

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA
PRÓ-REITORIA DE ENSINO
DIREÇÃO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
CAMPUS SOUSA

MÉRCIA ESTRELA DE SOUSA
SAMUEL BATISTA GADELHA

ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM
ADOLESCENTES DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB

MÉRCIA ESTRELA DE SOUSA

SAMUEL BATISTA GADELHA

**ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES
DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso, em formato de artigo científico, como requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciado em Educação Física, no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa.

Orientador (a): Prof. Dr. Fábio Thiago Maciel da Silva

SOUSA/PB

2023

FICHA CATALOGRÁFICA

Dados internacionais de catalogação na publicação

S725a	<p>Sousa, Mércia Estrela de. Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes das zonas rural e urbana de Sousa-PB / Mércia Estrela de Sousa; Samuel Batista Gadelha, 2023.</p> <p>35 p.: il.</p> <p>Orientadora: Prof. Dr. Fábio Thiago Maciel da Silva. TCC (Licenciatura em Educação Física) - IFPB, 2023.</p> <p>1. Atividade física. 2. Comportamentos sedentários - sedentarismo. 3. Adolescentes. I. Título. II. Gadelha, Samuel Batista. III. Silva, Fábio Thiago Maciel da.</p>
IFPB Sousa / BC	CDU 796

Milena Beatriz Lira Dias da Silva – Bibliotecária – CRB 15/964



INSTITUTO
FEDERAL
Paraíba
Campus
Sousa
CNPJ nº 10.783.898/0004-18
Rua Presidente Tancredo Neves, s/n – Jardim Sorrilândia, Sousa – PB, Tel. 83-3522-2727/2728
CURSO SUPERIOR DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

CERTIFICADO DE APROVAÇÃO

Título: “**ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB**”.

Autores: **Mércia Estrela de Sousa e Samuel Batista Gadelha**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa como parte das exigências para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Aprovado pela Comissão Examinadora em: 03 / 05 / 2023.

Fábio Thiago Maciel da Silva

Profº Dr. Fábio Thiago Maciel da Silva

IFPB/Campus Sousa - Professor(a) Orientador(a)

Jedson Machado Ximenes

Profº Dr. Jedson Machado Ximenes

IFPB/Campus Sousa – Examinador 1

Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa

Profª Ma. Ana Caroline Ferreira Campos de Sousa

IFPB/Campus Sousa - Examinador 2

DEDICATÓRIA

Dedicamos ao nosso filho que durante a elaboração desse trabalho foi descoberto e nos trouxe muitas alegrias, mas faleceu ainda na barriga e é nosso anjo, nossa estrela, te amamos filho.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus, pois sem ele nada seria possível, em seguida a Nossa Senhora Aparecida que tanto intercedeu por nós.

Aos nossos pais Martinho Lima de Sousa e Francisca Estrela Dantas (pais de Mércia), Eva Batista de Oliveira Gadelha e Geraldo da Costa Gadelha (pais de Samuel), que tanto lutaram para que chegássemos até esse momento.

Agradecemos também aos nossos irmãos e familiares que de alguma forma contribuíram.

Em especial, eu (Mércia) agradeço ao meu primo Danísio que me ajudou financeiramente em um momento de dificuldade durante o curso. Á minha amiga Ana Cassia Ferreira que esteve comigo desde do começo. Às minhas colegas de apartamento e irmãs Isabela Ribeiro e Fabiola Estrela. Á minha avó Maria Estrela, e á minha amiga Dr. Clebianne Marjorie que sempre me incentivou a cursar uma faculdade.

Ao nosso orientador Dr. Fábio Thiago Maciel, que nos ajudou a trilhar esse caminho do trabalho de conclusão de curso.

Aos professores pelos ensinamentos passados.

Aos colegas e amigos da Turma, que ao decorrer do tempo sempre estiveram com a gente. Em especial agradecemos a Isabela Alexandre, por sempre terem nos apoiado.

E claro, agradecemos um ao outro, nossa união e companheirismos foi o que nos fez superar todos as dificuldades.

RESUMO

Pessoas insuficientemente ativas geralmente apresentam comportamentos sedentários, que podem acarretar problemas de saúde. Os adolescentes costumam apresentar muitos desses comportamentos sedentários, pois a maioria passa o dia sentado ou deitado utilizando aparelhos eletrônicos. O presente estudo, metodologicamente classificado como pesquisa de campo de caráter quantitativo-descritivo, buscou verificar e relacionar os comportamentos sedentários de alunos da zona rural e urbana da cidade de Sousa-PB, como também identificar os possíveis hábitos sedentários que esses adolescentes apresentam. A amostra foi constituída por 100 adolescentes, sendo 50 da zona rural e 50 da zona urbana. Para alcançar os objetivos desse estudo foi utilizado o questionário adaptado do Global Student Health Survey versão 2021, que contém 66 perguntas fechadas para avaliação de nível de atividade física, tempo de tela, consumo de cigarros e álcool, ou seja, qualidade de vida em geral. No geral, 66% da amostra gastou 3 ou mais horas por dia em um dia comum em atividades envolvendo sentar. Apenas 30% dos estudantes foram fisicamente ativos por pelo menos 60 minutos por dia em cinco ou mais dias. Entre a zona rural e urbana a diferença é notável, visto que 63% dos alunos fisicamente ativos são da zona rural, e apenas 37% da zona urbana. E apenas 18% dos alunos foram ativos fisicamente em todos os 7 dias anteriores a pesquisa a zona rural novamente mais ativa com 63%. Ou seja, os alunos da zona rural são mais ativos fisicamente, automaticamente apresentem menos comportamentos sedentários em comparação com os da zona urbana, visto que tem mais acesso a atividades ao ar livre e a maioria começa desde cedo o trabalho agrícola.

Palavras-chave: Atividade Física, Comportamentos sedentários, Adolescentes

ABSTRACT

Insufficiently active people often exhibit sedentary behaviors, which can lead to health problems. Adolescents tend to present many of these sedentary behaviors, as most spend the day sitting or lying down using electronic devices. The present study, methodologically classified as a quantitative-descriptive field research, sought to check and relate the sedentary behavior of students in the rural and urban areas of the city of Sousa-PB, as well as to identify the possible sedentary habits that these adolescents present. The sample consisted of 100 adolescents, 50 from rural areas and 50 from urban areas. To achieve the objectives of this study, the questionnaire adapted from the Global Student Health Survey version 2021 was used, which contains 66 closed questions to assess the level of physical activity, screen time, consumption of cigarettes and alcohol, that is, quality of life in general. Overall, 66% of the sample spent 3 or more hours a day on an average day on activities involving sitting. Only 30% of students were physically active for at least 60 minutes a day on five or more days. Between rural and urban areas, the difference is notable, as 63% of physically active students are from rural areas, and only 37% from urban areas. And only 18% of students were physically active in all 7 days prior to the survey the rural area was again more active with 63%. That is, students from the rural area are more physically active, automatically showing less sedentary behavior compared to those from the urban area, since they have more access to outdoor activities and most start agricultural work from an early age.

Keywords: Physical activity, Sedentary behaviors, Teens

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC)	11
Tabela 2 – ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO	11

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AF	Atividade física
CS	Comportamentos Sedentários
OMS	Organização Mundial de Saúde
IMC	Índice de Massa Corporal
METs	Equivalentes Metabólicos
GSHS	Global Student Health Survey

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	6
2	METODOLOGIA	8
2.1	CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	8
2.2	AMOSTRA	8
2.3	INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS	8
2.4	PROCEDIMENTOS DA COLETA DE DADOS	9
2.5	TRATAMENTO E ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS	9
2.6	CONSIDERAÇÕES ÉTICAS	9
3	RESULTADOS E DISCUSSÃO	10
4	CONCLUSÃO	14
	REFERÊNCIAS	15
	APENDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO(TCLE) DESTINADO AOS PAIS	20
	APENDICE B – TERMO DE ASSENTIMENTO (TA)	22
	ANEXO A – INSTRUMENTO DA PESQUISA	24
	ANEXO B - CARTA DE ANUÊNCIA	33
	ANEXO C – PARECER COM APROVAÇÃO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA	35

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define atividade física como sendo qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requeiram gasto de energia, incluindo atividades físicas praticadas durante o trabalho, jogos, execução de tarefas domésticas, viagens e em atividades de lazer. Estudos de Silva, Silva, Souza e Tomazi (2010) dizem que pessoas que praticam atividade física comparadas as que não praticam apresentam aspectos físicos, psicológicos e cognitivos superiores.

