



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

GABRIEL CARVALHO ROCHA E NATÁLIA LEITE COLOMBELLI

**INFLUÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR DURANTE A INFÂNCIA NOS HÁBITOS DE VIDA DE ADULTOS**

Brasília
2020

GABRIEL CARVALHO ROCHA E NATÁLIA LEITE COLOMBELLI

**INFLUÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR DURANTE A INFÂNCIA NOS HÁBITOS DE VIDA DE ADULTOS**

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.

Brasília
2020

GABRIEL CARVALHO ROCHA E NATÁLIA LEITE COLOMBELLI

**INFLUÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR DURANTE A INFÂNCIA NOS HÁBITOS DE VIDA DE ADULTOS**

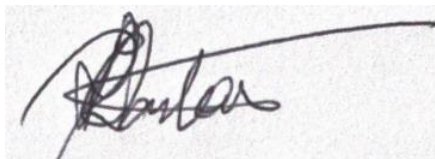
Trabalho de Conclusão de Curso aprovado
como requisito parcial à obtenção do grau
de Licenciatura em Educação Física pela
Faculdade de Ciências da Educação e
Saúde Centro Universitário de Brasília –
UniCEUB.

BRASÍLIA, 23 de novembro de 2020

BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr. Filipe Dinato de Lima
Orientador



Prof. Dra. Renata Aparecida Elias Dantas
Membro da banca



Prof. Me. Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo
Membro da banca

RESUMO

O objetivo deste estudo foi investigar a influência da participação nas aulas de Educação Física Escolar nos hábitos de vida de adultos. Todas as pessoas incluídas na pesquisa responderam um questionário dividido em duas partes: a primeira acerca da adesão à prática de atividade física na infância e na adolescência e a participação nas aulas de Educação Física Escolar nos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental, e no Ensino Médio. Já a segunda parte contemplou as características individuais e hábitos de vida, tais como a presença de sobrepeso ou obesidade, o consumo de bebidas alcoólicas, o hábito tabagista e a prática de atividade física atual. Fizeram parte deste estudo 287 pessoas, das quais 59,3% consomem bebida alcoólica atualmente, 6,97% fumam cigarro atualmente e 81,53% praticam algum exercício físico ou esporte. Sendo que 96,5%, 94,8% e 76,5% participaram, respectivamente, das aulas de Educação Física no Ensino Fundamental (Anos Iniciais e Finais) e Ensino médio. Concluímos que a participação nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental (anos iniciais e finais) e no Ensino Médio não influencia os hábitos de vida na vida adulta. Com base nessa constatação é necessário propor uma revisão das práticas pedagógicas para que se tenha uma atuação efetiva na formação de hábitos saudáveis. Novos estudos precisam ser feitos para confirmar esta hipótese e contribuir para a formação dessas novas estruturas metodológicas.

Palavras-chave: Educação Física Escolar. Hábitos de vida. Atividade Física.

1. INTRODUÇÃO

A prática de atividade física é importante em diversos aspectos, mas atualmente evidencia-se sua importância em relação ao controle de doenças crônicas como obesidade, diabetes e hipertensão (PEREIRA et al., 2017, SILVA et al., 2018). Dessa forma cria-se uma grande preocupação acerca dos hábitos de vida da população, uma vez que a cada ano há o surgimento de novas tecnologias que facilitam algumas atividades do dia-a-dia das pessoas, mas em contrapartida podem aumentar hábitos sedentários (SILVA et al., 2018).

Segundo Hills, Dengel e Lubans (2015) a prática de atividade física em idades mais jovens e durante a escola contribui para a construção de uma base para a aquisição de hábitos mais saudáveis no que diz respeito à prática de atividade física ao longo da vida. Portanto, as aulas de Educação Física (EDF) ganham substancial importância durante esse processo, uma vez que podem trabalhar com a parte física, a saúde e o estímulo a comportamentos mais ativos.

Dentre as ações possíveis na adoção de hábitos saudáveis, as práticas desenvolvidas na infância parecem exercer um papel importante. Os hábitos relacionados à prática de atividade física e a ingestão alimentar são estabelecidos nos primeiros anos de vida (TIRAPÉGUI, 2003; SICHIERI e SOUZA, 2008). Nesse sentido, os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) para a Educação Física propõem como objetivo geral conhecer e cuidar do próprio corpo, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva (RAMOS e FERREIRA, 2000).

Segundo Sichieri e Souza (2008) os programas de prevenção da obesidade, são mais eficazes quando realizados nas escolas de Ensino Fundamental e Médio, pela maior facilidade de compreensão e incorporação de novos conceitos pelos adolescentes, além de administrarem melhor as escolhas alimentares e de atividade física. Esta proposição concorda com os objetivos da Educação Física Escolar estabelecidos pelos PCNs, tais como: reconhecer-se como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de recuperação, manutenção e melhoria da saúde coletiva.

As aulas de EDF, dentre seus diversos objetivos, possuem uma forte associação com a promoção da saúde. Dessa forma, no que diz respeito a formas de atuação nota-se um envolvimento com a prática de atividade física visando o desenvolvimento de fatores como habilidades motoras, entendimento do corpo e condicionamento físico. Tais fatores, podem contribuir para o bem-estar e melhoramento da qualidade de vida (SILVA et al., 2017).

Bélanger et al. (2015) afirmam que a prática de atividade física durante a adolescência e durante a vida adulta é percebida em algumas atividades específicas como por exemplo, esportes e a corrida. Portanto quanto maior a quantidade de anos participando dessas modalidades, maior a chance do indivíduo não se tornar sedentário quando adulto. Algumas atividades não possuem essa relação, mas mesmo assim, deve-se incentivar o início precoce de atividades de uma forma geral, inclusive no ambiente escolar. Nesse sentido o objetivo do trabalho foi investigar a influência da participação nas aulas de Educação Física Escolar nos hábitos de vida de adultos.

2. METODOLOGIA

2.1. Aspectos Éticos

Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília. Número do Parecer: 4.332.668.

2.2. Amostra

A amostra do presente estudo foi composta por homens e mulheres, com idade entre 18 e 59 anos, que concluíram o Ensino Fundamental e Médio, e residem no Brasil. Foram excluídos os voluntários que não concordaram em participar da pesquisa, negando-se a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, não conseguiram compreender as perguntas que compõem o questionário de avaliação e não concluíram o Ensino Fundamental e Médio em instituições de ensino formais localizadas no Brasil.

Os voluntários foram recrutados por meio de convites em redes sociais. Todos os voluntários foram informados sobre os objetivos do estudo, os procedimentos, os possíveis riscos, bem como dos benefícios do estudo, e somente foram incluídos nos procedimentos experimentais após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Todos os procedimentos executados neste estudo estão de acordo com os requisitos fundamentais da resolução do Conselho Nacional de Saúde 196/96 que regulamenta as pesquisas envolvendo seres humanos e foram submetidos para análise do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília.

2.3. Métodos

Todas as pessoas incluídas na pesquisa responderam voluntariamente um questionário composto por duas seções (**APÊNDICE A**). A primeira seção teve como objetivo investigar a adesão à prática de atividade física na infância e na adolescência e a participação nas aulas de Educação Física escolar nos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental, e no Ensino Médio. Essa seção contempla os seguintes tópicos:

- Participação nas aulas de EDF nos anos iniciais do Ensino Fundamental;
- Prática de esportes ou exercícios físicos fora do ambiente escolar (6 aos 10 anos);
- Participação nas aulas de EDF nos anos finais do Ensino Fundamental;

- Prática de esportes ou exercícios físicos fora do ambiente escolar (11 aos 14 anos);
- Participação nas aulas de EDF no Ensino Médio;
- Prática de esportes ou exercícios físicos fora do ambiente escolar (15 aos 17 anos).

A segunda seção teve como objetivo investigar as características individuais e hábitos de vida, tais como a presença de sobrepeso ou obesidade, o consumo de bebidas alcoólicas, o hábito tabagista e a prática de atividade física atual. Essa seção contempla os seguintes tópicos:

- Sexo e idade;
- Massa corporal, estatura e índice de massa corporal (IMC);
- Frequência de ingestão de bebidas alcoólicas;
- Volume de ingestão de bebidas alcólicas;
- Frequência da prática de atividades físicas;
- Volume de atividades físicas praticadas;
- Atividade sedentária;
- Hábito tabagista atual e prévio.

O questionário foi composto por 18 perguntas com alternativas pré-estabelecidas pela equipe pesquisadora e três perguntas com respostas livres. As perguntas foram lidas, interpretadas e respondidas pelos voluntários.

2.4. Análise Estatística

Os dados referentes à massa corporal, estatura e IMC foram expressos em média e desvio padrão. Os dados a respeito do consumo de bebidas alcoólicas, hábitos tabagistas e prática de atividade física foram comparados entre os indivíduos que participavam ou não participavam das aulas de EDF na escola nos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental e no Ensino Médio.

3. RESULTADOS

Participaram deste estudo 287 indivíduos e a caracterização da nossa amostra encontra-se na Tabela 1, onde são expostas as variáveis idade, peso, estatura e índice de massa corporal expressos em média e desvio padrão. Foi realizada também uma diferenciação entre os sexos, o que indicou que 39,72% da nossa amostra foi considerada do sexo feminino e 60,27% do sexo masculino.

Tabela 1 - Caracterização da amostra

Variáveis	n
Sexo	
Masculino	173
Feminino	114
Média ± desvio padrão	
Idade (anos)	27,76 ± 9,95
Peso (Kg)	71,37 ± 16,61
Estatura (m)	1,69 ± 0,14
IMC	24,47 ± 4,48

Fonte: Gabriel Carvalho Rocha e Natália Leite Colombelli

Na tabela 2 a amostra total foi caracterizada quanto às variáveis relacionadas aos hábitos de vida atuais, ou seja, quanto ao consumo de bebida alcoólica, consumo de cigarro e quanto a prática de exercício físico ou esporte.

Tabela 2 - Hábitos etilista, tabagista e prática de atividade física

	Sim	Não
Consumo atual de bebida alcóolica	170 (59,23%)	117 (40,77%)
Consumo de cigarro	20 (6,97%)	267 (93,03%)
Prática de exercício físico ou esporte	234 (81,53%)	53 (18,46%)

Fonte: Gabriel Carvalho Rocha e Natália Leite Colombelli

Já na tabela 3 estão expostos os dados referentes a frequência e volume de ingestão de bebidas alcólicas, frequência e volume da prática de atividades físicas, tempo gasto utilizando eletrônicos e hábitos tabagistas atuais e prévios, de acordo com a participação nas aulas de EDF no Ensino Fundamental (anos iniciais e finais) e Ensino Médio.

Tabela 3 - Frequência e volume dos hábitos de vida na vida adulta, separados de acordo com a participação nas aulas de Educação Física

	Anos iniciais do Ensino Fundamental		Anos finais do Ensino Fundamental		Ensino Médio	
	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não
Participação nas aulas de Educação Física na escola (N=287)	277 (96,5%)	10 (3,5%)	272 (94,8%)	15 (5,2%)	220 (76,7%)	67 (23,3%)
Consumo atual de bebida alcoólica						
Sim	164 (59%)	6 (60%)	163 (60%)	7 (47%)	136 (62%)	34 (51%)
Não	113 (41%)	4 (40%)	109 (40%)	8 (53%)	84 (38%)	33 (49%)
Frequência do consumo de bebida alcoólica (Últimos anos)						
Menos de 1 dia por mês	116 (42%)	6 (60%)	113 (42%)	9 (60%)	87 (40%)	35 (52%)
Menos de 1 dia por semana	83 (30%)	1 (10%)	79 (29%)	5 (33%)	69 (31%)	15 (22%)
1 a 2 dias por semana	61 (22%)	2 (20%)	62 (23%)	1 (7%)	47 (21%)	16 (24%)
3 a 4 dias por semana	14 (5%)	1 (10%)	15 (6%)	0 (0%)	14 (6%)	1 (1%)
5 a 6 dias por semana	3 (1%)	0 (0%)	3 (1%)	0 (0%)	3 (1%)	0 (0%)
Consumo de 5 ou mais doses de bebidas alcoólica em uma única ocasião (Últimos 30 dias)						
Não.	167 (60%)	5 (50%)	161 (59%)	11 (73%)	125 (57%)	47 (70%)
Sim, em 1 ou 2 dias do mês	75 (27%)	3 (30%)	74 (27%)	4 (27%)	62 (28%)	16 (24%)
Sim, em 3 ou 4 dias do mês	13 (5%)	2 (20%)	15 (6%)	0 (0%)	13 (6%)	2 (3%)
Sim, em 5 ou 6 dias do mês	8 (3%)	0 (0%)	8 (3%)	0 (0%)	8 (4%)	0 (0%)
Sim, em 7 ou mais dias do mês	14 (5%)	0 (0%)	14 (5%)	0 (0%)	12 (5%)	2 (3%)
Prática de exercício físico ou esportes (Últimos 3 meses)						
Não.	52 (19%)	1 (10%)	48 (18%)	5 (33%)	33 (15%)	20 (30%)
Sim, em 1 a 2 dias por semana.	68 (25%)	5 (50%)	69 (25%)	4 (27%)	54 (25%)	19 (28%)
Sim, em 3 a 4 dias por semana.	80 (29%)	2 (20%)	79 (29%)	3 (20%)	68 (31%)	14 (21%)
Sim, em 5 a 6 dias por semana.	61 (22%)	2 (20%)	60 (22%)	3 (20%)	51 (23%)	12 (18%)
Sim, em todos os dias da semana (inclusive sábado e domingo).	16 (6%)	0 (0%)	16 (6%)	0 (0%)	14 (6%)	2 (3%)
Duração média do exercício						
Menos de 15 minutos	23 (8%)	1 (10%)	22 (8%)	2 (13%)	19 (9%)	5 (7%)
Entre 15 e 29 minutos	37 (13%)	1 (10%)	34 (13%)	4 (27%)	23 (10%)	15 (22%)
Entre 30 e 44 minutos	53 (19%)	3 (30%)	54 (20%)	2 (13%)	45 (20%)	11 (16%)
Entre 45 e 59 minutos	74 (27%)	4 (40%)	72 (26%)	6 (40%)	54 (25%)	24 (36%)
60 minutos ou mais	90 (32%)	1 (10%)	90 (33%)	1 (7%)	79 (36%)	12 (18%)

Continua

Conclusão

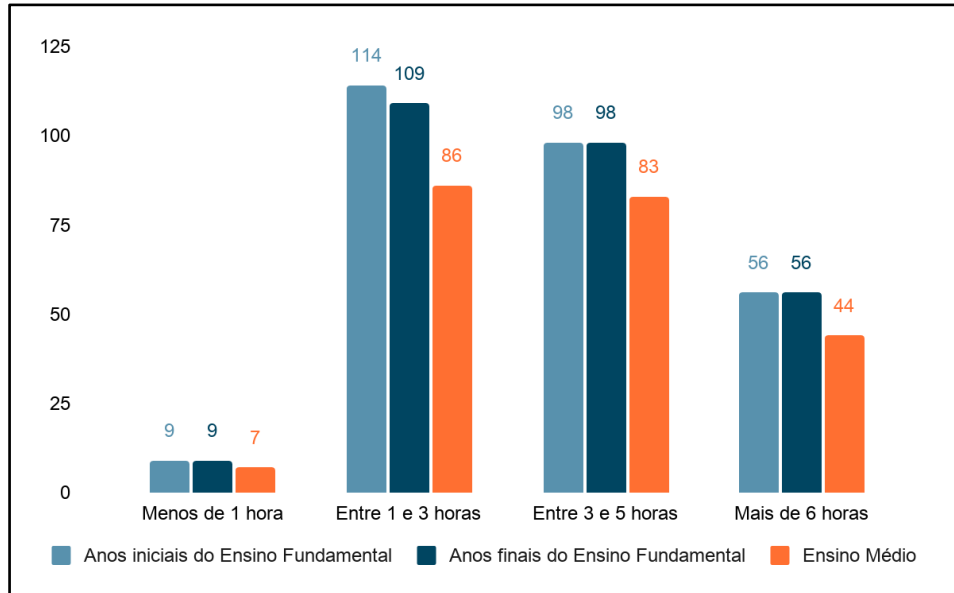
Tabela 3 - Frequência e volume dos hábitos de vida na vida adulta, separados de acordo com a participação nas aulas de Educação Física

	Anos iniciais do Ensino Fundamental		Anos finais do Ensino Fundamental		Ensino Médio	
	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não
Tempo livre em frente à televisão, computador, tablet ou celular por dia						
Menos de 1 hora	9 (3%)	1 (10%)	9 (3%)	1 (7%)	7 (3%)	3 (4%)
Entre 1 e 3 horas	114 (41%)	2 (20%)	109 (40%)	7 (47%)	86 (39%)	30 (45%)
Entre 3 e 5 horas	98 (35%)	5 (50%)	98 (36%)	5 (33%)	83 (38%)	20 (30%)
Mais de 6 horas	56 (20%)	2 (20%)	56 (21%)	2 (13%)	44 (20%)	14 (21%)
Consumo atual de cigarro						
Sim	20 (7%)	0 (0%)	20 (7%)	0 (0%)	18 (8%)	2 (3%)
Não	257 (93%)	10 (100%)	252 (93%)	15 (100%)	202 (92%)	65 (97%)
Consumo diário de cigarros (Último mês)						
Atualmente, eu não fumo	254 (92%)	10 (100%)	249 (92%)	15 (100%)	199 (90%)	65 (97%)
1-9 cigarros	22 (8%)	0 (0%)	22 (8%)	0 (0%)	20 (9%)	2 (3%)
10-19 cigarros	1 (0%)	0 (0%)	1 (0%)	0 (0%)	1 (0%)	0 (0%)
20-39 cigarros	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
40 ou mais cigarros	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Consumo semanal de cigarros (Último mês)						
Atualmente, eu não fumo	253 (91%)	10 (100%)	248 (91%)	15 (100%)	199 (90%)	64 (96%)
1-9 cigarros	14 (5%)	0 (0%)	13 (5%)	0 (0%)	12 (5%)	1 (1%)
10-19 cigarros	6 (2%)	0 (0%)	6 (2%)	0 (0%)	6 (3%)	0 (0%)
20-39 cigarros	4 (1%)	0 (0%)	4 (1%)	0 (0%)	3 (1%)	1 (1%)
40 ou mais cigarros	0 (0%)	0 (0%)	1 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (1%)
Consumo regular no passado						
Sim, diariamente	16 (6%)	1 (10%)	16 (6%)	1 (7%)	16 (7%)	1 (1%)
Sim, mas não diariamente	33 (12%)	1 (10%)	34 (13%)	0 (0%)	28 (13%)	6 (9%)
Não	228 (82%)	8 (80%)	222 (82%)	14 (93%)	176 (80%)	60 (90%)
Idade a qual começou a fumar						
Nunca fumei regularmente	237 (86%)	9 (90%)	232 (85%)	14 (93%)	186 (85%)	60 (90%)
Com 10 anos ou menos	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (%)
Dos 11 aos 14 anos	4 (1%)	1 (10%)	4 (1%)	0 (0%)	1 (0,5%)	3 (4%)
Dos 15 aos 19 anos	22 (8%)	0 (0%)	23 (8%)	0 (0%)	20 (9%)	3 (4%)
Com 20 ou mais anos	14 (5%)	0 (0%)	13 (5%)	1 (7%)	13 (6%)	1 (1%)

