

APTIDÃO FÍSICA E OBESIDADE EM CRIANÇAS DO SEXO FEMININO DE 9 E 10 ANOS DE ESCOLAS PRIVADAS DA CIDADE DE TOLEDO PARANÁ

¹Cristhiane Pierozan, ²Jefferson Jovelino Amaral dos Santos
Universidade Paranaense – UNIPAR, Toledo Paraná, Brasil crispierozan@yahoo.com.br,
jeffe@unipar.br

INTRODUÇÃO E OBJETIVOS: A atividade física tem sido considerada um importante componente de uma vida saudável devido a sua associação com diversos benefícios para a saúde. Este trabalho teve por objetivo verificar o nível de atividade física de crianças do sexo feminino de 9 e 10 anos de escolas privadas da cidade de Toledo Paraná, realizando-se avaliação antropométrica, avaliação da potência aeróbica e verificando-se o tempo de assistência à televisão destas crianças. **METODOLOGIA:** O nível de atividade física regular foi avaliado através do questionário de atividade física para crianças (PAQ-C), o qual é composto por nove questões sobre a prática de atividade física moderada à intensa nos sete dias anteriores ao preenchimento do questionário. O escore é obtido pela média das questões representando o intervalo de 1 (muito sedentário) à 5 (muito ativo). Todas as escolas privadas da cidade de Toledo foram comunicadas sobre a realização do estudo, sendo todas as crianças desta faixa etária catalogadas e enviado à elas uma cópia do PAQ-C e termo de autorização à ser assinado pelos pais. Foram realizadas três mensurações das dobras cutâneas tricípital e subescapular no hemicorpo direito do avaliado sendo utilizado a média e analisada na tabela de HEYWARD e STOLARCZYK, 1996. Foi calculado o IMC através da relação IMC por idade em percentis para garotas de 2 a 20 anos (NCHS, 2000) analisando-se o IMC no gráfico, onde abaixo do 5º percentil é considerado abaixo do peso, do 5º ao 85º normais, do 85º ao 95º sobrepeso e acima do 95º obesidade. Foi verificado o VO₂ máximo através do protocolo do Teste de Corrida de 1000 metros de Klissouras (1973), através da equação $VO_{2\max} = \frac{652,17 - y}{6,762}$, sendo

selecionado um local no pátio da escola para realização e cronometrado o tempo do início ao fim da corrida. Foi calculado METS através da equação VO₂ máximo dividido por 3,6. Foi utilizada estatística descritiva através de gráficos e tabelas e estatística inferencial através do teste de Kruskal Wallis para comparação das médias entre os grupos e o teste de Correlação de Spearman para avaliação da interrelação de duas variáveis. **RESULTADOS:** Participaram do estudo 4 escolas com uma amostra de 80 crianças. Através do PAQ-C 61,25% das crianças foram classificadas como sedentárias, 15% como muito sedentárias, 21,25% moderadamente ativas e 2,5% ativas. Foi obtida a porcentagem de gordura corporal (%GC) através da mensuração das dobras cutâneas, encontrando-se uma média de 26,07%, entre faixa ótima e moderadamente alta. A média de tempo das crianças em frente à uma televisão foi de 2,88 horas/dia, não havendo correlação com o %GC. Foi calculado o IMC por idade em percentis, encontrando-se 68% destas crianças classificadas como normais, 8% obesas, 8% com risco ao sobrepeso e 16 % abaixo do peso. Foi encontrada uma média do VO₂ máximo de 31,99mL/Kg/min, abaixo do normal para esta faixa etária. Houve correlação significativa entre %GC e VO₂ máximo, mostrando que quanto maior o percentual de gordura corporal menor o consumo máximo de oxigênio durante o exercício. A média de METS obtida foi de 8,8L/min com categorização moderada de exercício. Houve correlação entre %GC e nível de METS. Não houve diferenças estatisticamente significantes entre o VO₂ e o PAQ-C, entre o PAQ-C e IMC e entre o percentual de gordura corporal e o PAQ-C. **CONCLUSÕES:** Foi possível observar que a maioria das crianças foram classificadas como sedentárias e o percentual de gordura corporal está ultrapassando a faixa ótima. apresentando riscos à saúde. As crianças que ficavam mais tempo assistindo televisão não tiveram um maior

1 Discente do curso de fisioterapia da UNIPAR campus Toledo

2 Docente do curso de fisioterapia da UNIPAR campus Toledo

percentual de gordura corporal. Nos indivíduos com maior percentual de gordura, a captação máxima de oxigênio era menor.

Palavras – Chave: antropometria, atividade física, crianças, obesidade.