Pessoas insuficientemente ativas geralmente apresentam comportamentos sedentários (CS), que podem ser compreendidos como sendo a exposição a atividades com um gasto energético muito baixo, especificamente $\leq 1,5$ equivalentes metabólicos (METs) (OWEN et al. 2010). Vale ressaltar, que o CS pode acarretar problemas de saúde em todas as faixas etárias, crianças, adultos e idosos (GABEL et al. 2015; GIBBS et al. 2014; GANDINNER et al. 2011). Dessa maneira, o CS pode estar associado a doenças cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, a obesidade e a alguns tipos de câncer, como também a mortalidade por uma dessas causas (HALLAL et al. 2012).

Os estudos sobre atividade física, como Vasconcellos, Anjos e Vasconcellos (2013) e Silva, Oliveira e Bergmann (2015), vêm trazendo atividades que envolvam tempo de tela como exemplos de atividades que apresentam o CS, entre elas assistir televisão, jogar vídeo game, usar computador e celular, esse tempo de tela pode trazer malefícios a saúde, pois reduz a prática de atividades físicas, e pode também acarretar padrões inadequados de alimentação (MARSH et al. 2013). E os adolescentes em geral, costumam passar muito tempo utilizando aparelhos eletrônicos, tanto pra estudo quando para lazer, nos Estados Unidos, de acordo com *National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion* (1999), em torno de 50% dos adolescentes são considerados sedentários. Contudo, não é somente o tempo de tela que pode estar associado aos comportamentos sedentários dos adolescentes, pois aspectos como o medo de socializar, a vergonha de praticar atividades físicas e a falta de conhecimento acerca das práticas e da importância que tem de ser ativo, podem estar diretamente ligados aos CS dessa faixa etária (OEHLSCHLAEGER et al. 2004).

Como também, o meio em que esses adolescentes vivem pode ser um aspecto muito importante que influencia no CS, pois o meio ambiente é um fator determinante

no estilo de vida, e isso também abrange a prática de atividades físicas em geral, principalmente entre as zonas urbanas e rurais (GLANER 2005).

De acordo com o exposto, o presente estudo levanta o questionamento sobre a possibilidade de haver diferença no nível de CS em adolescentes que residem na zona rural e os que residem na zona urbana da cidade de Sousa-PB.

Acredita-se que os adolescentes da zona rural apresentem menos CS em relação aos da zona urbana, visto que desde cedo a maioria é ensinado a realizar tarefas agrícolas, como também, são mais livres para brincar com acesso a árvores e campos, além de sua interação direta com os animais.

Deste modo, essa pesquisa mostra-se de grande relevância, pois existem poucos estudos que investigam esses aspectos diferenciando a área rural da área urbana, que tem extrema importância, já que a partir dessa determinação de fatores que causam os CS nessa faixa etária, os profissionais da saúde, principalmente professores de Educação Física e adolescentes em geral podem mudar essa realidade, utilizando-se de aspectos da zona rural para promover atividades, prevenindo que se tornem adultos sedentários e possam desenvolver problemas de saúde, como hipertensão, diabetes tipo 2 e obesidade mórbida, assim melhorando a qualidade de vida, e diminuindo o risco de morte prematura por decorrência dessas doenças causadas por essa inatividade física. Portanto, essa pesquisa busca verificar a relação entre CS em adolescentes residentes na zona rural e zona urbana na cidade de Sousa-PB.

2 METODOLOGIA

2.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

O presente estudo foi metodologicamente classificado como pesquisa de campo de caráter quantitativo-descritivo. Foi considerado quantitativo pois a coleta de informações e o tratamento dos dados foram caracterizados pelo uso da quantificação, isto é, de técnicas estatísticas e descritivo pois busca descrever a presença dos CS de um grupo. (MARCONI E LAKATOS, 2006)

2.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população deste estudo foi formada por adolescentes e a amostra composta 100 adolescentes residentes na cidade de Sousa-PB, 50 da zona rural e 50 da zona urbana, todos matriculados regularmente em escolas públicas.

A escola participante da pesquisa na zona Rural foi o anexo da escola José de Paiva Gadelha situada no distrito de Lagoa dos Estrelas. E a escola da Zona Urbana foi EEEF DR Thomaz Pires situada no Bairro Jardim Sorrilândia 1.

- CRITÉRIOS DE INCLUSÃO:
 - Ter entre 14 e 18 anos;
 - Morar na cidade de Sousa-PB, na zona rural ou urbana;
 - Ser matriculado no ensino médio;

- CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO:
 - O responsável não assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido;
 - Não assinar o Termo de Assentimento;
 - Não responder o questionário por completo;

2.3 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

O instrumento que foi utilizado é o questionário traduzido e adaptado Global Student Health Survey versão 2021, que contém 66 perguntas para avaliação de nível de atividade física, tempo de tela, consumo de cigarros e álcool, ou seja, qualidade de vida em geral, porém para esse estudo levamos em consideração apenas as questões 1, 2, 3, 4, 35, 36, 37 e 39, que tratam de atividade física e CS que é o foco do trabalho. Esse questionário foi desenvolvido para fornecer dados sobre comportamentos de

saúde e fatores de proteção entre os alunos para ajudar a desenvolver programas e políticas de saúde, permitindo que façam comparações entre países e/ou regiões. O GSHS é uma pesquisa escolar realizada principalmente entre alunos de 13 a 18 anos usando um processo de seleção de amostra científica padronizado, é um questionário autoaplicável, que pode ser preenchido durante um período regular de aula.

Para realização do Índice de Massa Muscular (IMC) foi coletado o peso e altura dos alunos, para fazer o cálculo, foi dividido o peso pela altura ao quadrado, para interpretação dos resultados foi utilizado uma tabela do Ministério da Saúde.

2.4 PROCEDIMENTOS DA COLETA DE DADOS

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética, para avaliação e foi aprovada. O estudo citado se iniciou com a procura de escolas com pessoas da faixa etária de 14 a 18 anos, logo após foi solicitada liberação das escolas por meio da Carta de Anuência (Anexo B), em seguida nas salas de aulas em horários previamente combinados com a direção e professores foi pedida a participação dos alunos, os que apresentaram desejo de participação assinaram o Termo de Assentimento (Apêndice B) e os responsáveis pelos mesmos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice A). Após esses passos, foi marcado dias e horários juntamente com os professores e direção para a aplicação do questionário.

2.5 TRATAMENTO E ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS

A ferramenta utilizada para a análise da estatística descritiva dos dados foi o programa Microsoft, Excel®. A idade foi analisada de forma descritiva e apresentada em média e para os hábitos de atividade física e comportamentos sedentários dos alunos foi utilizado a distribuição de frequência absoluta, relativa e percentual.

2.6 CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

Seguindo as normas legais e éticas para se realizar uma pesquisa com seres humanos, conforme a Resolução CNS n.º 510/2016 foi elaborado e aplicado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice A) e a Carta de Anuência (Anexo B). A pesquisa foi submetida e aprovada no Comitê de Ética e Pesquisa (CEP/UNIESP) com o número de parecer 4.864.627 (Anexo C).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 100 adolescentes residentes da cidade de Sousa-PB, todos matriculados no ensino médio em escolas regulares, 50 estudantes da zona rural e 50 da zona urbana, sendo 53 do sexo feminino, 47 do sexo masculino e, com média de idade de 16,51 anos.

TABELA 1. ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC)

IMC	% TOTAL	% GÊNERO		% ZONA	
		FEMININO	MASCULINO	RURAL	URBANA
ABAIXO DO PESO	19	69	31	62,50	37,50
PESO IDEAL	69	57	43	55	45
SOBREPESO	7	17	83	33	67
OBESIDADE I	2	100	0	0	100
OBESIDADE II	2	100	0	0	100
OBESIDADE III	0	0	0	0	0

A partir dos resultados expostos na tabela 1, pode-se notar que 69% dos alunos se encontram com IMC dentro do esperado, mas os outros 31% se dividem entre abaixo e acima do peso. Destacando-se que 19% está abaixo do peso, o que é preocupante, principalmente por se tratar de adolescentes em fase de crescimento. Além de tudo, a zona rural e o sexo feminino são onde estão as maiores porcentagens de IMC baixo. Já os índices de sobrepeso e obesidades (I, II, III) tem seus números maiores no sexo masculino e na zona urbana.