Fonte: Gabriel Carvalho Rocha e Natália Leite Colombelli

O gráfico 1 mostra o tempo gasto por dia em frente à televisão, computador, tablet ou celular dentre os indivíduos que participaram das aulas de EDF no Ensino Fundamental (anos iniciais e finais) e Ensino Médio.

Gráfico 1 - Tempo gasto por dia em frente a eletrônicos



Fonte: Gabriel Carvalho Rocha e Natália Leite Colombelli

4. DISCUSSÃO

De acordo com a Base Nacional Comum Curricular (2017), no que diz respeito à Educação Física Escolar, devem ser abordados os elementos das práticas corporais, dentre esses, nós temos o produto corporal relacionado ao cuidado com o corpo e a saúde. Tendo em vista a existência de cenários onde os indivíduos começam a fumar e consumir bebida alcoólica em idades precoces, as aulas de Educação Física surgem como uma forma de conscientizar e permitir a adesão de hábitos saudáveis (BRASIL, 1998).

Dos Santos et al. (2019) afirmam que uma forma de reduzir a exposição a esses hábitos é uma participação adequada nas aulas de Educação Física durante a adolescência. Em nosso estudo a maior parte das pessoas participaram das aulas de Educação Física, porém houve uma maior evasão durante o Ensino Médio (23,3%) comparado aos anos iniciais (3,5%) e finais (5,2%) do Ensino Fundamental. Segundo Melo (2013) essa evasão pode estar associada a fatores relacionados aos conteúdos ministrados pelos professores, aspectos familiares, menor habilidade corporal, dentre outros.

No que diz respeito aos hábitos tabagistas encontramos que apenas 6,97% dos indivíduos fumam atualmente, sendo que todos participaram das aulas de Educação Física durante o Ensino Fundamental (anos iniciais e finais) e 10% não participaram durante o Ensino Médio. Além disso, a idade mais jovem relatada para o início desses hábitos, dentre todos os participantes, foi dos 11 aos 14 anos (0,69%), seguida pelos 15 aos 19 anos (8,01%). De acordo Vargas (2017), o consumo de tabaco por estudantes tem relação com o aumento da idade, ser do sexo masculino, possuir pai ou mãe fumante e não possuir crença religiosa.

Já em relação ao primeiro contato com a bebida alcoólica, Veiga et al. (2016) relataram que a idade, o nível de escolaridade do pai, a experimentação do tabaco, trabalho remunerado e crença religiosa parecem estar associados a esse fator. Dessa forma, os elementos que permitem esse contato não mostram relação com a Educação Física Escolar. Tal fato pode ser visto em nossa amostra, onde dentre todos que participaram das aulas de Educação Física durante os anos iniciais do Ensino Fundamental, anos finais do Ensino Fundamental e Ensino Médio, 59%, 60% e 62%,

respectivamente, consomem bebida alcóolica durante a vida adulta. Isso nos mostra que uma ocorrência não se relaciona com a outra da forma que deveria.

Quanto às atividades realizadas durante o tempo livre, ou seja, fora do ambiente de trabalho, as pessoas que participaram das aulas de EDF nos anos finais do Ensino Fundamental e no Ensino Médio gastam mais tempo em frente à televisão, computador, tablet ou celular por dia. O tempo gasto com esses dispositivos, assim como ser insuficientemente ativo são considerados comportamentos sedentários. Meneguci et al. (2015) apontam que as pessoas estão se expondo cada vez mais a esses comportamentos ao longo das últimas décadas.

Outro achado interessante foi que durante as três fases de ensino analisadas, a maior parte das pessoas participou das aulas de Educação Física, além disso a maioria dos indivíduos também pratica algum tipo de exercício físico ou esporte durante a vida adulta. Esse fato pode ser explicado por Bélanger et al. (2015) que sugerem que há uma associação entre a prática de atividade física na adolescência com a prática durante a vida adulta. Além disso, o número total de anos e a constância da participação também estão envolvidos.

Essa participação durante as aulas de Educação Física não parece influenciar nos hábitos de vida durante a vida adulta, mas uma vez que os Parâmetros Curriculares Nacionais (1998) têm em seus objetivos que o aluno deve ser capaz de adotar hábitos saudáveis, cuidar e valorizar seu próprio corpo, sua saúde e a saúde coletiva, nos faz questionar o porquê das aulas de Educação Física não estarem contribuindo de forma mais ativa durante esse processo.

A partir desses questionamentos nos deparamos com uma possível desvalorização da matéria Educação Física. Maia et al. (2019) elencaram fatores como a conduta profissional de alguns docentes da área, as medidas tomadas pela gestão das escolas, infraestruturas precárias, vivências negativas de alunos e a baixa importância dada à disciplina Educação Física nos vestibulares e avaliações fora do contexto escolar como fatores que contribuem para a desvalorização da Educação Física Escolar.

Além disso, propomos uma atuação no quesito motivacional dos alunos, sendo que Trigueros-Ramos et al. (2019) propõe uma modificação na forma de ensino utilizada pelos professores de Educação Física que visa um modelo onde os alunos possuem maior autonomia no que diz respeito à tomada de decisão. Como resultado houve uma melhor compreensão da autoeficácia desses alunos, o que melhorou a motivação e a vontade de realizar as atividades físicas propostas.

Costa et. al (2018) afirmam que a motivação é um fator importante para envolver o aluno em suas orientações e para que isso ocorra, Hanauer (2016) propõe que o professor deve se manter informado e conhecer bem a sua área, a fim de oportunizar uma boa educação, desenvolvendo o corpo e mantendo a motivação dos alunos, para que participem continuamente nas aulas. Por isso, o incentivo ao uso de variáveis emocionais é capaz de influenciar tanto na motivação quanto na adesão a hábitos saudáveis (TRIGUEROS-RAMOS et al. 2019).

O estudo apresentou as seguintes limitações: i) A pandemia da COVID-19 nos tirou a possibilidade de aplicação do questionários em locais públicos, causando uma possível redução na amostra uma vez que a ideia inicial era, além de divulgá-lo por meio das redes sociais, também aplicá-lo em locais de grande aglomeração para que mais pessoas tivessem acesso; ii) O fato da pesquisa ter sido exclusivamente online, pode ter nos impossibilitado de facilitar o entendimento das perguntas presentes no questionários, mesmo com a disponibilização do contato do pesquisador responsável; iii) A falta de uma questão referente ao primeiro contato com bebidas alcólicas. Apesar das limitações apontadas, nosso estudo também teve pontos fortes como o tamanho amostral e a força de ser um estudo retrospectivo dentro da Educação Física Escolar.

5. CONCLUSÃO

A participação nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental (anos iniciais e finais) e no Ensino Médio não influencia os hábitos de vida na vida adulta. Com base nessa constatação, é necessário propor uma revisão das práticas pedagógicas, além de uma valorização da disciplina, para que se tenha uma atuação efetiva na formação de hábitos saudáveis. Novos estudos precisam ser feitos para confirmar esta hipótese e contribuir para a formação dessas novas estruturas metodológicas.

REFERÊNCIAS

- BÉLANGER, M. et al. Number of years of participation in some, but not all, types of physical activity during adolescence predicts level of physical activity in adulthood: Results from a 13-year study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physic Activity**. Canada, v. 12, n. 76, junho. 2015. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1186/s12966-015-0237-x#citeas>. Acesso em: 02/11/2020.
- BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular - Educação é a Base: Ensino Fundamental. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_sit e.pdf. Acesso em: 14/11/2020.
- BRASIL. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física. Brasília: Secretaria de Educação Fundamental, MEC/SEF, 1998. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro01.pdf>. Acesso em: 14/11/2020.
- DA COSTA, L. C. A. et al. Tecendo relações entre a motivação para as aulas de educação física e o ideb. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. Maringá, v. 40, n. 4, p. 370-373, junho. 2018. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0101328916300154?via%3Dihub>. Acesso em: 11/11/2020.
- DOS SANTOS, J. P. et al. Fatores associados a não participação nas aulas de educação física escolar em adolescentes. **Journal of Physical Education**. Maringá, v. 30, e. 3028, p. 2448-2455, setembro. 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2448-24552019000100231&script=sci_arttext. Acesso em: 11/11/2020.
- HANAUER, F. C. Fatores que influenciam na motivação dos alunos para participar das aulas de Educação Física. Disponível em: <http://seifai.edu.br/artigos/Fernando-MotivacaonasaulasdeEdFisica.pdf>. Acesso em: 11/11/2020.
- HILLS, A. P.; DENGEL, D. R.; LUBANS, D. R. Supporting Public Health Priorities: Recommendations for Physical Education and Physical Activity Promotion in Schools. **Progress in Cardiovascular Diseases**. Australia, v. 57, n. 4, p. 368-374, fevereiro. 2015. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S003306201400142X?casa_token=Uu1j4OGYZloAAAAA:DDiWRIQgkHKpWk0sIOAs7xGds4IB1tAi19-2JR85Kmb3jnhTAXc-g91hKbGdMtq60SUEwgvce4s. Acesso em: 02/11/2020.
- MAIA, F. E. da S. et al. Memórias e reflexões sobre a desvalorização da educação física na escola brasileira. **Práticas Educativas, Memórias e Oralidades-Rev.** Fortaleza, v. 1, n. 3, p.1-12, 2019. Disponível em:

<https://revistas.uece.br/index.php/revpemo/article/view/3580/3138>. Acesso em: 30/11/2020.

MELO, R. F. **A evasão escolar nas aulas de educação física no ensino médio**. 2013. 21p. Trabalho de conclusão de curso (Graduação) - Licenciatura em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília. Brasília, 2013. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/5850>. Acesso em: 09/11/2020.

MENEGUCI, J. et al. Comportamento sedentário: conceito, implicações fisiológicas e os procedimentos de avaliação. **Motricidade**. v. 11, n. 1, p. 160-174, 2015. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1646-107X2015000100016&script=sci_arttext&tlng=es. Acesso em: 12/11/2020.

PEREIRA, D. S. et al. A atividade física na prevenção das doenças crônicas não transmissíveis. **Revista Gestão e Saúde**. Curitiba, v. 17, n. 1, p. 1-9, 2017. Disponível em: <http://www.herrero.com.br/files/revista/file8cc56abaabcfe454ac583fee7422f441.pdf>. Acesso em: 03/11/2020.

RAMOS, G. N. S.; FERREIRA, L. A. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física e Saúde. **Corpoconsciência**. Santo André, v. 5, p. 55-63. 2000. Disponível em: <http://www.ufscar.br/~defmh/spqmh/pdf/fefisaglau.PDF>. Acesso em: 02/11/2020.

SICHERI, R.; SOUZA, R. A. Estratégias para prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. **Cadernos de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p. 209-223. 2008. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csp/2008.v24suppl2/s209-s223/>. Acesso em: 02/11/2020.

SILVA, F. O. et al. DOENÇAS CAUSADAS PELO SEDENTARISMO: obesidade, diabetes e hipertensão arterial. **Anais da EXPO 2018**. Aracati, v. 2018, n. 1, p. 4-4, novembro. 2018.

SILVA, J. S. et al. O CONCEITO DE SAÚDE E DE HÁBITOS SAUDÁVEIS NA ESCOLA. **Pensa a Prática**. Goiânia, v. 20, n. 4, p. 808-821, dezembro. 2017. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/43918>. Acesso em: 02/11/2020.

TIRAPÉGUI, J. Atividade Física e Obesidade. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas**. São Paulo, v. 39, n. 4, p. 467-467, dezembro. 2003. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-93322003000400015&script=sci_arttext. Acesso em: 02/11/2020.

TRIGUEROS-RAMOS, R. et al. Influencia del docente de Educación Física sobre la confianza, diversión, la motivación y la intención de ser físicamente activo en la

adolescencia. **Cuadernos de Psicología del Deporte**. v. 19, n. 1, p. 222-232, 2019. Disponível em: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/347631>. Acesso em: 11/11/2020.

VARGAS, L. S. et al. Determinantes do consumo de tabaco por estudantes. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 51, n. 36, maio. 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102017000100233&lng=en&tlng=en. Acesso em: 11/11/2020.

VEIGA, L. D. B. et al. Prevalência e fatores associados à experimentação e ao consumo de bebidas alcoólicas entre adolescentes escolares. **Cadernos Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 24, n. 3, p. 368-375, set. 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-462X2016000300368&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 09/11/ 2020.

ANEXO A: 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, FILIFE DINATO DE LIMA, declaro aceitar orientar os discentes GABRIEL CARVALHO ROCHA E NATÁLIA LEITE COLOMBELLI no Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 09 de agosto de 2020.




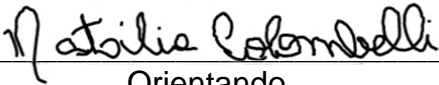
ASSINATURA

ANEXO B: CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA****TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC****Declaração de Autoria**

Nós, Gabriel Carvalho Rocha e Natália Leite Colombelli, declaramos ser os autores de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaramos, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(es) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 23 de novembro de 2020.

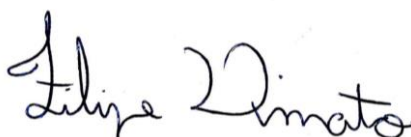

Orientando


Orientando

ANEXO C: FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, FILIPE DINATO DE LIMA venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: INFLUÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DURANTE A INFÂNCIA NOS HÁBITOS DE VIDA DE ADULTOS autorizar sua apresentação no dia 23/10 do presente ano.

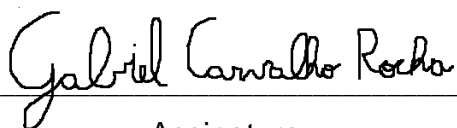
Sem mais a acrescentar,

A handwritten signature in black ink that reads "Filipe Dinato". The signature is written in a cursive style and is positioned above a horizontal line.

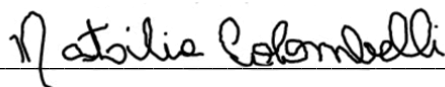
Professor Orientador

**ANEXO D: FICHA DE RESPONSABILIDADE DE
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Nós, GABRIEL CARVALHO ROCHA E NATÁLIA LEITE COLOMBELLI
RA: 21802763 e 21804251 nos responsabilizamos pela apresentação do
TCC intitulado Influência da participação nas aulas de educação física
escolar durante a infância nos hábitos de vida de adultos no dia 23/10 do
presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do
orientador.



Assinatura



Assinatura

**ANEXO E: FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO
FINAL DE TCC**

Eu, FILIPPE DINATO DE LIMA venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: INFLUÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DURANTE A INFÂNCIA NOS HÁBITOS DE VIDA DE ADULTOS autorizar a entrega da versão final no dia 05/12 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

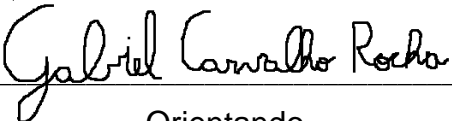


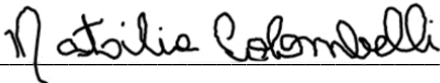
Professor Orientador

ANEXO F: AUTORIZAÇÃO

Nós, Gabriel Carvalho Rocha e Natália Leite Colombelli, RA 21802763 e 21804251, alunos do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autores do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado INFLUÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DURANTE A INFÂNCIA NOS HÁBITOS DE VIDA DE ADULTOS, autorizam expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizamos o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 23 de novembro de 2020.


Orientando


Orientando

ANEXO G – PARECER CEP

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Influência da prática de atividade física na infância nos fatores de risco para o desenvolvimento de câncer em adultos

Pesquisador: Filipe Dinato de Lima

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 37362820.6.0000.0023

Instituição Proponente: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.332.668

Apresentação do Projeto:

A pesquisa: "Influência da prática de atividade física na infância nos fatores de risco para o desenvolvimento de câncer em adultos, será "um estudo transversal de caráter descritivo de análise quantitativa. Neste estudo, serão avaliados 300 voluntários, por meio de um questionário digital, a fim de se analisar a prática de atividade física na infância e a participação nas aulas de educação física escolar, além dos hábitos de vida atuais, relacionados à práticas tabagistas, etilistas e de atividade física".

Objetivo da Pesquisa:

Os objetivos da pesquisa em questão são:

Primário:

"Analisar a influência da prática de atividade física durante a infância e a adolescência nos hábitos de vida relacionados aos fatores de risco para o desenvolvimento de câncer em adultos".

