

## ESTILO DE VIDA DE ADOLESCENTES ESCOLARES DO AMAZONAS: RIO PRETO DA EVA E SILVES

Samara Moraes dos Santos <sup>1</sup>, Rita Maria dos Santos Puga Barbosa <sup>2</sup>, Markus Vinicius Nahas <sup>3</sup>, José Cardoso Neto <sup>4</sup>

1-Licenciada em Educação Física-FEFF-UFAM

2 -Pós-Doutora em Educação Física FEFF-UFAM

3-Doutor em Educação Física-UFSC

4-Doutor em Estatística-UFAM

### RESUMO

O estudo teve por objetivo investigar o estilo de vida de adolescentes escolares dos municípios de Rio Preto da Eva e Silves. Participaram do estudo 462 adolescentes amostrados, com idade entre 14 a 19 anos, sendo 259 de Rio Preto da Eva e 203 de Silves, através do preenchimento do questionário COMPAC 2 NUPAF-CDS-UFSC modificado por Puga Barbosa e Cardoso Neto (2013), com as seguintes dimensões: informações pessoais, atividades físicas e comportamentos sedentários, percepção do ambiente escolar e da Educação Física, hábitos alimentares e controle do peso, consumo de álcool e o uso de tabaco, percepção de saúde e comportamento preventivo, com 49 perguntas. Os resultados foram analisados com estatística descritiva. Nos dois municípios a maioria dos adolescentes reside na área urbana, apresentaram gosto pela prática de atividades físicas (54,65% Rio Preto da Eva; 59,50% Silves); em ambas escolas pesquisadas tem a disciplina de Educação Física e consideram o espaço adequado para a prática de suas atividades; não identificamos exageros no quadro alimentar, ficando uma média de consumo de menos de 5 dias para os alimentos que constam no questionário com exceção para o consumo de massas; a maior parte dos pesquisados encontra-se dentro do seu peso normal, identificado através da equação do Índice de Massa corporal; 86,87% não bebe, 94,19% não fuma, Rio Preto da Eva; 82,09% não bebe, 91,58% não fuma, Silves; a maioria afirma ter saúde boa (Rio Preto da Eva, 42,08%; Silves, 50,50%) e encontram-se raramente estressados (Rio Preto da Eva, 47,29%; Silves, 49,49%). Através dos resultados apresentados constatamos que o quadro do estilo de vida presente dos adolescentes nos dois municípios é bom, pudemos verificar que não são registrados excessos nos fatores negativos e prejudiciais a saúde bem como a proporção de práticas saudáveis favoráveis ao seu corpo é alto.

### ABSTRACT

The study aimed to investigate the lifestyle of adolescent students from the municipalities of Rio Preto da Eva and Silves. Participated in the study sampled 462 adolescents, aged 14 to 19 years, with 259 of Rio Preto da Eva and 203 of Silves, by completing the questionnaire COMPAC NUPAF 2-CDS-UFSC modified by Puga Cardoso Neto and Barbosa (2013), with the following dimensions: personal information, physical activity and sedentary behaviors, perceptions of school climate and Physical Education, eating habits and weight control, alcohol consumption and tobacco use, health perception and preventive behavior, with 49 questions. The results were analyzed with descriptive statistics. In both towns most teenagers reside in the urban area, had a taste for physical activity (54.65% Rio Preto da Eva Silves 59.50%); in both schools surveyed have the discipline of Physical Education and considered proper to practice their space activities; not identify exaggerations in the food box, getting an average consumption of less than 5 days for the foods listed in the questionnaire except for mass consumption; most studied is within the normal weight identified by the Body Mass Index equation; 86.87% does not drink, does not smoke 94.19%, Rio Preto da Eva; 82.09% does not drink, does not smoke 91.58%, Silves; Most states have good health (Rio Preto da Eva, 42.08%; Silves, 50.50%) and are rarely stressed (Rio Preto da Eva, 47.29%; Silves, 49.49%). From the data we found that the framework of this style of adolescents living in the two counties is good, we observed that the negative excesses and harmful health factors as well as the proportion of healthy practices favorable to your body are not registered is high.

**KEYWORDS**– Education, Health, Physical Education, Lifestyle

## INTRODUÇÃO

Ao longo dos anos profundas mudanças têm ocorrido no modo de viver do ser humano, com o passar de gerações alguns hábitos são modificados e outros novos adquiridos. Uma das principais características do estilo de vida adotado pelos cidadãos na sociedade moderna na qual vivemos é a inatividade, logo foi determinado uma considerável redução no nível de prática de atividades físicas com o passar dos anos (GRAUP, 2008). O número de pessoas sedentárias por causa do estilo de vida atual é cada vez maior e se faz necessário um estímulo para adoção de um estilo de vida mais ativo, desde as idades mais novas até as mais avançadas, para a manutenção da saúde através das atividades e exercícios físicos (FORTI, 1999 citado por Rolim, 2005).

Todo ser humano que vive em sociedade adquire uma maneira de viver, o chamado estilo de vida, que nada mais é que maneiras de agir, pensar e sentir, a forma como direciona sua vida independentemente de ser bom ou ruim. Sendo o ser humano um ser completo, não podemos direcionar o estilo de vida a apenas um aspecto de sua vida, logo o mesmo envolve todos os aspectos da ação e do pensamento (educação, recreio/lazer, nutrição, paz, justiça, trabalho, família, habitação, higiene, segurança, alimentação, recursos econômicos e ambientais, hábitos tabágicos e alcoólicos e comportamentos de risco como drogas ilícitas e infecções sexualmente transmissíveis) sendo indispensáveis para o completo bem-estar físico, mental e social. Atualmente estudos apontam a importância que tem o estilo de vida que adotamos e como ele pode influenciar de forma direta em nossa saúde. Sabemos que a relação do exercício físico com a saúde do ser humano está cada vez mais bem fundamentada, e segue assim, se desenvolvendo pelas pesquisas na área da medicina esportiva (SAMULSKI, 2000). Porém, sendo o ser humano um ser biopsicossocial não se pode desmerecer a importância que tem a obtenção de conhecimento na área de saúde mental e qualidade de vida, para compreensão dos efeitos da atividade física sobre o homem (HACKFORT, 1994 citado por SAMULSKI, 2000).