O baixo peso encontrado na zona rural pode ser explicado pelo menor alcance a alimentos altamente calóricos, e ao maior consumo de alimentos *in natura* que tem menos teor calórico (OLIVEIRA et al. 2021), como também pelos moradores da área rural desenvolverem tarefas que obtém maiores gastos calóricos, como também por serem mais ativos que os residentes da zona urbana (REGIS et al. 2016).

Contribuindo com esses resultados, o estudo de Maindo et al. 2019, encontrou um alto índice de pessoas do sexo feminino abaixo do peso. Isso pode ser explicado pela busca das meninas pelo corpo magro, tido como corpo padrão na sociedade atual.

De M. Souza et al. 2013 e Fortes et al. 2012, encontraram maior índice de obesidade e sobrepeso no sexo masculino em comparação com o feminino, o que confirma os achados do presente estudo. Favorecendo também nossos achados, temos os estudos de Andrade et al. 2014 e Nunes et al. 2014, que afirmam que residentes da zona urbana tem mais prevalência de obesidade. Essa prevalência de obesidade e sobrepeso em residentes da área urbana pode ser explicada pela alimentação, em que se observa um aumento no consumo industrializados e *fast food*, e uma diminuição na ingestão de alimentos naturais e feitos em casa (SILVA; MALINA, 2003).

TABELA 2. ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO

INDICADORES	% TOTAL	% GÊNERO		% ZONA	
		FEMININO	MASCULINO	RURAL	URBANA
Alunos que gastam 3 ou mais horas por dia em um dia típico em atividades envolvendo sentar	66	55	45	45	55
Alunos que foram fisicamente ativos por pelo menos 60 minutos por dia em cinco ou mais dias durante os 7 dias anteriores à pesquisa	30	40	60	63	37
Alunos que foram fisicamente ativos por pelo menos 60 minutos por dia em todos os 7 dias durante os 7 dias anteriores à pesquisa	18	28	72	56	44
Alunos que não foram a pé ou de bicicleta para ir ou voltar da escola durante os 7 dias anteriores à pesquisa	57	58	42	65	35

Analisando a Tabela 2. no geral, 66% da amostra gastou 3 ou mais horas por dia em um dia comum em atividades envolvendo sentar (sentar e assistir televisão, jogar jogos de computador, conversar com amigos quando não está na escola ou fazer lição de casa). Entre os sexos, 55% são do sexo feminino enquanto 45% do sexo masculino. Entre alunos que moram na zona rural em comparação aos que moram na

zona urbana, a diferença também foi pequena, porém os da área urbana são a maioria, sendo 45% zona rural e 55% zona urbana.

De Andrade Müller et al. 2011, obteve resultados que colaboram com os encontrados pelo presente estudo, em sua pesquisa afirma que as meninas geralmente são afastadas dos esportes, visto que a maioria dessas práticas são dominados pelo sexo masculino, como também, as meninas são incentivadas a se focarem em tarefas mais domiciliares e isto contribui para que elas tenham menos tempo para fazer algum exercício físico e apresentem um baixo nível de atividades físicas e conseqüentemente mais CS. Como também, sua pesquisa discorre sobre os aspectos que levam adolescentes da zona rural a serem mais ativos em comparação com os da zona urbana, já que lidam com tarefas agropecuárias desde cedo, como alimentar animais, cultivar a terra entre outras, além de terem mais acesso a locais abertos, onde podem fazer atividades físicas como correr, jogar futebol e brincar, com maior segurança, já que o tráfego de veículos é bem menor se comparado ao da cidade, evitando acidentes.

Faz-se necessário, compreender que se um indivíduo apresenta baixo índice de atividade física, pode-se dizer que ele apresenta maiores níveis de CS, já que pessoas inativas geralmente apresentam CS, que podem ser compreendidos como sendo a exposição a atividades com um gasto energético muito baixo (OWEN et al. 2010).

O estudo de Bicalho et al. 2010, chegou à conclusão que a maioria dos residentes da área rural são fisicamente ativos, e conseqüentemente apresentam menos CS, mas acrescentou que os níveis de atividade física no lazer são baixos e seguem padrões similares aos de áreas urbanas, porém este estudo foi realizado em adultos. Junior et al. 2012, que estudou a qualidade de vida de idosos na zona rural, chegou à conclusão que pessoas que vivem na área rural são mais ativas.

No total, apenas 30% dos estudantes foram fisicamente ativos por pelo menos 60 minutos por dia em cinco ou mais dias. Entre eles, 60% são do sexo masculino e 40% do feminino, sendo o sexo masculino mais ativo. Em relação a zona rural e urbana a diferença é notável, visto que 63% dos alunos fisicamente ativos são da zona rural, e apenas 37% da zona urbana.

No geral, apenas 18% dos alunos foram ativos fisicamente em todos os 7 dias anteriores a pesquisa, também aqui o sexo masculino apresenta uma porcentagem maior com 72% enquanto o feminino apenas 28%, dentre eles a zona rural novamente

mais ativa com 63%. Ao todo, pouco mais da metade dos alunos (57%) relatou que não havia caminhado ou andado de bicicleta para ir ou voltar da escola nos 7 dias anteriores à pesquisa. Entre os sexos, pode-se notar uma diferença considerável, onde o sexo feminino foi a maioria com 58%. Já entre as zonas, a urbana teve maioria com 65%, o que se deve a distância entre as casas e escolas serem maiores na zona rural dificultando que os alunos possam ir de pé ou bicicleta as aulas.

Corroborando com os achados expostos, Bastos et al. 2008, afirmou que os alunos do sexo feminino são menos ativos que os do sexo masculino. O estudo de Jenovesi et al. 2003, realizado em escolares da rede pública e o de Dambros et al. 2011, feito com adolescentes de uma cidade no sul do Brasil, chegaram a resultados semelhantes, onde as meninas são menos ativas que os meninos. Como também, um estudo de Raphaelli et al. 2011, realizado em estudantes da zona rural de Triunfo-RS, mostrou que 55% apresentam frequência superior de atividade física em comparação com outros estudos de Hallal et al. 2010 e 2012, realizados em ambientes urbanos, que contém elevados índices de inatividade física entre os adolescentes. Como também, os achados de De Souza et al. 2014 que realizou um estudo Três Barras-SC, onde chegou à conclusão que as meninas são menos ativas que os meninos.

Ribeiro et al. 2017 e Pinto et al. 2014, relataram que pessoas que vivem no meio rural são mais ativas fisicamente e apresentam menos CS comparadas a pessoas que vivem no meio urbano, porém esses estudos foram feitos com idosos. Regis et al. 2016, concluiu que os adolescentes que moram na zona rural são menos expostos aos comportamentos sedentários, e optam por um lazer ativo e apresentam um maior nível de atividade física, chegando à conclusão que a área onde eles residem pode influenciar no estilo de vida deles.

5 CONCLUSÃO

Conclui-se que, os alunos da zona rural são mais ativos, conseqüentemente apresentam menos CS, em relação aos da zona urbana. Acredita-se que a área rural seja mais ativa comparada a área urbana devido a maior liberdade que os adolescentes que moram em áreas rurais possuem, visto que, são lugares mais amplos, mais seguros, com menos movimentação de veículos, além da interação direta com animais, onde também desde cedo eles aprendem tarefas agrícolas e agropecuárias, que são atividades físicas, além de que em seu tempo livre buscam na maioria das vezes por um lazer ativo, como por exemplo nadar.

O fato do sexo feminino tanto na zona rural, quanto na urbana se mostrar menos ativo, pode ser explicado, principalmente pela repressão e afastamento das meninas dos esportes e atividades físicas em grupo tanto na escola como no seu tempo livre, onde os meninos geralmente se destacam, como também, pelo fato das meninas geralmente serem vistas como frágeis e delicadas, e suas atividades limitadas a tarefas domésticas, ou brincadeiras que lembrem atividades domésticas.

