

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ALUNOS DE 14 A 17 ANOS DE IDADE E ESCOLAS DA REDE PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CURITIBA

BATISTA, Helen Karine

O sedentarismo e algumas doenças crônicas, como a obesidade, são causados pelo estilo de vida e hábitos alimentares ruins (Rosenbaum, 1998). A prática regular de AF de intensidade moderada a vigorosa apresenta associação com a melhora da saúde física e mental, aptidão física, controle de peso, além de estilo de vida saudável que é levado para a vida adulta (Strong, 2005). Alguns estudos relatam que um indivíduo pode ser sedentário quando se referem assistir televisão por três horas ou mais por dia e que um indivíduo ativo pratica, em média, pelo menos uma hora de atividades físicas moderadas a vigorosas, durante cinco ou mais dias (Tenório, 2010). A participação dos alunos no estudo será voluntária, assim que o aluno entregar o Termo de consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos pais ou responsáveis, ambos preencheram o questionário (IPAQ), versão curta, que é composto por quatro questões contendo a) e b), sobre a prática de atividades físicas vigorosas, caminhada e tempo que “gasta” sentado fazendo suas atividades rotineiras. O Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) foi originalmente desenvolvido com finalidade de estimar o nível de prática habitual de atividade física de populações de diferentes países e contextos socioculturais (Craig, 2003). Esse estudo tem o intuito de identificar qual o nível de atividade física praticada por alunos de 14 a 17 anos de idade, de ambos os sexos, de escolas da rede pública estadual do município de Curitiba (Paraná, Brasil), com o questionário IPAQ. Entretanto, esse trabalho ainda está em processo de produção durante a disciplina de Metodologia da Pesquisa Científica, muitas coisas ainda devem ser pesquisadas e levantadas para novas discussões até o termino do mesmo.

Palavras-chave: atividade física, adolescente, sedentarismo, IPAQ, Curitiba.