O crescente interesse por estudar o estilo de vida levado por adolescentes, por parte de diversos profissionais da área da saúde, dá-se por ser esta a fase onde vários hábitos são estabelecidos e mantidos durante o restante de sua vida adulta e por ser também a mais propícia para intervenções e modificações dos mesmos. Vários estudos que objetivam descobrir qual a realidade do estilo de vida que o adolescente brasileiro tem levado vêm sendo realizados, abordando os fatores alimentares, atividade física e o sedentarismo na intenção de

identificar, expor e apresentar possíveis soluções para que medidas em prol da saúde pública sejam tomadas (Pinho, 1999; Silva, 2007; Graup, 2008; Grigollo, 2009; Costa, 2010; Farias Júnior, 2010).

Na realidade em que estamos vivendo onde um estilo de vida ativo tem sido cada vez menor e uma alimentação saudável também parece sumir aos poucos do cardápio, podemos esperar que “complicações fisiológicas cumulativas, como obesidade, problemas respiratórios e cardiovasculares” (Pinho, 1999) sejam desenvolvidas ainda na infância ou na adolescência se providências adequadas não forem tomadas enquanto é cedo, para que mudanças sejam feitas no estilo de vida que leva o adolescente.

## **METODOLOGIA**

Esta pesquisa foi submetida à apreciação do Comitê de Ética e Pesquisa UFAM, conforme preconizado para estudos com seres humanos. Houve a parceria com a Secretaria de Estado e Educação (SEDUC, que consentiu adentrar as escolas, e os dados dos matriculados.

A população para este estudo foi definida como os escolares que se encontravam na faixa etária de 14 a 19 anos, matriculados na rede pública de ensino no ano de 2013, de acordo com dados oficiais da estatística SEDUC-AM. A partir da população de cada município foi calculada a amostra.

A população de Rio Preto da Eva foi de 917 escolares na escolapesquisada. Foi adotado um erro amostral de 5% com intervalo de confiança de 95% usando uma proporção conservadora de  $p = 0,5$ . O tamanho mínimo da amostra necessária para estimar uma proporção foi calculado. A amostra de Rio Preto da Eva ficou em ser 249 a 312. Foi possível mostrar 259. A população de Silves foi de 431 escolares, a amostra calculada em 167 a 209. Foi possível amostrar 203 alunos. Devido a problemas no dia da coleta e para não correr o risco de muitas perdas na amostra foram coletados alunos de 9º ano que se encontravam dentro da faixa etária de nossa pesquisa.

O instrumento da pesquisa foi um questionário padronizado COMPAC2 (Comportamento de Adolescentes Catarinenses), modificado por Puga Barbosa e Cardoso Neto (2013), constituído de 49 questões distribuídas dentre essas 6 dimensões. Na aplicação foi no início orientado que se refere ao conteúdo do questionário e a sinceridade do adolescente para com as respostas, destacando que a participação do adolescente é importante e voluntária, as informações fornecidas de caráter anônimo, acompanhado do questionário um cartão resposta. Do qual foi feita leitura ótica colocado em planilha Excel.

Foram analisadas algumas questões de cada dimensão, resolvemos concentrar apenas em questões que consideramos de maior relevância para o estudo em cada dimensão. Na dimensão informações pessoais, as perguntas são referidas quanto ao gênero, idade e localização da residência.

Na dimensão sobre atividade física e comportamentos sedentários analisamos as questões 14 com a afirmação “eu gosto de fazer atividades físicas” dando o percentual por resposta marcada e a questão 20 com o quadro de atividades apresentando o percentual das atividades mais praticadas.

A dimensão sobre percepção do ambiente escolar e da educação física, destacamos as questões 24, 29 e 31, onde buscamos investigar apenas como anda a educação física escolar na visão do aluno.

A dimensão sobre hábitos alimentares e controle de peso, buscamos investigar o percentual de consumo de frutas e verdura, de carnes (bovina e peixe), feijão com arroz, leite e derivados e apresentar o consumo de salgados, doces refrigerantes e massas. O Índice de Massa Corporal – IMC, para classificar se os Sujeitos estão dentro dos padrões de normalidade ou não e quantos apresentam sobrepeso.

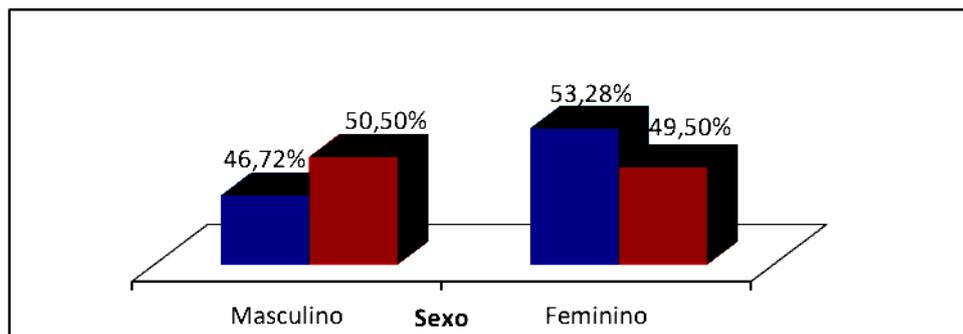
Na dimensão consumo de álcool e tabaco, nossa preocupação foi apenas em saber qual a relação do aluno com o tabaco e bebidas alcoólicas, com as questões 37 e 39.

E na última dimensão que se refere à percepção de saúde e comportamento preventivo, nossa preocupação foi em como os Sujeitos percebem a sua saúde, seu nível de estresse e qual a principal fonte do mesmo, com as questões 44 e 45.

