

# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE RIO VERDE - GOIÁS

*Level of physical activity in school adolescents of city of Rio Verde - GO*

*Renato Canevari Dutra da Silva<sup>1</sup>, Rubia Cotarelli Ribeiro Guareschi<sup>2</sup>  
Fernando Duarte Cabral<sup>3</sup>, Marcelo Gomes Judice<sup>4</sup>, Ramón Fabian Alonso López<sup>5</sup>*

## RESUMO

Contextualização: A prática habitual de atividade física está entre os vários determinantes que contribui para uma boa condição de saúde, sendo que esta tende a variar ao longo da vida. A realização de estudos para identificar os níveis de atividade física em adolescentes fornecem subsídios na implantação de programas que estimule a prática habitual de atividade física. Objetivo: Avaliar o nível de atividade física em adolescentes da rede de ensino do município de Rio Verde-GO e verificar possíveis diferenças do nível de atividade física entre os sexos e as redes de ensino pública e privada. Método: Aplicou-se o questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) - versão curta a 1229 adolescentes escolares de 15 a 17 anos, regularmente matriculados no ensino médio, período matutino do município de Rio Verde-GO. Resultados: Foi observado que 77,7% dos indivíduos avaliados apresentaram-se ativos. Quando considerado a rede de ensino encontrou-se 71,03% e 81,78% de indivíduos ativos para a entidade privada e pública, respectivamente. Com relação ao gênero, encontrou-se 86,03% de ativos para o sexo masculino e 70,26% para o sexo feminino. O sexo masculino apresentou percentuais de indivíduos ativos de 85,38% na rede privada e 86,41% na rede pública, enquanto, no sexo feminino verificou-se um percentual de 59,06% para os adolescentes ativos na rede privada e 77,47% na pública. Considerações finais: O nível de atividade física desses adolescentes foi alto, sendo maior no sexo masculino, já quanto às redes de ensino o nível de atividade física foi maior nos adolescentes pertencentes à rede pública.

**Palavras-Chave:** Ensino público e particular, Exercícios físicos, Qualidade de vida.

## ABSTRACT

Contextualization: The habitual practice of physical activity is among the several determinants that contributes to a good health condition, which tends to vary throughout the life. Conducting studies to identify levels of physical activity in adolescents provides support in the implementation of programs that stimulate habitual practice of physical activity. Objective: To evaluate the level of physical activity among adolescents in the school network in Rio Verde-GO and to verify possible differences in the level of physical activity between the sexes and the public and private education networks. Method: The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) - a short version was applied to 1229 school adolescents aged 15 to 17 years, regularly enrolled in high school, in the morning in the municipality of Rio Verde-GO. Results: It was observed that 77.7% of the individuals evaluated were active. When considering the educational network, 71.03% and 81.78% of active individuals were found for the private and public entity, respectively. Regarding gender, we found 86.03% of assets for males and 70.26% for females. The percentage of active individuals was 85.38% in the private network and 86.41% in the public network, whereas in the female sex there was a percentage of 59.06% for active adolescents in the private network and 77% 47% in the public sector. Final considerations: The level of physical activity of these adolescents was high, being greater in the male sex, whereas in the educational networks the level of physical activity was higher in the adolescents belonging to the public network.

**Keywords:** Public and private education, Physical exercises, Quality of life.

1. Professor Adjunto da Universidade de Rio Verde – UNIRV;  
2. Fisioterapeuta Graduada pela Universidade de Rio Verde – UNIRV.  
3. Professor do Instituto de Ensino Superior de Rio Verde – GO (IERSRIVER)  
4. Professor Adjunto da Universidade de Rio Verde – UNIRV  
5. Professor Titular do Instituto Euro-Americano de Educação, Ciência e Tecnologia

Autor para correspondência:  
Renato Canevari Dutra da Silva  
Endereço: Rua RC 11, Qd. 09, Lt. "C", Residencial Canaã, Rio Verde- GO, CEP:  
75909-690;  
e-mail: renatocanevari@yahoo.com.br

## INTRODUÇÃO

A inatividade física é determinada como um acúmulo de gasto energético mensal menor que 2.000 Kcal<sup>1</sup>. Atualmente em nível mundial relata-se uma inatividade física (80%) em adolescentes (13-15 anos), considerando-se recomendação de pelo menos 60 min/dia de atividade física moderada ou vigorosa<sup>2</sup>. Isso ocorre porque a partir da adolescência há uma maior tendência de os jovens perderem o interesse pela prática de atividades físicas, podendo se estender durante a vida adulta<sup>3</sup>.

