



Revista Brasileira em Promoção da Saúde

ISSN: 1806-1222

rbps@unifor.br

Universidade de Fortaleza

Brasil

Dresch, Franciele; Bertoli, Josefina; Costa Silva, José Raphael Leandro; Simas Frutuoso, Anderson;  
de la Rocha Freitas, Cíntia

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE UM  
MUNICÍPIO DO RIO GRANDE DO SUL

Revista Brasileira em Promoção da Saúde, vol. 26, núm. 3, julio-septiembre, 2013, pp. 365-371

Universidade de Fortaleza

Fortaleza-Ceará, Brasil

Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=40829885009>

- Como citar este artigo
- Número completo
- Mais artigos
- Home da revista no Redalyc

redalyc.org

Sistema de Informação Científica

Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe, Espanha e Portugal

Projeto acadêmico sem fins lucrativos desenvolvido no âmbito da iniciativa Acesso Aberto

# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE UM MUNICÍPIO DO RIO GRANDE DO SUL

*Physical activity level of students of a public school in a city of Rio Grande do Sul*

*Nivel de actividad fisica de escolares de la red pública de enseñanza en un municipio de Rio Grande de Sul*

Artigo Original

## RESUMO

**Objetivo:** Diagnosticar o nível de atividade física de escolares entre 15 e 18 anos da rede pública de ensino de um município do Rio Grande do Sul, Brasil. **Métodos:** Estudo quantitativo, do tipo transversal. Aplicou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta. Comparou-se o nível de atividade física entre os sujeitos do sexo feminino e masculino através do Teste de Mann-Whitney. Para comparação dos sujeitos do mesmo sexo nas diferentes idades, foi utilizado o Teste de Kruskal-Wallis. Adotou-se, para todas as análises, o nível de significância de 0,05. **Resultados:** Observou-se que 57,5% (n=309) dos sujeitos eram ativos; 26,3% (n=141), moderadamente ativos; e 16,2% (n=87), inativos, sendo o nível de atividade física estatisticamente superior em adolescentes do sexo masculino. Verificou-se que 59,6% (n=136) destes e 56% (n=176) das adolescentes se classificaram como muito ativos. Atividades como caminhada são realizadas com maior frequência semanal (5,36 dias/semana) em comparação com as atividades de intensidade moderada (3,74 dias/semana) e vigorosa (2,06 dias/semana). **Conclusão:** Houve maior ocorrência de sujeitos classificados como muito ativos, seguidos dos suficientemente ativos e, por último, os insuficientemente ativos. Os sujeitos do sexo masculino demonstraram ser fisicamente mais ativos do que os do sexo feminino.

**Descritores:** Atividade Física; Adolescente; Avaliação em Saúde.

## ABSTRACT

**Objective:** To diagnose the level of physical activity of 15-18-year-old students of a public school in a city of the state of Rio Grande do Sul, Southern Brazil. **Methods:** This is a quantitative cross-sectional study. The short version of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) was used. The level of physical activity was compared between female and male students using the Mann-Whitney test. Kruskal-Wallis Test was used to compare same-sex individuals at different ages. All the analyses used a significance level of 0.05. **Results:** It was observed that 57.5% (n = 309) of the students were active, 26.3% (n = 141) moderately active and 16.2% (n = 87) inactive, with a higher level of physical activity among male adolescents. It could be found that 59.6% (n = 136) of the boys and 56% (n = 176) of the girls were classified as vigorously active. Activities such as walking are carried out more frequently (5.36 days / week) if compared with the moderate (3.74 days / week) and vigorous activities (2.06 days / week). **Conclusion:** There was a higher prevalence of individuals classified as vigorously active followed by moderately active and extremely inactive. Male adolescents are more active than their female peers.

