em frente à televisão/vídeo game ou computador foram obtidos por meio de um questionário enviado aos pais.	O resultado obtido com a amostra de 273 crianças (131 meninos e 142 meninas) com idade média de 6,33 anos de 12 escolas (5 estaduais, 4 municipais e 3 particulares) mostrou um baixo nível de atividade física (36,49±19,06) e não houve diferença significativa entre as redes de ensino. Não houve correlação entre o NAF e os comportamentos sedentários ligados ao uso da televisão/vídeo game ou o computador. No entanto, observou-se uma tendência de que quanto maior o número de horas em frente ao computador, menor o NAF.
Faria; Canabr ava; Amorim 2013 Taguatinga – DF.	Comparar o nível e a intensidade da AF de crianças da rede pública e particular de ensino durante o RE.	- 100 escolares sendo 55 meninas (F) e 45 meninos (M) selecionados em duas escolas: uma particular e uma pública - avaliação antropométrica - nível de AF pela monitoração da frequência cardíaca (Team System da Polar®) durante três RE em dois momentos distintos do ano (F1= inverno e F2= verão).	O RE contribuiu com aproximadamente 4 e 5 min de AF recomendada para as escolas pública e particular, respectivamente. Encontrou-se redução significativa na AF entre F1 e F2 apenas em F da escola particular. Diferenças entre os gêneros foram observadas apenas na escola pública, com elevado nível de AF em M (p<0.01). Quando considerado o fator escola, observou-se diferença apenas entre M na fase 1 do estudo, com maior nível de AF nos alunos da escola pública.
Teba; Scarabo llo; Zanuto, Edner F; Saraiva; Tebar; Delfin o; Christofaro, 2017. São Paulo	Verificar a prevalência de obesidade abdominal e fatores associados em adolescentes brasileiros, independentemente de fatores de confusão.	- adolescentes de 14 a 17 anos (n = 1.231). - questionário sobre o nível de atividade física, comportamento sedentário e condições socioeconômicas foi aplicado. - A antropometria foi composta por peso	A prevalência de obesidade abdominal foi de 17,5% (IC = 15,4%-19,6%) em adolescentes brasileiros, sendo maior em meninos do que em meninas. Indivíduos com obesidade abdominal apresentaram maiores valores de peso corporal, estatura, índice de massa corporal e comportamento sedentário do que indivíduos eutróficos. Ser do sexo