Em um estudo de meta-análise recente foi verificado que existe grande variabilidade na prevalência de inatividade física entre adolescentes no Brasil, variando entre 2,3% a 93,5%, sendo que 60% dos estudos apontaram prevalência superior a 50% de inatividade física nas diferentes regiões do Brasil<sup>4</sup>. Já em uma revisão de estudos abrangendo a prática de atividades físicas em adolescentes brasileiros, constatou que eles estão expostos a uma variação de baixos níveis de atividade física, variando entre 39% e 93,5%<sup>5</sup>. Demais pesquisadores, relatam que a inatividade física na adolescência vem se destacando como um importante fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares na fase adulta<sup>6,7,8</sup>. Em outra, revisão sistemática com meta-análise, mostrou grande variação da prevalência de inatividade física, tanto em adolescentes do sexo masculino (2,0%-80,0%), quanto do feminino (14,0%-91,0%)<sup>9</sup>.

Atualmente recomenda-se para prática de atividades físicas na infância e adolescência, que todo jovem deveria praticar diariamente 60 minutos ou mais de atividades físicas moderadas em cinco ou mais dias da semana<sup>10,11</sup>, além de pelo menos 420 minutos de atividades físicas por semana<sup>10,12</sup>. Dados demonstram que entre setembro de 2014 e setembro de 2015 no Brasil, os jovens e adultos com 15 anos ou mais de idade que não praticavam qualquer tipo de esporte ou atividade física eram 122,9 milhões de pessoas, o equivalente a 76% da população de 161,8 milhões de brasileiros nesta faixa etária. Do total, 70,1 milhões eram mulheres, o equivalente a 83,1% da população feminina do país de 15 anos ou mais por ocasião da pesquisa<sup>13</sup>. Segundo este levantamento, 57,3% das pessoas entre 15 e 17 anos que não praticaram esporte não o fizeram porque não gostavam ou não queriam<sup>13</sup>.

Levando em consideração que promover a atividade física na infância e na adolescência estabelece uma base sólida para a redução da inatividade física na idade adulta<sup>10</sup>, e tendo em vista que são poucos os estudos na região centro-oeste<sup>9</sup> que avaliem o nível de atividade física em adolescentes e jovens brasileiros, o objetivo deste trabalho foi avaliar o nível de atividade física em adolescentes de ambos os sexos da rede de ensino pública e privada do município de Rio Verde-GO.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, transversal, onde foram avaliados adolescentes escolares de ambos os sexos, com idades variando de 15 a 17 anos, regularmente matriculados no ensino médio, período matutino, das redes pública e privada do município de Rio Verde-GO, os quais foram submetidos a aplicação do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) – versão curta.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UNITRI - Centro Universitário do Triângulo, com o número do parecer 598771 (sob o título “Obe-

sidade, perfil lipídico e sua relação com o nível de atividades físicas de adolescentes escolares”).

Foram incluídos adolescentes de ambos os sexos, autorizados pelos diretores das escolas, por seus pais e que se propuseram a responder o IPAQ – versão curta de forma voluntária. Foram excluídos do estudo os adolescentes com idade menor que 15 ou maior que 17 anos, que não apresentaram autorização dos seus pais ou responsáveis legais, através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e os que se recusaram participar da pesquisa, não assinando o Termo de Assentimento, ou e portadores de qualquer tipo de doença aguda ou crônica, previamente diagnosticadas, que pudesse interferir na prática de atividade física. Além dos adolescentes que não estavam presentes na escola no dia da realização da pesquisa e questionários com rasuras ou incompletos.

