

**PREFERÊNCIAS DE ATIVIDADES FÍSICAS NO LAZER ENTRE OS
ADOLESCENTES ESCOLARES: ASSOCIAÇÃO COM SEXO E LOCAL DE
MORADIA**

Projeto de pesquisa aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade de Pernambuco sob o CAAE-0158.0.097.000-10.

Quantidade de palavras: 3331

Artigo Original

**PREFERÊNCIAS DE ATIVIDADES FÍSICAS NO LAZER ENTRE OS
ADOLESCENTES ESCOLARES: ASSOCIAÇÃO COM SEXO E LOCAL DE
MORADIA**

**PREFERENCES OF PHYSICAL ACTIVITIES IN THE LEISURE BETWEEN
SCHOOL ADOLESCENTS: SEX AND DWELLING ASSOCIATION**

**José Luiz Gomes da Silva¹, Helton Santana Rodrigues de Lima¹, Lyniker Venturine Silva de Alcântara¹,
Breno Quintella Farah²**

¹Graduando de Educação física Bacharelado no Centro Universitário Tabosa de Almeida, Caruaru-PE, Brasil.

²Doutor em Educação Física pela Universidade de Pernambuco, Recife-PE, Brasil.

RESUMO

Introdução: O local de moradia influencia na atividade física, sendo fundamental identificar aspectos associados ao sexo. **Objetivo:** Descrever a associação da preferência de atividades físicas com local de moradia e sexo em adolescentes escolares. **Métodos:** Estudo epidemiológico transversal de base escolar. 5724 estudantes (14 a 19 anos) participaram do procedimento de amostragem aleatória estratificada em dois estágios. As análises abrangeram a utilização de procedimento de estatística descritiva e medidas de associação bivariável. **Resultados:** A preferência pelo lazer ativo foi maior nos meninos do que nas meninas (65,8% vs. 22,6%, $p < 0,001$). O lazer dos meninos foi esporte (46,2%), nas meninas, conversar com os amigos (25,7%). O lazer ativo foi maior em residentes rurais (43,2% vs. 39,5%, $p = 0,015$). Quem mora na zona rural prefere esporte (27,1%), o mesmo serve para zona urbana (25,3%). **Conclusão:** Adolescentes residentes na zona rural tem mais predisposição a desenvolver práticas de lazer ativo, tendo os meninos como os maiores responsáveis.

Palavras-chave: Atividade física, lazer e adolescente.

ABSTRACT

Introduction: Place of residence influences physical activity, being fundamental to identify aspects associated with sex. **Objective:** To describe the preference association of physical activities with place of residence and sex in school adolescents. **Methods:** Cross-sectional epidemiological study of school base. 5724 students (14 to 19 years old) participated in the two-stage stratified random sampling procedure. The analyzes covered the use of a descriptive statistical procedure and measures of bivariate association. **Results:** Active leisure preference was higher in boys than in girls (65.8% vs. 22.6%, $p < 0.001$). The leisure of the boys was sport (46.2%), in the girls, chat with friends (25.7%). Active leisure was higher in rural residents (43.2% vs. 39.5%, $p = 0.015$). Those who live in the countryside prefer sports (27.1%), the same is for urban areas (25.3%). **Conclusion:** Adolescents living in rural areas are more likely to develop active leisure practices, with boys having the highest responsibility.

Key-words: Physical activity, leisure and adolescent.

Introdução

Cada vez mais fica evidente a importância da prática de atividade física (AF) e da manutenção de hábitos saudáveis em busca da melhora na qualidade de vida (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2004). De antemão, Freitas et al. (2010) destacam diversas possibilidades que a sociedade pode encontrar para realizar AF, como: esportes, corrida, musculação e dança. A preocupação com a prática de AF pode ser exemplificada pelos baixos números de pessoas que atingem as recomendações, sobretudo os adolescentes.