Os resultados serão apresentados em estatística descritiva de percentuais.

## **RESULTADOS E DISCUSSOES**

A amostra foi constituída por 462 escolares dos municípios de Rio Preto da Eva e Silves dos quais 50,50% do sexo masculino em Silves e 53,28% do sexo feminino em Rio Preto da Eva, visto no Gráfico 1 a proporção por sexo dos escolares no município de Silves não tem grande margem de diferença, já no município de Rio Preto da Eva há predominância do sexo feminino.



**Figura 1- Proporção por sexo**  
Fonte: Pesquisa de campo

A idade média encontrada no município de Rio Preto da Eva para ambos os sexos foi de 16,82 com desvio padrão de 1,32 no masculino e 1,31 no feminino, em Silves a idade média no masculino foi de 15,55 com desvio padrão de 1,19; no feminino 15,81 com desvio padrão de 1,36, como pode ser visto na Tabela 1.

Variáveis	Rio Preto da Eva			Silves		
	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)
<b>Idade</b>						
14	0,83	2,90	1,93	21,57	20,20	20,90
15	21,49	13,04	16,99	31,37	24,24	27,86
16	18,18	26,09	22,39	23,53	25,25	24,38
17	23,97	28,26	26,25	18,63	18,18	18,41
18	25,62	16,67	20,85	3,92	9,09	6,47
19	9,92	13,04	11,58	0,98	3,03	1,99
<b>Idade (Média ± DP)</b>	16,82 ± 1,32	16,82 ± 1,31	16,82 ± 1,31	15,55 ± 1,19	15,81 ± 1,36	15,68 ± 1,28
<b>Residência</b>						
Zona Urbana	61,67%	65,69%	63,81%	86,14%	82,00%	84,08%
Zona rural	38,33%	34,31%	36,19%	13,86%	18,00%	15,92%

**Tabela 1- Faixa etária e localização onde reside o escolar**  
Fonte: Pesquisa de Campo

Quando perguntado a opinião dos escolares adolescentes sobre a afirmação “Eu gosto de atividades físicas”, os achados mostram que nos dois municípios o sexo masculino se sobrepõe ao feminino no gosto pela prática de atividades físicas, respectivamente com o percentual de 71,90% masculino e 39,42% feminino em Rio Preto da Eva e 73,0% masculino e 46,0% feminino em Silves, veja na Tabela 2:

Eu gosto de atividade física	Rio Preto da Eva			Silves		
	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)
Discordototalmente	1,65	8,03	5,04	4,00	12,00	8,00
Discordoem parte	12,40	19,71	16,28	8,00	11,00	9,50
Nemconcordo, nemdiscordo	5,79	20,44	13,5	8,00	13,00	10,50
Concordoem parte	8,26	12,41	10,47	7,00	18,00	12,50
Concordototalmente	71,90	39,42	54,65	73,00	46,00	59,50

**Tabela 2- Situação dos escolares quanto ao gosto pela prática de atividade física**  
**Fonte: Pesquisa de campo.**

Estudos realizados em diferentes regiões do país mostram resultados similares para esta diferença entre os sexos (Oehlschlaeger et al., 2004; Guedes et al., 2001; PELEGRINI, 2008).

Guedes (2001) em estudo feito com escolares de Londrina (PR) mostra que em relação aos níveis de prática de atividade física habitual 54% dos rapazes envolvidos no estudo são classificados como ativos ou moderadamente ativos. As moças, apenas 35% são classificadas como ativas.

Outros estudos também apontam a diferença existente entre os sexos e o gosto de adolescentes para a prática ativa de atividades físicas e seus benefícios a saúde do adolescente (SILVA, 2007; DUMEL, 2007; GRIGOLLO, 2009; MOYSA, 2012). Determinadas diferenças podemos atribuir, como dito anteriormente as oportunidades culturais, as diferenças de costumes na criação dada pelos pais para os filhos do sexo masculino e feminino. Geralmente as meninas são criadas para os afazeres domésticos, e suas atividades de lazer, brincadeiras e passa tempos se referem aos cuidados com o lar, cuidados com a estética e fragilidade da mulher, enquanto que os meninos são criados para o trabalho braçal, suas brincadeiras e tarefas do dia a dia envolvem atividades que exigem esforço físico.

Nas atividades mais praticadas pelos escolares adolescentes em ambos os municípios (as barras azuis representam o município de Rio Preto da Eva e as barras vermelhas representam o município de Silves), podemos observar no Gráfico 2 que as três primeiras atividades mais praticadas em ambos os municípios são as mesmas e que os resultados são similares, dentre os achados aparece como esporte mais praticado o futebol (com 43,63% Rio Preto da Eva; 65,35% Silves), a caminhada aparece como segunda atividade mais praticada (38,22% em Rio Preto da Eva e 44,55% em Silves), e a o alongamento/ginástica aparece como a terceira atividade mais praticada (36,29% em Rio Preto da Eva e 38,12% em Silves),

a opção “não pratico” apontou o maior percentual em Rio Preto da Eva com 23,55% em comparação a Silves com 12,87%.

Partindo das informações fornecidas pelos pesquisados podemos ter uma noção da realidade esportiva dos mesmos, as atividades que se fazem presentes em seu dia a dia, aquilo que lhes é familiar e mais acessível. Determinadas informações fornecidas pelos próprios escolares pode ser um auxílio para os professores de educação física, que partindo das informações podem realizar intervenções mais pautadas no interesse dos escolares e inserir medidas que auxiliem na divulgação de outras práticas esportivas menos popular entre os escolares bem como as que pouco desperta seu interesse (SANTOS, 2010).