A população alvo desse estudo foi composta por 3063 adolescentes escolares cursando o ensino médio no período matutino, sendo que, desses 2275 adolescentes pertenciam às escolas da rede pública, distribuídos num total de 5 escolas e 788 adolescentes pertenciam às escolas privadas, distribuídos num total de 6 escolas do município de Rio Verde-GO, no segundo semestre de 2006. O município de Rio Verde apresenta oito escolas públicas e cinco privadas que oferecem o ensino médio no período matutino, as quais foram registradas, numeradas e escolhidas para o estudo através de sorteio e pela disponibilidade para realização do estudo.

A amostra foi calculada através da seguinte equação<sup>9</sup>:

$$n = \frac{N \times \frac{1}{E^2}}{N + \frac{1}{E^2}}$$

Sendo:

n = o tamanho da amostra;

N = o tamanho da população;

E = o erro máximo admitido para a estimativa (3%)

Após a execução dos cálculos, foi determinada uma amostra de 461,03 alunos pertencentes à rede privada de ensino e 746,51 alunos pertencentes à rede pública de ensino, totalizando 1207,54 alunos. No entanto, a amostra de alunos realmente avaliados foi composta por 1229 alunos, pois como o número de adolescentes avaliados foi bem próximo da amostra calculada optou-se por não excluir nenhum dos adolescentes.

A amostra de caráter representativo para o município de Rio Verde-GO, composta de 1229 adolescentes escolares de 15 a 17 anos, regularmente matriculados no ensino médio, período matutino do município de Rio Verde-GO, obteve como idade média de 15,9 anos (+ 0,81), e quanto às redes de ensino, 466 adolescentes (37,9%) pertenciam à rede privada e 763 adolescentes (62,1%) pertenciam à rede pública. Foram avaliados todos os alunos das instituições que enquadraram nos critérios de inclusão que estavam presentes nas instituições de ensino no dia da realização da pesquisa.

Todos adolescentes foram submetidos aos critérios de inclusão e exclusão, e também informados a respeito dos objetivos e procedimentos da pesquisa através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido encaminhados aos seus pais e do Termo Assentimento aos adolescentes.

Aplicou-se o questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ - versão curta). Essa versão do IPAQ é composta por seis questões abertas e suas informações permitem estimar o tempo despendido por semana em diferentes dimensões de atividade física (caminhadas e esforços físicos de intensidades moderada e vigorosa). Para tanto, realizou-se produto entre a duração (minutos/dia) e a frequência em dias/semana.

Para analisar os dados do nível de atividade física foi usado o consenso realizado entre o Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul (CELAFISCS) e o Center of Disease Control and Prevention (CDCP) de Atlanta, considerando os critérios de frequência e duração das atividades físicas, que classifica as pessoas em cinco categorias: 1) Sedentários; 2) Insuficientemente Ativo A; 3) Insuficientemente Ativo B; 4) Ativo; 5) Muito Ativo. Tais dados foram atualizados e resumidos pela classificação da Organização Mundial de Saúde (2010), a qual classifica os níveis de atividade física em ativo (> 420 min) e insuficientemente ativo (< 420 min).

A aplicação do IPAQ versão-curta foi realizada sempre no horário de intervalo entre as aulas na própria sala de aula, com os alunos sentados em suas carteiras e separados por uma distância aproximada de um metro. Os adolescentes foram orientados que nenhum tipo de questionamento feito por eles seria respondido uma vez que o questionário é auto-explicativo e não permite nenhum tipo de intervenção do pesquisador. Também foram orientados a não conversarem entre si.

O tratamento estatístico das informações foi realizado com o programa Microsoft Excel 2000, transferindo-os para o Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), assim realizando as análises.

Para verificar o nível de atividade física foram utilizadas distribuição de frequência absoluta e relativa.

As diferenças no nível de atividade física de acordo com os gêneros e as redes de ensino foram verificadas pelo Teste do Qui-quadrado.

Para a realização de todas as comparações utilizou-se um nível estatístico de significância menor que 5 % de erro ( $p < 0,05$ ).

## RESULTADOS

No que concerne à estrutura dos dados, considerando o sexo e a rede de ensino, verificou-se uma proporcionalidade entre os sexos (47,2% masculino e 52,8% feminino), enquanto que a proporção de indivíduos analisados pertencentes à rede pública foi superior ( $N = 763$ ) ao de instituições particulares ( $N = 466$ ).

