



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB  
Faculdade de Ciências da Educação E Saúde – FACES

ANA PAULA CAMARGO L SILVA

## **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE 6 A 10 ANOS**

Brasília  
2019

ANA PAULA CAMARGO L SILVA

## **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE 6 A 10 ANOS**

Trabalho de conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Orientador: Tácio Rodrigues da Silva Santos

Brasília  
2019

## RESUMO

**Introdução:** Inatividade física e alimentação inadequada contribuem para obesidade infantil, podendo influenciar na vida adulta, ocasionando várias doenças crônicas. **Objetivo:** Analisar o nível de atividade física (NAF) e a sua correlação com o índice de massa corporal (IMC) em crianças do 6º ano em escola particular do Distrito Federal - DF. **Materiais e Métodos:** Foram avaliadas 49 escolares (11 meninas e 49 meninos), com idade média de  $9,7 \pm 1,4$  anos. O estudo analisou a seguinte variável dependente: índice de massa corporal (IMC), o nível de atividade física (NAF) e o sexo dos alunos. **Resultado:** Não foram evidenciadas diferenças significativas ( $p < 0,05$ ) quando comparado os quartis para o NAF na variável investigada IMC. Quando verificado a frequência de resposta à respeito se os estudantes, gostam, gostam um pouco ou não gostam de praticar atividade física, a condição não gostam foi mais prevalente 54,2%. **Conclusão:** Os resultados revelaram que o NAF e o IMC não tiveram diferença significativa. No entanto em relação ao estilo de vida a atividade física e o tempo gasto fora da escola parecem ser influenciadores do excesso de peso e sobrepeso.

**Palavra-Chave:** Nível de Atividade Física; Obesidade Infantil; Escolares.

## 1 INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2008), a obesidade é definida como excessivo acúmulo de gordura que pode prejudicar a saúde.

Nos últimos anos o Brasil tem apresentado um crescente aumento do excesso de peso, acelerado em crianças de 5 a 9 anos de idade, e da obesidade independentemente da idade, classe social, região e meio urbano ou rural segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010).

Segundo o departamento de estatísticas da Organização Mundial da Saúde (OMS), atualmente, 12% da população do mundo encontra-se obesa.

De acordo com Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica (ABESO, 2012) em seu relatório intitulado “Estatísticas Mundiais de Saúde 2012”, a OMS registra que 2,8 milhões de pessoas morrem, por ano, devido à obesidade e suas complicações.

A convergência da modernidade, com a diminuição dos níveis de atividade física e a ingestão calórica exacerbada tem potencializado a obesidade, ou seja, os avanços tecnológicos, o sedentarismo e uma alimentação desbalanceada (DE SOUZA VESPASIANO et al., 2016).

O excesso de peso corporal em crianças está associado ao aparecimento de morbidades e complicações tais como: A hipertensão arterial sistêmica, diabetes tipo 2, de doenças cardíacas e de alguns tipos de câncer, neurometabólicas e endócrinas, como dislipidemia, hiperinsulinemia patologias presentes no universo adulto, mas atualmente diagnosticadas em crianças (DE QUEIROS MIRANDA et al., 2011).

Em uma pesquisa realizada por Pitanga (2004) e Nahas (2003) a inatividade física adotada pela sociedade moderna está contribuindo, e muito, para sérios problemas de saúde pública tanto em países desenvolvidos como também em países em desenvolvimento, sendo a prevalência do sedentarismo no Brasil está entre 50 a 60%.

Nessa perspectiva, é preciso reconhecer que as inúmeras transformações sociais e econômicas ocorridas no Brasil, nos últimos anos, provocaram mudanças

importantes no perfil epidemiológico e nutricional da população, ocasionando aumento da obesidade (SANTOS, 2005).

Ressalta-se que esta condição tem sido cada vez mais comum, sendo observado em crianças e adolescentes, especialmente em estudantes do ensino fundamental, o que sinaliza problemas na alimentação dessa faixa etária.

