

---

## COMPARAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO MEDIANTE A APLICAÇÃO DO IPAQ

JARLISSON FRANCSUEL MELO DOS SANTOS (CREF: 002682-G/SE)<sup>1</sup>

VANESSA SANTOS<sup>1</sup>

Labimh/UNIT, Aracaju, Sergipe, Brasil<sup>1</sup>

jarlissonfrancsuel@hotmail.com

**INTRODUÇÃO:** A prática regular de atividade física está associada a inúmeros benefícios para a saúde em crianças e jovens em idade escolar e é essencial à prevenção de várias doenças que atingem indivíduos. Apesar dos jovens consistirem a parte mais ativa da população, o sedentarismo crescente têm alertado os profissionais de saúde (SILVA e COSTA JÚNIOR, 2011; JANESSEN e LEBLANC, 2010). **OBJETIVO:** O objetivo do estudo foi comparar o nível de atividade física entre alunos do sexo feminino e masculino cursando ensino médio, mediante a aplicação do International Physical Activity Questionnaire. **MÉTODOS:** A amostra constituiu-se de 43 escolares de ambos os sexos, com idade entre 15 e 20 anos, matriculados em uma escola da rede pública do município de Salgado/SE, onde foram divididos em dois grupos: O grupo de meninas (n=34) e o de meninos (n=09). Para a obtenção dos dados sobre a atividade física, foi utilizado o International Physical Activity Questionnaire – IPAQ, versão VIII curta. Essa versão é composta por oito questões abertas e suas informações permitem estimar o tempo despendido por semana em diferentes dimensões de atividade física (caminhadas e esforços físicos de intensidades moderada e vigorosa) e de inatividade física (posição sentada). **RESULTADOS:** Ao analisar as informações associadas ao tempo médio despendido nas quatro dimensões de atividade física, relatadas pelos adolescentes mediante o IPAQ, verifica-se que o tempo despendido em atividades que envolvem esforços físicos de intensidade vigorosa apresentou diferenças na média favoráveis aos rapazes (4 dias/semana; 82 min/dia) em relação as moças (2 dias/semana; 58 min/dia) em atividades moderadas obtiveram como média meninas (6 dias/sem; 157 min/d) e meninos (5 dias/sem; 88 min/d) nas atividade relacionadas a caminhada as médias de meninas (4 dias/sem; 28 min/d) e meninos (4 dias/sem; 27 min/d). De acordo com a classificação, o grupo das meninas foi considerado “ativo” e o grupo composto por meninos foram denominado “muito ativo”, pois segundo Bacil et al (2015) nessa idade as meninas tendem a praticar menos atividades físicas que os meninos. **CONCLUSÃO:** Diante dos resultados obtidos pode-se concluir que há um maior nível de atividade física vigorosa nos meninos que nas meninas. Com isso, conforme a classificação do IPAQ, os meninos foram considerados mais ativos.

**Palavras-chave:** Atividade física; Ensino médio; Questionário.