

RESUMO

FERREIRA, Lucas Maluf. Obesidade Infantil e Educação Física Escolar: Estudo de seus Fatores. Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas 2009.

A obesidade é uma Doença Crônica não Transmissível presente hoje em boa parte da população mundial. Essa pesquisa teve como objetivo estudar a obesidade infantil, dentro do ensino fundamental I, em uma determinada instituição escolar, investigando através do IMC e de um questionário, para identificar o nível de obesidade entre os alunos, avaliar hábitos relacionados a atividade física, praticada fora do colégio, e à alimentação. A partir disso averiguar a contribuição das aulas para a conscientização dos alunos sobre hábitos mais saudáveis. O estudo foi realizado através de uma pesquisa bibliográfica para se obter informações sobre a obesidade, suas causas e conseqüências. A pesquisa de campo apontou que de vinte sujeitos pesquisados, dez eram do gênero feminino e dez do gênero masculino dos quais três eram obesos, dois tinha sobrepeso, quatorze tinha peso normal e 1 tinha desnutrição. Dos nove alunos que responderam o questionário, cinco costuma praticar atividade física fora dos horários da Educação Física e quatro não praticam, fato que possivelmente pode influenciar nos níveis de obesidade. Nota-se que para quatro crianças o tempo gasto com televisão, computador e videogame varia entre três e quatro horas, ocupando boa parte do dia e conseqüentemente diminuindo o tempo para a realização de atividades que possibilitam a queima calórica, contribuindo para um comportamento sedentário e causador de doenças futuras. Diante da observação realizada durante as aulas de Educação Física, pode-se notar um pequeno enfoque na conscientização dos alunos para a adoção de hábitos mais saudáveis e da importância dos mesmos. Portanto verifica-se que a prática adotada nas aulas não contribui para que os alunos tenham uma reeducação alimentar e que além das duas aulas por semana de Educação Física, o aluno deve procurar outras alternativas para praticarem alguma atividade que promova um gasto calórico.

Palavras chave: Obesidade, Educação Física Escolar e Atividade Física.