Neste contexto, a prática regular de atividade física traz diversos benefícios às crianças, tais como o equilíbrio entre ingestão e gasto calórico; redução do peso corporal: melhora nas respostas hemodinâmicas e metabólicas (RIBEIRO e GARCIA, 2016), porém para maior aderência e assim potencializando a prevenção e o tratamento da obesidade infantil, as propostas e abordagens devem ser criativas e diversificadas (BERTOLLO e BERTOLLO, 2013).

Nesse sentido, observa-se que, na escola, o desenvolvimento de determinadas práticas esportivas pode se tornar uma atividade de grande relevância, por desenvolver um ambiente agradável e motivador, além de contribuir decisivamente para a manutenção da saúde e qualidade de vida dessas crianças

Segundo a LDB (1990) é dever da família e do Estado educar, nesse cenário está a Educação Física como componente curricular obrigatório, regulada pelos PCN's (1997) que tem como objetivo, para o ensino fundamental, que os alunos sejam capazes de conhecer e cuidar do próprio corpo por meio de hábitos saudáveis, ficando evidente a importância de uma intervenção primária focada na prevenção e proteção da saúde, no âmbito escolar e familiar (ANDRADE et al., 2015).

Contudo o professor de Educação Física deve assumir uma postura séria e comprometida contra a obesidade, sendo mais que um mediador do conteúdo pedagógico nas aulas, mas um agente conscientizador da importância diária da inserção de atividades físicas, promovendo a manutenção da saúde em seus alunos (SEVERINO; SILVA, 2014).

Nessa perspectiva, esse estudo teve como objetivo avaliar o nível de atividade física em escolares de 6 a 10 em uma escola particular do Distrito Federal.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

### 2.1 Amostra

Esta pesquisa caracterizou-se como diagnóstica, desenvolvida a partir de um estudo transversal de coleta única que foi submetido ao Comitê de Ética da Faculdade de Educação e Saúde do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB e aprovado: 58878916.6.0000.0023. Para o registro dos dados os pais das crianças receberam informações sobre a pesquisa, sobre a forma de realização dos testes e assinaram um termo de consentimento de participação e publicação dos resultados.

Foi realizado um estudo piloto, em setembro de 2016, no 6º ano de ensino particular do Escola SESI Taguatinga -DF, com 49 crianças (11 meninas e 38 meninos), com a variação de idade entre 6 e 10 anos. Um conjunto de atividades físicas praticadas por esta população foi selecionado, dentre as quais se destacaram: deslocamentos (meio de transporte escolar e distância percorrida); esportes (futebol, ciclismo e dança); ocupações (espanar pó, jogar lixo e diversas brincadeiras) e lazer (Ajudando nas tarefas domésticas, assistindo TV, brincando ou praticando esportes).

Para escolha de um instrumento mais adequado, paralelamente a este levantamento, foi realizada uma revisão bibliográfica dos questionários de atividade física elaborados para crianças, optando-se por adaptar o questionário proposto por (BARROS e NAHAS ,2003).

As modificações ao referido questionário aconteceram no tipo de atividade física, para atender diferenças culturais, acrescentando-se, ainda, informações sobre a distância (minutos) da residência para escola, frequência semanal de cada atividade física e atividade mais praticada no tempo livre. Dessa forma, o questionário adquiriu condições para levantar informações sobre: a) aspectos demográficos (sexo e idade); b) percepção de atividade física, c) distância da casa para escola; d) transporte utilizado para ir à escola; e) atividades esportivas, f) tarefas domésticas e atividades de lazer do avaliado por meio de informações retrospectivas de auto recordação.

O estudo analisou a seguinte variável dependente: índice de massa corporal (IMC) onde os alunos foram submetidos a uma avaliação da estatura com o

estadiômetro, a massa corporal com a balança Filizola, onde todos os sujeitos realizaram a avaliação em pé, descalços e com roupas leves. A partir dessas medidas foi calculado o índice de massa corporal (IMC), por meio do quociente da massa corporal/ (estatura)<sup>2</sup>, sendo a massa corporal expressa em quilograma (kg) e a estatura em metros (m).

Para categorização do NAF, estimado em mets, foi utilizada a classificação por quartis. Foram considerados inativos os alunos com índices inferiores de atividade física, até escores abaixo do percentil 25 (quartil 1). Aqueles situados entre o percentil 25 e o percentil 50 (quartil 2) foram classificados como insuficientemente ativos, e aqueles que apresentaram nível de atividade entre o percentil 50 e 75 (quartil 3) foram considerados moderadamente ativos. Já os alunos com nível de atividade física acima do percentil 75 (quartil 4) foram classificados como ativos.

Todas as análises foram realizadas no programa Microsoft Office Excel (2007), com nível de significância de  $p \leq 0,05$ .

### **3 RESULTADOS**

#### **Análise Estatística**

A normalidade dos dados foi testada por meio dos testes de Skewness e Kurtosis, tendo todas as variáveis apresentado valores entre -1 e +1. Os dados estão expressos em média, ( $\pm$ ) desvio padrão bem como em frequência absoluta (n) e relativa (%). O Power da amostra (n=49) foi de 87%. O teste T de Student não pareado foi aplicado para comparar todas as variáveis investigadas (IMC e NAF) em uma escola pública do Distrito Federal. Posteriormente, a amostra foi dividida em quartis, considerando a classificação do NAF entre os percentis 25, 50 e 75. One way ANOVA com Post hoc de Bonferroni, foi utilizado para comparar o IMC entre os quartis (1°, 2°, 3° e 4°). Ademais, ANOVA two way com Post hoc de Bonferroni, foi aplicada para comparar todas as variáveis (IMC e NAF) entre sexos (meninos e meninas). Além disso, o teste de Qui-quadrado foi empregado para realizar comparações entre frequências (%). Por fim, correlação linear de Pearson foi empregada para verificar o grau de associação entre as variáveis. O nível de significância adotado foi de 5% ( $p < 0,05$ ). Para tanto, foram utilizados os softwares SPSS 15.0 para Windows e GPower 3.0.10.

A tabela 1 apresenta a caracterização da amostra com os valores das médias e desvios padrão das variáveis antropométricas (massa corporal, estatura e IMC) como nível de atividade física.

Tabela 1 - Características descritivas da amostra (n=49). Dados expressos em média e ( $\pm$ ) desvio padrão.

Variáveis	Média e desvio padrão
Idade (anos)	9,7 $\pm$ 1,4
Massa corporal (kg)	31,7 $\pm$ 6,5
Estatura (cm)	142,2 $\pm$ 11,5
IMC (kg·m <sup>-2</sup> )	16,4 $\pm$ 2,3
NAF (METS·semana <sup>-1</sup> )	554,5 $\pm$ 275,1

IMC= índice de massa corporal; NAF= nível de atividade física obtido através do questionário de compendio energético de Ainsworth.

Contudo, quando comparado entre os sexos, nenhuma das variáveis investigadas (idade, NAF,) apresentou diferenças estatísticas (tabela 2).

Tabela 2 - Comparação do IMC entre os sexos. Dados expressos em média e ( $\pm$ ) desvio padrão.

Variáveis	Meninos (n=38)	Meninas (n=11)	p
Idade (anos)	9,65 $\pm$ 1,4	9,66 $\pm$ 1,5	0,989
NAF (Mets·semana <sup>-1</sup> )	561,2 $\pm$ 287,0	541,5 $\pm$ 252,2	0,621
IMC (kg·m <sup>-2</sup> )	17,7 $\pm$ 3,6	18,0 $\pm$ 3,4	0,647

IMC= índice de massa corporal; NAF= Nível de atividade física.

Na tabela 03 foi feita uma correlação entre o número de alunos inativos, insuficientemente ativos, moderadamente ativos e ativos com o IMC, encontrando os seguintes resultados: inativos n 10 (25,8%), insuficientemente ativos n 14 (24,4%), moderadamente ativos n 14 (24,8%), ativos n 11 (24,8%) 25,8% dos alunos estão inativos e 24,8% estão ativos, p = -0,014.