**Descriptors:** Physical Activity; Adolescent; Assessment in Health.

## RESUMEN

**Objetivo:** Diagnosticar el nivel de actividad física de escolares entre los 15 y 18 años de la red pública de enseñanza de un municipio de Rio Grande de Sul, Brasil. **Métodos:** Estudio cuantitativo del tipo trasversal. Se aplicó la versión corta del Cuestionario Internacional de

Franciele Dresch<sup>(1)</sup>  
Josefina Bertoli<sup>(2,3)</sup>  
José Raphael Leandro Costa  
Silva<sup>(2)</sup>  
Anderson Simas Frutuoso<sup>(2)</sup>  
Cíntia de la Rocha Freitas<sup>(2)</sup>

- 1) Universidade Luterana do Brasil -  
ULBRA - Canoas – (RS) - Brasil  
2) Universidade Federal de Santa Catarina  
- UFSC - Florianópolis - (SC) - Brasil  
3) Instituto Superior Antonio Ruiz de  
Montoya - ISARM - Psds - (Mnes) -  
Argentina

Recebido em: 21/08/2012  
Revisado em: 02/04/2013  
Aceito em: 20/06/2013

*Actividad Física (IPAQ). Se comparó el nivel de actividad física entre los sujetos del sexo femenino y masculino a través de la prueba de Mann-Whitney. Para la comparación entre sujetos del mismo sexo y distintas edades fue utilizada la prueba de Kruskal-Wallis. Se adoptó para todos los análisis el nivel de significancia de 0,05. Resultados: Se observó que el 57,5% (n=309) de los sujetos eran activos; el 26,3% (n=141), moderadamente activos; y el 16,2% (n=87), inactivos, siendo el nivel de actividad física estadísticamente superior en adolescentes del sexo masculino. Se verificó que el 59,6% (n=136) de eses y el 56% (n=176) de las adolescentes se clasificaron como muy activos. Actividades como caminata son realizadas con mayor frecuencia semanal (5,36 días/semana) cuando comparadas a las actividades de intensidad moderada (3,74 días/semana) y vigorosa (2,06 días/semana). Conclusión: Hubo mayor ocurrencia de sujetos clasificados como muy activos, seguidos de los suficientemente activos y por último los insuficientemente activos. Los sujetos del sexo masculino demostraron estar físicamente más activos que los del sexo femenino.*

**Descriptor:** *Actividad Motora; Adolescente; Evaluación en Salud.*

## INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, têm sido sugeridos e publicados diversos guias de recomendação de atividade física, a qual se conceitua como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética, resultando em um gasto energético acima dos níveis de repouso<sup>(1,2)</sup>.

As recomendações atuais sugerem que os adolescentes de até 17 anos pratiquem, no mínimo, 60 minutos diários de atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, devendo incluir atividades de resistência muscular/força e alongamento três dias por semana. A partir dos 18 anos, recomenda-se pelo menos 150 minutos de atividade aeróbica moderada por dia ou, no mínimo, 75 minutos de atividade aeróbica vigorosa, assim como musculação e alongamento envolvendo os maiores grupos musculares duas ou mais vezes na semana<sup>(3)</sup>.

O desenvolvimento de tais atividades almeja índices satisfatórios de aptidão física relacionados à saúde, a fim de oferecer alguma proteção ao aparecimento e desenvolvimento de distúrbios orgânicos. A melhora dos índices cardiorrespiratórios, de força/resistência muscular, flexibilidade, assim como níveis adequados de gordura corporal estão diretamente associados a um menor risco para o desenvolvimento de doenças degenerativas, bem como ao aumento na longevidade<sup>(4)</sup>.

Vários estudos têm mostrado a existência de barreiras para a prática de atividade física, as quais incluem aspectos culturais, econômicos, políticos, geográficos e pessoais<sup>(5)</sup>. Dentre os determinantes biológicos, encontram-se: a idade, pois, à medida que ela aumenta, a atividade física tende a diminuir; e o gênero, sendo evidente que o sexo masculino está mais envolvido em atividades físicas<sup>(6)</sup>. Quanto aos determinantes socioculturais, destacam-se a violência urbana, o nível socioeconômico, o estilo de vida dos pais e o ambiente escolar<sup>(6,7)</sup>.

Além desses fatores, os avanços tecnológicos têm levado as pessoas a permanecerem muito tempo em frente aos eletrônicos, propiciando, consequentemente, a redução da prática de atividades físicas diárias<sup>(8)</sup>. Esse decréscimo tem sido determinante no agravamento de doenças que acometem a saúde física, psicológica e emocional<sup>(8,9)</sup>.