De fato, embora, atualmente haja uma grande propagação dos benefícios da prática de AF, estudos anteriores têm demonstrado que o número de jovens inativos fisicamente é preocupante. Bergmann et al. (2016) relataram que apenas metade conseguiram alcançar os níveis suficientemente ativos. Similarmente, Dias et al. (2014) identificaram que mais de 58% dos jovens são inativos fisicamente, sendo que, pessoas com maior nível econômico são as mais expostas.

Vários são os determinantes que influencia na participação de programas de AF (SALLIS et al., 1993), dentre elas, a realização de AF preferidas e que sejam prazerosas para os adolescentes. Nesse sentido, Silva (2000) mostra que as atividades mais procuradas entre os meninos são, futebol, trote-corrida e andar de bicicleta, já as meninas preferem, caminhada e dança, respectivamente. Um dos possíveis motivos para tal aderência está nas atividades que

requerem poucos instrumentos para a realização, bem como o espaço, que pode ser realizado em vários locais.

Ademais, tais preferências podem ser determinadas pela região na qual o adolescente vive (GLANER, 2002), uma vez, se sabe que os adolescentes residentes da zona rural tende a ser mais ativo do que aqueles da zona urbana. Entretanto, são pouco conhecidas as preferências da AF dos adolescentes que vivem nas zonas rurais. Identificar as preferências da prática de AF dos adolescentes pode possibilitar a fomentação de intervenções com o objetivo de promover a prática de AF (BICHALO et al., 2010), o que é de extrema importância, uma vez que que hábitos adquiridos nessa fase tende a ser incorporados na vida adulta (HALLAL et al., 2006). Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a associação da preferência das práticas de atividade física com local de moradia e sexo em adolescentes escolares.

Métodos

O presente estudo se caracterizou por uma análise secundária de dados de um estudo epidemiológico transversal de base escolar e abrangência estadual denominado: “PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS E COMPORTAMENTOS DE RISCO À SAÚDE EM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO NO ESTADO DE PERNAMBUCO: ESTUDO DE TENDÊNCIA TEMPORAL (2006-2011)”, o qual foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade de Pernambuco (CAAE-0158.0.097.000-10).

A população alvo do estudo foi composta por estudantes de ambos os sexos, com idade entre 14 e 19 anos e matriculados em escolas da rede pública estadual de ensino médio do Estado de Pernambuco, representando cerca de 85% do total de estudantes do ensino médio.

Para seleção da amostra, recorreu-se a um procedimento de amostragem aleatória estratificada em dois estágios, sendo que a “escola” e a “turma” representaram, respectivamente, as unidades amostrais no primeiro e no segundo estágio. No primeiro estágio, foram selecionadas aleatoriamente 84 escolas estaduais, estratificadas segundo a distribuição das escolas por porte (pequena: < 200 alunos; média: 200 a 499 alunos; grande: > 500 alunos) e a Gerências Regionais de Ensino. No segundo estágio, foram sorteadas 305 turmas, estratificadas segundo turno (diurno e noturno) e as séries do ensino médio (1^a, 2^a e 3^a séries). Considerou-se que essas turmas tinham, em média, 20 alunos. Os sorteios foram realizados mediante geração de números aleatórios através do pacote estatístico *Statistical Package for the Social Sciences*.

O dimensionamento da amostra foi efetuado de forma a atender aos diversos objetivos do projeto, entre os quais, a avaliação da exposição a diversos comportamentos de risco à saúde.

Dessa forma, o cálculo do tamanho da amostra levou em consideração: (a) população estimada em 353 mil adolescentes; (b) intervalo de confiança de 95%; (c) erro amostral de dois pontos percentuais; (d) prevalência estimada em 50%; e (e) efeito de delineamento amostral estabelecido em duas vezes o tamanho mínimo da amostra. Além disso, houve um acréscimo de 20% no tamanho da amostra para compensar possíveis perdas e recusas. A amostra final foi definida em 5724 adolescentes, sendo considerados elegíveis todos aqueles que se encontrava em sala de aula no dia da coleta e que forneceram autorização prévia dos pais ou responsáveis para participação do estudo.