Como anteriormente citado, utilizou-se na pesquisa alunos que se encontravam na faixa etária de 15 a 17 anos, onde se observou uma idade média de 15,90 com um desvio padrão de  $\pm 0,810$ . A distribuição dos indivíduos dentro da faixa etária em estudo encontra-se homogênea, onde 15 anos apresentou valor de 31,25%, 16 anos 33,33% e 17 anos com 35,42%.

Na Figura 1 encontra-se a distribuição de acordo com os critérios estabelecidos pela CELAFISCS e pela Center for Disease Control and Prevention<sup>14,15</sup>, onde apresenta valores de 2,30% para sedentários (S), 9,60% para insuficientemente ativos B (IB), 10,40% para insuficientemente ativos A (IA), 51,30% para ativos (A) e 26,40% para muito ativos (MA).

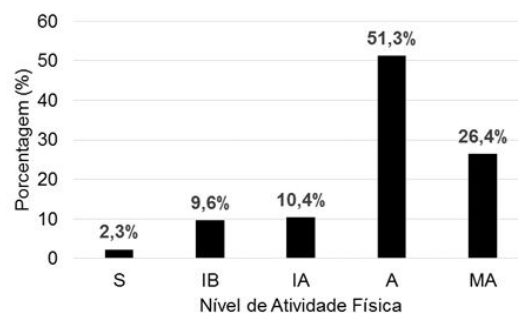


Figura 1 - Classificação geral do IPAQ dos adolescentes.

Na Figura 2, tem-se os valores agrupados em ativos (A + MA) com 77,70% e insuficientemente ativos (S + IB + IA) com 22,30%.

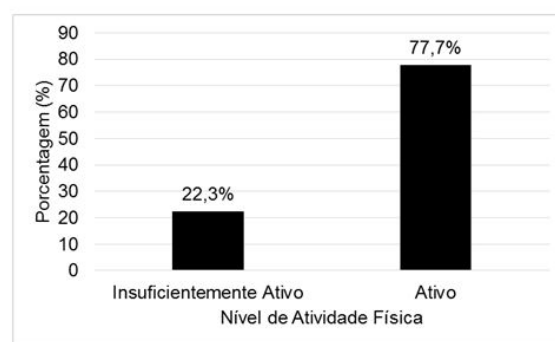


Figura 2 - Classificação do IPAQ dos adolescentes.

Na Figura 3 tem-se descrição dos valores em ativos e insuficientemente ativos, considerando a rede de ensino (privada ou pública).

Denota-se que em ambas as redes de ensino, o número de indivíduos insuficientemente ativos, é menor que os de indivíduos ativos. No entanto, tem-se que na rede privada encontra-se uma maior proporção de insuficientemente ativos (28,97%), quando comparada à rede pública (18,22%), com diferença estatisticamente significativa entre as redes de ensino ( $p = 0,0000$ ) (Figura 3).

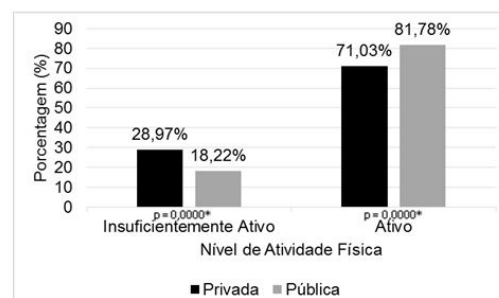


Figura 3 - Classificação do IPAQ dos adolescentes em relação às redes de ensino.

\* diferença estatisticamente significativa.

Na Figura 4 tem-se a descrição dos valores em ativos com 86,30% para o sexo masculino e 70,26% para o sexo feminino e de insuficientemente ativos com 13,97% para o sexo masculino e 29,74% para o sexo feminino, considerando a subclasse sexo.

A maioria dos indivíduos, tanto do sexo masculino, quanto do sexo feminino, apresentaram-se ativos, no entanto, os indivíduos do sexo masculino apresentaram-se mais ativos que os do sexo feminino, com diferença estatisticamente significativa ( $p = 0,0000$ ).

