
PRONTIDÃO E NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES EM UMA ESCOLA DE ENSINO MÉDIO PROFISSIONALIZANTE DO MUNICÍPIO DE JUAZEIRO DO NORTE – CE

PRONTITUDE AND LEVELS OF PHYSICAL ACTIVITY OF SCHOOLS IN A MIDDLE SCHOOL OF PROFESSIONAL EDUCATION IN THE MUNICIPALITY OF JUAZEIRO DO NORTE - CE

NETO¹, José de Caldas Simões.; PINHO², Márcio de Oliveira.
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio

Recebido: 20/04/2018; Aceito: 27/09/2018; Publicado: 24/012/2018

RESUMO

Os níveis de atividade física representam muito sobre o perfil de um indivíduo, em especial no que diz respeito à qualidade de vida. Nas últimas décadas, tem-se observado grandes mudanças em relação à prática de atividade física, sendo mostrado em diversos estudos que este problema ocorre em consequência da globalização e dos avanços tecnológicos. Portanto, a prática de atividade física é um fator importantíssimo na busca de promover uma boa qualidade de vida, devendo ser estimulada o mais cedo possível, pois hábitos adquiridos durante a infância ou adolescência, tendem a serem seguidos também durante a fase adulta. Nessa perspectiva, o objetivo do presente estudo foi avaliar e comparar a prontidão e os níveis de atividade física dos escolares de uma escola de ensino médio profissionalizante do município de Juazeiro do Norte – CE. A amostra foi composta por 218 alunos, sendo 90 do sexo masculino e 128 do sexo feminino, com faixa etária entre 14 e 19 anos. Para a coleta dos dados foram utilizados o Questionário Internacional de Atividade Física, na sua versão curta, e o *Physical Activity Readiness Questionnaire*, para determinar o nível de atividade física e a prontidão, respectivamente. Os dados foram analisados por distribuição de frequência e comparando os resultados por sexo, série e curso. Em relação a prontidão, tivemos os meninos com 43,33% e as meninas com 61,72% para recomendação médica antes da prática de atividade física, sendo 54,13% da amostra geral. Notou-se também que os níveis de atividade física dos escolares do sexo masculino estão superiores com 26,66% Muito Ativos e 57,77% Ativos, enquanto as meninas apresentaram um percentual de 12,5% e 41,4%, respectivamente. Ainda sobre o nível de atividade física, observou-se que as turmas do 3º ano apresentaram os melhores índices em relação às demais séries, com 29,03% dos escolares classificados como Muito Ativos e 51,61% Ativos, porém foram os escolares com maiores índices para a falta de prontidão para atividade física, com 58,06% da amostra. Comparando-se a amostra total por curso, observou-se que os escolares do curso de Enfermagem apresentaram os melhores níveis de atividade física com 25,35% classificados como Muito Ativos e 45,07% Ativos, assim como também foi o curso com o maior percentual de escolares com restrições médicas para iniciar a prática de atividade física, com 67,60%. Como considerações finais, podemos observar que a amostra estudada apresenta níveis de atividade física satisfatórios, porém o número representativo de alunos com necessidade de recomendações e acompanhamento para essa prática, é um fator que requer grande cuidado, pois apresenta-se com indicativos elevados, devendo-se buscar maiores conhecimentos sobre esse ponto do estudo para tentar evitar problemas à saúde dos sujeitos envolvidos.

Palavras-Chave: Atividade física; Adolescentes; Ensino Médio; Educação Profissional.

ABSTRACT

The levels of physical activity represent a lot about the profile of an individual, especially with regard to the quality of life. In the last decades, great changes have been observed in relation to the practice of physical activity, being shown in several studies that this problem occurs as a consequence of globalization and technological advances. Therefore, the practice of physical activity is a very important factor in the search to promote a good quality of life and should be stimulated as soon as possible, since habits acquired during childhood or adolescence, tend to be followed also during adulthood. In this perspective, the objective of the present study was to evaluate and compare the readiness and levels of physical activity of schoolchildren from a secondary vocational school in the city of Juazeiro do Norte - CE. The sample consisted of 218 students, 90 males and 128 females, with ages between 14 and 19 years. The International Physical Activity Questionnaire, in its short version, and the Physical Activity Readiness Questionnaire were used to collect the data to determine the level of physical activity and readiness, respectively. Data were analyzed by frequency distribution and comparing the results by sex, series and course. Regarding readiness, we had boys with 43.33% and girls with 61.72% for medical recommendation before the practice of physical activity, being 54.13% of the general sample. It was also observed that physical activity levels of male schoolchildren were higher with 26.66% Very Active and 57.77% Active, while girls presented a percentage of 12.5% and 41.4%, respectively. Still on the level of physical activity, it was observed that the classes of the 3rd year presented the best indexes in relation to the other series, with 29.03% of the students classified as Very Active and 51.61% Active, but were the students with higher indices for the lack of readiness for physical activity, with 58.06% of the sample. Comparing the total sample by course, it was observed that the students of the Nursing course presented the best levels of physical activity with 25.35% classified as Very Active and 45.07% Active, as well as the course with the highest percentage of students with medical restrictions to start practicing physical activity, with 67.60%. As final considerations, we can observe that the sample studied presents satisfactory levels of physical activity, but the representative number of students with recommendations and follow-up for this practice is a factor that requires great care, since it presents high indicative values - to obtain greater knowledge about this point of the study to try to avoid problems to the health of the subjects involved.