É de suma importância destacar o sedentarismo como fator de risco de doenças crônicas não transmissíveis mais prevalentes na população, as quais, com o decorrer do tempo, afetam diretamente a qualidade de vida<sup>(10)</sup>. Destarte, não é casual que a monitoração dos níveis de prática de atividade física em segmentos da população jovem tenha se tornado um importante tema de interesse entre especialistas da área. A preocupação com a melhoria da qualidade de vida das pessoas é, hoje, uma questão de grande importância social, levando ao surgimento dessas pesquisas. Nas últimas décadas, em especial, houve uma proliferação de estudos e revisões sobre a efetividade de intervenções escolares como meio eficaz de promover atividade física em crianças e jovens<sup>(4,9,11)</sup>.

Oportunamente, um estudo realizado com adolescentes apontou que os indivíduos envolvidos com atividades físicas nessa fase têm maior probabilidade de serem suficientemente ativos na idade adulta<sup>(1)</sup>. Dessa forma, considera-se fundamental o conhecimento dos níveis de atividade física relacionados à saúde dos adolescentes, a fim de contribuir de forma decisiva na tentativa de promoção da saúde coletiva<sup>(4)</sup>. Assim sendo, o presente estudo teve como objetivo diagnosticar o nível de atividade física de escolares entre 15 e 18 anos da rede pública de ensino de um município do Rio Grande do Sul, Brasil.

## MÉTODOS

Este estudo caracterizou-se como de natureza aplicada, por objetivar a geração de conhecimentos para a aplicação prática, apresentando uma abordagem quantitativa do problema, traduzindo em números o fenômeno a ser estudado. De acordo com os propósitos estabelecidos, a pesquisa é de desenvolvimento transversal<sup>(12)</sup>.

A população de referência incluiu 6.781 escolares de ensino médio, matriculados na rede pública de ensino de São Leopoldo-RS durante o ano letivo de 2006<sup>(13)</sup>. Escolheu-se esse município por ser economicamente importante na região da Grande Porto Alegre, além de possuir uma universidade de grande porte.

As coletas ocorreram durante o segundo semestre do ano letivo de 2007. Foram escolhidas as três maiores escolas estaduais do município e fizeram parte do estudo todos os adolescentes de 15 a 18 anos matriculados e que estavam presentes no dia da coleta. Não houve perda amostral, pois todos responderam corretamente ao questionário. Destaca-se que não houve exclusão de sujeitos, tendo em vista que nenhum apresentava restrição à prática de atividade física. Obteve-se uma amostra intencional totalizando 537 alunos.

Após autorização prévia da direção da escola, dos professores responsáveis pelas turmas e dos pais e/ou responsáveis pelos alunos, aplicou-se o questionário nas salas de aula das escolas participantes, o qual foi entregue a cada um dos sujeitos, para preenchimento. Os escolares gastaram de 10 a 15 minutos para respondê-lo, sendo as dúvidas sanadas pelos pesquisadores.

Para avaliar o nível de atividade física, utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta. O instrumento apresenta escores de validade aceitáveis em adolescentes brasileiros de ambos os sexos, com idade superior a 14 anos<sup>(14)</sup>. O nível de atividade física (NAF) dos sujeitos foi classificado de acordo com a proposta do IPAQ, a saber: *ativo*, *moderadamente ativo* e *inativo*<sup>(15)</sup>. Posteriormente, categorizaram-se os resultados em *suficientemente ativo* (para indivíduos com escore igual ou superior a 150 minutos por semana) e *insuficientemente ativo* (para indivíduos com escores inferiores a 150 minutos por semana).

O instrumento permite estimar o total de atividade física realizada por semana, ao considerar o tempo, em minutos, registrado por cada categoria de atividade, através da MET (taxa metabólica de repouso), em que 1 MET equivale a 3,5 ml (kg.min)<sup>(1)</sup>. A MET é definida para cada categoria, a saber: marcha = 3.3 MET; atividade física (AF) moderada = 4.0 MET; e AF vigorosa = 8 MET. Dessa forma, o somatório, em MET, de atividade física/semana é dado pela expressão: (total min. marcha x 3.3 MET) + (total min. AF moderada x 4.0 MET) + (total min. AF vigorosa x 8 MET).