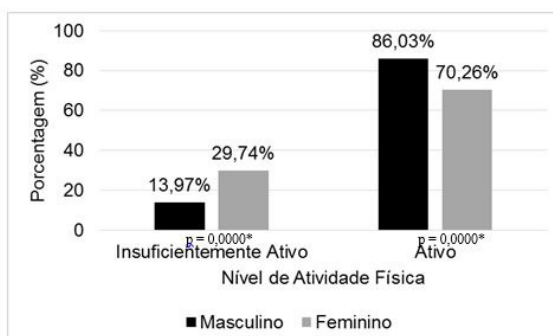


Figura 4 - Classificação do IPAQ dos adolescentes em relação aos sexos.

\* diferença estatisticamente significativa

Na Tabela 1, encontram-se os percentuais de ativos e insuficientemente ativos, considerando os sexos e as redes de ensino, onde pode ser observado que os adolescentes do sexo masculino de ambas as redes de ensino são mais ativos que os de sexo feminino, com diferença estatisticamente significativa.

**Tabela 1** - Classificação dos níveis de atividade física pelo critério da OMS (2010) em relação aos sexos e às redes de ensino.

IPAQ	Privada				p	Pública				P
	Masculino		Feminino			Masculino		Feminino		
	n	%	N	%		n	%	n	%	
Insuficiente Ativo	31	14,62	104	40,94	0,0000*	50	13,59	89	22,53	0,0007*
Ativo	181	85,38	150	59,06	0,0000*	318	86,41	306	77,47	0,0007*
TOTAL	212	100,00	254	100,00	-	368	100,00	395	100,00	-

\* diferença estatisticamente significativa

## DISCUSSÃO

No que se refere à Figura 1, a maior proporção de indivíduos se classificam como ativos (51,3%) enquanto apenas 2,3% são indivíduos sedentários. De uma forma geral (como verificado na Figura 2), a maior parte dos indivíduos avaliados apresenta-se dentro de alguma faixa de atividade (77,7%).

Utilizando-se do formulário IPAQ16, em uma faixa etária mais extensa que a avaliada nesse estudo (15-24 anos), esse trabalho constatou o maior percentual de indivíduos insuficientemente ativos em João Pessoa - PB (52,5%) enquanto Porto alegre - RS apresentou a menor taxa (28,0%). Como visto os índices apresentados neste estudo em Rio Verde para essa classe são inferiores aos obtidos no levantamento. Dois são os fatores a se considerar quando comparados os resultados apresentados em Rio Verde e os obtidos nos grandes centros urbanos.

Primeiramente, o estudo realizado em Rio Verde envolve uma faixa etária menor, onde estão inseridos apenas adolescentes, enquanto que os resultados apresentados anteriormente<sup>16</sup> incluem adultos em sua avaliação. A influência da idade no nível de atividade física é intensamente relatada na literatura, sendo que tal prática tende a variar ao longo da vida, pois é incomum que se mantenha constante ao longo dos anos<sup>17</sup>.

Outros pesquisadores<sup>18</sup>, buscando quantificar a mudança no nível de atividade física, avaliou um grupo de alunos em três anos consecutivos. Ao fim do estudo constaram redução média de 59,8% no nível de atividade física dos adolescentes entre a 1a e 3a séries do ensino médio. Para as meninas, essa redução

foi de 67,7% e de 50,0% para os meninos.

O período de transição entre a adolescência e a idade adulta encontra-se associado negativamente com a atividade física. Este declínio é devido ao incremento das responsabilidades diárias, a possibilidade de ingresso no ensino superior e no mercado de trabalho<sup>19</sup>.

Outro ponto a ser discutido é a influência do tamanho da cidade no nível de atividade física. Em revisão<sup>20</sup>, relata que a falta de locais públicos adequados e seguros para a prática de atividades físicas de lazer e o constante incremento dos índices de violência nos grandes centros urbanos pode levar a maior prática de atividades sedentárias, principalmente entre adolescentes e crianças. Como Rio Verde é consideravelmente menor que os centros urbanos, não apresenta índices de violência iguais aos grandes centros urbanos e apresenta ambientes públicos seguros para a prática física, o que seguramente contribuiu com a menor taxa de inatividade física.