Inicialmente, todos os adolescentes matriculados no Ensino Médio da rede pública de Pernambuco foram elegíveis para o estudo. Após a recolha de TCLEs os critérios de inclusão/exclusão adotados para as análises foram: adolescentes fora da faixa etária de interesse do estudo (abaixo de 14 e acima de 19 anos); ter alguma deficiência que impeça ou limite a prática de atividade física ou resposta ao questionário.

Para coleta de dados, foi utilizado um questionário adaptado do *Global School-based Student Health Survey*. O desfecho do presente estudo objetivou encontrar as preferências da prática de atividade física de lazer, enquanto que o sexo e o local de moradia as variáveis independentes. A operacionalização da preferência da atividade física foi realizada mediante uma pergunta: “Qual a atividade lazer de sua preferência? Foram consideradas respostas válidas “Praticar esporte”, “fazer exercícios” “nadar” e “pedalar”, as demais respostas foram englobadas como “Lazer sedentário”

As análises abrangeram a utilização de procedimento de estatística descritiva (distribuição de frequência) e medidas de associação bivariável (teste de Qui-quadrado de Pearson). O teste do Qui-quadrado foi utilizado para comparar as preferências da prática de atividade física de lazer com o sexo e local de moradia. Em todas as análises foi adotado o nível de significância de $p < 0,05$. Todas as análises foram realizadas, utilizando-se programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versão 17.

Resultados

Ao todo 84 escolas do Estado de Pernambuco foram contempladas com a pesquisa. Os dados da coleta estão apresentados na tabela 1. A amostra final foi de 5.724 adolescentes (14 e 19 anos), sendo 59,7% moças. A faixa etária de adolescentes entre 14 e 16 anos de idade corresponde a 52,6% e, 71,8% do total de adolescentes estudam no turno diurno. Já em relação ao local de moradia 74,5% afirmaram residir na área urbana e, 61,2% mencionaram ter condição sócia econômica desfavorável.

Tabela 1. Características gerais dos adolescentes do ensino médio da rede pública estadual de ensino de Pernambuco, Brasil, 2011.

Variáveis	n (%)
Sexo	
Masculino	2542 (40,3)
Feminino	3737 (59,7)
Faixa etária	
14 a 16 anos	2930 (52,6)
17 a 19 anos	2642 (47,4)
Turno de estudo	
Diurno	4366 (71,8)
Noturno	1711 (28,2)
Local de moradia	
Urbana	4509 (74,5)
Rural	1541 (25,5)
Condição sócia econômica	
Desfavorável	3722 (61,2)
Favorável	2355 (38,8)

Nas figuras 1 e 2 são apresentadas as preferências de lazer entre os estudantes de Ensino Médio, estratificado por sexo e local de moradia, respectivamente.

Foram analisadas as preferências de lazer entre meninos e meninas, evidenciaram que os meninos têm maior preferência em praticar esportes quando comparado às meninas, sendo 46,2% e 9,3%, respectivamente. O mesmo se prevalece para exercício físico, sendo 7,7% para os meninos e 5,3% para as meninas, as atividades que envolvem natação, também teve maior aderência entre os meninos 2,5% em relação as meninas 2,4%. Percebesse assim, que há uma tendência dos meninos realizarem atividades que gerem mais gasto energético, onde atividades de pedalar têm os meninos 3,3% como maiores adeptos em relação às meninas 3,0%. Já as meninas, tendem a realizar atividades sem muito gasto energético como, jogar dominó, 2,1% para as meninas e 0,9% para os meninos, enquanto a maior diferença acontece em assistir TV, onde 20,2% das meninas tem essa atividade como prioridade, apenas 4,5% dos meninos tem essa atividade como prioritária. As meninas também ganham dos meninos no que diz respeito ao tempo gasto para conversar com os amigos e/ou usar computador, sendo 25,7% e 19,2% para elas e 7,2% e 12,2% para eles, respectivamente. Porém, uma das atividades com pouco gasto energético que os meninos gostam de fazer de acordo com a pesquisa é jogar videogame (6,3%), em contrapartida, 0,6% das meninas gostam de jogar videogame. Outras atividades que não

estão na pesquisa foram mencionados como prioridade de prática, tendo 12,3% das meninas e 9,1% dos meninos interessados em outros tipos de atividades físicas.

