

Em vários casos, por consequência, muitos estudantes vivenciam a dupla ou tripla jornada de atividades diárias, como: trabalho, estudo e família, ocasionando uma limitação de tempo para a prática de atividade física, com aumento de chances dos mesmos adotarem um estilo de vida sedentário (FREITAS *et al*, 2016, p. 03).

Nessa perspectiva e com tais números expostos, se torna um assunto de suma importância a ser estudado, principalmente no que tange o viés da educação física e seus profissionais e alunos, para que assim haja um conhecimento maior e que ocorram mudanças dentro do âmbito universitário, como afirmam Reis *et al*. (2017, p.75) apesar de conviverem com a produção e divulgação do conhecimento científico, grande parte dos professores não coloca em prática ações que venham a beneficiar sua saúde em longo prazo, como é o caso da prática cotidiana da atividade física.

Portanto, este estudo tem como objetivo, analisar artigos científicos que vem sendo elaborados nos últimos 10 anos, referentes ao nível de sedentarismo presente nos professores e estudantes de universidade.

ANÁLISE DOS ARTIGOS

A partir de uma revisão bibliográfica efetuada em diferentes revistas, buscando sempre uma uniformidade no tema do artigo publicado, foram encontrados 13 artigos, com o intuito de traçar ideias, objetivos, métodos, público alvo e resultados, semelhantes, explanamos cada artigo dividindo em três tópicos. Esta separação foi efetuada da seguinte forma; artigos correspondentes a universitários, estudos relacionados à docentes universitários, e as possíveis causas e doenças que podem aparecer com a falta de atividade física e baixa qualidade de vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das análises de todos os grupos estudados nesta produção, é inevitável um prognóstico negativo para pessoas com níveis baixos de atividades física e associados, tais como alimentação, doenças, relação sócio demográfica. Outro ponto a se elencar é uma iminente prevalência de mulheres, sendo a maioria diagnosticada como sedentárias, ligando assim uma luz de alerta para o público específico.

Portanto, o estudo se mostrou eficaz na tentativa de quantificar dados referentes ao nível de sedentarismo de graduandos e de professores universitários, entendendo assim que mais estudos deverão se confeccionados na área, pois somente desta forma o tema ganhara visibilidade, para que assim medidas possam ser tomadas e essa relação universidade e saúde cresçam juntas.

REFERÊNCIAS

- FONTES, A. C. D.; VIANNA, R. P. T. *Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil*. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v12n1/03.pdf>>. Acesso em: 15 maio 2018.
- FREITAS, T. V. *et al*. Sedentarismo no lazer em estudantes da universidade federal do acre. *Journal Of Amazon Health Science*. Rio Branco, v. 02, n.02, p. 01-19. jan. 2016.
- REIS, A. S. F. *et al*. Avaliação da influência do nível de atividade física na qualidade de vida do professor universitário. *Arquivos de Ciências da Saúde*, v. 24, n. 1, p. 75-80, mar. 2017. Disponível em: <<http://www.cienciasdasaude.famerp.br/index.php/racs/article/view/537>>. Acesso em: 22 maio 2018.

