

SESSÃO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E SAÚDE COLETIVA

ATIVIDADE FÍSICA E NÍVEL DE GORDURA CORPORAL EM ALUNOS DE UMA ESCOLA EM FOZ DO IGUAÇU, PR, BRASIL.

Maria Jose Cevallos Merchan

Estudante do curso de graduação em Saúde Coletiva
Voluntária de Iniciação Científica

Dalila Vanessa Arce Diaz

Estudante do curso de graduação em Saúde Coletiva
Voluntária de Iniciação Científica

Hannalicia Bueno de Freitas

Estudante do curso de graduação em Saúde Coletiva
Bolsista de Iniciação Científica da Fundação Araucária

Orientador: Carlos Kusano Bucalen Ferrari

Professor Adjunto do Curso de Saúde Coletiva
Instituto Latino-Americano de Ciências da Vida e Natureza (ILACVN)
correio eletrônico: carlos.ferrari@unila.edu.br

Resumo: o sedentarismo e o nível de gordura corporal constituem dois fatores importantes de serem mensurados em adolescentes devido ao crescimento da incidência de obesidade. O objetivo deste trabalho foi avaliar o nível de atividade física e de gordura corporal em crianças de uma escola pública de Foz do Iguaçu, PR. Metodologia: Foram avaliadas crianças de 7 a 9 anos de uma escola pública em Foz do Iguaçu por questionário para avaliar a prática de atividade física e bioimpedância para mensurar o nível de gordura corporal. Resultados: 52,94% dos alunos assistem TV apenas de 1 a 2 horas/dia. Porém, o restante dos alunos excede o tempo preconizado assistindo TV por 4 horas ou mais/dia. Cerca de um quarto dos alunos raramente se diverte, mas 35,3% dos estudantes se diverte até 2 vezes por semana, enquanto 23,53% e 17,65% se divertem de 3 a 4 vezes e mais de 4 vezes por semana, respectivamente. Apenas 6% dos escolares pratica esporte 5 dias por semana, o que é recomendado para manter a saúde e evitar a obesidade. Um fator positivo é que 70,6% dos alunos caminha até a escola. A porcentagem de gordura corporal nos meninos variou de 5% a 12,8%, com média de $8,7 \pm 2,26$. Nas meninas, o nível de gordura variou de 6,2% a 20,4%, com média de $11,13 \pm 4,76$. Neste sentido, 11,8% dos alunos tiveram níveis de gordura corporal no limiar dos valores saudáveis. Deve-se promover ações para a promoção da prática de atividade física e controle da gordura corporal.

Agradecemos à/ao Fundação Araucária pela bolsa de iniciação científica concedida a aluna Hannalicia Bueno de Freitas.

Palavras-chave : nível de atividade física, sedentarismo, gordura corporal.



Ministério da Educação
Universidade Federal da Integração Latino-Americana
Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação