

## PRÁTICA HABITUAL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO

Andressa Gonçalves de Oliveira<sup>1</sup>. Sandra Fiorelli de Almeida Penteadó Simeão<sup>2</sup>. Alberto De Vitta<sup>3</sup>. Marta Helena Souza De Conti<sup>2</sup>. Márcia Aparecida Nuevo Gatti<sup>2</sup>. Thiago Paulo Frascareli Bento<sup>2</sup>. Guilherme Porfirio Cornelio<sup>1</sup>. Rangel Dal Bello Biancon<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Centro de Ciências da Saúde – Universidade do Sagrado Coração –  
[andressagoliveira24@gmail.com](mailto:andressagoliveira24@gmail.com)

<sup>2</sup>Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-graduação – Universidade do Sagrado Coração –  
[ssimeao@usc.br](mailto:ssimeao@usc.br); [madeconti@yahoo.com.br](mailto:madeconti@yahoo.com.br); [marcia.gatti@usc.br](mailto:marcia.gatti@usc.br);  
[thibento10@gmail.com](mailto:thibento10@gmail.com)

<sup>3</sup>Faculdade de Ciências e Tecnologia – UNESP/Campus de Presidente Prudente –  
[albvitta@yahoo.com.br](mailto:albvitta@yahoo.com.br)

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa – PIBIC  
Agência de fomento: CNPq  
Área do conhecimento: Saúde – Enfermagem

Os adolescentes estão optando por atividades mais sedentárias, o que pode trazer alguns agravos na vida adulta. A atividade física está relacionada com a diminuição de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis, obesidade, osteoporose e com morbidades, tendo influência sobre a depressão, ansiedade e estresse, agravos que afetam cada vez mais os adolescentes. Na idade escolar, as atividades físicas proporcionam melhor desempenho e produtividade do aluno, sendo necessária a estimulação dos jovens na sua prática. O objetivo foi investigar a prática habitual de atividade física em adolescentes do Ensino Médio de oito escolas públicas estaduais de Bauru/SP. Foram aplicados os questionários de caracterização sociodemográfica e Baecke para verificar a prática habitual de atividade física. As variáveis foram analisadas por meio de estatística descritiva. Foram estudados 1.628 escolares, observando-se 51,0% meninas e 49,0% meninos; 80,0% entre 15 e 17 anos; 51,9% brancos; 24,4 com renda de 2 a 5 salários mínimos. Quanto à prática de algum tipo de esporte ou programa de exercícios físicos, 68,4% dos adolescentes e 38,1% das adolescentes são adeptos. O esporte/programa de exercícios físicos que mais frequentemente praticam apresenta intensidade baixa para os estudantes (59,9%) e moderada/elevada (42,5%) para os estudantes. A inatividade física e a redução dos níveis diários de atividade física, em todas as faixas etárias e em diferentes populações ao redor do mundo, justificam a importância de estudos que analisem a distribuição dessas variáveis e a forma como se associam.

**Palavras-chave:** Adolescentes. Atividade física. Ensino Médio.