Secundários:

- "Analisar a influência da prática de atividade física e da participação nas aulas de educação física escolar nos primeiros anos do ensino fundamental nos hábitos etilistas, tabagistas e de prática de atividade física na vida adulta.
- Analisar a influência da prática de atividade física e da participação nas aulas de educação física

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 4.332.668

escolar nos últimos anos do ensino fundamental nos hábitos etilistas, tabagistas e de prática de atividade física na vida adulta.

• Analisar a influência da prática de atividade física e da participação nas aulas de educação física escolar no ensino médio nos hábitos etilistas, tabagistas e de prática de atividade física na vida adulta".

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

"A participação voluntária dos indivíduos envolve um risco eventual de constrangimento no momento do preenchimento do questionário, em função das perguntas relacionadas ao estilo de vida. Entretanto, reforça-se que o voluntário não será obrigado a responder as questões, e pode suspender o preenchimento do questionário em qualquer momento, sem retenção dos dados eventualmente já preenchidos. Ressalta-se também que os dados serão confidenciais e o sigilo será garantido. Não serão publicados ou mesmo expostos dados individuais. As respostas no questionário serão utilizadas apenas para traçar uma característica geral da população estudada".

Segundo a Resolução n. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, item V - Dos Riscos e Benefícios, "Toda pesquisa com seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados. Quanto maiores e mais evidentes os riscos, maiores devem ser os cuidados para minimizá-los e a proteção oferecida pelo Sistema CEP/CONEP aos participantes. Devem ser analisadas possibilidades de danos imediatos ou posteriores, no plano individual ou coletivo. A análise de risco é componente imprescindível à análise ética, dela decorrendo o plano de monitoramento que deve ser oferecido pelo Sistema CEP/CONEP em cada caso específico".

Benefícios:

"Por sua vez, a realização desta pesquisa promoverá um importante crescimento no conhecimento acerca dos fatores de risco e medidas de prevenção do câncer".

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa em questão poderá contribuir para estabelecer ações de educação em saúde relacionadas à prevenção do desenvolvimento de câncer em idade adulta. Com certeza irá contribuir para ampliar o conhecimento nas áreas clínicas e acadêmicas. Foi levado em consideração o momento atual, quando da realização de levantamento de dados, bem como a Resolução n. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde-CNS.

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 4.332.668

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Em relação aos Termos de apresentação obrigatórios, constam o Cronograma de Execução, a Identificação Orçamentária. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido-TCLE está de acordo com a CNS n. 466/12, seção IV: "as orientações sobre a obtenção do CLE e TCLE estão". O questionário foi devidamente apresentado, enfim, os Termos de apresentação obrigatórios estão em consonância com as diretrizes da Resolução CNS n. 466/12.

Recomendações:

O CEP-UniCEUB ressalta a necessidade de desenvolvimento da pesquisa, de acordo com o protocolo avaliado e aprovado, bem como, atenção às diretrizes éticas nacionais quanto aos incisos XI.1 e XI.2 da Resolução nº 466/12 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto:

XI.1 - A responsabilidade do pesquisador é indelegável e indeclinável e compreende os aspectos éticos e legais.

XI.2 - Cabe ao pesquisador:

- c) desenvolver o projeto conforme delineado;
- d) elaborar e apresentar os relatórios parciais e final;
- e) apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela CONEP a qualquer momento;
- f) manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período de 5 anos após o término da pesquisa;
- g) encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto; e
- h) justificar fundamentadamente, perante o CEP ou a CONEP, interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados.

Observação: Ao final da pesquisa enviar Relatório de Finalização da Pesquisa ao CEP. O envio de relatórios deverá ocorrer pela Plataforma Brasil, por meio de notificação de evento. O modelo do relatório encontra-se disponível na página do UniCEUB

http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030_pesquisacomitebio.aspx, em Relatório de Finalização e Acompanhamento de Pesquisa.

- b) Pesquisas com material biológico

Acrescentar antes da observação

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 4.332.668

- Resolução CNS n. 441/11, referente à análise ética de projetos de pesquisa que envolvam armazenamento de material biológico humano ou uso de material armazenado em pesquisas anteriores.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

A pesquisa "Influência da prática de atividade física na infância nos fatores de risco para o desenvolvimento de câncer em adultos", antes do início da coleta de dados, deverá atender a seguinte recomendação:

Visto que a pesquisa será realizada de forma virtual, segue a orientação sobre adaptação do TCLE para pesquisas online:

Para pesquisas a serem realizadas on-line, na forma de questionário, para participantes autônomos orientar-se que o TCLE seja introduzido como primeira questão do questionário, incluindo o título da pesquisa, os objetivos, as informações sobre os procedimentos, garantias de privacidade e confidencialidade, além, dos dados para o contato com o pesquisador responsável, a aprovação e contatos do CEP, e seja solicitado que o participante assinale em campo específico se deseja ou não participar da pesquisa. Para que o acesso ao pesquisador responsável seja facilitado, solicita-se que seus dados sejam acrescentados também ao final do questionário e informe que está disponível para qualquer informação sobre a pesquisa.

Após a realização da modificação, a pesquisa poderá ser iniciada.

Considerações Finais a critério do CEP:

Protocolo previamente avaliado, com parecer n. 4.331.079/20, tendo sido homologado na 16ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB do ano, em 25 de setembro de 2020.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1625714.pdf	04/09/2020 11:38:53		Aceito

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB**



Continuação do Parecer: 4.332.668

Outros	Email_coordenador.pdf	04/09/2020 11:38:32	Filipe Dinato de Lima	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto_Debora.pdf	04/09/2020 11:32:21	Filipe Dinato de Lima	Aceito
Outros	Questionario.docx	04/09/2020 11:29:35	Filipe Dinato de Lima	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	04/09/2020 11:28:34	Filipe Dinato de Lima	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_cep.docx	04/09/2020 11:28:24	Filipe Dinato de Lima	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BRASILIA, 11 de Outubro de 2020

**Assinado por:
Marilia de Queiroz Dias Jacome
(Coordenador(a))**

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.205, 2º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASILIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO DE COLETA DE DADOS

Título da pesquisa: Pesquisa - Influência da prática de atividade física durante a infância nos hábitos de jovens adultos

Olá! Você está sendo convidado(a) a participar anônima e voluntariamente de uma pesquisa vinculada ao Centro Universitário de Brasília (UniCEUB).