**Tabela 03:** Comparação do Índice de Massa Corporal de acordo com a classificação do Nível de Atividade Física (n=49)

	Nível de Atividade Física				P
	Inativo	Insuficientemente Ativo	Moderadamente Ativo	Ativo	
Meninas n(%)	5(14,55%)	7(10,32%)	7(14,08%)	5(10,79%)	-
Meninos n(%)	5(11,26%)	7(14,08%)	7(10,79%)	6(14,08%)	-
Total n(%)	10 (25,8%)	14(24,4%)	14(24,8%)	11(24,8%)	-
IMC	18,05 $\pm$ 0,47	18,11 $\pm$ 2,43	16,24 $\pm$ 2,65	16,29 $\pm$ 0,51	- 0,014



IMC = índice de massa corporal; n = número amostral; % = percentual; p = nível de significância.

Um resultado interessante do presente estudo foi obtido quando verificado a frequência de respostas do que os estudantes realizavam em seu tempo de lazer e, foi constatado que 41,5% dos estudantes preferem assistir televisão a realizar tarefas domésticas (10,4%), brincar (13,2%) e praticar e esportes (34,9%), sendo estes valores diferentes entre si ( $p=0,0001$ ).

Tabela 4 - Comparação entre frequências de respostas das atividades realizadas fora do ambiente escolar para toda amostra (n=49).

	<b>Tarefas de casa</b>	<b>Assistindo TV</b>	<b>Brincando</b>	<b>Praticando esportes</b>	<b>p</b>
n	10	28	4	7	0,0001
%	10,4	41,5	13,2	34,9	

A condição assistindo TV (41,5%) foi mais prevalente em toda a amostra ( $p<0,0001$ ).

No entanto, quando comparado entres os sexos (meninos e meninas), as frequências não apresentaram valores prevalentes ( $p=0,200$ ).

Tabela 5 - Comparação entre frequências de respostas das atividades realizadas fora do ambiente escolar separados por sexo.

	<b>Meninos (n=38)</b>		<b>Meninas (n=11)</b>		<b>p</b>
	n	%	n	%	
Tarefas de casa	4	7,2	3	16,3	0,200
Assistindo TV	28	43,9	4	37,0	
Brincando	2	12,9	1	13,7	
Praticando esportes	4	36,0	2	32,9	

Quando verificado a frequência de resposta à respeito se os estudantes, gostam, gostam um pouco ou não gostam de praticar atividade física, as condições não gostam foi mais prevalente (54,2%;  $p=0,0001$ ).

Tabela 6 - Comparação entre frequências de respostas se gosta ou não de praticar atividade física (n=49).

	<b>Gosta</b>	<b>Um pouco</b>	<b>Não gosta</b>	<b>p</b>
n	10	14	25	0,0001
%	11,8	34,0	54,2	

A condição "não gosta" de praticar atividade física foi mais prevalente em toda amostra ( $p<0,0001$ ).

#### 4 DISCUSSÃO:

O presente estudo verificou que 36,0% dos meninos praticam esportes e 32,9% das meninas. No presente estudo não houve uma taxa elevada de sobrepeso e obesidade, apontando que 24,8% de ambos os sexos são ativos.

Em um estudo realizado por Giuglino e Carneiro (2004), apresentou uma ocorrência elevada de sobrepeso e obesidade em escolares de classe média e média -alta de Brasília – DF, atingindo valores de 20% em ambos os sexos, indicando a inatividade como responsável pelos resultados. Foi observado que 63,8% dos meninos praticam esportes e as meninas 43,5%.