		corporal (kg), estatura (m), índice de massa corporal (IMC = kg/m ²) e circunferência de cintura (cm).	masculino elevou em 50% o risco de adolescentes apresentarem obesidade abdominal. Esse risco foi duas vezes maior nos que tiveram elevado comportamento sedentário.
Greca; Silva; Loch. 2016. São Paulo, SP	Analisar a associação do sexo e idade com comportamentos relacionados à prática de atividades físicas e sedentarismo em crianças e adolescentes.	- 480 (236 sexo masculino) estudantes dentre 8 e 17 anos. - As medidas de atividade física, prática de esportes e quantidade de comportamentos sedentários foram obtidas mediante aplicação do <i>Physical Activity Questionnaire for Older Children</i> .	Mocas (69,6%; RP=1,05 [0,99-1,12]) dedicaram mais tempo ao comportamento sedentário quando comparadas com rapazes (62,2%). Rapazes (80%; RP=0,95 [0,92-0,98]) apresentaram maiores níveis de atividade física quando comparados com mocas (91%). Estudantes mais velhos entre 13-17 anos (91,4%; RP=1,06 [1,02-1,10]) apresentaram maior prevalência de inatividade física e comportamento sedentário de ≥2h/dia (71,8%; RP=0,91 [0,85-0,97]) quando comparados com estudantes entre 8 e 12 anos (78,7 e 58,5%, respectivamente).
Farias; Lopes; Mota; Hallal. 2012. São Paulo, SP	Estimar a proporção de adolescentes fisicamente ativos e identificar fatores associados.	- 2.874 estudantes de 14 a 19 anos - O nível de atividade física foi mensurado por meio de questionário e considerado fisicamente ativo se ≥ 300 minutos/semana. Foram analisadas variáveis sociodemográficas, estado nutricional, comportamento sedentário, autoavaliação do estado de saúde e participação nas aulas de educação física.	A prevalência de atividade física foi de 50,2% (IC95%: 47,3;53,1). Os jovens do sexo masculino foram fisicamente mais ativos do que as do feminino (66,3% vs. 38,5%; p < 0,001). Os fatores diretamente associados à prática de atividade física foram: maior escolaridade do pai para o sexo masculino, e da mãe, para o feminino; percepção positiva de saúde e participar das aulas de educação física.
Vitorino; Barbosa; Sousa; Jardim; Ferreira. 2014 São Paulo, SP	Identificar a prevalência de estilo de vida sedentário entre adolescentes e conhecer a concordância entre os resultados obtidos por dois instrumentos padronizados de medida.	- 132 estudantes de 14 a 18 anos. - As variáveis de estudo foram: sexo, idade, níveis de atividade física com a utilização do Questionário Internacional de Atividade Física em sua versão curta, e- média diária de passos com a utilização do pedômetro por, no mínimo, 4 dias consecutivos.	A prevalência de sedentarismo avaliada pelo questionário foi de 19,7% e a identificada pelo pedômetro foi de 8,3% (p=0,021). Não foi identificada correlação entre os resultados dos diferentes instrumentos. A concordância entre os métodos foi fraca (k=0,021).
Dias; Domingos; Ferreira; Muraro; Sichiari; Gonçalves-Silva. 2014.	Analisar a prevalência e fatores associados aos comportamentos sedentários em adolescentes.	- adolescentes de 10 a 17 anos de idade, de ambos os sexos, pertencentes a uma coorte de nascimentos entre 1994-1999. - questionário contendo informações sócio	A prevalência global de comportamentos sedentários foi de 58,1%. Dos 1.716 adolescentes estudados, 50,7% (n = 870) eram do sexo masculino. Na análise multivariada, após ajuste para fatores de confusão, as variáveis que

São Paulo, SP.	demográficas, econômicas e de estilo de vida e aferição de dados antropométricos. - comportamento sedentário o uso de televisão e/ou computador/vídeo games por um tempo igual ou superior a 4 horas/dia. - Avaliou-se a associação de comportamentos sedentários com índice de massa corporal, tanto na infância quanto na adolescência, e com variáveis sociodemográficas e comportamentais por meio de regressão logística hierarquizada.	permaneceram associadas com os comportamentos sedentários foram: idade (14 anos ou mais) (OR = 3,51; IC95% 2,19;5,60); classe econômica elevada (OR = 3,83; IC95% 2,10;7,01); maior nível de escolaridade da mãe (OR = 1,81; IC95% 1,09;3,01); residir no interior (OR = 0,49; IC95% 0,30;0,81); atividade física insuficiente (OR = 1,25; IC95% 1,02;1,53); experimentação de bebidas alcoólicas (OR = 1,34; IC95% 1,08;1,66) e excesso de peso na adolescência (OR = 1,33; IC95% 1,06;1,68).
----------------	--	--

Fonte: Dados do estudo, 2019.

De acordo com a descrição dos dados coletados perfazendo um total de 16 publicações, verificou-se que a média de idade dos investigados foi de 13,5 anos. Quanto a região de publicação, o Sudeste (n=8) possui a maior parte das publicações sobre a temática pesquisada, seguida da região Centro-Oeste (n=6) e com menor quantidade de publicações a região Sul (n=2).

Em relação à região Sudeste o período de 2012 a 2017 concentraram-se a maior parte das publicações a respeito da temática. Na região Centro-Oeste os achados foram no período de 2012 a 2018 e por fim na região Sul as publicações se concentraram no período de 2012 a 2013.

