

ANÁLISE DESCRITIVA DO ESTADO NUTRICIONAL E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR DA CIDADE DE CURITIBA – PR

DOS SANTOS, Jean Ribeiro
DE OLIVEIRA, Wesley Freitas Pugsley

Introdução: o exercício físico, conforme evidências científicas, pode ser classificado como fator fundamental na influência de situação ideal nos aspectos voltados à saúde. Seguindo esse pensamento, um estilo de vida mais ativo promove hábitos mais saudáveis, entretanto, algumas pesquisas encontraram resultados insatisfatórios com relação ao Nível de Atividade Física (NAF) de algumas populações. Já o Estado Nutricional (EN) também tem grande relevância na aptidão física de indivíduos, sendo o sobrepeso e a desnutrição classificados negativamente em níveis considerados saudáveis. Para tanto, é notório uma grande quantidade de indivíduos sedentários, no qual seria possível identificar pessoas com sobrepeso, obesidade e com estilo de vida inadequado possibilitando o desencadeamento de problemas relacionados à saúde. Então, para que seja melhor analisado o NAF e EN no meio acadêmico do Centro Universitário UniBrasil, será feita uma pesquisa com estudantes de do curso de Educação Física. **Objetivo:** visto isso, torna-se de suma importância identificar e avaliar o EN e o NAF de acadêmicos, para que assim seja possível mostrar a importância de hábitos envolvendo a prática regular de atividade física no cotidiano das pessoas, sendo portanto, o objetivo do presente estudo realizar análise do NAF e EN dos acadêmicos do curso de Educação Física de uma instituição de ensino superior da cidade de Curitiba – PR. **Metodologia:** para a elaboração do estudo, será selecionado o maior número de voluntários estudantes matriculados no curso de Educação Física do Centro Universitário do Brasil - Unibrasil, localizado na cidade de Curitiba - PR. Dessa maneira, para a avaliação do NAF dos estudantes, será utilizada a versão curta do questionário *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ), já para a avaliação do EN, será utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC) que consiste no cálculo do protocolo que utiliza o peso em quilogramas dividido pela altura em metros ao quadrado.