A partir do exposto, faz-se necessário intervenções de promoção a atividade física para os jovens em geral, visto que o número de ativos fisicamente encontrado foi baixo, mas destacando-se principalmente a zona urbana e o sexo feminino que tiveram os números mais preocupantes de CS e atividade física. Para isso, pode-se utilizar do fato da zona rural ser mais ativa, criando-se atividades baseadas nesse contexto e as levando para a cidade, como mais aulas ao ar livre, projeto em conjunto com outras escolas e municípios, onde os alunos da cidade possam experienciar as atividades do campo, como também, deve-se sempre buscar a equidade e participação do sexo feminino nas práticas em geral. Tudo isso, pode ser realizado em conjunto com prefeituras e governos. Além disso, mais estudos devem ser realizados nessa área, em relação a zona rural e urbana, em outras regiões e faixas etárias, visto que há poucos estudos e que novos aspectos podem ser descobertos que colaborem com a diminuição do CS.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, S.; OCHOA-AVILÉS, A.; LACHAT, C.; ESCOBAR, P.; VERSTRAETEN, R.; VAN CAMP, J; DONOSO, S.; ROJAS, R.; CARDON, G.; KOLSTEREN, P. **Physical fitness among urban and rural Ecuadorian adolescents and its association with blood lipids: a cross sectional study.** BMC Pediatrics, v.14p. 1-10, 2014.ARAÚJO, D. S. M. S.;
- ARAÚJO, C. G. S. **Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos.** Rev. Bras. Med. Esporte, Niterói, v. 6, n. 5, p. 194-203, set./out., 2000.
- ARENAS ORTIZ, Carolina Andrea et al. **Caracterização da retinopatia diabética em pacientes que apresentam edema macular do Complexo Assistencial.** Dr. Sótero del Río. 2016
- Bastos JP, Araujo CL, Hallal PC. **Prevalence of insufficient physical activity and associated factors in Brazilian adolescents.** J Phys Act Health. 2008; 5(6): 777-94.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria GM/MS nº 399, de 22 de fevereiro de 2006. **Divulga o pacto pela saúde 2006** - consolidação do SUS e aprova as diretrizes operacionais do referido pacto, 2006.
- BICALHO, Paula Gonçalves et al. **Atividade física e fatores associados em adultos de área rural em Minas Gerais, Brasil.** Revista de Saúde Pública, v. 44, p. 884-893, 2010.
- CASPERSEN, C. J; POWELL, K. E; CHRISTERSON, G. M. **Atividade Física, Exercício e Aptidão Física: Definições e Distinções para Pesquisas Relacionadas à Saúde.** Rep. De Saúde Pública v. 100, n. 2, pág. 126-131, 1985.
- CAVILL, N. **Campanhas nacionais de promoção da atividade física: podem fazer a diferença?** International Journal of Obesity, 1998.
- CUNHA, I. C; PEIXOTO, M. R. G; JARDIM, P. C. B. V; ALEXANDRE, V. P. **Fatores associados à prática de atividade física na população adulta de Goiânia: monitoramento por meio de entrevistas telefônicas.** Revista Brasileira de Epidemiologia, São Paulo, v.11, n.3, p.495-504, 2008.
- CDC (Centro Nacional para Prevenção de Doenças Crônicas e Promoção da Saúde), **Atividade Física e Saúde: Um relatório do cirurgião geral,** 1999.
- DAMBROS, Daniela Dressler; LOPES, Luis Felipe Dias; SANTOS, Daniela Lopes dos. **Barreiras percebidas e hábitos de atividade física de adolescentes escolares de uma cidade do sul do Brasil.** Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, v. 13, p. 422-428, 2011.
- DA SILVA, Rosane CR; MALINA, Robert M. **Sobrepeso, atividade física e tempo de televisão entre adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 11, n. 4, p. 63-66, 2003.

DE AGUIAR GRECA, João Paulo; 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.** Revista Paulista de Pediatria, v. 34, n. 3, p. 316-322, 2016.

DE ANDRADE MÜLLER, Werner; DA SILVA, Marcelo Cozzensa. **Barreiras à prática de atividades físicas de adolescentes escolares da zona rural do sul do Rio Grande do Sul.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 18, n. 3, p.344-344, 2013.

DE M SOUZA, Leyla R. et al. **O corpo na perspectiva masculina: a satisfação com a Imagem Corporal e sua relação com discrepância na percepção, IMC, escolaridade e idade.** 2013.

DE SOUZA, William Cordeiro et al. **Estudo comparativo da prevalência de sobrepeso e obesidade em pré-escolares de Três Barras-SC.** Saúde e meio ambiente: revista interdisciplinar, v. 3, n. 1, p. 115-121, 2014.

DIAS, Paula Jaudy Pedroso et al. **Prevalência e fatores associados aos comportamentos sedentários em adolescentes.** Revista de Saúde Pública, v. 48, p. 266-274, 2014.

DUCHIADE, M. P. **População brasileira: um retrato em movimento.** In: MINAYO, M.C.S (Org.). Os muitos Brasis: saúde e população na década de 80. 2.ed. São Paulo: Hucitec/Abrasco, 1999.

FARIAS JÚNIOR, José Cazuza de. **Associação entre prevalência de inatividade física e indicadores de condição socioeconômica em adolescentes.** Revista brasileira de medicina do esporte, v. 14, n. 2, p. 109-114, 2008.

FORTES, Leonardo de Sousa; ALMEIDA, Sebastião de Sousa; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. **Impacto de variáveis antropométricas sobre a insatisfação corporal e o comportamento alimentar em jovens atletas.** Jornal brasileiro de psiquiatria, v. 61, p. 235-241, 2012.

FRIEDENREICH CM. **Atividade física e prevenção do câncer: da pesquisa observacional à pesquisa de intervenção.** Cancer Epidemiol Biomarkers Prev, 10: 287-301, 2001.

FUKUSHIAM, F. Cuecas. **Mash vai de ônibus e pega carona entre marcas mais lembradas.** MAXI MÍDIA, 1997.

GARDINER, P. A; HEALY, G. N; EAKIN, E. G; CLARK, B. K; DUNSTAN, D. W; SHAW, J.E. et al. **Associações entre o tempo de exibição de televisão e o tempo total sentado com a síndrome metabólica em homens e mulheres mais velhos: o estudo australiano de Diabetes, Obesidade e Estilo de Vida.** J Am Geriatr Soc, 2011.

GABEL, L; RIDGERS, N. D; DELLA; GATTA, P. A; ARUNDELL, L; CERIN, E; ROBINSON, S. et al. **Associações de padrões de tempo sedentário e tempo de**

exibição de TV com biomarcadores de função inflamatória e endotelial em crianças: tempo de sedentarismo e biomarcadores de crianças. *Pediatr Obes*, 2015.

GIBBS, B. B; REIS, J. P; SCHELBERT, E. B; CRAFT, L. L; SIDNEY, S; LIMA, J. et al. **Tempo de tela sedentário e estrutura e função ventricular esquerda: o estudo CARDIA.** *Med Sci Sports Exerc*, 2014.

GLANER MF. **Aptidão física relacionada à saúde de adolescentes rurais e urbanos em relação a critérios de referência.** *Rev Bras Educ Fís Esp*. 2005; 19(1):13-24.

GUERRA, Paulo Henrique; MIELKE, Grégore Iven; GARCIA, Leandro Martin Totaro. **Comportamento sedentário.** *Corpoconsciência*, p. 23-36, 2014.

HALLAL, P. C., BAUMAN, A. E., HEATH, G. W., KOHL, H. W., LEE, I. M., & PRATT, M. **Atividade física: mais do mesmo não é suficiente**, 2012.

HALLAL PC, ANDERSEN LB, BULL FC, GUTHOLD R, HASKELL W, EKELUND U. **Níveis globais de atividade física: progresso da vigilância, armadilhas e perspectivas.** *The Lancet*. 2012; 380(9838): 247-57.

HALLAL PC, KNUTH AG, CRUZ DKA, MENDES MI, MALTA DC. **Prática de atividade física em adolescentes brasileiros.** *Cien Saúde Colet*. 2010; 15(1): 3035-3042.

JUNIOR, Guanis de Barros Vilela. **Capacidade de equilíbrio e qualidade de vida no envelhecimento.** *Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida-CPAQV Journal*, v. 4, n. 2, 2012.