Keywords: Physical activity; Adolescents; High school; Professional education.

INTRODUÇÃO

A história da atividade física se confunde com a origem da humanidade. Desde os primórdios os homens desenvolveram suas próprias técnicas de sobrevivência, pois havia-se a necessidade de alimentar-se, se proteger dos perigos da natureza e, para tal, a caça e a pesca representavam práticas essenciais para a sobrevivência. Esses hábitos exigiam um grande esforço físico e, conseqüentemente, um elevado gasto energético, pois práticas como caminhar, correr, saltar e nadar eram obrigatórias. Com os avanços do processo civilizatório, estas habilidades motoras passaram a serem utilizadas com finalidades guerreiras, terapêuticas, esportivas e educacionais [...] (OLIVEIRA, 2006).

Na antiga Grécia, a atividade física era desenvolvida como forma de ginástica com fins bélicos. Na Europa, em meados do século XIX, surge a atividade física escolar na forma de jogos, danças e ginástica. Já no Brasil a atividade física desenvolveu-se com bases médicas no início do século XX, com a finalidade de formar o indivíduo saudável, período que caracterizou a abordagem higienista da Educação Física Escolar (SOARES, 2017).

De acordo com Vasconcelos *et al.* (2012), o termo atividade física é definido como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética, gerando um gasto energético. Portanto, diariamente, realizamos diversas tarefas que caracterizam algum tipo de atividade física que variam de acordo com a sua intensidade, podendo ser classificada como moderada ou vigorosa.

Silva (2009) mostra a relação positiva entre a prática regular de atividade física e a saúde, sendo que a primeira pode possibilitar benefícios como: prevenção e tratamento da osteoporose, diminuição da pressão arterial, aumento do gasto energético, da massa e da força muscular, da capacidade cardiorrespiratória, da flexibilidade e do equilíbrio. Diante desses benefícios, a prática regular de atividade física é considerada como um dos principais fatores na promoção e manutenção da saúde e qualidade de vida da população.

Com o avanço tecnológico nas últimas décadas, a sociedade sofreu várias mudanças, afetando diretamente o estilo de vida da população em geral. Santos *et al.* (2012) revelam que a incidência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis – DCNTs na fase adulta, está diretamente ligada aos hábitos dos sujeitos quando crianças e adolescentes. O sedentarismo representa um fator de risco para essas doenças, portanto, a atividade física na adolescência deve ser estimulada como um importante fator de proteção à saúde na vida adulta.

Guedes (2006) mostra que a inatividade física é um fator prejudicial para a saúde aumentando a incidência de cardiopatias, diabetes, hipertensão, osteoporose e alguns tipos de câncer, ressaltando a importância da prática de atividade física regularmente. Portanto, os benefícios da prática de atividade física para a saúde são indiscutíveis para todos os tipos de públicos e estão comprovados por diversos estudos realizados com esta temática.

A população desta pesquisa faz parte de um modelo de ensino que trouxe a possibilidade de integrar a educação profissional ao ensino médio, sendo composta basicamente por adolescentes (MOURA, 2007). Com base nesses fatores, buscou-se fazer este estudo em uma instituição de ensino médio profissionalizante, por ser composta exclusivamente de adolescentes, possibilitando-nos a obtenção de resultados importantes para a análise da realidade em que este público se encontra.

Grabowski (2006) afirma que os primeiros indícios de Ensino Integrado – Ensino Médio e Técnico no Brasil, surgiram nos anos de 1980. Em seguida, a partir da década de 1990, a educação Brasileira sofreu influências do sistema empresarial, assumindo uma concepção voltada mais para a gestão e financiamento. Desta forma, o Estado brasileiro estabelece diretrizes educacionais em função dos interesses empresariais, caracterizando como um processo de “mercantilização do espaço escolar”. Esta manobra era sustentada pela ideia de que a educação tinha o poder soberano de solucionar problemas sociais, especialmente o desemprego, pois acreditava-se que com a capacitação em nível técnico surgiriam novos postos de emprego (SANTOS *et al.*, 2013).

Em meio a esse cenário, as discussões sobre a integração entre o Ensino Médio e a Educação Profissional tiveram início em 2003, ocorrendo vários seminários sobre a temática, resultando na criação do Decreto nº 5.154/04 que regulamentava esta integração, porém o modelo foi implantado na prática apenas pelo Decreto 6.302, de 12 de dezembro de 2007, por meio do Programa Brasil Profissionalizado (ASSIS; MEDEIROS NETA, 2015).

Este programa foi implantado com o objetivo de conciliar a formação geral, científica e cultural com a formação profissional dos educandos, preparando-os para o mercado de trabalho, uma vez que concluindo o Ensino Médio, também sairiam da escola com uma formação técnica. Desta forma, o ensino médio integrado ao ensino técnico, representaria uma oportunidade para se fazer a “travessia” para uma nova realidade (CIAVATTA *et al.*, 2006).

A rotina dos alunos das escolas de Ensino Médio Profissionalizante funciona da seguinte forma: passam o dia inteiro na escola cursando o Ensino Médio regular e um curso técnico em turnos diferentes, restando pouco tempo para a prática de outras atividades fora da escola (CEARÁ, 2017). Além disso, um dos objetivos da grade curricular do Ensino Médio é a preparação para o Exame Nacional do Ensino Médio – ENEM, não dando ênfase, em muitos casos, a atividades relacionadas à Educação Física Escolar. Devido a estes fatores, possivelmente os níveis de atividade física dos alunos poderão ser afetados devido a esta rotina.

Em virtude da realidade proporcionada por este modelo de ensino, existe uma grande necessidade de serem desenvolvidos estudos com a perspectiva de analisar os níveis de atividade física destes alunos com o propósito de descrever suas condições físicas, associando-as ao papel da Educação Física Escolar como um fator importante para o desenvolvimento físico desta população. Nessa perspectiva buscamos responder a seguinte prerrogativa: Como se encontram a prontidão e os níveis de atividade física dos escolares do ensino médio profissionalizante?

Hoehner *et al.* (2008) afirma que, diante dos baixos níveis de atividade física em que as crianças e adolescentes encontram-se, as aulas de Educação Física são a principal alternativa para uma possível intervenção dentro do contexto pedagógico na tentativa de obter evidências conclusivas.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2010) mais de 80% da população mundial de adolescentes apresentam níveis de atividade física insuficientes, abaixo do recomendado. Esse fenômeno pode ser atribuído a diversos fatores como o aumento da insegurança e o esvaziamento dos espaços públicos; a carência de espaços comunitários com equipamentos e estrutura adequada para a prática de atividade física; o desenvolvimento tecnológico; a falta de recursos financeiros para pagar um lugar que ofereça segurança e orientação profissional; a falta de tempo atribuída ao estilo de vida moderno, dentre outros (CAMÕES; LOPES, 2008).

A busca pela construção de novos estudos com esta temática representa um importante papel sensibilizador dentro da sociedade, pois, a partir de resultados negativos, por exemplo, existe uma grande possibilidade deste público repensar seus hábitos, na tentativa de adquirirem uma melhor qualidade de vida.

Através deste estudo será possível observar em quais condições ou níveis de atividade física se encontram os estudantes desta instituição e, a partir destes resultados, cria-se a possibilidade de traçar algumas metas e programas relacionados à Educação Física Escolar, que possam auxiliar na manutenção ou melhoria destes níveis. Nesse contexto, o presente estudo teve como principal objetivo avaliar a prontidão e os níveis de atividade física dos escolares de uma escola de ensino médio profissionalizante.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma pesquisa descritiva de campo e de cunho quantitativo. Sua população foi composta pelos escolares do Ensino Médio Profissionalizante do município de Juazeiro do Norte – CE, sendo submetida a uma amostragem não-probabilística intencional. A amostra contou com 218 alunos, sendo 90 do sexo masculino e 128 do sexo feminino, com faixa etária entre 14 a 19 anos.