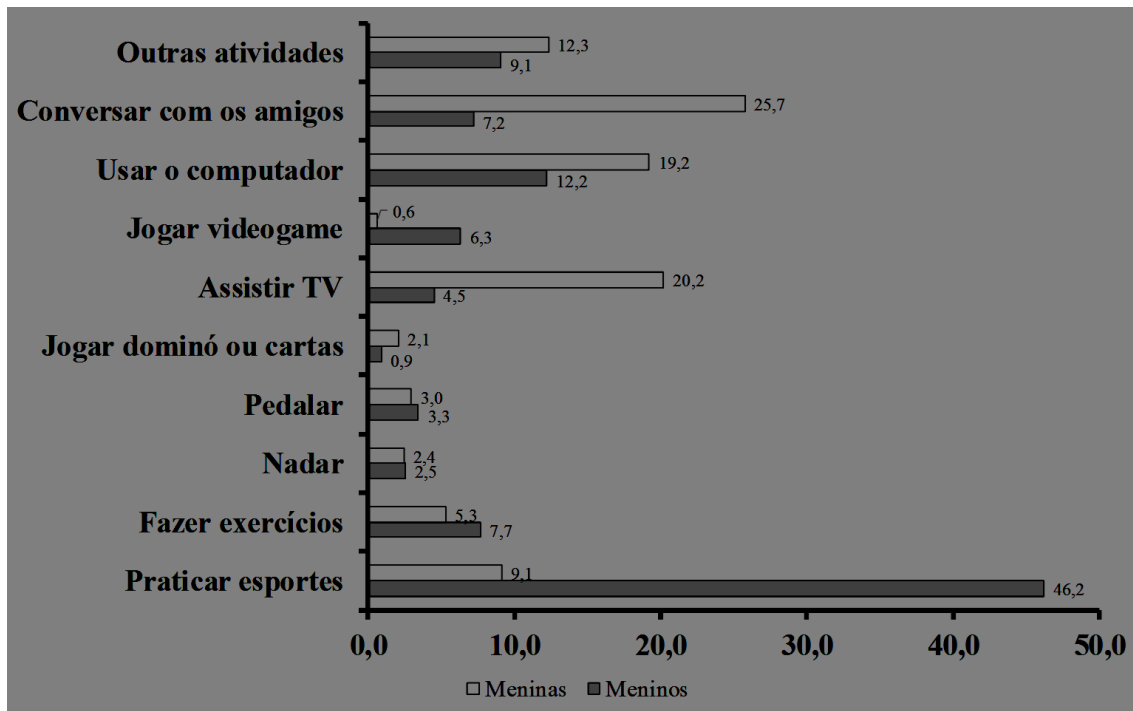


Figura 1. Preferência de lazer entre meninos e meninas estudantes do Ensino Médio do Estado de Pernambuco.

Quanto ao lazer dos estudantes das zonas rural e urbana, foi observada uma diversidade nas preferências de atividades físicas entre os adolescentes. Apesar das práticas esportivas terem maior preferência entre os adolescentes da zona rural 27,1% em relação à zona urbana 23,1%, o mesmo não acontece quanto à prática de exercício que tem mais adolescentes praticantes da zona urbana (6,6%) do que da zona rural (5,3%), respectivamente. Apesar da baixa procura atividades de pedalar e nadar também foi mencionada por adolescentes da zona rural e urbana, a primeira atividade tem participação de 4,0% dos adolescentes da zona rural e, 2,8% da zona urbana, já a segunda, temos 2,1% da zona rural e 2,6% da zona urbana. Assistir TV e jogar videogame tem mais adeptos adolescentes da zona rural em comparação com zona urbana, sendo 20,1% e 3,2% para zona rural, contra 11,7% e 2,8% zona urbana, respectivamente. O mesmo cenário acontece para atividades de jogar dominó e/ou conversar com amigos, onde se tem mais praticantes adolescentes da zona rural 2,3% e 18,5% contra 1,3% e 18,2% da zona urbana. Outras atividades que não estão no gráfico abaixo também foram mencionadas, tendo maior participação de adolescentes da zona urbana (11,1%). Contudo, os adolescentes (10,8%) da zona rural optaram por outro tipo de atividade.