JENOVESI, Jefferson F. et al. **Perfil de atividade física em escolares da rede pública de diferentes estados nutricionais.** *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 11, n. 4, p. 57-62, 2003.

KATZMARZYK, P.T. ; MASON, C. **A transição da atividade física.** *Journal of Physical Activity and Health, Champaign*, v.6, p.269-80, 2009.

KOHL HM. **Atividade física e doença cardiovascular: evidências para uma resposta à dose.** *Med Sci Sports Exerc* 2001; 33: 472-83.

LESLIE, Eva et al. **Estudantes universitários australianos insuficientemente ativos: influências pessoais, sociais e ambientais percebidas.** *Medicina preventiva*, v. 28, n. 1, pág. 20-27, 1999.

LOWRY R., WECHSLER H, GALUSKA DA, FULTON JE, KANN L. **Visualização de televisão e suas associações com excesso de peso, estilo de vida sedentário e consumo insuficiente de frutas e vegetais entre estudantes do ensino médio nos EUA: diferenças por raça, etnia e gênero.** *J Sch Health*, 2002.

MAINDO, Zinaida Ruth. **Avaliação do Índice de Massa Corporal (imc) dos estudantes da universidade metodista de Angola-campus cacuaco.**

In: Congresso Internacional em Saúde. 2019.

MALIK, VASANTI S., WALTER C. WILLETT E FRANK B. Hu. **"Obesidade global: tendências, fatores de risco e implicações políticas."** Nature Reviews

Endocrinology, 2013.

MARSH S, NI MHURCHU C, MADDISON R. **Os efeitos não publicitários de atividades sedentárias baseadas na tela em comportamentos alimentares agudos em crianças, adolescentes e adultos jovens.** Uma revisão sistemática. Appetite, 2013.

MEDEIROS, Sara Câmara de. **Avaliação do peso ingestão alimentar e atividade física em adolescentes de uma escola particular em Almada.** 2014. Tese de Doutorado.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE POLÍTICAS DE SAÚDE. **Contribuição da atividade física e da qualidade de vida para a obtenção de um estilo de vida mais saudável.** Rev. Saúde Pública, 2002.

NAHAS, M. V. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 6 ed. Londrina: Midiograf, 2013.

OEHLSCHLAEGER, Maria Helena Klee et al. **Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana.** Revista de Saúde Pública, v. 38, p. 157-163, 2004.

OLIVEIRA, Riceli Rodeghiero; PETER, Nathalia Brandão; MUNIZ, Ludmila Correa. **Consumo alimentar segundo grau de processamento entre adolescentes da zona rural de um município do sul do Brasil.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, p. 1105-1114, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO),** 1946.

OWEN, N; HEALY, G. N; MATTHEWS, C. E; DUNS TAN, D. W. (2010). **Muito sentado: a ciência da saúde da população do comportamento sedentário.**

PINTO, Lélia Lessa Teixeira et al. **Nível de atividade física habitual e transtornos mentais comuns entre idosos residentes em áreas rurais.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 17, p. 819-828, 2014.

PITANGA FJG, LESSA I. **Associação entre sedentarismo no lazer e hipertensão arterial diastólica em adultos de ambos os sexos na cidade de Salvador-BA.** In: Anais do 14º Congresso da Sociedade Brasileira de Hipertensão. Natal: Gráfica BG Cultural; 2003.

RAPHAELLI CO, Azevedo, MR, Hallal PC. **Associação entre comportamentos de risco à saúde de pais e adolescentes em escolares de zona rural de um município do Sul do Brasil.** Cad. Saúde Pública. 2011 ; 27(12): 2429-2440.

REGIS, Manuela Ferreira et al. **Estilos de vida urbano versus rural em adolescentes: associações entre meio-ambiente, níveis de atividade física e comportamento sedentário**. Einstein (São Paulo), v. 14, p. 461-467, 2016.

RIBEIRO, Cezar Grontowski; FERRETTI, Fátima; SÁ, Clodoaldo Antônio de. **Qualidade de vida em função do nível de atividade física em idosos urbanos e rurais**. Revista Brasileira de geriatria e gerontologia, v. 20, p. 330-339, 2017.

RODRIGUES, J. O. R. **Associação de indicadores de adiposidade corporal com o nível de atividade física e o tempo de tela em adolescentes**, 2015.

SILVA, Diego Augusto Santos et al. **Nível de atividade física e comportamento sedentário em escolares**. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum, v. 11, n. 3, p. 299-306, 2009.

SILVA, Tatiane et al. **Associação entre atividade física e tempo de tela com o nível socioeconômico em adolescentes**. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 20, n. 5, p. 503-503, 2015.

SILVA, Rodrigo Sinnott et al. **Atividade física e qualidade de vida**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 15, p. 115-120, 2010.

VAN DER PLOEG, H. P; CHEY, T; KORDA, R. J; BANKS, E; BAUMAN, A. **Tempo sentado e risco de mortalidade por todas as causas em 222 497 adultos australianos**. Archives of Internal Medicine, 172 (6), 494–500, 2012.

VASCONCELLOS, Marcelo Barros de; ANJOS, Luiz Antonio dos; VASCONCELLOS, Mauricio Teixeira Leite de. **Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil**. Cadernos de Saúde Pública, v. 29, n. 4, p. 713-722, 2013.

**APÊNDICE A- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO(TCLE)
DESTINADO AOS PAIS**



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA-
CAMPUS SOUSA

COORDENAÇÃO GERAL DE ENSINO

COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

DESTINADO AOS PAIS OU RESPONSÁVEIS

Título da pesquisa: **ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB**

Pesquisador (a) Responsável: Dr. Fábio Thiago Maciel da Silva.

Telefone(s) de contato: (83) 98745-9345

E-mail: fabioth28@hotmail.com

1. Seu filho _____ está sendo convidado (a) a participar de uma pesquisa nesta instituição.
2. O propósito da pesquisa é verificar os principais fatores associados ao comportamento sedentário em adolescentes, como também identificar os possíveis hábitos sedentários que esses adolescentes de Sousa-PB apresentam, investigar suas rotinas e relacionar com seus possíveis comportamentos sedentários. Esse estudo é importante pois o alto índice de comportamentos sedentários pode acarretar diversas doenças, como diabetes tipo 2, hipertensão entre outras.
3. A participação nesta pesquisa envolverá a entrega de um questionário contendo 106 questões, todas fechadas, como também a solicitação para aferição de medidas antropométricas. Assim como em toda pesquisa científica que envolva participação de seres humanos, esta poderá trazer algum risco psicossocial ao participante, em

variado tipo e graduações variadas, tais como, constrangimento, sentimento de imposição para a participação na pesquisa, dentre outros, mas salientamos que sua participação é de caráter voluntário, isto é, a qualquer momento você poderá recusar-se ou desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a Instituição de ensino participante.

4. A participação de seu filho, não acarretará nenhum preconceito, discriminação ou desigualdade social.

5. Os resultados deste estudo podem ser publicados, mas o nome ou identificação de seu filho não serão revelados.

6. Não haverá remuneração ou ajuda de custo pela participação. Quaisquer dúvidas que você tiver em relação à pesquisa ou à participação de seu filho, antes ou depois do consentimento, serão respondidas por Fábio Thiago Maciel da Silva.

7. Assim, este termo está de acordo com a Resolução 466 do Conselho Nacional de Saúde, de 12 de dezembro de 2012, para proteger os direitos dos seres humanos em pesquisas. Qualquer dúvida quanto aos direitos de seu filho como sujeito participante em pesquisas, ou se sentir que seu filho foi colocado em riscos não previstos, você poderá contatar o Comitê de Ética em Pesquisa para esclarecimentos.

Li as informações acima, recebi explicações sobre a natureza, riscos e benefícios do projeto. Assumo a participação de meu filho e compreendo que posso retirar meu consentimento e interrompê-lo a qualquer momento, sem penalidade ou perda de benefício. Ao assinar este termo, não estou desistindo de quaisquer direitos meus. Uma cópia deste termo me foi dada.