Quanto à escolha de apenas uma escola para participar da pesquisa, deve-se ao fato de existirem apenas três com este modelo de ensino no município. Desta forma, o presente estudo abrangeu um terço da população, representando uma porcentagem significativa e representativa para a literatura, sendo o campo de estudo, uma das primeiras escolas implantadas no município com esse modelo de ensino. Outro fator que contribuiu para a escolha desse campo de pesquisa, foram algumas experiências vivenciadas pelo pesquisador durante outras atividades na escola ao longo da trajetória acadêmica na universidade.

Para fazer parte da pesquisa, os escolares deveriam atender a alguns critérios de inclusão, como: estar regularmente matriculado na instituição e não possuir nenhum tipo de deficiência física. Sendo critério de exclusão não possuir pelo menos um dos critérios de inclusão e não apresentar o TCLE assinado pelos pais e/ou responsáveis, principal motivo responsável pela redução do número de participantes do estudo.

Para a obtenção dos níveis de atividade foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), em sua versão curta (GUEDES; LOPES; GUEDES, 2005). O teste é aplicado em forma de questionário contendo oito (08) perguntas relacionadas à prática de atividade física na última semana, levando em consideração o grau de intensidade de execução da atividade, sendo classificadas como moderadas ou vigorosas. Os indivíduos foram classificados em cinco níveis de acordo com as atividades realizadas, sendo estes: Muito ativo; Ativo; Irregularmente Ativo A; Irregularmente Ativo B e Sedentário.

Também foi utilizado o questionário PAR-Q – *Physical Activity Readiness Questionnaire* (OLIVEIRA LUZ *et al.*, 2007), composto por sete (07) perguntas objetivas, às quais apresentam opções de respostas “sim” ou “não”. A presença de uma ou mais respostas afirmativas (sim) indica, a princípio, a falta de prontidão para a prática de exercícios físicos e que o avaliado deve procurar um médico antes de intensificar suas atividades físicas. Esse instrumento de coleta de dados possui validação científica e tem como objetivo selecionar na população, os indivíduos com alguma contraindicação médica para a prática de exercícios físicos, devendo serem encaminhados a um médico antes de adotarem um estilo de vida mais ativo (LOPES *et al.*, 2013).

Para melhor compreensão dos resultados, os dados coletados foram tabulados no programa Excel 2013 e posteriormente analisados por distribuição de frequência, comparando-se por sexo, série e curso. O presente estudo foi submetido e aprovado junto ao Comitê de Ética do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, com o parecer N° 2.307.102, seguindo as normas da resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com os dados obtidos após a aplicação dos questionários IPAQ e Q-PAR, os resultados serão apresentados a seguir sendo distribuídos por sexo, série e curso, fazendo-se algumas discussões a respeito destes, bem como comparações em relação a outras pesquisas realizadas com a mesma perspectiva deste estudo.

A tabela 01 a seguir mostra os resultados obtidos fazendo-se uma comparação entre os sexos. Observa-se que os níveis de atividade física dos alunos do sexo masculino estão acima dos resultados obtidos pelas meninas. Enquanto 12,5% do sexo feminino estavam Muito Ativos e 41,4% Ativos, os meninos obtiveram 26,66% e 57,77%, respectivamente. Em relação a amostra total, pode-se observar resultados satisfatórios, contendo 18,35% Muito Ativos e 48,16% Ativos, enquanto apenas 7,33% classificaram-se como Sedentários.

Tabela 01: Resultados dos Questionários IPAQ e Q-PAR em relação aos sexos.

IPAQ			
CLASSIFICAÇÃO	MASCULINO n(90)	FEMININO n(128)	TOTAL n(218)
Muito Ativo	26,66%	12,50%	18,35%
Ativo	57,77%	41,40%	48,16%
Irreg. Ativo A	6,66%	18,75%	13,76%
Irreg. Ativo B	4,44%	17,97%	12,38%
Sedentário	4,44%	9,37%	7,33%
Q-PAR			
Encaminhamento Médico	43,33%	61,72%	54,13%

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

Em relação ao teste do Q-par, observou-se um índice muito alto de alunos que apontaram para a falta de prontidão. O público masculino apresentou 43,33%, enquanto o feminino teve 61,72%, ambos apresentando maior prevalência para “perda de equilíbrio em virtude de tonturas durante a prática de atividade física”. Em relação a amostra geral, 54,13% responderam pelo menos um “sim”, resultando em estatísticas que servem como um alerta, e que requer grande cuidado antes do ingresso em um estilo de vida mais ativo.