Com relação ao futebol podemos dizer que o elevado percentual dá-se por ser ele o esporte mais visado na mídia e conseqüentemente o mais conhecido e praticado nas aulas de educação física, seja no ensino fundamental ou médio, além de ser conhecido como a paixão dos brasileiros, o que acaba se tornando um fator cultural (SANTOS, 2010). Em um estudo realizado com alunos das escolas de Ensino Fundamental e Médio em Belo Horizonte (MG), Lemos (2006) identificou o mesmo resultado para a prática esportiva mais trabalhada na escola bem como a mais praticada entre os escolares.

Quando perguntado qual a perspectiva do escolar quanto às aulas de educação física, no município de Rio Preto da Eva 81,71% dos adolescentes afirmaram ter aulas no período normal de suas atividades escolares, 2,33% disseram que suas aulas acontecem no contra turno. Na escola pesquisada os escolares do período noturno afirmaram não ter aulas de educação física, logo podemos associar o percentual de 15,95% dos escolares que afirmaram não ter aula de educação física ao período noturno, como visto na Tabela 8. No município de Silves 95,52% dos escolares afirmam ter aulas de educação física no período de aula, 2,99% dizem ter aulas no contra turno e 1,49% afirmam não ter aulas de educação física.

Variáveis	Rio Preto da Eva			Silves		
	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)
<b>Aulas de Educação Física</b>						
No período de aula	80,00	83,21	81,71	95,05	96,00	95,52
No contra turno	2,50	2,19	2,33	3,96	2,00	2,99
Não	17,50	14,60	15,95	0,99	2,00	1,49
<b>Práticas esportivas</b>						
Sim	35,83	28,99	32,17	61,22	63,00	62,12
Não	64,17	71,01	67,83	38,78	37,00	37,88

Tabela 3- Aulas de educação física e práticas esportivas

Fonte: Pesquisa de Campo

Em um estudo similar realizado em municípios do Estado do Amazonas (Manaus, Presidente Figueiredo, Parintins, São Gabriel da Cachoeira e Itacoatiara) Nahas, et al. (2012) mostra que grande parte dos estudantes responderam ter aulas de educação física no período de aula onde aparece: Manaus com 56%; Presidente Figueiredo com 95,24%; Itacoatiara com 49,83%. Com a exceção dos municípios de Parintins e São Gabriel da Cachoeira aparecem com um percentual maior para aulas no contra turno. Ainda se torna possível fazer um comparativo dos municípios de Rio Preto da Eva e Silves com os outros municípios do Amazonas já pesquisados e verificar que estão próximos de uma mesma realidade.

Quanto à estrutura, pode-se verificar no Gráfico 3 que em Rio Preto da Eva o espaço apontado como existente para a prática das aulas de educação física com maior percentual foi: campo de futebol (63,71%); e em Silves: ginásio ou quadra coberta (81,19%).

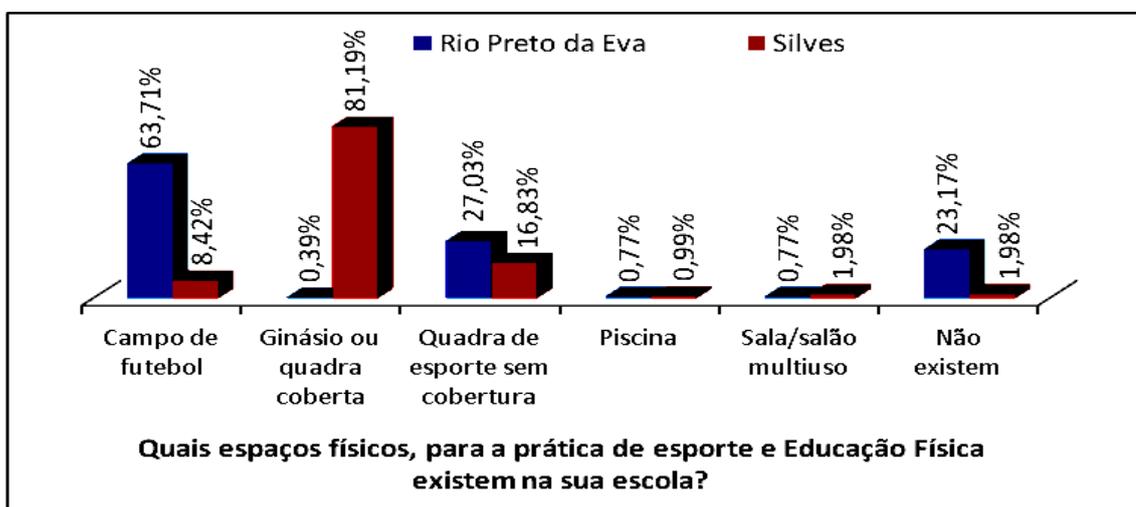


Figura 3- Estrutura dos espaços existentes para à prática de atividades físicas

Fonte: Pesquisa de campo.

A literatura nos mostra que os meios externos e ambientes de aprendizagem são fatores importantes e influenciadores na formação do indivíduo como um todo (FONSECA, 2004; CAMPOS, 2004; SANTOS, 2001).

De acordo com Santos (2001) para o desenvolvimento pleno das funções psicomotoras são necessários estímulos externos, atividades corporais que serão desenvolvidas de acordo com as disponibilidades do ambiente a qual as crianças estão submetidas.

Como pode ser visto na Tabela 4 em ambos os municípios o maior percentual foi de menos de 5 dias para todas as variáveis que indicam os alimentos consumidos pelos escolares, tanto o consumo de alimentos saudáveis como o dos não saudáveis como salgadinhos, doces e

refrigerantes, com a exceção do consumo de massas que indicou um consumo maior que 5 dias em ambos os municípios.