Realizou-se a análise dos dados através do programa estatístico SPSS®, versão 15.0. O Teste de Kolmogorov-

Smirnov não indicou distribuição normal dos dados. Sendo assim, para comparar o nível de atividade física entre os sujeitos do sexo feminino e masculino, utilizou-se o Teste de Mann-Whitney. Para comparar os sujeitos do mesmo sexo nas diferentes idades, foi utilizado o Teste de Kruskal-Wallis. Adotou-se, para todas as análises, o nível de significância de 0,05.

A aprovação da pesquisa deu-se pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Luterana do Brasil (Protocolo nº 2007-329H) e todos os sujeitos e/ou responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## RESULTADOS

Avaliaram-se 537 alunos, sendo 309 (57,5%) do sexo feminino e 228 (42,5%) do sexo masculino. Na classificação geral do NAF, constatou-se que 57,5% (n=309) dos sujeitos obtiveram índices que os enquadravam como ativos; 26,3% (n=141), moderadamente ativos; e 16,2% (n=87), inativos.

Quanto à classificação geral do NAF de cada sexo, observou-se similaridade quanto à classificação geral da amostra. Com relação às adolescentes, 56% (n=173) foram consideradas ativas; 24,3% (n=75), moderadamente ativas; e 19,7% (n=61), inativas. Os resultados dos adolescentes mostram que 59,6% (n=136) foram categorizados como ativos; 28,9% (n=66), moderadamente ativos; e 11,4% (n=26), inativos.

A média do sexo feminino foi de 5.139,74 METs minutos/semana; e do masculino, 6.950,46 METs minutos/semana. O NAF do sexo masculino se mostrou estatisticamente superior ao do sexo feminino (p=0,004) (Tabela I).

A Tabela II apresenta a média do NAF dos escolares de 15 a 18 anos, com as respectivas comparações estatísticas, médias de frequência e duração da atividade física realizada pelos escolares. Nota-se uma diminuição na frequência semanal à medida que aumenta a intensidade da atividade física. Atividades leves, como a caminhada, são realizadas com maior frequência em relação às atividades moderadas e vigorosas.

Na comparação do total geral médio do NAF entre sujeitos do mesmo sexo e idades distintas, observou-se que o sexo feminino não apresentou diferença significativa (p=0,128), ou seja, as adolescentes apresentaram o mesmo nível de atividade física, independentemente da idade. O mesmo aconteceu com os sujeitos do sexo masculino (p=0,125).

Tabela I – Comparação do nível de atividade física em cada faixa etária e entre cada sexo, expressa em MET minuto/semana, realizada pelos escolares do município do Rio Grande do Sul, Brasil, 2007.

Idade	Gênero	n	Média	Desvio Padrão	p
15	Feminino	63	4672,27	7020,63	0,531
	Masculino	35	5959,30	7814,01	
16	Feminino	87	5281,48	4279,20	0,474
	Masculino	53	6713,35	6849,18	
17	Feminino	85	5336,16 <sup>a</sup>	4885,40	0,026
	Masculino	76	7008,61 <sup>b</sup>	5610,08	
18	Feminino	74	5145,47	4738,64	0,095
	Masculino	64	7619,80	8095,62	

Obs.: Médias seguidas por letras diferentes (<sup>a</sup> e <sup>b</sup>) em uma mesma linha apresentam diferenças estatísticas, ao nível de 5% de significância.

Tabela II – Descrição da frequência e do tempo de atividade física realizada pelos escolares do município de São Leopoldo-RS, Brasil, 2007.