Das publicações incluídas para análise, quatro estudos identificaram o nível e atividade física e o comportamento sedentário dos investigados (BRITO et al. 2012; MENEZES; DUARTE, 2015; GRECA; SILVA; LOCH, 2016; TEBAR et al., 2017).

Oito estudos identificaram apenas o nível de atividade física dos investigados (FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2013; JUNIOR et al., 2012; FARIA; CANABRAVA; AMORIM, 2013; ALVES et al., 2012; BARROS; SILVA, 2013; FERREIRA; JARDIM; PEIXOTO, 2013; SPOHR et al., 2012; ALBERTO; JUNIOR, 2015).

Quatro estudos identificaram apenas o comportamento sedentário (PINHEIRO et al., 2017; DIAS et al., 2014; VITORINO et al., 2014; LOURENÇO et al., 2018).

Relacionado ao gênero, cinco publicações não apresentaram os resultados diferenciando o gênero dos investigados (PINHEIRO et al., 2017; DIAS et al., 2014; VITORINO et al., 2014; TEBAR et al., 2017; BARROS; SILVA, 2013).

As demais publicações apresentaram os resultados diferenciando o gênero dos investigados (BRITO et al. 2012; FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2013; MENEZES; DUARTE, 2015; JUNIOR et al., 2012; FARIA; CANABRAVA; AMORIM, 2013; SPOHR et al., 2012; ALVES et al., 2012; LOURENÇO et al., 2018; FERREIRA; JARDIM; PEIXOTO, 2013; GRECA; SILVA; LOCH, 2016; ALBERTO; JUNIOR, 2015).

A partir desses resultados foi possível construir dois núcleos de reflexões que serão expostos a seguir: 1) Nível de atividade física e 2) Gênero e nível de atividade física

Nível de atividade física

Os resultados de onze publicações apontaram para a maior prevalência de baixo nível de atividade física nos investigados, sendo classificados na maioria dos estudos indivíduos inativos ou insuficientemente ativos (BRITO et al. 2012; MENEZES; DUARTE, 2015; GRECA; SILVA; LOCH, 2016; TEBAR et al., 2017; FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2013; JUNIOR et al., 2012; FARIA; CANABRAVA; AMORIM, 2013; ALVES et al., 2012; FERREIRA; JARDIM; PEIXOTO, 2013; SPOHR et al., 2012; ALBERTO; JUNIOR, 2015).

Somente no estudo de Barros e Silva (2013) identificou-se que maior parte da população investigada foi classificada como fisicamente ativa, tal resultado conta com a hipótese que o estudo foi realizado apenas com adolescentes da zona rural que relataram trabalhar na lavoura e percorrer grandes distâncias caminhando ou de bicicleta, esse dado pode explicar o resultado encontrado.

Em relação ao comportamento sedentário, quatro publicações identificaram que a maioria dos investigados apresentou prevalência ao comportamento sedentário (PINHEIRO et al., 2017; DIAS et al., 2014; VITORINO et al., 2014; LOURENÇO et al., 2018).

De acordo com Alberto e Junior (2015) é necessário promover as atividades físicas para as crianças e adultos, sabendo dos riscos existentes de doenças crônicas na fase adulta, disponibilizando espaços e materiais que possibilitem e estimulem a prática de atividades físicas. Prevenindo e mostrando aos indivíduos o quanto as atividades físicas ajudam na prevenção dessas doenças e os diversos benefícios físicos e também sociais e emocionais.

Para Lazzoli et al. (1998) a prática regular de atividade física tem um papel importante no controle de peso corporal, auxiliando no tratamento e na prevenção de doenças crônicas, reduzindo por consequência a mortalidade por causas dessas doenças.

Segundo Alberto e Junior (2015) no âmbito escolar a educação física deve contribuir no processo de aprendizagem de conhecimentos sobre atividade física, esportes e exercícios para a promoção da saúde. Além disso, a Educação Física como área do conhecimento voltada para temas relacionados à saúde tem um grande desafio em buscar a compreensão dos assuntos de maneira crítica em favor à sociedade.