Variáveis consumidas	Rio Preto da Eva			Silves		
	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)	Masc. (%)	Fem. (%)	Total (%)
<b>Frutas/suco de frutas</b>						
Menos de 5 dias	73,33	69,12	71,09	59,80	60,00	59,90
5 dias ou mais	26,67	30,88	28,91	40,20	40,00	40,10
<b>Salgadinhos</b>						
Menos de 5 dias	85,83	81,62	83,59	87,88	82,83	85,35
5 dias ou mais	14,17	18,38	16,41	12,12	17,17	14,65
<b>Doces</b>						
Menos de 5 dias	90,83	83,94	87,16	87,88	86,87	87,37
5 dias ou mais	9,17	16,06	12,84	12,12	13,13	12,63
<b>Refrigerantes</b>						
Menos de 5 dias	80,00	77,94	78,91	79,38	80,81	80,10
5 dias ou mais	20,00	22,06	21,09	20,62	19,19	19,90
<b>Feijão com arroz</b>						
Menos de 5 dias	54,62	49,63	51,97	74,00	70,83	72,45
5 dias ou mais	45,38	50,37	48,03	26,00	29,17	27,55
<b>Carne bovina</b>						
Menos de 5 dias	80,67	75,56	77,95	86,00	84,85	85,43
5 dias ou mais	19,33	24,44	22,05%	14,00	15,15	14,57
<b>Carne de peixe</b>						
Menos de 5 dias	82,35	80,00	81,10	75,51	82,65%	79,08
5 dias ou mais	17,65	20,00	18,90	24,49	17,35	20,92
<b>Leite/derivados</b>						
Menos de 5 dias	61,34	54,14	57,5	65,35	74,49	69,85
5 dias ou mais	138,66	145,86	42,46	<sup>1</sup> 134,65	125,51	130,15
<b>Hortaliças, verduras</b>						
Menos de 5 dias	53,51	47,33	50,20	66,67	70,10	68,37
5 dias ou mais	46,49	52,67	49,80	33,33	29,90	31,63
<b>Massas</b>						
Menos de 5 dias	41,03	27,07	33,60	28,57	31,25	29,90
5 dias ou mais	58,97	72,93	66,40	71,43	68,75	70,10

**Tabela 4 - Proporção do consumo de alimentos por vezes na semana**  
Fonte: Pesquisa de campo

Igual a outros países no mundo o Brasil também passa por diversas mudanças em vários aspectos populacionais entre eles o hábito alimentar da população. Na última década podemos observar que o consumo de alimentos regionais (frutas, legumes, verduras) tem diminuído, em contrapartida o consumo de alimentos com altas quantidades de açúcar,

gordura e sal tem atingido um nível elevado e preocupante (IBGE). O consumo alimentar tem sofrido mudanças na qualidade e quantidade de produtos saudáveis, ocasionando um consumo excessivo de alimentos com alto valor calórico que aliado ao sedentarismo resulta em uma geração com sobrepeso (MORATOYA et. al, 2013). Moratoya (2013) fala ainda que um dos fatores destinados a escolha de alimentos para consumo é o financeiro, onde a população de menor renda não tem as mesmas possibilidades que a de renda mais elevada. O IBGE (2008-2009) registra queda no consumo de alimentos saudáveis e aumento no de alimentos que podem ser um vilão para a saúde: menor consumo de farinhas, féculas e massas, cereais e leguminosas, incluindo arroz (-40,5%) e feijão (-26,4%) e hortaliças, o açúcar refinado e o cristal também tiveram queda significativa no consumo, -48,3% e 33,9%. Em contrapartida registrou-se o aumento no consumo de alimentos preparados e misturas industriais, as bebidas e infusões apresentaram um aumento de 37% e 12%, entre os que se apresentaram o maior índice de consumo está o refrigerante de cola (39,3%) e a cerveja (23,2%).

Observamos ainda na Figura 4 que em ambos os municípios a maioria dos escolares encontra-se dentro de seu peso normal e que o percentual dos que se encontram abaixo do peso e os que estão com sobrepeso é mínimo, o que não os torna menos preocupante. O que significa que medidas de prevenção e conscientização ainda devem ser tomadas, escola e comunidade em conjunto, evitando o aumento destes números.

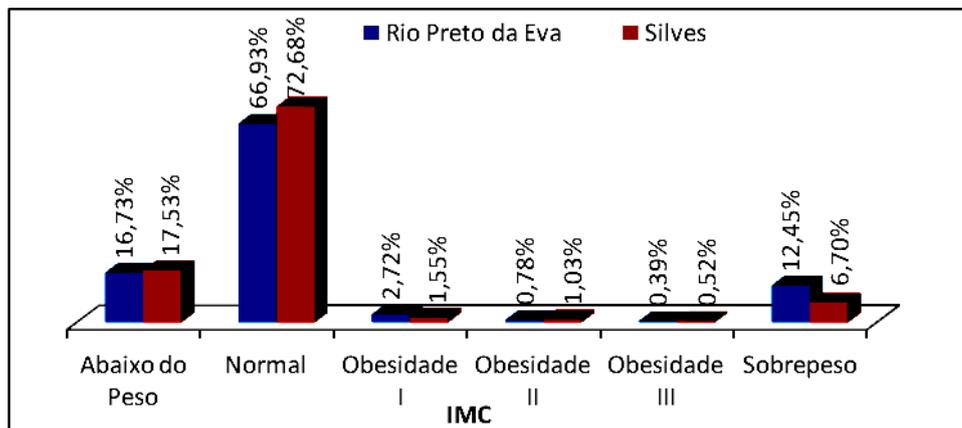


Figura 4- Índice de massa corporal  
Fonte: Pesquisa de campo.

O índice de sobrepeso e obesidade no Brasil segundo Mauriello et al. (2007) é de 13 a 15%. Outros estudos também realizados com adolescentes escolares das redes públicas e privadas, com idade entre 12 e 18 anos nos estados do Paraná, Minas Gerais e Espírito Santo

apontaram percentual de 7,8%, 11,5% e 15,6% para obesidade e sobre peso (OLIVEIRA et al., 2000; ALMEIDA et al., 2000; VON DER HEYDE et al., 2000).