Os resultados do IMC desse estudo são superiores a estudos de caráter nacional, onde a prevalência de sobrepesos e obesos foi de 18,30%, enquanto em um estudo realizado por Junior e Lopes (2003) na região Sul e por Ramos e Barros (2003) na região sudeste do Brasil, a prevalência oscilou entre 10% a 12% demonstrando índices inferiores ao dessa pesquisa. Já em adolescentes de outros países os índices são maiores oscilando entre 22% a 29%, assim como revelam estudos de caráter mundial como é o caso dos norte-americanos em estudo realizado por CDC (2004), dos canadenses em estudo realizado por Oliver e Hayes (2005), dos franceses em estudo realizado por Klein-Platat et al. (2003) e dos italianos em estudo realizado por (CELI et al.;2003).

A Educação Física é uma forte ferramenta na prevenção da obesidade infantil, influenciada pela mídia e as relações sociais, contudo, com apenas duas aulas semanais de 50 minutos não se consegue combatê-la (TEIXEIRA, 2016). Deixando de lado o aspecto quantitativo e pensando na qualidade da utilização do tempo de prática, é preocupante essa situação, com pouquíssimas atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, como determina a OMS (TOIGO, 2009).

Segundo Giuglino e Carneiro (2004) e Nobre et al. (2006), a prática de esportes e da educação física escolar é maior em meninas do que em meninos. No estudo de Giuglino e Carneiro (2004) os valores corresponderam a 43,5% das meninas contra 63,8% dos meninos, e no de Nobre et al. (2006), 8,9% contra 4,9%. De acordo com os autores a prática de esportes foi mais frequente em meninos do que em meninas assim como mostra o presente estudo, apontando 34,0% contra 32,9% respectivamente.

No presente estudo quando verificado a frequência de resposta a respeito se os estudantes, gostam, gostam um pouco ou não gostam de praticar atividade física, as condições não gostam foi mais prevalente (54,2%).

Fatores ambientais, principalmente, hábitos alimentares e inatividade física, tem tido um aumento progressivo em todas as classes sociais, podendo variar entre 5 e 10%, dependendo da região estudada (RINALDI, 2008).

Crianças obesas tem maior gasto energético decorrente da atividade física, contudo menos tempo, em minutos, de atividade física que crianças não obesas e crianças de baixa renda apresentam um perfil insuficiente de atividade física independente do estado nutricional (BRACCO et al., 2002). O aumento do dispêndio energético está relacionado ao aumento da massa corporal, em função da maior necessidade de energia para movimentar o corpo (MASCARENHAS, 2005).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Existem diversas ferramentas para avaliar e diagnosticar o nível de atividade física em escolares, no nosso caso crianças de 6 a 7 anos, desde um questionário estruturado à uma variável dependente, ou até mesmo a junção de ambos, são de suma relevância social, facilitando o tratamento da obesidade infantil e sua prevenção.

Fica evidente a importância ao incentivo do aumento do nível de atividade física, cabendo não somente ao professor a responsabilidade, mas também aos pais e familiares, sendo que grande parte das crianças vivem ociosas em seus momentos de lazer.

O advento da modernidade tem impactado o modo de viver da sociedade, em especial das crianças, por não apresentarem capacidade cognitiva plena, para analisar e julgar as informações que recebem, daí a importância de políticas sociais que zelem pelo bem-estar físico, social e mental, incentivando que as crianças sejam mais ativas fora do ambiente escolar e mais críticas quanto aos conteúdos midiáticos.

Sendo assim, concluímos que o NAF e o IMC não apresentaram diferença significativa, ficando evidente a necessidade de novas pesquisas. No entanto em

relação ao estilo de vida, a atividade física e o tempo gasto fora da escola parecem ser influenciadores do excesso de peso e sobrepeso.

## REFERÊNCIAS

ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. **OMS**: Obesidade mata 2,8 milhões por ano. 2012. Disponível em: <http://www.abeso.org.br> Acesso em: 27 março 2016.

ANDRADE, Júlia et al. Intervenções escolares para redução da obesidade infantil: uma revisão sistemática. **Ciência & Saúde**, Porto Alegre, v. 8, n. 2, p. 72-78, 2015.