Os profissionais da saúde devem estar conscientes da importância das atividades físicas e das doenças que podem ser causadas por falta de atividade física. Cabe aos profissionais da saúde apresentar meios que ajudem no combate do sedentarismo, estimulando os indivíduos a terem uma vida mais ativa e saudável. Transmitir informações necessárias para a prática de exercícios físicos, preocupando-se com o objetivo de cada indivíduo (CARVALHO et al., 1996).

Gênero e nível de atividade física

Das onze publicações encontradas que apontaram questões de gênero, dez identificaram que a maioria dos investigados do sexo feminino apresentou maior prevalência de inatividade física em comparação ao sexo masculino (BRITO et al. 2012; MENEZES; DUARTE, 2015; FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2013; JUNIOR et al., 2012; FARIA; CANABRAVA; AMORIM, 2013; SPOHR et al., 2012; ALVES et al., 2012; FERREIRA; JARDIM; PEIXOTO, 2013; GRECA; SILVA; LOCH, 2016; ALBERTO; JUNIOR, 2015). Apenas no estudo de Lourenço et al. (2018) o sexo masculino apresentou maior prevalência para o comportamento sedentário. Nos demais estudos o sexo feminino apresentou maior prevalência de comportamento sedentário.

Dados do PENSE corroboram a presente pesquisa quando identificam que dos escolares do 9º ano que realizavam atividades físicas por 60 minutos ou mais em pelo menos cinco dias da semana, acumulando um total de 300 minutos ou mais, o percentual foi de 20,3%, sendo esse resultado maior entre os meninos (28,1%) quando comparado às meninas (12,9%). (IBGE, 2016)

Sobre questão de nível de atividade física e gênero, Gonçalves et al. (2007) apontam que é complexo relacionar o gênero com a prática de atividades físicas, por se tratar de algo

subjetivo e por existir diversos fatores como culturais, que não podem ser descartados. As mudanças sociais, econômicas e culturais promovem vários comportamentos que influenciam na escolha pela prática de atividade física e no desenvolvimento de outros hábitos saudáveis. A maneira como a família lida com essas questões influencia na adoção de hábitos que acompanharão os indivíduos ao longo da vida.

Um dos fatores que podem contribuir para a inatividade física de adolescentes escolares pode estar relacionado ao tempo de tela. Tal condição foi descrita em 2015 pelo PENSE, quando relatou que 60% dos escolares do 9º ano tinham o hábito de assistir mais de duas horas de televisão. Esse hábito foi maior entre as meninas (61,3%) em comparação com os meninos (58,1%). Foi também maior entre alunos de escolas públicas (61,2%) quando comparados aos da rede privada (51,5%). Em relação ao tempo em que os escolares permaneciam sentados, 56,1% relataram que além de assistir televisão, realizavam outras atividades como jogar videogame, computador por mais de três horas sentados (IBGE, 2016)

Ainda conforme os dados apresentados no PENSE verifica-se que há maior proporção de escolares do sexo masculino na realização de atividade física com mais intensidade do que em comparação com o sexo feminino. Foi verificado que um percentual maior de escolares inativos concentrou-se na faixa etária de 16 a 17 anos (IBGE, 2016)

De acordo com os resultados descritos nas publicações apresentadas no presente estudo, pode-se verificar que o nível de atividade física entre adolescentes escolares não corresponde àquele preconizado pela literatura para a relação positiva com a saúde. Os referidos resultados corroboram com estudos populacionais que objetivaram avaliar nível de atividade física em populações de escolares. Dessa forma, compreende-se que estratégias devem ser desenvolvidas no sentido de melhorar os indicadores apresentados a fim de promover a saúde dos adolescentes, bem como incentivar a adoção de um estilo de vida ativo.

Considerações finais

De acordo com os resultados apresentados pode-se considerar que a média de idade dos adolescentes foi de 13,5 anos, o maior número de publicações ocorreu na região sudeste, seguida da Centro-Oeste e Sul e o período que ocorreu o maior número de publicações foram os anos de 2012 a 2018.