Em comparação com o que preconiza a literatura observamos que ambos os municípios pesquisados encontram-se dentro do índice previsto para o país de sobrepeso e obesidade, logo nossos escolares não estão muito distantes da realidade de escolares de outros estados do país.

A proporção de escolares que não fuma e não bebe em ambos os municípios é grande, a pesquisa mostrou que 86,87% não bebem e 94,19% não fumam em Rio Preto da Eva e 82,09% não bebem e 91,58% não fumam em Silves, e atentando percebemos ainda que o percentual de escolares que bebe até 7 dias na semana ficou abaixo de 2% em ambos os municípios e os que fumam mais que 20 cigarros por dia, o que seria um fator preocupante, ficou abaixo de 1%.

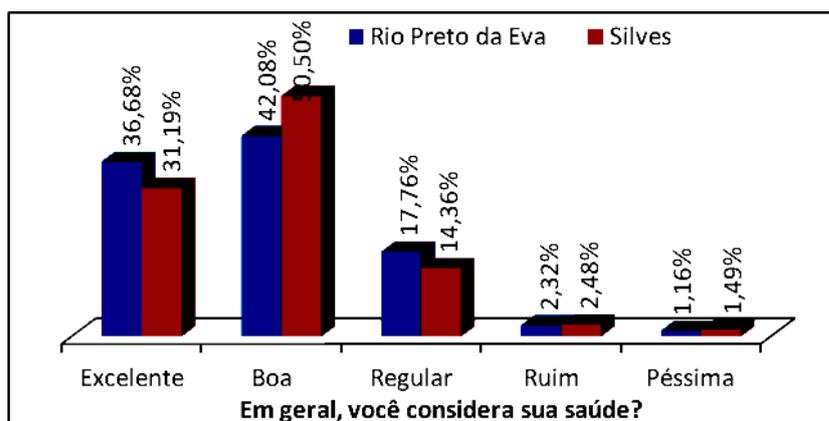
Variáveis	Rio Preto da Eva			Silves		
	asc.	M	I	asc.	M	F
	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
<b>Consumo diário/SEMANAL de bebida alcoólica</b>						
0 dia	85,12	88,41	86,87	82,18	82,00	82,09
1 dia	6,61	9,42	8,11	9,90	11,00	10,45
2 dias	5,79	1,45	3,47	1,98	2,00	1,99
3 dias	0,00	0,72	0,39	0,99	2,00	1,49
4 dias	0,83	0,00	0,39	1,98	2,00	1,99
5 dias	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	,00
6 dias	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
7 dias	1,65	0,00	0,77	2,97	1,00	1,99
<b>Situação em relação ao fumo</b>						
Nunca fumei	90,91	97,08	94,19	91,18	92,00	1,58
Parei de fumar	5,79	2,19	3,88	4,90	8,00	6,44
Fumo menos de 10 cigarros por dia	0,83	0,00	0,39	2,94	0,00	1,49
Fumo de 10 a 20 cigarros por dia	1,65	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00
Fumo mais de 20 cigarros por dia	0,83	0,73	0,78	0,98	0,00	0,50

**Tabela 5 - quais as condições dos espaços físicos existentes**  
**Fonte: Pesquisa de campo.**

Nahas et al. (2012) mostra em seus resultados que entre os cinco municípios pesquisados (Manaus, Presidente Figueiredo, Parintins, São Gabriel da Cachoeira e

Itacoatiara) o percentual de escolares que não fuma ficou entre 89,72% - 94,04% e os que afirmam não ingerir bebidas alcoólicas 75,09% - 81,11%. Gordia (2008) mostra que com relação à ingestão de bebidas alcoólicas entre os escolares de Curitiba; 13% são abstêmios; 62,6% são consumidores de baixo risco; 24,6% são consumidores excessivos; 17,4% consumidores de risco; 4,6% consumidores de alto risco; e 2,4% prováveis dependentes, Grigollo (2009) revela em sua pesquisa que no Meio Oeste Catarinense que 95,68% dos escolares afirmaram ingerir mais que 4 doses de bebidas alcoólicas em uma ocasião (adequado) e apenas 4,32% adequados, já com relação ao fumo 90,53% estão inadequados e 9,65% adequados.

No que se refere à visão do próprio escolar quanto a sua saúde em ambos os municípios a maioria taxou sua saúde como excelente e boa. Em um comparativo entre os municípios o percentual de escolares de Rio Preto da Eva que consideram sua saúde excelente foi maior (36,68%) e os de Silves a maioria considera sua saúde boa (50,50%) como pode ser visto no Gráfico 5.



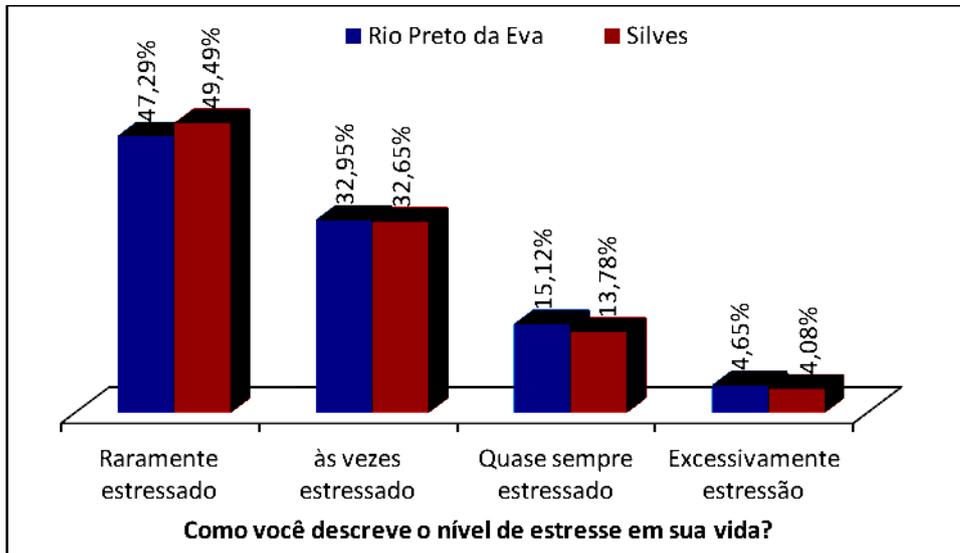
**Figura 5- Saúde do escolar na percepção do mesmo**  
Fonte: Pesquisa de campo

Santos et al. (2011), onde 40,3% da percepção foi positiva (para Boa e Excelente) e 33,6% da percepção foi negativa (para Razoável e Péssima) em Caruaru (PE). Garbin et al. (2009), revela em seus resultados que 46,5% dos escolares consideraram sua saúde Ótima e 44,1% consideraram Boa.