Tais resultados da figura 4 corroboram com outras pesquisas realizadas envolvendo entidades particulares e públicas. Outros autores<sup>21</sup> relataram em estudo que os estudantes de escolas públicas eram mais ativos (44,2 %) que aqueles de escolas particulares (32,2%), representando uma diferença porcentual de 27,2%. Outro pesquisador<sup>22</sup> realizou avaliação em três redes de ensino: estaduais, municipais e particulares do município de Franca, classificando o nível de atividade física em inapropriada, regular e adequada. Constou-se que a maior frequência de atividade física ocorreu nas escolas estaduais (47.2%), seguidas das municipais (34,3%) e das particulares (18,5%).



Os valores de atividade física encontrados nas redes pública e privadas, estão relacionados ao nível socioeconômico dos estudantes, uma vez que alunos de instituições privadas possuem maior oportunidade em se ter regalias, tais como transporte escolar e diversão digital (computadores e vídeo-games), o que induz a um aumento da taxa de sedentarismo<sup>23</sup>. No entanto, outra pesquisa<sup>19</sup> reporta que se deve considerar o efeito da urbanização, uma vez que em lugares com altos índices de violência (tais como os grandes centros-urbanos), a prática de atividade física se restringe às academias e clubes privados, ocorrendo uma inversão de resultados. Este fenômeno ocorre uma vez que as classes de menor renda praticam atividades físicas em ambientes públicos, o que se torna muito perigoso em ambientes violentos.

Através do exposto na figura 5, verifica-se que existe uma menor proporção de indivíduos ativos dentro do sexo feminino (70,26%) quando comparado ao sexo masculino (86,03%). Em pesquisa realizada<sup>25</sup>, utilizando-se de um questionário PAQ-C, em uma amostra de faixa etária 10-19 anos, encontraram para o sexo feminino escores de atividade física, inferiores ao masculino. Outro pesquisador<sup>26</sup>, em avaliação da aplicação de um questionário de atividade física na cidade de Piracicaba, constatou que as mulheres apresentavam menor atividade física semanal: média de 462 minutos/semana contra 587,3 minutos/semana apresentados pelos homens. Outro estudo<sup>27</sup> verificou que a média de minutos/semana de atividade física foi de 799,9 para os homens e 560,7 para as mulheres. Já outra pesquisa<sup>28</sup> relatou que proporção de indivíduos “insuficientemente ativos” foi de 35,9% para homens e 39,3% para as mulheres. Todas estas pesquisas demonstram um menor nível de atividade física referente ao gênero feminino, não importando o critério utilizado ou a faixa etária, o que reforça os achados dessa pesquisa.

Esta diferença apresentada entre o gênero masculino e o feminino, no tocante à realização de atividades físicas, é de ordem principalmente cultural, com o desenvolvimento por parte da sociedade dos chamados estereótipos sexuais. Culturalmente em relação à atividade física, os meninos são estimulados a explorar o universo da cultura corporal do movimento enquanto que as meninas devem se empenhar em atividades artísticas e intelectuais<sup>29</sup>.

Percebe-se que a proporção de ativos ou insuficientemente ativos entre os sexos apresentaram-se diferença estatisticamente significativa, em ambas as redes de ensino (Tabela 1). O sexo masculino apresentou percentuais de indivíduos ativos de 85,38% na rede privada e 86,41% na rede pública. No entanto, o sexo feminino não apresentou o mesmo comportamento, uma vez que a diferença entre ativos nas redes foi superior ao verificado em homens: 59,06% na rede privada e 77,47% na pública.

Resultado semelhante ao obtido nessa pesquisa foi encontrado em um estudo<sup>30</sup> envolvendo escolas particulares e públicas de Anápolis - GO, com indivíduos de menor faixa etária. Esse autor através de um questionário estabeleceu a seguinte classificação no que concerne ao nível de atividade física: inativos, insuficientemente ativos, moderadamente ativos e ativos. Ao término, verificou-se que em escolas particulares 24,9% e 11,9% das meninas era considerado como moderadamente ativas ou ativas, ao passo que na rede pública essas taxas eram respectivamente, 25% e 32,6%. Com relação ao sexo masculino para as escolas particulares 24,4% de moderadamente ativos e 17,5% para ativos; ao passo que 25,4% e 29,1% dos meninos da rede pública eram, respectivamente, moderadamente ativos e ativos.