Sua participação contribuirá para compreendermos melhor a influência da prática de atividade física durante a infância nos hábitos de vida de jovens adultos.

Para você participar, você precisa ter mais de 18 anos e morar em território brasileiro.

Sua participação consistirá apenas na resposta deste formulário. Aproveito para ressaltar que os seus dados são confidenciais e que nenhuma informação pessoal será divulgada. Serão necessários, no máximo, 15 minutos para responder esse formulário.

Os resultados deste trabalho poderão ser divulgados em produções acadêmicas. Caso você sinta qualquer desconforto no preenchimento deste formulário, você deve interromper o seu preenchimento e, se necessário, entrar em contato com o pesquisador responsável. Meu nome é Filipe Dinato de Lima, sou professor do Centro Universitário de Brasília (UniCEUB) e estou a disposição para responder qualquer dúvida, pelo e-mail filipe.dinato@ceub.edu.br.

Lembre-se que a sua participação nessa pesquisa é voluntária e não obrigatória.

Agradecemos a gentileza da sua participação.

Seção 01 - Prática de atividade física na infância

Nesta seção, você responderá sobre a sua prática de atividade física na infância e na adolescência.

Para isso, considere as seguintes etapas:

- Anos iniciais do ensino fundamental: primeira a quarta série/primeiro ao quinto ano - 06 a 10 anos.
- Anos finais do ensino fundamental: quinta a oitava série/sesto ao nono ano - 11 a 14 anos.
- Ensino médio: primeiro ao terceiro ano do ensino médio - 15 a 17 anos.

Pergunta 01: Nos anos iniciais do ensino fundamental, você participava das aulas de Educação Física na escola?

Sim Não

Pergunta 02: Dos 6 aos 10 anos, você praticava esportes ou exercícios físicos fora do ambiente escolar?

Sim Não

Pergunta 03: Nos anos finais do ensino fundamental, você participava das aulas de Educação Física na escola?

Sim Não

Pergunta 04: Dos 11 aos 14 anos, você praticava esportes ou exercícios físicos fora do ambiente escolar?

Sim Não

Pergunta 05: No ensino médio, você participava das aulas de Educação Física na escola?

Sim Não

Pergunta 06: Dos 15 aos 17 anos, você praticava esportes ou exercícios físicos fora do ambiente escolar?

Sim Não

Seção 02 – Características físicas e hábitos de vida atuais

Nesta seção, você responderá sobre algumas características físicas e sobre seus hábitos atuais.

Para isso, considere os períodos de tempo indicados em cada pergunta. Busque responder as questões abertas com a maior precisão possível, de acordo com o que você lembrar.

Pergunta 01: Qual a sua idade?

_____ anos

Pergunta 02: Qual o seu sexo?

Masculino Feminino

Pergunta 03: Qual o seu peso?

_____ kg

Pergunta 04: Qual a sua estatura?

_____ m

Pergunta 05: Atualmente, o(a) senhor(a) costuma consumir alguma bebida alcoólica?

Sim Não

Pergunta 06: Considerando os últimos anos, com que frequência você costuma consumir alguma bebida alcoólica?

1 a 2 dias por semana

3 a 4 dias por semana

- 5 a 6 dias por semana
- Todos os dias (inclusive sábado e domingo)
- Menos de 1 dia por semana
- Menos de 1 dia por mês

Pergunta 07: Nos últimos 30 dias, você consumiu cinco ou mais doses de bebidas alcoólicas em uma única ocasião? Se sim, em quantos dias no mês isso aconteceu?

- Não
- Sim, em 1 ou 2 dias no mês
- Sim, em 3 ou 4 dias no mês
- Sim, em 5 ou 6 dias no mês
- Sim, em 7 ou mais dias no mês

Pergunta 08: Nos últimos 3 meses, você praticou algum tipo de exercício físico ou esporte pelo menos uma vez por semana? Se sim, quantos dias por semana você praticou exercício físico ou esporte nos últimos 3 meses?

- Não
- Sim, em 1 a 2 dias por semana
- Sim, em 3 a 4 dias por semana
- Sim, em 5 a 6 dias por semana
- Sim, em todos os dias da semana (inclusive sábado e domingo)

Pergunta 09: No dia que você praticou exercícios físicos ou esportes, qual foi a duração média dessas atividades?

- Menos de 15 minutos
- Entre 15 e 29 minutos
- Entre 30 e 44 minutos
- Entre 45 e 59 minutos
- 60 minutos ou mais

Pergunta 10: Em média, quantas horas por dia do seu tempo livre (excluindo trabalho), você assiste televisão ou utiliza o computador, o tablet ou o celular?

- Menos de 1 hora
- Entre 1 e 3 horas
- Entre 3 e 5 horas
- Mais de 6 horas

Pergunta 11: Atualmente, o senhor fuma?

- Sim Não

Pergunta 12: No último mês, quantos cigarros você fumou por dia?

- Atualmente, eu não fumo
- 1-9 cigarros
- 10-19 cigarros
- 20-39 cigarros
- 40 ou mais cigarros

Pergunta 13: No último mês, quantos cigarros o senhor fumou por semana?

- Atualmente, eu não fumo
- 1-9 cigarros
- 10-19 cigarros
- 20-39 cigarros
- 40 ou mais cigarros

Pergunta 14: Mesmo que você não fume atualmente, você já fumou regularmente no passado?

- Sim, diariamente
- Sim, mas não diariamente
- Não

Pergunta 15: Com qual idade você começou a fumar regularmente?

- Nunca fumei regularmente
- Com 10 anos ou menos
- Dos 11 aos 14 anos
- Dos 15 aos 19 anos

() Com 20 anos ou mais

Muito obrigado!

Agradecemos pela sua participação! Caso você tenha alguma dúvida, não deixe de entrar em contato conosco!

Filipe Dinato de Lima - filipe.dinato@ceub.edu.br