Os estudos foram organizados metodologicamente em a) nível de atividade física e comportamento sedentário e b) nível de atividade física.

Os resultados dos estudos avaliados apontaram um baixo nível de atividade entre os investigados, sendo as classificações inativos e insuficientemente ativos as mais prevalentes, bem como, a condição de inatividade física maior nas meninas em relação aos meninos.

Sugere-se que outros estudos envolvendo variáveis como oferta de atividade física no ambiente escolar, além das aulas de educação física e conhecimento sobre os efeitos da atividade física por escolares adolescentes sejam realizados no sentido de ampliar a compreensão sobre nível de atividade física em escolares adolescentes.

Referências

ARANHA, M. A. F.; ESCOBAR, A. M. U. Atividade física e prática de esportes. In: VALENTE, M. H.; ESCOBAR, A. M. U.; GRISI, S. J. F. E. **A promoção da saúde na infância**. 1. ed. São Paulo: Manole, 2009. cap. 26, p. 443-445.

ARAUJO, Denise Sardinha Mendes Soares de; ARAUJO, Claudio Gil Soares de. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. **RevBrasMedEsporte**, Niterói, v. 6, n. 5, p. 194-203, Oct. 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922000000500005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 12 fev. 2019

NAHAS, M. V.; GARCIA, L. M. T. Um pouco de história, desenvolvimentos recentes e perspectivas para a pesquisa em atividade física e saúde no Brasil, **RevBras de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v. 24, n. 1, p. 135-148, jan./mar. 2010. Disponível em: Acesso em: 13 fev. 2019.

WHO. **Global recommendations on physical activity for health**. Geneva: World Health Organization, 2010. Disponível em: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/> Acesso em: 12 fev. 2019

CASPERSEN, C. J.; POWELL, K. E.; CHRISTENSON, G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Reports**, Hyattsville, v. 100, n. 2, p. 126–131, Abr. 1985. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424733/>> Acesso em: 12 fev. 2019

U.S.DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES (HHS), 2008. 2008 Physical activity guidelines for Americans. Atlanta: HHS, 2008. Disponível em: <https://health.gov/paguidelines/second-edition/pdf/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf>. Acesso em: 17 fev 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2017: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília, 2019. Disponível em:<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2017_vigilancia_fatores_risco_1ed_rev.pdf> Acesso em: 4 mar. 2019.

MOREIRA, A. C. **Influências familiares e determinantes precoces na ocorrência da obesidade e do risco cardiovascular em crianças**. 2010. Dissertação do Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição Universidade Federal de Viçosa, 2010, Minas Gerais. Disponível em: <http://www.tede.ufv.br/tesesimplificado/tde_arquivos/34/TDE-2011-10-27T111019Z-3205/Publico/texto%20completo.pdf> Acesso em: 20 dez. 2018.

BOUCHARD, C. Parte I: A epidemia de obesidade. In: BOUCHARD, C. **Atividade física e obesidade**. 1. ed. São Paulo: Manole, 2003. cap. 1, p. 3-21.

LAZZOLI, J. K. et. al. Atividade física e saúde na infância e adolescência, **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. São Paulo, v. 4, n. 4, p. 107-109, jul./ago. 1998. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbme/v4n4/a02v4n4.pdf>> Acesso em: 18 dez. 2018.

ZAMAI, C. A.; MORAES, M. A. de M.; BANKOFF, A. D. P., et al. **Atividade física na promoção da saúde e da qualidade de vida: Contribuições do Programa Mexa-se Unicamp**. Cap. 19. pp. 179-193. 2009. Disponível em: http://www.fef.unicamp.br/departamentos/deafa/qvaf/livros/foruns_interdisciplinares_saude/ppqvat/ppqvat_cap19.pdf Acesso em: 22 dez. 2018.