ASSINATURA DO PAI OU RESPONSÁVEL:

DATA: ____/____/____

ASSINATURA DO PESQUISADOR: _____

APÊNDICE B- TERMO DE ASSENTIMENTO (TA)



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA-
CAMPUS SOUSA

COORDENAÇÃO GERAL DE ENSINO

COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TERMO DE ASSENTIMENTO

Esclarecimentos,

Este é um convite para você participar da pesquisa: **ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB**, que tem como pesquisador responsável o professor Dr. Fábio Thiago Maciel da Silva.

Esta pesquisa pretende verificar a relação entre CS em adolescentes residentes na zona rural e zona urbana na cidade de Sousa-PB.

Esse estudo é importante pois o alto índice de comportamentos sedentários pode acarretar diversas doenças, como diabetes tipo 2, hipertensão entre outras. Caso concorde com a participação, você será submetido (a) ao seguinte procedimento: Responder um questionário contendo 106 questões todas objetivas, como também a aferição de medidas antropométricas. Assim como em toda pesquisa científica que envolva participação de seres humanos, esta poderá trazer algum risco psicossocial ao participante, em variado tipo e graduações variadas, tais como, constrangimento, sentimento de imposição para a participação na pesquisa, dentre outros, mas salientamos que sua participação é de caráter voluntário, isto é, a qualquer momento você poderá recusar-se ou desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a Instituição de ensino participante.

Você poderá tirar suas dúvidas ligando para o professor Fábio Thiago Maciel da Silva, através dos números: (83) 98745-9345. Email: fabioth28@hotmail.com.

Os dados que você irá nos fornecer serão confidenciais, e sendo divulgados apenas em congressos e/ou publicações científicas, não havendo divulgação de nenhum dado que possa lhe identificar.

Esses dados serão guardados pelo pesquisador responsável em local seguro e por um período de 5 anos.

Se você tiver algum gasto pela sua participação nessa pesquisa, ele será assumido pelo pesquisador e reembolsado.

Se você sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta pesquisa, será indenizado.

Qualquer dúvida sobre a ética desse estudo você deverá ligar para o Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal da Paraíba, telefone: (83) 3612-1226. Email: eticaempesquisa@ifpb.edu.br.

Este documento foi impresso em duas vias. Uma ficará com você e a outra com o pesquisador responsável Fábio Thiago Maciel da Silva.

Consentimento Livre e Esclarecido

Após ter sido esclarecido sobre os objetivos, importância e o modo como os dados serão coletados nessa pesquisa, além de conhecer os riscos, desconfortos e benefícios que ela trará para a ciência e ter ficado ciente de todos os meus direitos, eu _____, abaixo assinado, concordo em participar da pesquisa: “ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB”, e autorizo a divulgação das informações por mim fornecidas em congressos e/ou publicações científicas desde que nenhum dado possa me identificar.

Sousa, _____ de _____ de 2021.

Fábio Thiago Maciel da Silva
(Pesquisador)

Assinatura do participante da pesquisa

ANEXO A- INSTRUMENTO DA PESQUISA

QUESTIONÁRIO

GLOBAL SCHOOL-BASED STUDENT HEALTH SURVEY (Versão 2021)

As respostas serão mantidas em sigilo. Responda as perguntas com base em o que você realmente sabe ou faz. Não há respostas certas ou erradas. O preenchimento da pesquisa é voluntário. Certifique-se de ler todas as perguntas. **Assinale com X a resposta que mais se adequa a sua realidade.**

1. Quantos anos você tem?

2. Qual é o seu sexo?

A. Masculino

B. Feminino

3. Onde você estuda?

A. Zona Rural

B. Zona Urbana

4. Qual ano do ensino médio você está?

A. 1° ano

B. 2° ano

C. 3° ano

5. Quantos anos você tinha quando bebeu pela primeira vez?

A. Eu nunca bebi álcool

B. 7 anos ou menos

C. 8 ou 9 anos

D.

10 ou 11 anos

E. 12 ou 13 anos

F. 14 ou 15 anos

17 anos

H. 18 anos ou mais

6. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você bebeu pelo menos uma bebida contendo álcool?

A. 0 dias

B. 1 ou 2 dias

C. 3 a 5 dias

D. 6 a 9 dias

E. 10 a 19 dias

F. 20 a 29 dias

G. Todos os 30 dias

7. Nos últimos 30 dias, nos dias em que você bebeu álcool, quantos copos você bebeu por dia?

A. Não bebi álcool nos últimos 30 dias

B. Menos de um copo

C. 1 copo

D. 2 copos

E. 3 copos

F. 4 copos

G. 5 ou mais copos

8. Durante os últimos 30 dias, qual é o maior número de copos de bebidas alcoólicas que você bebeu seguidas, isto é, dentro de algumas horas?

A. Não bebi álcool nos últimos 30 dias

B. 1 ou 2 copos

C. 3 copos

D. 4 copos

E. 5 copos

F. 6 ou 7 copos

G. 8 ou 9 copos

H. 10 ou mais copos

9. Durante os últimos 30 dias, como você conseguiu o álcool que você bebeu?

A. Não bebi álcool nos últimos 30 dias

B. Comprei em uma loja (bar, conveniência, mercado)

C. Dei dinheiro a outra pessoa para comprá-lo para mim

D. Eu peguei dos meus amigos

E. Eu peguei da minha família

F. Eu roubei ou peguei sem permissão

G. Eu peguei de outra maneira

10. Durante sua vida, quantas vezes você teve problemas em casa, no trabalho ou na escola ou entrou em brigas, por causa do consumo de álcool?

- A.** 0 vezes **B.** 1 ou 2 vezes **C.** 3 a 5 vezes
D. 6 a 9 vezes **E.** 10 a 19 vezes **F.** 20 ou mais vezes

11. Durante sua vida, quantas vezes você bebeu tanto álcool que você estava realmente bêbado?

- A.** 0 vezes **B.** 1 ou 2 vezes **C.** 3 a 5 vezes
D. 6 a 9 vezes **E.** 10 a 19 vezes **F.** 20 ou mais vezes

12. Qual sua altura?

13. Qual seu peso?

14. Durante os últimos 30 dias, com que frequência você ficou com fome porque não havia comida suficiente em sua casa?

- A.** Nunca **B.** Raramente **C.** às vezes
D. Na maioria das vezes **E.** Sempre

15. Durante os últimos 7 dias, quantas vezes você comeu frutas?

- A.** Eu não comi frutas nos últimos 7 dias **B.** 1 a 3 vezes nos últimos 7 dias
C. 4 a 6 vezes nos últimos 7 dias **D.** 1 vez por dia
E. 2 vezes por dia **F.** 3 vezes por dia **G.** 4 ou mais vezes por dia

16. Durante os últimos 7 dias, quantas vezes você comeu vegetais?

- A.** Eu não comi vegetais durante os últimos 7 dias **B.** 1 a 3 vezes nos últimos 7 dias
C. 4 a 6 vezes nos últimos 7 dias **D.** 1 vez por dia
E. 2 vezes por dia **F.** 3 vezes por dia **G.** 4 ou mais vezes por dia

17. Durante os últimos 7 dias, quantas vezes você bebeu uma lata, garrafa ou copo de alguma bebida, como refrigerante? (Não conte os refrigerantes diet.)

- A.** Eu não bebi refrigerantes durante os últimos 7 dias
B. 1 a 3 vezes nos últimos 7 dias **C.** 4 a 6 vezes nos últimos 7 dias
D. 1 vez por dia **E.** 2 vezes por dia
F. 3 vezes por dia **G.** 4 ou mais vezes por dia

18. Durante os últimos 7 dias, quantas vezes você bebeu uma lata, garrafa ou copo de uma bebida açucarada?

- A.** Eu não bebi bebidas açucaradas durante os últimos 7 dias
B. 1 a 3 vezes nos últimos 7 dias **C.** 4 a 6 vezes nos últimos 7 dias
D. 1 vez por dia **E.** 2 vezes ao dia

F. 3 vezes por dia

G. 4 ou mais vezes por dia

19. Quantos anos você tinha quando usou drogas pela primeira vez? Este inclui o uso de cannabis (também chamada de maconha), anfetaminas, cocaína, inalantes e heroína. Não conte o uso de tabaco e álcool.