Verifica-se em ambas as pesquisas, que a maior diferença no nível de atividade física encontrado entre as redes de ensino se refere ao sexo feminino, mesmo que em outro trabalho<sup>30</sup> essa diferença tenha sido menor em virtude, possivelmente, da faixa etária e da classificação adotada. Tal fato tem-se como um indicativo de que os hábitos físicos entre os indivíduos do sexo masculino são os mesmos, não importante à classe social a qual este pertence, uma vez que a prática de esporte é extremamente estimulada neste sexo. As mulheres apresentam uma maior diferença percentual, primeiramente porque como já explicado, as mulheres são pouco estimuladas a realizar práticas físicas frequentes, sendo que as de baixa renda apresentam maior nível de atividade física por auxiliar nas tarefas domésticas.

Para futuros estudos, recomenda-se mais averiguações das relações entre os fatores socioculturais e níveis econômicos com a inatividade física, pois pelos resultados apresentados e por constatações vivenciadas e apresentadas na literatura, essa constatação poderá ser confirmada.

---

## CONCLUSÃO

---

O nível de atividade física dos adolescentes escolares do município de Rio Verde-GO foi satisfatório na grande maioria dos adolescentes avaliados, uma vez que 77,7% apresentaram-se ativos, atendendo os critérios estabelecidos pelo Center for Disease Control and Prevention (CDCP) (2000) quanto ao nível regular de atividade física.

Os adolescentes do sexo masculino apresentaram nível de atividade física maior que os do sexo feminino em ambas as redes de ensino.

No que concerne ao tipo de rede de ensino, verificou-se um maior nível de atividade física nos adolescentes pertencentes à rede pública se comparados aos seus pares pertencentes à rede privada de ensino.

Considerando que a pesquisa utilizou-se apenas de adolescentes em uma faixa etária estreita, possivelmente o nível de inatividade física da população de Rio Verde-GO é significativamente maior, sendo necessária inclusive, a realização de estudos em outras faixas etárias para quantificar o nível de atividade física e estender os benefícios de um programa de reeducação comportamental a adultos e idosos.

---

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

---

1. Nahas MV. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida saudável. 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.
2. Hallal PC, Andersen LB, Bull FC, Guthold R, Haskell W, Ekelund U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *Lancet*. 2012; 380(9838): 247-57.
3. Azevedo MR, Araújo CL, Silva MC, Halla PC. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based stud. *Rev. Saúde Pública*. 2007; 41(01): 69-75.
4. Barbosa Filho VC, Wagner de Campos W, Lopes AS. Epidemiology of physical inactivity, sedentary behaviors, and unhealthy eating among Brazilian adolescents: a systematic review. *Ciênc. saúde coletiva*. 2014; 19(1): 173-193.