Na tabela 02, observam-se os resultados das três turmas do 1º ano, contendo alunos com faixa etária entre 14 e 18 anos, sendo possível constatar uma significativa vantagem do público masculino em relação ao nível de atividade física. Os meninos atingiram os índices de 23,07% Muito Ativos e 53,84% Ativos, enquanto as meninas atingiram 5% e 40% nesta mesma ordem de classificação, totalizando 12,12% e 45,45% da amostra, respectivamente, que representou o menor índice entre as três séries. Quanto aos resultados do Q-par, as meninas ficaram com 65% de recomendação médica, maior índice feminino em relação às demais séries, e os meninos com 38,46%, totalizando 54,54% da amostra total. Portanto, já ingressaram na instituição com um índice elevado apontando para a falta de prontidão para a atividade física.

Tabela 02: Resultados dos testes das turmas do 1º ano.

IPAQ			
CLASSIFICAÇÃO	MASCULINO n(26)	FEMININO n(40)	TOTAL n(66)
Muito Ativo	23,07%	5%	12,12%
Ativo	53,85%	40%	45,45%
Irreg. Ativo A	7,70%	25%	18,18%
Irreg. Ativo B		15%	9,09%
Sedentário	15,38%	15%	15,15%
Q-PAR			
Encaminhamento Médico	38,46%	65%	54,54%

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

Os alunos do sexo masculino das turmas do 2º ano, a exemplo das turmas do 1º ano, também apresentaram melhores níveis de atividade física em relação a amostra do sexo feminino. A tabela 03 mostra que 17,64% dos meninos classificaram-se como Muito Ativos e 58,82% Ativos, sendo o menor índice masculino entre as séries, enquanto as meninas apresentaram 14,28% e 41,07% para a mesma ordem de classificação, ambos com faixa etária entre 15 e 19 anos, representando 15,5% Muito Ativos e 47,7% Ativos da referida amostra. Em relação à prontidão, o índice de meninas com recomendação foi de 58,92%, menor entre o público feminino em relação às séries, assim como o índice dos meninos que ficaram com 38,23%, representando 51,10% da amostra total, sendo a série com o menor índice por série.

Tabela 03: Resultados dos testes das turmas do 2º ano.

IPAQ			
CLASSIFICAÇÃO	MASCULINO n(34)	FEMININO n(56)	TOTAL n(90)
Muito Ativo	17,64%	14,28%	15,50%
Ativo	58,82%	41,07%	47,70%
Irreg. Ativo A	11,76%	17,85%	15,50%
Irreg. Ativo B	11,76%	19,64%	16,60%
Sedentário		7,14%	4,44%
Q-PAR			
Encaminhamento Médico	38,23%	58,92%	51,10%

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

A tabela 04 mostra os melhores resultados em relação aos níveis de atividade física comparando-se os dados em relação às três séries do Ensino Médio. As turmas do 3º ano apresentaram 29,03% e 51,61% dos seus alunos Muito Ativos e Ativos, respectivamente. Desta porcentagem, 40% da amostra masculina classificaram-se como Muito Ativos e 60% Ativos, enquanto a amostra feminina teve 18,75% Muito Ativo e 43,75% Ativo. O Q-par evidenciou que 58,06% da amostra necessitam de cuidados médicos, sendo o maior índice entre as séries, com 53,3% dos meninos, maior índice masculino entre as séries, e 62,5% das meninas.

Tabela 04: Resultados dos testes das turmas do 3º ano.

IPAQ			
CLASSIFICAÇÃO	MASCULINO n(30)	FEMININO n(32)	TOTAL n(62)
Muito Ativo	40,00%	18,75%	29,03%
Ativo	60,00%	43,75%	51,61%
Irreg. Ativo A		12,50%	6,45%
Irreg. Ativo B		18,75%	9,67%
Sedentário		6,25%	3,22%
Q-PAR			
Encaminhamento Médico	53,30%	62,50%	58,06%

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

Na Tabela 05 observam-se os resultados dos escolares do Curso de Enfermagem, com faixa etária entre 15 e 18 anos. Este foi o curso que apresentou os melhores índices comparando-se aos demais cursos da Instituição em relação ao nível de atividade física. Foram 25,35% da amostra total classificados como Muito Ativo e 45,07% como Ativo, destes, 55,55% do sexo masculino sendo Muito Ativos e 44,44% Ativos, enquanto o público feminino apresentou 20,96% e 45,16% para a mesma ordem de classificação.

Assim como no questionário do IPAQ, no Q-PAR, este também foi o curso com o maior índice de alunos que relataram sentir algum desconforto físico quando praticam atividade física, sendo 44,4% do sexo masculino e 70,96% do sexo feminino, representando 67,6% dos escolares do referido curso. A maioria dos escolares que responderam pelo menos uma resposta “sim”, apontaram a perda de equilíbrio ou tonturas em virtude da prática de atividade física.