A. Nunca usei drogas

B. 7 anos ou menos

C. 8 ou 9 anos

D. 10 ou 11 anos

E. 12 ou 13 anos

F. 14 ou 15 anos

G. 16 ou 17 anos

H. 18 anos ou mais

20. Durante sua vida, quantas vezes você usou Cannabis (maconha)?

A. 0 vezes

B. 1 ou 2 vezes

C. 3 a 5 vezes

D. 6 a 9 vezes

E. 10 a 19 vezes

F. 20 ou mais vezes

21. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes você usou cannabis (maconha)?

A. 0 vezes

B. 1 ou 2 vezes

C. 3 a 5 vezes

D. 6 a 9 vezes

E. 10 a 19 vezes

F. 20 ou mais vezes

22. Durante sua vida, quantas vezes você usou anfetaminas ou metanfetaminas (rebite, cristal, ecstasy, bolinha etc.)?

A. 0 vezes

B. 1 ou 2 vezes

C. 3 a 5 vezes

D. 6 a 9 vezes

E. 10 a 19 vezes

F. 20 ou mais vezes

23. Nos últimos 30 dias, quantas vezes por dia você escovou os dentes?

A. Eu não escovei meus dentes durante os últimos 30 dias

B. Menos de 1 vez por dia

C. 1 vez por dia

D. 2 vezes por dia

E. 3 ou mais vezes por dia

24. Nos últimos 30 dias, você usou algum creme dental que contém flúor quando você limpou ou escovou os dentes?

A. Eu não limpei ou escovei meus dentes durante os últimos 30 dias

B. Sim, eu usei uma pasta de dente que contém flúor

C. Não, eu não usei pasta de dente que contém flúor

D. Não sei se a pasta de dente que costumo usar contém flúor

25. Nos últimos 30 dias, ocorreu algum problema com sua boca, dentes ou gengivas que fez com que você perdesse aulas?

- A. Sim B. Não

26. Nos últimos 30 dias, com que frequência você lavou suas mãos antes de comer?

- A. Nunca B. Raramente C. às vezes D. Na maioria das vezes E. Sempre

27. Durante os últimos 30 dias, com que frequência você lavou suas mãos depois de usar o banheiro?

- A. Nunca B. Raramente C. às vezes D. Na maioria das vezes E. Sempre

28. Durante os últimos 30 dias, com que frequência você usou sabão ao lavar as mãos?

- A. Nunca B. Raramente C. às vezes D. Na maioria das vezes E. Sempre

29. Quantos amigos próximos você tem?

- A. 0 amigos B. 1 amigo C. 2 amigos D. 3 ou mais amigos

30. Durante os últimos 12 meses, com que frequência você sentiu-se solitário?

- A. Nunca B. Raramente C. às vezes D. Na maioria das vezes E. Sempre

31. Durante os últimos 12 meses, com que frequência você esteve tão preocupado com algo que você não conseguiu dormir a noite?

- A. Nunca B. Raramente C. às vezes D. Na maioria das vezes E. Sempre

32. Durante os últimos 12 meses, você seriamente considerou tentativa de suicídio?

- A. Sim B. Não

33. Durante os últimos 12 meses, você fez um plano sobre como você tentaria o suicídio?

- A. Sim B. Não

34. Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você tentou suicídio?

- A. 0 vezes B. 1 vez C. 2 ou 3 vezes

- D. 4 ou 5 vezes E. 6 ou mais vezes

35. Durante os últimos 7 dias, em quantos dias você foi fisicamente ativo por um total de pelo menos 60 minutos por dia? SOME TODO O TEMPO QUE VOCÊ PASSOU EM QUALQUER TIPO DE ATIVIDADE FÍSICA CADA DIA.

- A.** 0 dias **B.** 1 dia **C.** 2 dias **D.** 3 dias
E. 4 dias **F.** 5 dias **G.** 6 dias **H.** 7 dias

36. Durante os últimos 7 dias, em quantos dias você fez exercícios para fortalecer ou tonificar seus músculos, como flexões, abdominais ou levantamento de peso?

- A.** 0 dias **B.** 1 dia **C.** 2 dias **D.** 3 dias
E. 4 dias **F.** 5 dias **G.** 6 dias **H.** 7 dias

37. Durante os últimos 7 dias, em quantos dias você caminhou ou andou de bicicleta para ir ou voltar da escola?

- A.** 0 dias **B.** 1 dia **C.** 2 dias **D.** 3 dias
E. 4 dias **F.** 5 dias **G.** 6 dias **H.** 7 dias

38. Durante este ano letivo, em quantos dias você vai para a aula de educação física cada semana?

- A.** 0 dias **B.** 1 dia **C.** 2 dias **D.** 3 dias
E. 4 dias **F.** 5 dias **G.** 6 dias **H.** 7 dias

A próxima pergunta é sobre o tempo que você gasta principalmente sentado quando você não está na escola ou fazendo trabalho de casa.

39. Quanto tempo você gasta durante um dia normal sentado assistindo televisão, jogando jogos de computador, conversando com amigos, usando seu celular, ou fazendo outras atividades sentadas.

- A.** Menos de 1 hora por dia **B.** 1 a 2 horas por dia
C. 3 a 4 horas por dia **D.** 5 a 6 horas por dia
E. 7 a 8 horas por dia **F.** Mais de 8 horas por dia

40. Em uma noite normal, quantas horas de sono você dorme?

- A.** 4 ou menos horas **B.** 5 horas **C.** 6 horas
D. 7 horas **E.** 8 horas **F.** 9 horas **G.** 10 ou mais horas

41. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você faltou às aulas ou à escola sem permissão?

A. 0 dias **B.** 1 ou 2 dias **C.** 3 a 5 dias **D.** 6 a 9 dias **E.** 10 ou mais dias

42. Durante os últimos 30 dias, com que frequência a maioria dos alunos da sua escola foram gentis e prestativos?

A. Nunca **B.** Raramente **C.** às vezes **D.** Na maioria das vezes **E.** Sempre

43. Durante os últimos 30 dias, com que frequência você conseguiu falar com alguém sobre problemas difíceis e preocupações?

A. Nunca **B.** Raramente **C.** às vezes **D.** Na maioria das vezes **E.** Sempre

44. Durante os últimos 30 dias, com que frequência seus pais ou responsáveis entendem seus problemas e preocupações?

A. Nunca **B.** Raramente **C.** às vezes **D.** Na maioria das vezes **E.** Sempre

45. Durante os últimos 30 dias, com que frequência seus pais ou responsáveis verificaram se o seu dever de casa foi feito?

A. Nunca **B.** Raramente **C.** às vezes **D.** Na maioria das vezes **E.** Sempre

46. Durante os últimos 30 dias, com que frequência seus pais ou responsáveis realmente sabiam o que você estava fazendo com seu tempo livre?

A. Nunca **B.** Raramente **C.** às vezes **D.** Na maioria das vezes **E.** Sempre

47. Durante os últimos 30 dias, com que frequência seus pais ou tutores mexem nas suas coisas sem a sua aprovação?

A. Nunca **B.** Raramente **C.** às vezes **D.** Na maioria das vezes **E.** Sempre

48. Você já teve relação sexual?

A. Sim **B.** Não

49. Quantos anos você tinha quando teve relações sexuais pela primeira vez?

A. Nunca tive relações sexuais **B.** 11 anos ou menos **C.** 12 anos **D.** 13 anos
E. 14 anos **F.** 15 anos **G.** 16 ou 17 anos **H.** 18 anos ou mais

50. Durante sua vida, com quantas pessoas você teve relação sexual?

A. Nunca tive relações sexuais **B.** 1 pessoa **C.** 2 pessoas **D.** 3 pessoas
E. 4 pessoas **F.** 5 pessoas **G.** 6 ou mais pessoas

51. A última vez que você teve relações sexuais, você ou seu parceiro usaram preservativo (camisinha)?

- A. Nunca tive relações sexuais B. Sim C. Não

52. A última vez que você teve relações sexuais, qual método que você ou seu parceiro usaram para prevenir a gravidez? SELECIONE APENAS UMA RESPOSTA.