A considerar pelo resultado de tais estudos realizados em outros estados brasileiros vemos que nossos resultados estão semelhantes aos achados na literatura.

Ao serem questionados sobre seu nível de estresse os escolares em ambos os municípios se auto-descrevem como raramente estressados, como pode ser visto no Gráfico 6 os escolares de Rio Preto aparecem com uma diferença mínima no percentual, sendo inferior

o número de alunos que se encontram raramente estressados em comparação ao município de Silves.



**Figura 6 - Consumo de alimentos saudáveis**  
**Fonte: Pesquisa de campo**

Lipp (1996) citado por Machado (2011) define na psicologia o estresse como uma reação física e psicológica “desencadeada por alterações psicofisiológicas decorrentes do confronto de qualquer situação que cause confusão, amedrontamento, irrite, excite ou emocione o indivíduo profundamente, deixando-o feliz ou triste”.

Estudo realizado em Florianópolis – SC, Pires (2004) revela nos resultados que 43,1% dos adolescentes pesquisados encontram-se com estresse prejudicial à saúde e destes 95% se encontravam na fase de resistência ao estresse, resultados semelhantes a estes encontramos na pesquisa de Pires (2002). Samulski (1992) citado por Pires (2002) afirma que a fase de resistência ao estresse é um estado de adaptação do corpo, para o metabolismo suportar o estresse por tempo indefinido.

No Gráfico 7 podemos ver que as maiores fontes causadoras de estresse entre os escolares de ambos os municípios foram problemas de relacionamento e o excesso de compromisso e responsabilidades (43,00% Silves, 52,92% Rio Preto da Eva).

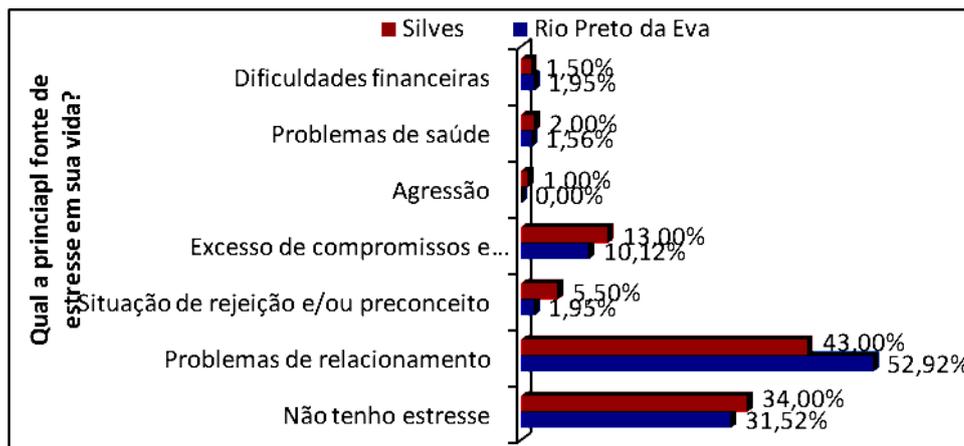


Figura 8- Índice de massa corporal (IMC)

Fonte: Pesquisa de campo.

Tais motivos responsáveis pelo estresse no ser humano podem ser chamados de estressor, que vem a ser qualquer situação que quebre o equilíbrio interno e exija uma adaptação do indivíduo (LIPP, 1996), o que varia de pessoa para pessoa de acordo com sua realidade e ambiente de convívio social.

Segundo M. Ribeiro e L. Ribeiro (2005) em jovens o estresse se apresenta principalmente em questões emocionais, o que corresponde aos nossos resultados e que na adolescência a cobrança da sociedade e seu desejo de libertação dos pais podem causar intenso estresse. Como a adolescência é uma fase de transição, cheia de mudanças no corpo e em suas emoções, tantas mudanças e incertezas que o cerca pode estabilizar sua auto-estima, causando o estresse e a depressão (ZIMPEL, 2005).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No geral podemos ver que o momento no qual se encontra os municípios de Rio Preto da Eva e Silves é bom, em comparação a outros estados brasileiros, no entanto, ainda precisa de planejamento e aplicações educacionais, apesar dos resultados apresentados constatarem que não são registrados excessos nos fatores negativos e prejudiciais a saúde, ainda estamos trabalhando com a prevenção de doenças na vida adulta.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A.P.C; COSTA, L.C, GOMES RN; LUCAS, A.S. **Prevalência de obesidade e sobrepeso em estudantes adolescentes de diferentes classes sociais**. In: Anais do Simpósio Obesidade e Anemia Carencial na Adolescência, Salvador, Bahia, 8-9 de junho de 2000. Salvador: Instituto Danone; 2000. p.263.

CAMPOS, Wagner de. **Relação entre fatores ambientais e habilidades motoras básicas em criança 6 e 7 anos.** Revista Mackenzie, 2004. Disponível em: [http://www.mackenzie.com.br/editoramackenzie/revistas/edfisica/edfis3n3/art11\\_edfis33.pdf](http://www.mackenzie.com.br/editoramackenzie/revistas/edfisica/edfis3n3/art11_edfis33.pdf). Acessado em 02 de abril de 2007, as 10:05.