5. Tassitano RM, Bezerra J, Tenório MCM, Colares V, Barros MVG, Hallal PC. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. *Rev. bras. cineantropom. desempenho hum.* 2007; 09(01): 55-60.
6. Guedes DP, Guedes JERP, Barbosa DS, Oliveira JA. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. *Rev Bras Med Esporte.* 2001; 07(06): 187-199.
7. Glaner MF. Nível de atividade física e aptidão física relacionado à saúde em rapazes rurais e urbanos. *Rev. paul. Educ. Fis.* 2002; 16(1): 76-85.
8. Jenovesi JF, Bracco MM, Colugnati FAB, Taddei JAAC. Perfil de atividade física em escolares da rede pública de diferentes estados nutricionais. *R. bras. Ci. e Mov.* 2003; 11(4): 57-62.
9. Barufaldi LA, Abreu GA, Coutinho ESF, Bloch KV. Meta-analysis of the prevalence of physical inactivity among Brazilian adolescents. *Cad Saude Publica.* 2012; 28(6): 1019-32.
10. Luciano AP, Bertoli, CJ, Adami, F, Abreu, LC. Nível de atividade física em adolescentes saudáveis. *Rev Bras Med Esporte.* 2016; 22(3): 191-194.
11. Pate RR, Freedson PS, Sallis JF, Taylor WC, Sirard J, Trost SG. Compliance with physical activity guidelines: prevalence in a population of children and youth. *Ann Epidemiol.* 2002; 12(5): 303-308.
12. World Health Organization, WHO. Global recommendations on physical activity for health. Geneva, Switzerland: WHO, 2010.
13. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, IBGE. Práticas de esporte e atividade física: 2015. Rio de Janeiro : IBGE, 2017. 80p.
14. Center For Disease Control And Prevention. Promoting physical activity: a best buy in public health. 2000.
15. Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira L, Braggion G. Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Rev Bras Ativ Fís Saúde.* 2001; 6(2): 5-12.
16. Ministério da Saúde. DATASUS. Estatísticas vitais – Mortalidade e nascidos vivos. 2006. Disponível em: <<http://portal.saude.gov.br/saude>>.
17. Carvalho T, Nóbrega ACL, Lazzoli JK, Magni JRT, Rezende L, Drummond FA, Oliveira MAB, Rose EH, Araújo CGS, Teixeira JAC. Posição Oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde. *Rev Bras Med Esporte.* 1996; 2(1); 79-81.
18. Ceschine FL, Figueira Junior A. Nível de Atividade Física em adolescentes durante o ensino médio. *Rev. Bras. Ciên. Saúde.* 2006; 3(7): 32 – 38.
19. Leslie E, Sparling PB, Owen N. University campus settings and the promotion on physical activity in young adults: lesson from research in Australia the USA. Los Angeles: Health Education, 2001. p.116-126.
20. Ceschini FL, Florindo AA, d' Aquino Benício MH. Nível de atividade física em adolescentes de uma região de elevado índice de vulnerabilidade juvenil. *Rev Bras Cienc Mov.* 2007; 15(4): 67-78.
21. Matsudo VKR. A experiência do Agita São Paulo na promoção da atividade física como instrumento de combate à obesidade infanto-juvenil. *Rev. bras. educ. fis. esporte.* 2006; 20(5): 35-36.
22. Andrade DEG. Prevalência de Sobrepeso e Obesidade em Crianças de Escola Pública e Privada do Ensino Fundamental da Cidade de Franca-SP e Alguns Fatores de Risco Associados. [Tese]. Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo - Faculdade de medicina de Ribeirão Preto; 2006.
23. Pate RR, Pratt M, Blair SN, Haskell WL, Macera CQ, Bouchard C. Physical activity and public health: recommendation from the centers for disease control and prevention and the American College of Sports Medicine. *JAMA.* 1995; 273(5): 402-407.
24. Matsudo SM, Matsudo VKR, Araújo TL, Andrade DR, Andrade EL, Oliveira LC, Braggion G.F. The agita São Paulo program as a model for using physical activity to promote health. *Panam Salud Publica.* 2003; 14(4): 265-272.
25. Silva RCR, Malina RM. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cad. Saúde Pública.* 2000; 16(4): 1091-1097.
26. Florindo AA, Romero A, Peres SV, Silva MV, Slater B. Desenvolvimento e validação de um questionário de avaliação da atividade física para adolescentes. *Rev. Saúde Pública.* 2006; 40(5): 1-7.
27. Baretta E. Nível de Atividade Física e Fatores Associados em Indivíduos Adultos de um Município de Pequeno Porte do Sul do Brasil: um estudo de base populacional. [Tese]. 2005. Joaçaba: Universidade do Oeste de Santa Catarina, Joaçaba; 2005.
28. Maciel ES. Qualidade de vida: Análise da Influência do Consumo de Alimentos e Estilo de Vida. [Tese]. Piracicaba: Universidade de São Paulo – Escola Superior de Agricultura “Luiz de Queiroz”; 2006.
29. Haywood KM, Getchell N. Desenvolvimento motor ao longo da vida. 3ªed. Porto Alegre: Artes Médicas; 2004. p.230-311.
30. Venâncio PEM. Obesidade, Atividade Física e Hábitos Alimentares em Escolares da Cidade de Anápolis-GO. [Tese]. Brasília: Universidade Católica de Brasília; 2006.