Tabela 05: Resultados dos testes do Curso de Enfermagem.

IPAQ			
CLASSIFICAÇÃO	MASCULINO n(09)	FEMININO n(62)	TOTAL n(71)
Muito Ativo	55,55%	20,96%	25,35%
Ativo	44,44%	45,16%	45,07%
Irreg. Ativo A		6,45%	5,63%
Irreg. Ativo B		17,74%	15,49%
Sedentário		9,67%	8,45%
Q-PAR			
Encaminhamento Médico	44,44%	70,96%	67,60%

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

Os resultados da Tabela 06 mostram que 10,39% dos escolares do Curso de Informática (entre 14 e 18 anos) apresentam níveis de atividade física Muito Ativo e 55,84% Ativo. Desta porcentagem, 9,43% dos meninos classificaram-se como Muito Ativo e 67,92% Ativo, enquanto as meninas tiveram 12,5% e 29,16% para esta mesma ordem de classificação, sendo o menor índice feminino entre os três cursos. Em contrapartida, o grupo feminino deste curso apresentou o melhor índice em relação a prontidão, com 12,5%, enquanto os meninos apresentaram 47,17%, somando 52,83% do público total do curso, representando o menor índice entre todos os cursos.

Tabela 06: Resultados dos alunos do Curso de Informática.

IPAQ			
CLASSIFICAÇÃO	MASCULINO n(53)	FEMININO n(24)	TOTAL n(77)
Muito Ativo	9,43%	12,50%	10,39%
Ativo	67,92%	29,16%	55,84%
Irreg. Ativo A	11,32%	33,33%	18,18%
Irreg. Ativo B	3,77%	16,66%	7,79%
Sedentário	7,54%	8,33%	7,79%
Q-PAR			
Encaminhamento Médico	47,17%	12,5%	52,83%

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

Na Tabela 07 observa-se que os alunos do Curso de Administração, com idades entre 14 e 19 anos, são o grupo com o menor nível de atividade física comparando-se aos demais cursos. Apresentaram-se 20% da amostra geral como Muito Ativo e 42,5% Ativo, sendo 50% do sexo masculino para a primeira classificação e 42,85% para a segunda, enquanto os escolares do sexo feminino ficaram com 42,85% Ativos, portanto havendo uma larga superioridade dos meninos em relação às meninas. Quanto ao Q-par, observa-se que 60% dos alunos responderam pelo menos um “sim”, sendo 35,71% do sexo masculino, que representou o menor índice masculino entre os demais cursos, e 76,19% do sexo feminino, representando o maior índice das meninas em relação aos outros cursos.

Tabela 07: Resultados do Curso de Administração.

IPAQ			
CLASSIFICAÇÃO	MASCULINO n(28)	FEMININO n(42)	TOTAL n(70)
Muito Ativo	50%		20%
Ativo	42,85%	42,85%	42,85%
Irreg. Ativo A		28,57%	17,14%
Irreg. Ativo B	7,14%	19,04%	14,28%
Sedentário		9,52%	5,71%
Q-PAR			
Encaminhamento Médico	35,71%	76,19%	60%

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

Após a apresentação dos dados acima, pode-se observar que os resultados em relação aos níveis de atividade física foram satisfatórios, principalmente quando comparamos com outros estudos realizados com esta mesma população e levando em consideração os mais diversos instrumentos tecnológicos presentes na atualidade que, direta ou indiretamente, contribuem negativamente para o desenvolvimento dos níveis de atividade física da população em geral. Ao avaliar o nível de atividade física em adolescentes do 2º ano do Ensino Médio de uma escola na cidade de Juazeiro do Norte – CE, Silva (2014) constatou que 61% da amostra, composta por 109 escolares entre 15 e 17 anos, encontravam-se entre Ativos e Muito Ativos.

Outra pesquisa realizada por Oliveira (2015) para avaliar o nível de atividade física de escolares do ensino médio em escolas da rede estadual do Município de Juazeiro do Norte – CE, mostrou que 54% da amostra composta por 281 escolares com faixa etária entre 14 e 19 anos, sendo 131 do sexo masculino e 150 do sexo feminino, apresentaram-se entre Ativos e Muito Ativos, resultados abaixo dos obtidos por esta pesquisa.