DUMMEL CCB. **Sedentarismo e outros fatores de risco cardiovasculares em adolescentes.**Dissertacao de Mestrado. Mestrado em Educacao Fisica. Universidade Federal de SantaCatarina, 2007.

FONSECA, V. **Psicomotricidade** – Perspectivas multidisciplinares. Artmed. São Paulo, 2004.

GUEDES D. P.; GUEDES, JERP; BARBOSA, D. S; OLIVEIRA, J. A. **Níveis de pratica de atividade física em adolescentes.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte - Vol. 7, Nº 6 – Nov/Dez, 2000.

GARBIN, C.A.S.; GARBIN, A.J.I.; MOIMAZ, S.A.S.; GONÇALVES, P.E. **A saúde na percepção do adolescente.** Rev Saúde Col . Rio de Janeiro. 2009, vol.95 (1);63-71

GRIGOLHO, L. R. **Aptidão Física Relacionada à Saúde e Estilo de Vida dos Adolescentes do Ensino Médio da Região do Meio-oeste Catarinense.** 2009. 129f. Dissertação (Mestrado) Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, 2009.

LEMOS, K. L. M. Educação Física e Valores: Análise centrada em discurso de professores e alunos de Escolas do Ensino Fundamental e Médio da Cidade de Belo Horizonte – Minas Gerais – Brasil. 2006. 249 f. Tese (Doutorado em Ciências do Desporto) – Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, 2006.

LIPP, M. E. N. Stress: conceitos básicos. In: \_\_\_\_\_. **Pesquisas sobre stress no Brasil:** saúde ocupações e grupos de risco. Campinas: Papirus, 1996. p. 17-31.

MAURIELLO, P. et al. **Using interactive change tecnologia to intervence on physical activity and nutrition with adolescent.**AdolescentmediceState, v. 18, p. 383-399, 2007.

MACHADO, S. F.; VEIGA, H. M. da S.; ALVES, S. H. de S. **Níveis de estresse em alunos de 3ª série do ensino médio**-doi: 10.5102/ucs.v9i2.1362. Universitas: Ciências da Saúde, v. 9, n. 2, p. 35-52, 2011.

MOYSA, S. M. **Análise comparativa entre sexos para os fatores do comportamento sedentário e prática de atividade física em adolescentes do ensino médio da cidade de Manaus – AM.** Moysa Márquez Serruya, 2012. Orientador: Prof<sup>o</sup>MScEwertton de Souza Bezerra. Trabalho de conclusão de curso – Universidade Federal do Amazonas, curso de Bacharelado em Educação Física - Promoção da Saúde e Lazer, 2012.

NAHAS, M. V.; BARBOSA, R. M.; CARDOSO NETO, J. C. et al. **Estilo de Vida e Saúde de Escolares do Ensino Médio:** Manaus, Presidente Figueiredo, Parintins, São Gabriel da Cachoeira, Itacoatiara. Manaus. Edua. 2012.

OEHLSCHLAEGER, M. H. K.; PINHEIRO, R. T.; HORTA, B.; GELATTI, C.; SAN'TANA, P. **Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana.** Rev Saúde Pública 2004; 38: 157-63.

OLIVEIRA R. G. **A obesidade na infância e adolescência como fator de risco para doenças cardiovasculares do adulto.** In: Anais do Simpósio Obesidade e Anemia Carencial na Adolescência, Salvador, Bahia, 8-9 de junho de 2000. Salvador: Instituto Danone; 2000. p.65-75.

PELEGRINI, A. **Prevalência do Sedentarismo, Excesso de Peso e Insatisfação com a Imagem Corporal em Adolescentes de Florianópolis, SC.** 2008. 129f. Dissertação (Mestrado) Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, 2008.

PIRES, E. A. G.; PIRES, M. C.; PETROSKI, E. L. **Adiposidade corporal, padrão de comportamento e estresse em adolescentes.** Rev. Brasil. Cineant. & Desemp. Humano, v. 4, n. 1, p. 7-16, 2002.

PIRES, E. A. G. et al. **Hábitos de atividade física e o estresse em adolescentes de Florianópolis û SC,** Br. Rev. bras. ciênc. mov, v. 12, n. 1, p. 51-56, 2004.

RIBEIRO, M. A. P.; RIBEIRO, L. T. F. **Estresse: conhecer para superar.** Rio de Janeiro: Vozes, 2005.

SAMULSKI, D. M. (1992). **Psicologia do esporte** (Teoria e aplicação prática). Belo Horizonte: Ed. Imprensa Universitária/UFMG.

SANTOS, R. **Psicomotricidade.** Editora São Paulo: 2001.

SANTOS, J. A. P. **Esporte e Juventude: um olhar acerca da relação do jovem com o esporte.** Juliana de Abreu Pereira Santos, 2010. Orientador: Prof. Dra. Ana Cláudia Porfírio Couto. Trabalho de conclusão de curso – Universidade Federal de Minas Gerais, curso de bacharelado em Educação física – Promoção da saúde e lazer, 2010.

SANTOS, E. M. C.; TASSITANO, R. M.; NASCIMENTO, W. M. F.; PETRIBÚ, M. M.; CABRAL, P. C. **Satisfação com o peso corporal e fatores associados em estudantes do ensino médio.** Rev. Paul Pedriat . 2011. 29(2):214-223.

SILVA, K. S. **Sedentarismo, Excesso De Peso Corporal E Pressão Arterial Elevada Em Crianças E Adolescentes.** 2007. 77f. Dissertação - Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, 2007.

VON DER HEYDE MED, Amorim STSP, Lang RMF, Von der Heyde R. **Perfil nutricional de adolescentes da cidade de Curitiba.** In: Anais do Simpósio Obesidade e Anemia Carencial na Adolescência, Salvador, Bahia, 8-9 de junho de 2000. Salvador: Instituto Danone; 2000. p.227.