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

BERTOLLO, Sandra Helena Joris; BERTOLLO, Mauro. OBESIDADE INFANTIL: ASPECTOS E PERSPECTIVAS ACERCA DA ATIVIDADE FÍSICA. **Salão do Conhecimento**, Ijuí, v. 1, n. 01, 2013.

BRACCO, Mario Maia et al. Gasto energético entre crianças de escola pública obesas e não obesas. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 10, n. 3, 2002.

CELI F, BINI V, GIORGI GD, MOLINARI D, FARAONI F, STEFANO GD, et al. Epidemiology of overweight and obesity among school children and adolescents in three provinces of central Italy, 1993-2001: study of potential influencing variables. **Eur J Clin Nutr** 2003; 57: 1045-51.

DE QUEIROZ MIRANDA, João Marcelo; DE MARCO ORNELAS, Elisabete; WICHI, Rogério Brandão. Obesidade infantil e fatores de risco cardiovasculares. **Conscientiae saúde**, Santa Catarina, v. 10, n. 1, p. 175-180, 2011.

DE SOUZA VESPASIANO, Bruno; DA MOTA, Joelma Lirane Pontes; DE CASTRO CESAR, Marcelo. Prevalência de obesidade infantil, suas principais consequências e possíveis intervenções. **Saúde em Revista**, v. 15, n. 41, p. 57-64, 2016.

GIUGLIANO, Rodolfo; CARNEIRO, Elizabeth C. Fatores associados à obesidade em escolares. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 80, n. 1, p. 17-22, 2004.

IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: despesas, rendimentos e condições de vida. Rio de Janeiro: **IBGE**, 2010.

JUNIOR, J. C.; LOPES, A. S. Prevalência de sobrepeso em adolescentes. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 3, p. 77-84, 2003.

KLEIN-PLATAT C, WAGNER A, HANN MC, ARVEILER D, SCHLIENGER, SIMON. Prevalence and sociodemographic determinants of overweight in young French adolescents. **Diabetes Metab Res Rev** 2003; 19: 153-8.

MASCARENHAS, Luís Paulo Gomes et al. Relação entre diferentes índices de atividade física e preditores de adiposidade em adolescentes de ambos os sexos. **Revista Brasileira Medicina Esporte**, v. 11, n. 4, p. 214-218, 2005.

Brasil. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação física**. Brasília: Imprensa Oficial, v. 7, 1997. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro01.pdf>. Acesso em: 08 set. 2016.

NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina: Midiograf, 2003.

NOBRE MRC, Domingues RZL, Silva AR, Colugnati AB, Taddei JAAC, Prevalências de sobrepeso, obesidade e hábitos de vida associados ao risco cardiovascular em alunos do ensino fundamental, **Revista Associação Médica Brasileira**, Vol. 52, Nº 2, 2006.

OLIVER LN, HAYES MV. Neighbourhood socio-economic status and the prevalence of overweight Canadian children and youth. **Can J Public Health**, 2005; 96: 415-20.

OMS. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Obesidade: prevenção e gestão da epidemia global: relatório da OMS**. Consulta sobre obesidade. Genebra, 2008.

RAMOS AMPP. BARROS FILHO AA. Prevalência de obesidade em adolescentes de Bragança Paulista e sua relação com a obesidade dos pais. **Arquivos Brasileiros Endocrinologia Metabolismo**, 2003; 47: 663-8.

RIBEIRO, Edineia Aparecida Gomes; GARCIA, Leandro Martin Totaro. Atividade Física e Obesidade. 2016.

RINALDI, Ana Elisa M. et al. Contribuições das práticas alimentares e inatividade física para o excesso de peso infantil. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 26, n. 3, p. 271-277, 2008.

SANTOS, José E. Obesidade e sobrepeso. In: NOBRE, Fernando; SERRANO JR., Carlos V. **Tratado de cardiologia SOCESP**. São Paulo, SP: Manole, 2005. p.313-318.

SAVIANI, Dermeval. LDB: Lei de diretrizes e bases da educação nacional. Cortez Editora, 1990.