A análise do nível de atividade física de escolares realizada em 11 escolas do município de Rio Verde – GO, constatou que 77,7% destes encontram-se Ativo. A amostra foi composta por 1229 adolescentes, com faixa etária entre 14 e 17 anos, apresentando índices satisfatórios comparando-se com a média da maioria dos demais estudos realizados com este público (SILVA *et al.*, 2017). Considerando os resultados deste e dos demais estudos citados, observa-se uma evolução positiva nos últimos anos em relação à prática de atividade física, mostrando um avanço no processo de conscientização da população em geral quanto a sua importância para se adquirir benefícios relacionados à saúde e ao bem-estar social.

Em relação à prontidão para a prática de atividade física, ao analisar 354 estudantes de Educação Física de uma Universidade Federal do Estado de Minas Gerais, com idades entre 18 e 45 anos, Moreira *et al.* (2010) obteve um índice de 25,5% de estudantes com falta de prontidão, sendo 36,67% da amostra masculina e 63,33% feminina. Desta forma, apresentando uma maior prevalência do sexo feminino para a falta de prontidão em relação ao público masculino, assim como nos resultados obtidos nesta pesquisa.

Em outro estudo, ao analisar uma amostra de 719 estudantes participantes de um torneio universitário, com faixa etária entre 17 e 36 anos, Lopes *et al.* (2013) constatou que apenas 5,56% apresentaram falta de prontidão para a prática de atividade física. Portanto, índices considerados satisfatórios e bem melhores dos obtidos nesta pesquisa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da realidade, pode-se considerar que a amostra estudada apresentou resultados satisfatórios em relação ao nível de atividade física, porém o índice de escolares com falta de prontidão para a prática da atividade física foi muito alto, representando um sinal de alerta, o que requer cuidado antes da adoção de um estilo de vida mais ativo.

Apresentava-se uma dúvida em relação aos efeitos do modelo de ensino ao qual pertence esta amostra. Além de existirem poucos estudos com este público, possivelmente este modelo poderia influenciar de forma negativa no resultado

dos níveis de atividade física em virtude do tempo reduzido dos mesmos fora da escola. Porém, comparando-se com dados de outros estudos com escolares do ensino médio regular, observa-se que os resultados obtidos foram melhores que a média da maioria das pesquisas encontradas na literatura.

Porém, deve-se considerar alguns pontos de limitação do estudo, que podem ter influenciado nos achados da pesquisa. Apesar de ter validação científica, o IPAQ, analisa somente a última semana de atividades do indivíduo, sujeitando-se a situações atípicas, não descrevendo um período mais significativo. Quanto ao Q-PAR, algumas perguntas podem ser interpretadas de forma equivocada pelos participantes.

Diante dos dados obtidos no presente estudo, podem ser resultados atribuídos às aulas de Educação Física realizadas na instituição, abordando temas relacionados à qualidade de vida e saúde, em conjunto com a consciência dos alunos da importância da prática de atividade física fora da escola, contribuindo para a adoção de um estilo de vida mais ativo e saudável.

Sugere-se que um maior aprofundamento seja realizado na tentativa de investigar e apresentar quais foram os principais fatores que contribuíram para estes resultados. Pode-se estudar a metodologia utilizada pelos professores de Educação Física, bem como a rotina dos alunos fora da escola para a identificação de quais tipos de atividades físicas são realizadas pelos alunos. Através dessas novas variáveis, seria possível traçar outras metas ou metodologias com a intenção de manter e/ou melhorar os níveis de atividade física desta população, além de incentivar a criação de políticas públicas na tentativa de conscientizar a população em geral da importância da prática de atividade física para a saúde.

