

INDICADORES DE ATIVIDADE FÍSICA ASSOCIADA À SAÚDE EM ESCOLARES DE 7 A 12 ANOS DA ESCOLA PÚBLICA AMIGOS DE ARACRUZ, TEIXEIRA DE FREITAS (BA)

Valfredo Ribeiro Dórea¹;
Douglas de Assis Teles Santos²;
Edson Santos da Conceição³;
Rizia Rocha Silva⁴.

Inúmeros estudos ao longo das últimas décadas com crianças e adolescentes têm demonstrado os benefícios da atividade física no estímulo ao crescimento e desenvolvimento motor, prevenção da obesidade, incremento da massa óssea, aumento da sensibilidade à insulina, melhora do perfil lipídico, diminuição da pressão arterial, dentre outros. Também é conhecido o fato de que a atividade física realizada de forma imprópria, em desacordo com a idade, com o desenvolvimento motor e com o estado de saúde, apresenta riscos de lesões como: trauma, osteocondrose, fratura e disfunção menstrual. Assim, o objetivo do presente estudo foi apresentar os indicadores de atividade física associados à saúde entre os escolares investigados. O estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva, de delineamento transversal, envolvendo 172 crianças e adolescentes na faixa etária de sete a doze anos, de ambos os sexos, regularmente matriculados na Escola Pública Amigos de Aracruz, em Teixeira de Freitas (BA). Os resultados parciais aqui apresentados são parte do projeto de pesquisa de iniciação científica (IC) que será implementado gradualmente em outras escolas públicas municipais. Recorreu-se às medidas antropométricas de peso corporal (kg), estatura (cm) e cálculos de índice de massa corporal (IMC). A partir dessas medidas e de acordo com os objetivos propostos para o estudo, as informações foram processadas utilizando-se o software SPSS, apropriando-se de procedimentos técnicos de estatística descritiva (média, desvio padrão, valores mínimo e máximo). Em relação ao conjunto das variáveis antropométricas e da composição corporal os valores médios encontrados foram considerados baixos, tanto para os meninos quanto para as meninas dos 7 aos 10 anos de idade. As meninas pesaram mais que os meninos em todas as idades, sobretudo a partir dos 10 anos de idade, possivelmente pela proximidade do estágio maturacional. Esses achados são semelhantes a outros estudos encontrados na literatura. Observa-se que os resultados sinalizam um quadro bastante preocupante em relação à saúde do escolar. Nessa perspectiva, vale ressaltar que estudos dessa natureza são capazes de promover possíveis intervenções que corroborem na promoção da saúde de crianças e adolescentes já nas séries iniciais do ensino fundamental.

Palavras-chave: Atividade física; saúde; crescimento; composição corporal.

¹ Doutor em Educação Física, Professor Titular da UNEB/Departamento de Educação-Campus X (Orientador PICIN/UNEB), vcdorea@ig.com.br;

² Mestre em Educação Física, Professor Auxiliar da UNEB/Departamento de Educação-Campus X, funnyeduca@hotmail.com;

³ Graduando do Curso de Educação Física da UNEB/Campus X (Bolsista PICIN/UNEB), edsonn693@gmail.com;

⁴ Graduanda do Curso de Educação Física da UNEB/Campus X (Bolsista PICIN/UNEB), riziars09@hotmail.com.