Atividade Física	Média	Desvio Padrão
Frequência de caminhada (dias/semana)	5,36	1,80
Tempo de caminhada por dia (minutos)	97,38	101,84
Frequência de atividade moderada (dias/semana)	3,74	2,52
Tempo de atividade moderada por dia (minutos)	94,37	98,15
Frequência de atividade vigorosa (dias/semana)	2,06	2,16
Tempo de atividade vigorosa por dia (minutos)	79,46	102,02

## DISCUSSÃO

Níveis de prática de atividade física em segmentos da população jovem tem se tornado interesse e preocupação entre especialistas da área, em razão de sua estreita associação com aspectos relacionados à saúde e, mais especificamente, como forma de identificar o impacto do sedentarismo no estilo de vida do ser humano<sup>(16)</sup>. No presente estudo, dois fatores importantes foram observados ao se analisar as informações relativas ao NAF e à separação dos sujeitos por sexo. Primeiramente, a proporção de sujeitos considerados ativos fisicamente, independentemente da idade, foi maior entre os adolescentes do sexo masculino do que entre os do sexo feminino.

Em um estudo no qual foi utilizado o mesmo instrumento desta pesquisa, também foi concluído que o sexo masculino é fisicamente mais ativo (33,4%) do que

o sexo feminino (22,8%)<sup>(1)</sup>. Adicionalmente, em outro estudo, o sexo feminino foi significativamente mais inativo (61,5%) do que o sexo masculino (22,9%)<sup>(17)</sup>. Outra pesquisa conclui que os grupos de adolescentes não são homogêneos, portanto, a motivação e o interesse dos alunos em participar de atividades físicas são influenciados por fatores individuais, como peso, motricidade e gênero. Neste último caso, o sexo feminino tem um senso de competição menor que o masculino, o qual, intrinsecamente, parece ser mais motivado e autodeterminado<sup>(18,19)</sup>. Essa provavelmente foi a causa de, no estudo em questão, os adolescentes do sexo masculino terem níveis de atividades superiores aos do sexo feminino.

A presente investigação revelou prevalência de 57,5% de sujeitos ativos; resultado semelhante ao obtido na região serrana do estado de Santa Catarina, Brasil<sup>(17)</sup>, com uma amostra de 1.024 adolescentes do sexo masculino entre 10



e 17 anos. Com relação ao nível habitual de atividade física, a maioria apresentou um comportamento ativo (58,8%), entretanto, 29,4% foram classificados como inativos ou muito inativos.

O segundo fator relevante observado no presente estudo é que, com o avançar da idade, o NAF do sexo feminino diminui em comparação com o do sexo masculino. Quando comparados as adolescentes de 17 anos com os adolescentes da mesma idade, verificou-se que estes são mais ativos fisicamente do que aquelas.

Os adolescentes de ambos os sexos parecem perceber de maneira distinta os fatores que influenciam de maneira negativa a prática de atividade física. Os fatores negativos mais frequentes se basearam nas dimensões psicológicas, cognitivas, emocionais, culturais e sociais. Para o sexo masculino, as barreiras mais relatadas foram a preguiça, a falta de companhia e de tempo. Para o sexo feminino, preguiça, falta de companhia e ocupação foram as mais frequentes<sup>(20)</sup>.

Uma pesquisa feita em João Pessoa-PB, Brasil, avaliou a prática de atividade física e fatores associados em adolescentes, com amostra composta por estudantes do ensino médio (escolas públicas e privadas) de 14 a 19 anos de idade. Os autores consideraram fisicamente ativo o indivíduo que praticasse mais de 300 minutos por semana de atividade física, o dobro do tempo considerado no presente estudo<sup>(21)</sup>.

Foram analisadas variáveis sociodemográficas, estado nutricional, comportamento sedentário, autoavaliação do estado de saúde e participação nas aulas de educação física. Os adolescentes do sexo masculino foram fisicamente mais ativos do que o feminino (66,3% vs. 38,5%), concordando com os dados obtidos no presente estudo. Ainda segundo os autores, adolescentes filhos de pais com maior escolaridade, com percepção positiva de saúde e que participavam das aulas de educação física foram mais propensos a ser fisicamente ativos<sup>(21)</sup>.

Em outra pesquisa, com participação de 3.145 escolares (1.590 do sexo masculino e 1.555 do sexo feminino) entre 7 e 16 anos, concluiu-se, após a aplicação de uma bateria de testes, que os jovens, principalmente do sexo feminino, apresentam um baixo nível de aptidão física<sup>(4)</sup>. Isso parece justificado, visto que, tanto em outros estudos<sup>(21,22)</sup> quanto no presente, as adolescentes tiveram menores níveis de atividade física em relação ao sexo masculino.

Por último, em outro estudo transversal, foi apontada a prevalência de sedentarismo em 25,4% de uma amostra representativa de adolescentes de 14 a 18 anos, matriculados no ensino médio da rede pública de Florianópolis-SC. Especificamente, 21,9% dos adolescentes do sexo masculino e 27,1% do feminino se enquadravam como sedentários<sup>(22)</sup>.

Observaram-se percentuais menores de inatividade física nos resultados do presente estudo, tanto no geral quanto em cada gênero. Entretanto, a pesquisa realizada na cidade de Florianópolis também considerou fisicamente ativos os indivíduos que praticavam mais de 300 minutos de atividade física por semana.

Com o avanço da idade, os níveis de atividade física não apresentaram diferença estatisticamente significativa. Baseando-se na intensidade, atividades leves, como a caminhada, são realizadas com maior frequência em comparação com as atividades de intensidade moderada e vigorosa.

É importante salientar que os dados obtidos no atual estudo mostram que os adolescentes parecem estar mais predispostos e atentos em relação ao sedentarismo e à atividade física. Em função disso, torna-se importante a implantação de programas de incentivo à prática de atividade física para eles, não apenas na busca de uma melhoria no estado de saúde atual, mas também na tentativa de prepará-los para a prática regular de atividade física na idade adulta. O papel do professor de educação física nessa problemática é fundamental, devendo acompanhar os alunos, motivando-os mediante estratégias pedagógicas visando os interesses deles, fortalecendo o desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis.

No presente estudo, o número de sujeitos investigados permitiu traçar um panorama semelhante ao cenário observado entre os escolares de um município do Rio Grande do Sul, uma vez que foi considerado o erro padrão e o intervalo de confiança da população-alvo, porém, apresenta como limitação a utilização de amostragem não probabilística, não permitindo caracterizar uma realidade da população investigada. A utilização da mensuração indireta do nível de atividade física por meio de questionário também pode ser destacada como limitação, entretanto, o instrumento adotado é utilizado mundialmente e é adequado para aplicação entre adolescentes brasileiros<sup>(14)</sup>.

## CONCLUSÃO

A partir dos resultados obtidos nesta pesquisa, concluiu-se que, segundo o nível de atividade física apresentado, houve maior ocorrência de sujeitos classificados como muito ativos, seguidos de suficientemente ativos e, por último, insuficientemente ativos. Os adolescentes do sexo masculino demonstraram ser fisicamente mais ativos do que os do sexo feminino, tanto na classificação geral da amostra quanto na idade de 17 anos.

Embora tenha sido demonstrado que os sujeitos foram classificados como muito ativos, chama-se atenção para a necessidade de que os adolescentes pratiquem atividades

físicas de maior intensidade, a fim de obterem benefícios mais evidentes frente às adaptações orgânicas resultantes desse tipo de exercício.

## AGRADECIMENTOS

Às escolas públicas estaduais do município de São Leopoldo-RS que autorizaram a realização da pesquisa.