PORTES, LA. Estilo de Vida e Qualidade de Vida: semelhanças e diferenças entre os conceitos. *Lifestyle J*, 2011;1(1):8-10. Disponível em: <<file:///C:/Users/Casa/Downloads/128-252-1-SM.pdf>>. Acesso em: 19 dez. 2018

SANTOS, A. L. P.; SIMÕES, A. C. Educação física e qualidade de vida: reflexões e perspectivas, **Saúde e Sociedade**. São Paulo, v. 21, n.1, p. 181-192, jan./mar. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v21n1/18.pdf>> Acesso em: 19 dez. 2018.

NAHAS, M. V.; GARCIA, L. M. T. Um pouco de história, desenvolvimentos recentes e perspectivas para a pesquisa em atividade física e saúde no Brasil, *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. São Paulo, v. 24, n. 1, p. 135-148, jan./mar. 2010. Disponível em: Acesso em: 18 dez. 2018

GUEDES, D. P. Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar. **Motriz**, São Paulo, v.5, n.1, jun. 1999. Disponível em: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/05n1/5n1_ART04.pdf> Acesso em: 22 dez. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Agita Brasil: guia para agentes multiplicadores**. Brasília, 2002. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/agita_brasil.pdf> Acesso em: 22 dez. 2018.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Atividade física, aptidão física e saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 1, n. 1, p. 18-35. 1995. Disponível em: <<http://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/451>> Acesso em: 01 mar. 2019.

BARROS, Ricardo do Rêgo et al. Promoção da Atividade Física na Infância e Adolescência. Sociedade Brasileira de Pediatria, 2017. Disponível em: http://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/19890d-MO-Promo_AtivFisica_na_Inf_e_Adoles.pdf. Acesso em: 11 dez. 2017.

COELHO-RAVAGNANI, Christianne de Faria et al. Estimativa do equivalente metabólico (MET) de um protocolo de exercícios físicos baseada na calorimetria indireta. **Ver BrasMedEsporte**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 134-138. 2013. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922013000200013&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 25 mar. 2019.

GONÇALVES, H. et al. Fatores socioculturais e nível de atividade física no início da adolescência. *Rev Panam Salud Publica*. 2007;22(4):246–53. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v22n4/04.pdf9>> Acesso em: 26 mar. 2019

CARVALHO, T. et al. Posição oficial da sociedade brasileira de medicina do esporte: atividade física e saúde, *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. São Paulo, v. 2 n.4, p.78-81, out./dez/ 1996. Disponível em: <<http://www.sbrate.com.br/pdf/artigos/atifissauade.pdf>> Acesso em: 25 mar.2019.

ALBERTO, A. A. D; FIGUEIRA JUNIOR, A. J. Prevalência de inatividade física e sua associação com variáveis sociodemográficas em adolescentes do Município de Macapá/AP. **R. bras. Ci. E Mov**2015;23(4): 80-93. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/5621/4155>> Acesso em: 25 mar. 2019

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: 2015. Rio de Janeiro: IBGE, 2016. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv97870.pdf>> Acesso em: 28 mar. 2019

FERREIRA, Jovino Oliveira; JARDIM, Paulo Cesar Brandao Veiga; PEIXOTO, Maria do Rosario Gondim. Avaliação de projeto de promoção da saúde para adolescentes. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 47, n. 2, p. 257-265, Abr. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102013000200257&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

BARROS, Fábio da Conceição de; SILVA, Marcelo Cozzensa da, Conhecimento sobre atividade física e fatores associados em adolescentes estudantes do ensino médio da zona rural. *Rev. Brasileira de Atividade física & saúde*, Pelotas, v. 18, n.5, p.594-603, Set. 2013. Disponível em: <<http://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/2927>> Acesso em: 27 abr. 2019

LOURENÇO, Camilo L.M.; ZANETTI, Hugo Ribeiro; AMORIM, Paulo R. dos S.; MOTA, Jorge Augusto P.S.; MENDES, Edmar Lacerda. Comportamento sedentário em adolescentes: prevalência e fatores associados. **R.bras. Ci. e Mov** 2018;26(3):23-32. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/6929>> Acesso em: 27 abr. 2019

