

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA, TIPO DE DESLOCAMENTO PARA A ESCOLA, TEMPO DE TELA E RISCO METABÓLICO: estudo com adolescentes da zona urbana e rural

Letícia de Borba Schneiders, Acadêmica do curso de Educação Física da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), leticiaschneiders12@gmail.com

Cézane Priscila Reuter, Docente do Departamento de Educação Física e Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), cezanereuter@unisc.br

PALAVRAS-CHAVE: *Estilo de Vida Sedentário; Obesidade Abdominal; Saúde.*

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome Metabólica (SM) é caracterizada por um conjunto de fatores de risco, como obesidade abdominal, hipertensão arterial sistêmica (HAS), aumento dos níveis de triglicerídeos e glicemia em jejum e aos baixos níveis de colesterol HDL (VASCONCELLOS et al., 2013). Atualmente, observam-se grandes mudanças e alterações no comportamento da sociedade mundial, as quais tem contribuído para a determinação do risco metabólico, como o estilo de vida e a localização de moradia das populações dos grupos mais jovens (SUMINI et al., 2017). Nesse sentido, o presente estudo objetivou avaliar a relação entre o tipo de deslocamento para a escola e o tempo gasto em frente à televisão com a presença de risco metabólico em adolescentes de Santa Cruz do Sul-RS.

2 METODOLOGIA

Estudo transversal envolveu a participação de 1501 adolescentes, do sexo masculino e feminino, com idade entre 10 e 17 anos, pertencentes a escolas da rede pública e privada, da zona urbana e rural de Santa Cruz do Sul-RS. A avaliação do risco metabólico foi realizada por meio do escore contínuo de risco metabólico (cMetS), calculado por meio do somatório do escore Z de seis fatores de risco: 1) circunferência da cintura (CC); 2) pressão arterial sistólica (PAS); 3) triglicerídeos (TG); 4) HDL-c; 5) glicose e 6) aptidão cardiorrespiratória (APCR). O tipo de deslocamento para a escola foi avaliado por meio do questionário

adaptado de Barros e Nahas (2003). O tempo de tela (TT) foi avaliado pelo número de horas em frente às telas da televisão, computador e/ou videogame. A análise dos dados foi realizada no programa estatístico SPSS v. 23.0 (IBM, Armonk, EUA).

3 DESCRIÇÕES, RESULTADOS, INTERPRETAÇÕES

Observou-se elevada frequência de risco metabólico (13,2%) e de atividades sedentárias, como elevado TT (60,2%), deslocamento para a escola (47,9%) e inatividade física (50,5%). Porém, não houve associação entre a presença do risco metabólico e estes fatores. De acordo com a prática ou não de atividade física, observou-se diferença significativa apenas para a APCR entre as meninas, sendo os maiores níveis entre as praticantes ($p=0,022$).

É neste período da vida que ocorrem alterações relacionadas aos hábitos alimentares e a redução da prática de atividade física. Mesmo que alguns estudos também não tenham apresentado associação do tempo gasto com atividades sedentárias com o risco metabólico em adolescentes, outros identificaram alterações negativas para glicose, HDL-c e pressão arterial sistólica ao analisar os fatores de risco isolados (FRÖBERG; RAUSTORP, 2014). Portanto, a dificuldade de encontrar a associação do score de risco com o comportamento sedentário na adolescência, ocorre devido ao efeito destas variáveis não se manifestar de acordo com a intensidade necessária (PRAZERES FILHO, 2016).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática de atividade física, o tipo de deslocamento para a escola e o tempo de tela não estiveram associados com a presença de risco metabólico nos adolescentes. No entanto, o estudo identificou elevada frequência de escolares com risco metabólico e que apresentam hábitos de vida sedentários.

5 REFERÊNCIAS

BARROS M.V.G., NAHAS, M. V. Medidas da atividade física: teoria e aplicação em diversos grupos populacionais. Londrina: Midiograf, 2003.

FRÖBERG, A., RAUSTORP, A. Objectively measured sedentary behaviour and cardiometabolic risk in youth: a review of evidence. *European Journal Pediatric*, v. 173, n. 7, p. 845-860, 2014.

PRAZERES FILHO A. Tempo total e bouts de comportamento sedentário e atores de risco para síndrome metabólica em adolescentes. Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2016, p. 77-83.

SUMINI, K. L. et al. Alimentação, risco cardiovascular e nível de atividade física em adolescents. *RBONE – Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 11, n. 61, p.23-30, 2017.

VASCONCELLOS, F. V. A. et al. Exercício físico e síndrome metabólica. *Revista HUPE*, v. 12, n. 4, p. 78–88, 2013.