

A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ESCOLARES COM SOBREPESO E OBESIDADE DE ESCOLA PÚBLICA DE CAMPINAS

¹Marcelo Filocomo; ¹Alan A Rodrigues; ¹Luiz Ernani S. Braga; ²Carlos Zamai

¹Docentes do Curso de Educação Física - Unip – Jundiaí/Campinas

²Doutorando do Curso de Educação Física - Unicamp

RESUMO

Verifica-se na literatura que a obesidade vem aumentando acentuadamente ao longo dos últimos anos principalmente entre os adolescentes, tornando-se importante preveni-la e tratá-la para que suas complicações não se estendam a vida adulta. É nesse sentido que a disciplina Educação Física assume papel fundamental, pois pode elevar os níveis diários de atividade física desses adolescentes e modificar valores associados à atividade física. Para tanto se faz necessário que tais adolescentes pratiquem atividade física, quer seja nas aulas em questão ou no âmbito extra-escolar. O objetivo dessa pesquisa foi analisar a relação dos escolares obesos com a atividade física nas aulas de Educação Física escolar e em seu tempo livre. A metodologia utilizada foi aplicação de um questionário específico contendo perguntas abertas e fechadas e avaliação antropométrica de peso e estatura em 542 escolares na faixa etária 11 e 12 anos, ambos os sexos, em uma escola pública de Campinas. Resultados: a prevalência de obesidade foi de 33% nas meninas e 23% nos meninos. Os sujeitos com obesidade, em especial as meninas, apresentaram-se menos ativos fisicamente em comparação a população com peso normal, tanto durante o tempo livre da semana como do final de semana; e demonstraram falta de interesse por atividades físicas mais intensas como a corrida. Os resultados encontrados poderão auxiliar profissionais de Educação Física a selecionar melhor o repertório de atividades físicas que serão aplicados nas aulas de Educação Física escolar, adequando-os às características biopsicossociais dos alunos com sobrepeso e obesidade. Conclui-se: que os escolares com sobrepeso/obesidade praticam menos atividade física que os escolares com peso normal, mostrando-se mais ativos fisicamente no final de semana do que durante a semana, em especial as meninas com sobrepeso/ obesidade; observou-se que a população em questão participa das aulas de Educação Física escolar, mas um fator que pode minimizar ou desmotivar essa participação se refere ao tipo de atividade proposta, pois apresentaram tendência a abandonar ou fugir das atividades que enfocam o deslocamento corporal e que evidenciam as dificuldades motoras oriundas do excesso de peso corporal; é de fundamental importância adequar à intensidade e o tipo de atividade física as características fisiológicas e motoras de escolares, englobando crianças e jovens.

Palavras-chave: Atividade Física. Sobrepeso. Obesidade. Escolares.