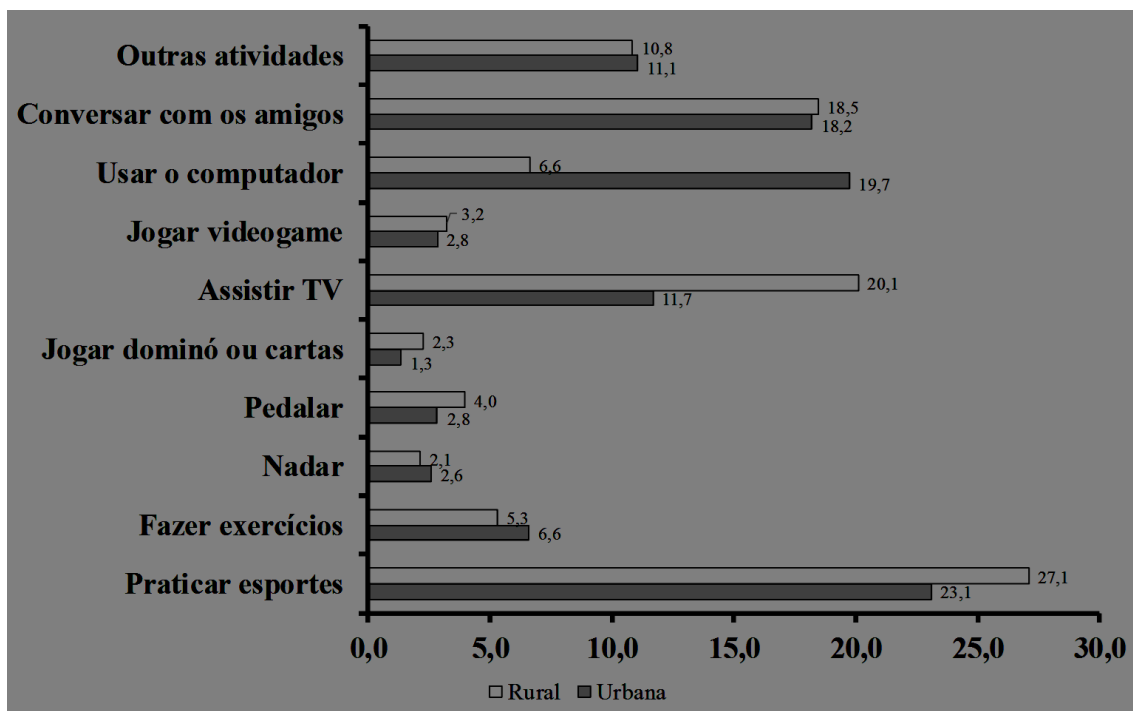


Figura 2. Preferência de lazer entre estudantes do Ensino Médio do Estado de Pernambuco residentes na zona urbana e rural.

No gráfico abaixo foi comparado às preferências de lazer ativo e passivo entre os adolescentes estudantes do Ensino Médio do Estado de Pernambuco, distinguindo as preferências de meninos e meninas. Nota-se que os meninos têm mais preferência pelo lazer ativo (65,8%), o lazer passivo prevalece em (34,2%) dos meninos, ($p < 0,001$). Ao contrário dos meninos, as meninas tem preferência por lazer passivo em relação ao ativo, sendo 77,4% e 23,6%, respectivamente ($p < 0,05$).