- A. Nunca tive relações sexuais B. Nenhum método foi usado para prevenir a gravidez

- C. Pílulas anticoncepcionais D. Preservativos E. Um DIU ou implante

- F. Uma injeção, adesivo ou anel anticoncepcional

- G. Retirada ou algum outro método, como o coito interrompido H. não sei

53. Você já tentou ou experimentou fumar cigarro, mesmo uma ou duas baforadas?

- A. Sim B. Não

54. Quantos anos você tinha quando tentou fumar pela primeira vez?

- A. Eu nunca tentei fumar um cigarro B. 7 anos ou menos C. 8 ou 9 anos

- D. 10 ou 11 anos E. 12 ou 13 anos F. 14 ou 15 anos G. 16 ou 17 anos H. 18 anos ou mais

55. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você fumou cigarros?

- A. 0 dias B. 1 ou 2 dias C. 3 a 5 dias

- D. 6 a 9 dias E. 10 a 19 dias F. 20 a 29 dias

- G. Todos os 30 dias

56. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você usou qualquer forma de produtos de tabaco fumado além de cigarros?

- A. 0 dias B. 1 ou 2 dias C. 3 a 5 dias

- D. 6 a 9 dias E. 10 a 19 dias F. 20 a 29 dias G. Todos os 30 dias

57. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você usou qualquer forma de tabaco sem fumaça?

- A. 0 dias B. 1 ou 2 dias C. 3 a 5 dias

D. 6 a 9 dias **E.** 10 a 19 dias **F.** 20 a 29 dias **G.** Todos os 30 dias

58. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você usou cigarro eletrônico?

A. 0 dias **B.** 1 ou 2 dias **C.** 3 a 5 dias

D. 6 a 9 dias **E.** 10 a 19 dias **F.** 20 a 29 dias **G.** Todos os 30 dias

59. Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você esteve gravemente ferido?

A. 0 vezes **B.** 1 vez **C.** 2 ou 3 vezes **D.** 4 ou 5 vezes

E. 6 ou 7 vezes **F.** 8 ou 9 vezes **G.** 10 ou 11 vezes **H.** 12 ou mais vezes

60. Durante os últimos 12 meses, o que foi a lesão mais grave que aconteceu com você?

A. Não sofri ferimentos graves nos últimos 12 meses

B. Tive um osso quebrado, uma articulação deslocada ou um dente quebrado ou arrancado.

C. Tive um corte ou facada

D. Tive uma concussão ou outro problema na cabeça ou no pescoço

lesão, fui nocauteado ou não consegui respirar

E. Eu tive um ferimento de bala

F. Tive uma queimadura grave

G. Fui envenenado ou tomei muita droga

H. Outra coisa aconteceu comigo

61. Durante os últimos 12 meses, qual foi a maior causa da lesão mais grave que aconteceu para você?

A. Não sofri ferimentos graves nos últimas 12 meses

B. Sofri um acidente automobilístico ou fui atropelado por um veículo motorizado

C. eu caí

D. Algo caiu sobre mim ou me atingiu

E. Fui atacado ou abusado ou estava brigando com alguém

F. Eu estava em um incêndio ou muito perto de uma chama ou algo quente

G. Inalei ou engoli algo ruim para mim

H. Outra coisa causou minha lesão

62. Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você foi atacado fisicamente?

- A.** 0 vezes **B.** 1 vez **C.** 2 ou 3 vezes **D.** 4 ou 5 vezes **E.**
6 ou 7 vezes **F.** 8 ou 9 vezes **G.** 10 ou 11 vezes **H.** 12 ou mais vezes

63. Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você esteve em uma luta física?

- A.** 0 vezes **B.** 1 vez **C.** 2 ou 3 vezes **D.** 4 ou 5 vezes **E.**
6 ou 7 vezes **F.** 8 ou 9 vezes **G.** 10 ou 11 vezes **H.** 12 ou mais vezes

64. Durante os últimos 12 meses, você sofreu bullying em propriedade da escola?

- A.** Sim **B.** Não

65. Durante os últimos 12 meses, você sofreu bullying quando você não estava na propriedade da escola?

- A.** Sim **B.** Não

66. Durante os últimos 12 meses, você sofreu cyberbullying?

- A.** Sim **B.** Não

ANEXO B- CARTA DE ANUÊNCIA

CARTA DE ANUÊNCIA

A direção da escola E.E.F.M. Rotary Dr. Thomaz Pirez sob responsabilidade do senhor (a) Maria de Lourdes Ferreira AUTORIZA a pesquisa dos discentes Mércia Estrela de Sousa e Samuel Batista Gadelha (Graduandos do Curso de Licenciatura em Educação Física do IFPB — Campus Sousa) e do orientador Prof. Dr. Fábio Thiago Maciel da Silva, cujo título é "ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB". os pesquisadores informaram que não haverá custos para a instituição e, na medida do possível, não irão interferir na operacionalização e/ou nas atividades cotidianas da mesma.

Essa autorização é uma pré-condição bioética para execução de qualquer estudo envolvendo seres humanos, sob qualquer forma ou dimensão, em consonância com a resolução 466/2012 e a 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

Sousa-PB, 30/11/2022



Nome do(a) Autor(a) _____
Gestora Escolar
Diretora

CARTA DE ANUÊNCIA

A direção da escola E.N.E José de Paiva Gadelha sob responsabilidade do senhor (a) Ana Célia Rocha Sarmiento Aquino AUTORIZA a pesquisa dos discentes Mércia Estrela de Sousa e Samuel Batista Gadelha (Graduandos do Curso de Licenciatura em Educação Física do IFPB — Campus Sousa) e do orientador Prof. Dr. Fábio Thiago Maciel da Silva, cujo título é "ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ADOLESCENTES DAS ZONAS RURAL E URBANA DE SOUSA-PB". os pesquisadores informaram que não haverá custos para a instituição e, na medida do possível, não irão interferir na operacionalização e/ou nas atividades cotidianas da mesma.

Essa autorização é uma pré-condição bioética para execução de qualquer estudo envolvendo seres humanos, sob qualquer forma ou dimensão, em consonância com a resolução 466/2012 e a 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

Sousa-PB, 30/11/2022

Secretaria da Educação e Cultura
Escola Normal Estadual
"José de Paiva Gadelha"
Criada p/ Dec. Nº. 9.419 de 05.04.82
CNPJ: 04.182.729/0001-87
SOUSA-PB

Ana Célia Rocha Sarmiento Aquino

Nome do Diretor e carimbo

Ana Célia Rocha Sarmiento Aquino
Diretora Escolar
Reg. 9015

ANEXO C – PARECER COM APROVAÇÃO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO ALTO SERTÃO PARAIBANO

Pesquisador: FABIO THIAGO MACIEL DA SILVA

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 49857421.0.0000.5184

Instituição Proponente: Instituto de Educação Superior da Paraíba - IESP


Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.864.627

Apresentação do Projeto:

As informações elencadas nos campos "Apresentação do Projeto", "Objetivo da pesquisa" e "Avaliação dos Riscos e Benefícios" foram retiradas do arquivo Informações Básicas da Pesquisa (PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO ALTO SERTÃO PARAIBANO, de 15/07/2021) e/ou do Projeto detalhado: A atividade física, é necessária em todas as idades e deveria ser proporcionada a todas as crianças e adolescentes. No período atual as práticas de atividade física/exercício físico realizadas pela maiorias dessa população não atinge o que é recomendado pela OMS. O objetivo será analisar o nível de atividade física nível de atividade física e fatores associados em crianças e adolescentes do alto sertão paraibano. Metodologia: A pesquisa

	INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA
	Campus Sousa - Código INEP: 25018027
	Av. Pres. Tancredo Neves, S/N, Jardim Sorriândia III, CEP 58805-345, Sousa (PB)
	CNPJ: 10.783.898/0004-18 - Telefone: None

Documento Digitalizado Ostensivo (Público)

Entrega de tcc

Assunto:	Entrega de tcc
Assinado por:	Samuel Gadelha
Tipo do Documento:	Anexo
Situação:	Finalizado
Nível de Acesso:	Ostensivo (Público)
Tipo do Conferência:	Cópia Simples

Documento assinado eletronicamente por:

- **Samuel Batista Gadelha, ALUNO (201818750023) DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA - SOUSA**, em 13/03/2024 23:07:21.

Este documento foi armazenado no SUAP em 13/03/2024. Para comprovar sua integridade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse <https://suap.ifpb.edu.br/verificar-documento-externo/> e forneça os dados abaixo:

Código Verificador: 1115090

Código de Autenticação: 12653b21d6