ALVES, Carlos Fernando de Amorim et al. Fatores associados à inatividade física em adolescentes de 10-14 anos de idade, matriculados na rede pública de ensino do município de Salvador, BA. **Rev. Bras. epidemiol.** São Paulo, v. 15, n. 4, p. 858-870, dez. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2012000400016&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

SPOHR, Francieli Carla et al. Nível de atividade física de crianças do 1º ano do Ensino Fundamental. **R. bras. Ci. e Mov** 2012;20(4):106-111. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/3255>> Acesso em: 29/04/2019

FARIA FR, CANABRAVA KR, AMORIM PR. Nível de atividade física durante recreio escolar em escola pública e particular. **R. bras. Ci. e Mov** 2013;21(1):90-97. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/3223>> Acesso em: 27 abr. 2019

TEBAR, R. William et al.; Obesidade abdominal: prevalência, fatores sociodemográficos e de estilo de vida associados em adolescentes. *J Hum Growth Dev.* 2017; 27(1): 56-63. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v27n1/pt_08.pdf> Acesso em: 27 abr. 2019.

GRECA, João Paulo de Aguiar; SILVA, Diego Augusto Santos; LOCH, Mathias Roberto. Atividade física e tempo de tela em jovens de uma cidade de médio porte do Sul do Brasil. **Rev. paul. pediatr.** São Paulo, v. 34, n. 3, p. 316-322, Set. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-05822016000300316&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

FARIAS JUNIOR, José Cazuza de et al. Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 3, p. 505-515, Jun. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102012000300013&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

VITORINO, Priscila Valverde de Oliveira et al. Prevalência de estilo de vida sedentário entre adolescentes. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 28, n. 2, p. 166-171, Apr. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002015000200166&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

DIAS, Paula Jaudy Pedroso et al. Prevalência e fatores associados aos comportamentos sedentários em adolescentes. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 48, n. 2, p. 266-274, Abr. 2014. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102014000200266&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

FORTES, Sousa de Leonardo; MIRANDA, Neves Paulo Valter; FERREIRA, Caputo Elisa Maria. INSATISFAÇÃO CORPORAL E ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES DE JUIZ DE FORA, MG. Revista *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 16, n. 2, p. 320-328, abr./jun. 2013. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/publication/269826893_insatisfacao_corporal_e_atividade_fisica_em_adolescentes_de_juiz_de_fora_mg> Acesso em: 27 abr. 2019

ALBERTO, A. A. D; FIGUEIRA JUNIOR, A. J. Prevalência de inatividade física e sua associação com variáveis sociodemográficas em adolescentes do Município de Macapá/AP. **R. bras. Ci. e Mov** 2015;23(4): 80-93. Disponível em:

<<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/5621>> Acesso em: 27 abr. 2019

MENEZES, Aldemir Smith; DUARTE, Maria de Fátima da Silva. Condições de vida, inatividade física e conduta sedentária de jovens nas áreas urbana e rural. **Rev Bras Med Esporte**, São Paulo, v. 21, n. 5, p. 338-344, Out. 2015. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922015000500338&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

PINHEIRO, Leandro Elvas et al. PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES DO 4º E 5º ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL DA REDE PÚBLICA ESTADUAL. **Rev Bras Med Esporte**, São Paulo, v. 23, n. 4, p. 308-313, Ago. 2017. Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922017000400308&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 abr. 2019.

BRITO, Araújo Kleber Ahécio et al. Nível de atividade física e correlação com o índice de massa corporal e percentual de gordura em adolescentes escolares da cidade de Teresina-PI. *Rev Bras Ativ Fis e Saúde Pelotas/RS* 17(3):212-216 Jun/2012. Disponível em:

<<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=ADOLEC&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=666367&indexSearch=ID>> Acesso em: 27 abr. 2019.