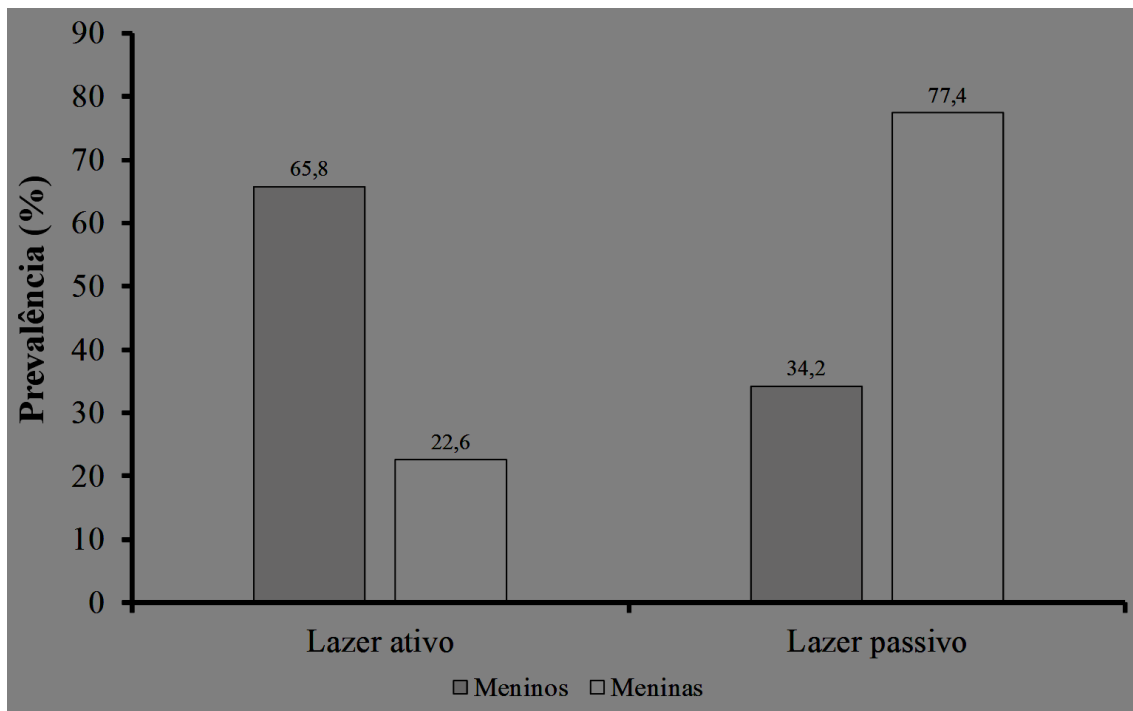


Figura 3. Comparação do tipo de lazer (passivo ou ativo) entre meninos e meninas estudantes do Ensino Médio do Estado de Pernambuco.

Na figura 4, evidencia-se que residentes da zona rural têm maior preferência pelo lazer passivo (56,8%) em relação ao lazer ativo (43,2%). Entre os moradores da zona urbana também prevalece o lazer passivo em relação ao ativo, (60,5%) contra (39,5%), respectivamente, ($p=0,015$).