SEVERINO, Cláudio Delunardo; SILVA, Bianca Maria. Educação física escolar e a promoção da saúde: um ponto de vista. 2014.

TEIXEIRA, Renan Carlos et al. Influências da mídia e das relações sociais na obesidade de escolares e a Educação Física como ferramenta de prevenção. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 17, n. 2, 2016.

TOIGO, Adriana Marques. Níveis de atividade física na educação física escolar e durante o tempo livre em crianças e adolescentes. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 6, n. 1, 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Geneva (Switzerland)**: [The international classification of adult underweight, overweight and obesity according to BMI] 2007. Disponível em: <<http://www.who.int/bmi/index.jsp/intro.html>>. Acesso em: ago. 2011.

**ANEXOS: A**

Fonte: Adaptado de Barros, (2003).

NOME \_\_\_\_\_

TURNO ( )	SÉRIE ( )	DATA NASC.: __/__/__
SEXO: ( ) MASCULINO ( ) FEMININO		

**QUESTIONÁRIO DO ESTILO DE VIDA**

Você gosta de fazer Atividade Física?



( ) Gosta



( ) Um pouco



( ) Não gosta

Qual a distância da sua Casa para a Escola?


 Mais de 20 min

 De 10 a 20 min

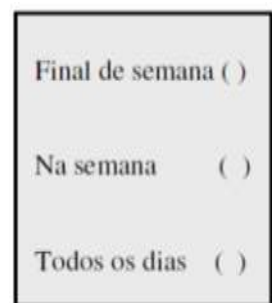
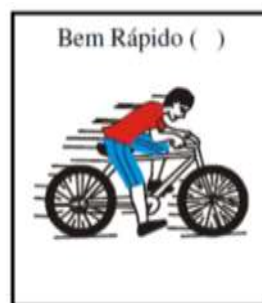
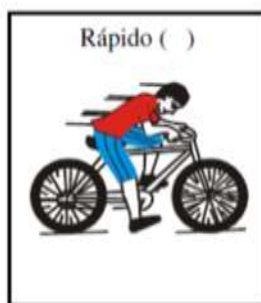
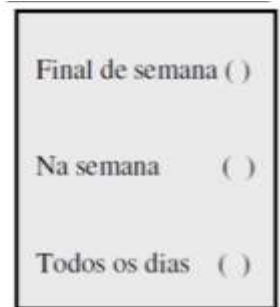
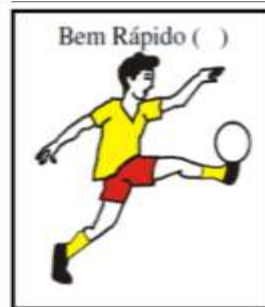
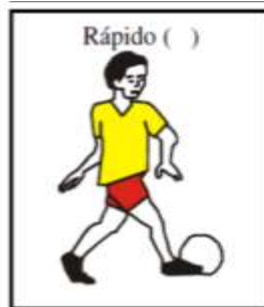
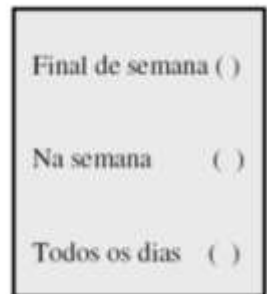
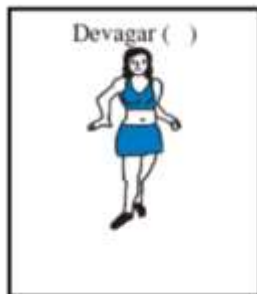
 Menos de 10 min



Como você vai para a Escola?