REFERÊNCIAS

- ASSIS, S. M.; MEDEIROS NETA, O. M. Educação profissional no Brasil (1960 – 2010): uma história entre avanços e recuos. **Tópicos Educacionais**, Recife, v. 21, n. 2, Jul/dez. 2015.
- CAMÕES, M.; LOPES, C. Fatores associados a atividade física na população portuguesa. **Rev. de Saúde Pública**. São Paulo, v.42, n. 2, p. 208-16, 2008.
- CEARÁ. Secretaria de Educação – SEDUC. **Escolas Estaduais de Educação Profissional do Ceará**. Fortaleza, 2017. Disponível em: <<http://www.seduc.ce.gov.br/index.php/educacao-profissional>>. Acesso em: 23.04.2017.
- CIAVATTA, M.; FRIGOTTO, G.; RAMOS, M. N. A gênese do Decreto nº. 5.154/2004:Um debate no contexto controverso da democracia restrita. In:Ensino médio integrado à educação profissional. **Programa Salto para o Futuro**. TV escola. Boletim 07. Maio/junho de 2006. Disponível em<http://portal.mec.gov.br/setec/arquivos/pdf2/boletim_salto07.pdf>. Acesso em: 15.01.2017.
- GRABOWSKI, G. Ensino médio integrado à educação profissional. **Programa Salto para o Futuro**. TV escola. Boletim 07. Maio/junho de 2006. Disponível em<http://portal.mec.gov.br/setec/arquivos/pdf2/boletim_salto07.pdf>. Acesso em: 15.01.2017.
- GUEDES, D. P. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes: estimativas relacionadas ao sexo, à idade e à classe econômica. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esp.** São Paulo, v.20, n.3, p.151-63, jul./set. 2006.
- GUEDES, D. P.; LOPES, C. C.; GUEDES, J. E. R. P. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. V. 11, n. 2, p. 151-158, 2005.
- HOENHER, C. M.; SOARES, J.; PARRA PEREZ, D.; *et al.* Intervenções em atividade física na América Latina: uma revisão sistemática. **American Journal of Preventive Medicine**; vol. 34; n.3; p. 224–33; 2008. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/184979/mod_resource/content/1/Interven%C3%A7%C3%B5es%20em%20Atividade%20F%C3%ADsica%20na%20Am%C3%A9rica%20Latina.pdf>. Acesso em: 18.03.2017.
- LOPES, P. R. N. R.; *et al.* Prontidão para a prática de atividade física em adolescentes participantes de um torneio universitário. **Rev. Brasileira de Ciência e Movimento**. Vol. 21, n. 1, p. 132-138, 2013.
- MOREIRA, O. C. *et al.* Aptidão para atividade física regular em estudantes de Educação física da Universidade Federal de Viçosa. **Revista HU**. V. 36, n. 1, p. 55-59, jan./mar. 2010.

MOURA, D. H. **Educação Básica e Educação Profissional e Tecnológica: dualidade histórica e perspectivas de integração.** *Holos*, Ano 23, Vol. 2 - 2007. Disponível em: <<http://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/viewFile/11/110>>. Acesso em: 11.03.2017.

OLIVEIRA, C. D. **Nível de atividade física de escolares do ensino médio em escolas da rede estadual de ensino do município de Juazeiro do Norte – CE.** Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física). Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – Unileão. Juazeiro do Norte, CE, 2015.

OLIVEIRA LUZ, L. G. *et al.* Validade do Questionário de Prontidão para a Atividade Física (PAR-Q) em idosos. **Rev. Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. Vol. 9, n. 4, p. 366-371, 2007.

OLIVEIRA, V. M. **O que é Educação física?** 11ª Edição. São Paulo: Ed. Brasiliense, 2006.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório Mundial da Saúde 2010: Financiamento dos Sistemas de Saúde.** Genebra. OMS, 2010. Disponível em: <<http://www.who.int/eportuguese/publications/pt/>>. Acesso em: 18.03.2017.

SANTOS, C. C.; *et al.* A influência da cultura no comportamento alimentar dos adolescentes: uma revisão integrativa das produções em saúde. **Revista Adolescência e Saúde**. V. 9, nº 4, p. 37-43. 2012.

SANTOS, D.; *et al.* Estrutura da educação profissional no Brasil: algumas considerações sobre o ensino médio profissionalizante e sobre a educação superior. **Revista Sertões**, Mossoró – RN. Vol. 3, n. 2, p.47-59, Jul/Dez. 2013.

SILVA, D. A. S.; *et al.* Nível de atividade física e comportamento sedentário em escolares. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, 2009; v. 11, nº 3, p. 299-306.

SILVA, R. C. **Avaliação do nível de atividade física e do sedentarismo em adolescentes do ensino médio do Colégio Presidente Geisel.** Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física). Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – Unileão. Juazeiro do Norte, CE, 2014.

SILVA, R. C. D.; *et al.* Relação do Índice de massa corpórea e somatório de dobras cutâneas com o nível de atividade física de escolares. **Revista Univap**. V.23, n. 42, p. 73-85, jul. 2017.

SOARES, C. L. **Educação Física: raízes européias e Brasil.** Editora Autores Associados Ltda, 5ª edição. Campinas – SP, 2017.

VASCONCELOS, E.R.; *et al.* Nível de atividade física habitual dos estudantes do curso de Administração de Empresas da FUNORTE. **Coleção Pesquisa em Educação Física** – vol. 11, nº 3, 2012.

¹ Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Leão Sampaio (UNILEÃO). E-mail: josecaldas@leaosampaio.edu.br

² Centro Universitário Leão Sampaio (UNILEÃO).