



Relações entre o IMC, RCQ e prática de atividade física fora do ambiente escolar em alunos do segundo ano do Ensino Médio de uma escola pública da cidade de Tietê/SP

Caraça, P. H.; Marchesi, P. H.; Firmino, D. L.; Baggio, T.V.

Faculdade Integração Tietê – FIT/UNIESP

Todo ser humano passa por transformações morfológicas e fisiológicas na fase da adolescência. É nesta fase que observa-se a diminuição de práticas de atividades físicas e aumentos significativos de responsabilidade sociais dos adolescentes, contribuindo assim com a obesidade e problemas de saúde recorrentes a ela. Com isso, o presente estudo busca comparar a prática de atividade física fora do ambiente escolar com a classificação do Índice de Massa Corporal (IMC) e a Relação Cintura Quadril (RCQ) em alunos do segundo ano de uma escola pública do município de Tietê/SP. Foram estudados 16 alunos matriculados no segundo ano do Ensino Médio, com idade média de 16,25 anos ( $DP \pm 0,57$ ), sendo 12 meninas e 4 meninos. Para a coleta de dados, os alunos receberam um termo de consentimento livre e esclarecido para que os pais os autorizassem a participar do estudo, junto com um questionário com a finalidade de identificar se os alunos praticavam atividades físicas fora do horário escolar. Para a avaliação da estatura foi utilizada uma fita métrica com comprimento de 150cm fixada na parede, e para o peso foi utilizada uma balança de marca Speedo com capacidade para 150kg e precisão de 100g. Após os cálculos, utilizou-se o gráfico do percentil 50 para a classificação do IMC dos alunos e a tabela do Bray e Grayt (1988) para a RCQ. Para a análise dos dados, utilizou-se a média e o desvio padrão. Os resultados apontam que dentre os dados coletados, observa-se que 5 alunos (31%) praticam atividade física fora do período escolar e 11 (69%) não praticam. Dos alunos praticantes, 60% são meninas e 40% são meninos. Esta predominância das meninas também é evidente nos alunos que não praticam atividade física fora do horário escolar, devido ao fato da turma conter poucos meninos. Com relação ao IMC calculado, nota-se que houve alunos avaliados nos três estágios de classificação: 6% em baixo peso; 75% em adequado; e 19% em sobrepeso. Ao compararmos os alunos praticantes (P) e não praticantes (NP) de atividades físicas com a classificação, nos dois grupos a predominância foi de adequado, contendo apenas no grupo P alunos classificados em baixo peso. Em relação ao RCQ dos alunos estudados, não houve aluno classificado em alto e muito alto risco de doenças cardiovasculares. Apenas classificaram-se em moderado (69%) e baixo risco (31%). Comparando os grupos de P e NP, observou-se que o grupo P teve maior incidência de classificação de baixo risco (40%) do que o grupo NP (27%). Este fato não ocorreu ao analisarmos a classificação de moderado risco (P - 60% e NP - 73%). Concluímos com isso que os alunos não estão praticando atividade física fora do ambiente o suficiente para a melhora da saúde dos adolescentes. Portanto, as aulas de Educação Física devem ser mais estimuladoras e prazerosas para os alunos alcançarem tal melhora.

E-mail: paulo\_hc06@hotmail.com