## REFERÊNCIAS

1. Azevedo MR, Araújo CL, Silva MC, Hallal PC. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. *Rev Saúde Pública*. 2007;41:69-75.
2. Baretta E, Baretta M, Peres KG. Nível de atividade física e fatores associados em adultos no município de Joaçaba, SC, Brasil. *Cad Saúde Pub* [periódico na Internet]. 2007 [acesso em 2007 Jun 4];23(7).Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2007000700010&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2007000700010&script=sci_arttext).
3. World Health Organization. Global recommendations on physical activity for health. Geneva, Switzerland; 2010.
4. Luguetti CN, Nicolai AH, Bohme MTS. Indicadores de aptidão física de escolares da região centro-oeste da cidade de São Paulo. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 2010;12(5):331-7.
5. Copetti J, Neutzling MB, Silva MC. Barreiras à prática de atividades físicas em adolescentes de uma cidade do sul do Brasil. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*. 2010;15(2):88-94.
6. Seabra AF, Mendonça DM, Thomis MA, Anjos LA, Maia JA. Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. *Cad Saúde Pública*. 2008;24(4):721-36.
7. Sallis JF, Conway TL, Prochaska JJ, McKenzie TL, Marshall SJ, Brown M. The association of school environments with youth physical activity. *American Journal of Public Health*. 2001;91(4):618-20.
8. Pelegrini A, Silva RCR, Petroski EL. Relação entre o tempo em frente à tv e o gasto calórico em adolescentes com diferentes percentuais de gordura corporal. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 2008;10(1):81-4.
9. Gibbons S, Naylor PJ. Whole school obesity prevention models: considerations for secondary schools. *CAPHERD Journal*. 2007;72:8-1
10. Silva RCD, López RFA, Pereira FS, Silva MFR, Macedo AV. Perfil lipídico e nível de atividade física de adolescentes escolares. *Rev Bras Promoç Saúde*. 2011;24(4):384-9.
11. Rosa CSC, Messias KP, Araújo FR, Buonani SC, Monteiro HL, Forte FJI. Atividade física habitual de crianças e adolescentes mensurada por pedômetro e sua relação com índices nutricionais. *Rev. Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 2011;13(1):22-8.
12. Silva SG, Minatto G, Fares D. Caracterização da pesquisa. In: Santos SG, organizador. *Métodos e técnicas de Pesquisa Quantitativa Aplicada à Educação Física*. Florianópolis: Ed. Tribo da Ilha; 2011. p. 67-73.
13. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. Sistema de Consulta a Matrícula do Censo Escolar 1997-2013 [acesso em 2007 Mai 22]. Brasília; 2013. Disponível em: <http://portal.inep.gov.br/basica-censo-escolar-matricula>
14. Guedes DP, Lopes CC, Guedes JERP. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física em adolescentes. *Rev Bras Med Esporte*. 2005;11(2):151-8.
15. Hallal PC, Victora CG, Wells JCK, Lima RC. Physical Inactivity: Prevalence And Associated Variables In Brazilian Adults. *Med Sci Sports Exerc*. 2003; 35:1894-900.
16. Guedes DP, Guedes JERP, Barbosa DS, Oliveira JA. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. *Rev Bras Med Esporte*. 2001;7(6):187-99.
17. Arruda ELM, Lopes AS, Gordura corporal, nível de atividade física e hábitos alimentares de adolescentes da região serrana de santa catarina, Brasil. *Rev Bras Cineantropom. Desempenho Hum*. 2007;9(1):5-11.
18. Silva R, Matias T, Viana M, Andrade A. Relação da prática de exercícios físicos e fatores associados às regulações motivacionais de adolescentes brasileiros. *Motricidade*. 2012;8(2):8-21
19. Seghersa J, Martelaerb K, Cardonca G. Young people's health as a challenge for physical education in schools in the twenty-first century: the case of Flanders (Belgium) *Phys Edu and Sport Pedagogy*. 2009;14(4):47-420.
20. Santos MS, Fermino RC, Reis RS, Cassou AC, Añez CRR. Barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. Um estudo por grupos focais. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 2010;12(3):137-43.
21. Farias Júnior JC, Lopes AS, Mota J, Hallal PC. Prática de atividade física e fatores associados em

adolescentes no nordeste do Brasil. Rev Saúde Pública. 2012;46(3):505.

22. Pelegrini A. Prevalência de sedentarismo, excesso de peso e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de Florianópolis, SC. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum. 2009;11(2):254.

---

**Endereço primeiro autor:**

Franciele Dresch  
Av. Dom João Becker, 270/802  
Bairro: Santa Tereza  
CEP 93010-010 - São Leopoldo-RS - Brasil  
E-mail: francivere@yahoo.com.br

**Endereço para correspondência:**

Cíntia de la Rocha Freitas  
Universidade Federal de Santa Catarina  
Rua Eng. Agrônomo Andrey Cristian Ferreira, s/n  
Bairro: Trindade  
CEP: 88040-900 - Florianópolis-SC - Brasil  
Email: cintiadelarocha@gmail.com