ATIVIDADES FÍSICAS



**ATENÇÃO NAS FIGURAS ABAIXO, VOCÊ DEVE MARCAR A ATIVIDADE QUE VOCÊ MAIS FAZ :**

Faço mais este



Faço mais este



Faço mais este



Final de semana

Na semana

Todos os dias

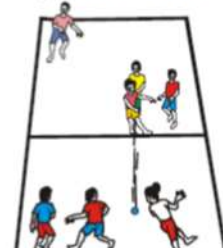
Brinco mais



Brinco mais



Brinco mais



Final de semana

Na semana

Todos os dias


Brinco mais



Brinco mais



Brinco mais



Final de semana

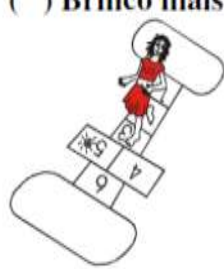
Na semana

Todos os dias

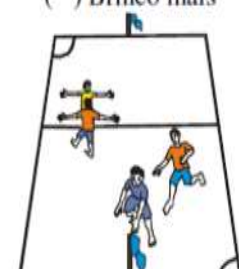
Brinco mais



Brinco mais



Brinco mais

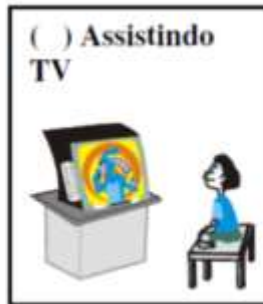


Final de semana

Na semana

Todos os dias

Quando você não está na Escola onde você passa mais tempo?



## ANEXO-B

### CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR


CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de aceite do orientador

Eu, Tácio Rodrigues declaro aceitar orientar o (a) aluno (a) Ana Paula Camargo no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 03 de 06 de 2019.



ASSINATURA



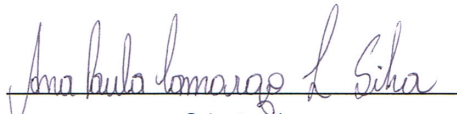
## ANEXO-C

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC**

**Declaração de Autoria**

Eu ANA PAULA CAMARGO L SILVA, declaro ser o autor de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a idéia e/ou os escritos de outro(s) autor(s) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 03 de junho de 2019.

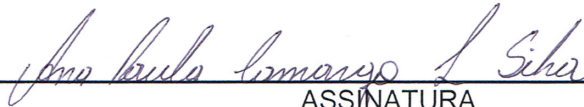
  
Orientando



## ANEXO-D

### FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, ANA PAULA CAMARGO L SILVA RA: 21910690 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado Nível de Atividade Física em Escolares de 6 a 10 anos, no dia 10/06 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.



ASSINATURA

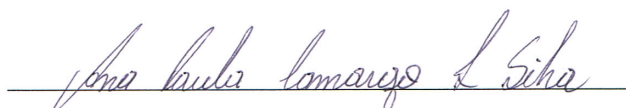


## ANEXO-E

### AUTORIZAÇÃO

Eu, Ana Paula Camargo RA, 21910690 aluna do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado Nível de Atividade Física em Escolares de 6 a 10 anos, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 03 de Junho de 2019.



Assinatura do Aluno

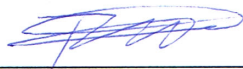


## ANEXO-F

### FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho, Nível de Atividade Física em Escolares de 6 a 10 anos, do aluno ANA PAULA CAMARGO autorizar sua apresentação no dia 10/06/2019 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



---

Orientador





## **ANEXO-G**

ANA PAULA CAMARGO L SILVA

### **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE 6 A 10 ANOS**

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado como requisito parcial à obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

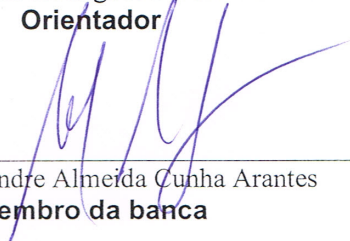
**BRASÍLIA, 10 de Junho de 2019**

#### **BANCA EXAMINADORA**




---

**Prof. Dr. Tácio Rodrigues Da Silva Santos**  
**Orientador**



---

**Prof. Dr. Andre Almeida Cunha Arantes**  
**Membro da banca**



---

**Prof. Dr. Daniel Veloso**  
**Membro da banca**