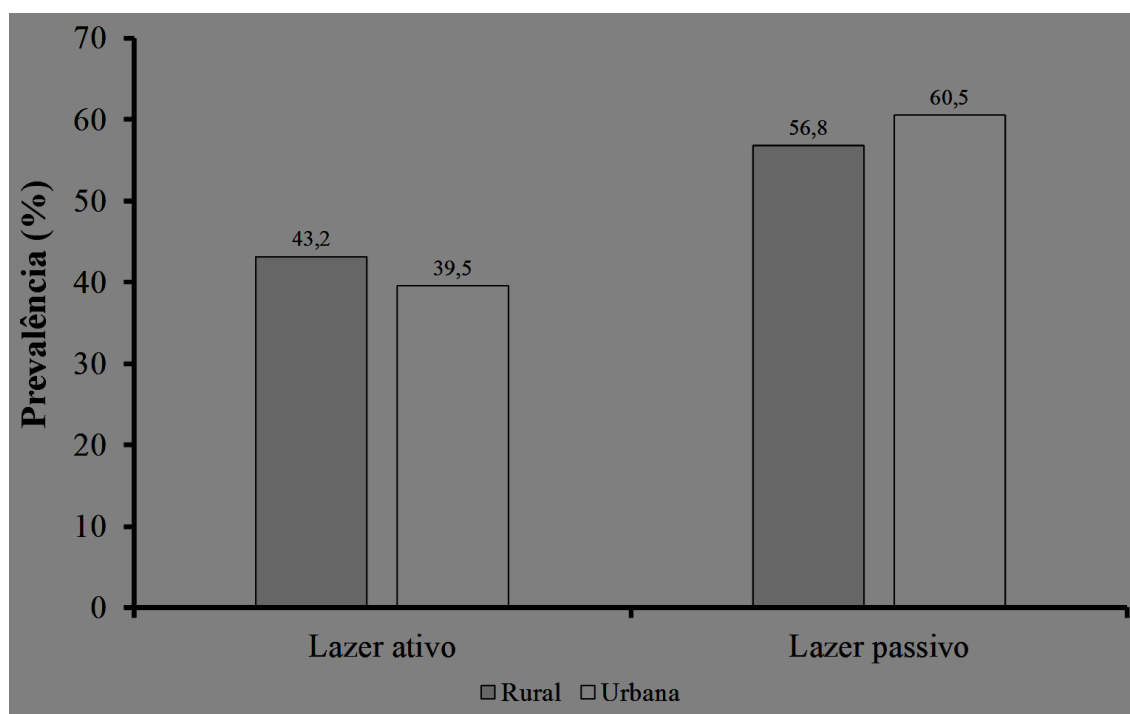


Figura 4. Comparação do tipo de lazer (passivo ou ativo) entre residentes da zona rural e urbana.

Discussão

Identificar as preferências de atividade física de uma localidade ou região, especialmente de estudantes adolescentes é desafiador. Sabe-se, porém, que o monitoramento dessas preferências é bastante complexo, por isso alguns métodos são utilizados para coletar os resultados necessários. Para tal, foi utilizado um questionário adaptado do Global School-Based Student Health Survey, o qual aparentemente é o mais adequado para esse tipo de avaliação. De acordo com o presente estudo, os meninos praticam mais esportes que as meninas, porém, há uma busca crescente por parte das meninas em praticar esportes, essa tendência é destacada no estudo de Keresztes et al. (2008), no qual 69,6% dos meninos praticam esportes e 67,1% das meninas realizam a mesma prática, sendo que, a alta aderência das meninas é fruto de incentivos de pais e amigos que auxiliam no desenvolvimento.

Ressaltando ainda, que os achados do estudo em questão identificaram que entre as atividades mais realizadas pelas meninas (25,7%) é conversar com os amigos, enquanto, os meninos 7,2% relataram realizar esse tipo de atividade como prioridade. Os meninos apresentaram maior preferência pelo lazer ativo em relação às meninas, sendo que, são vários os fatores que influenciaram nesse contexto, Farias Júnior et al. (2012) destacaram que esse problema talvez esteja nas intervenções dos profissionais, que acabam excluindo as meninas de atividades que julgam não serem capazes de realizar. Com isso, as meninas tendem a optar por atividades de lazer passivo, esse fato pode ser explicado por duas categorias, segundo Silva et

al. (2008) essas categorias são as características individuais (motivações, autoeficácia, habilidades motoras e outros comportamentos de saúde) e, as ambientais (como o acesso ao trabalho ou espaços de lazer, custos, suporte sociocultural e barreiras de disponibilidade temporal).

Tal estilo, também pode ser explicado pelo modo de trabalho dos adolescentes, já que, os meninos exercem mais atividade de força físico devido agricultura de subsistência (KOEZUKA et al., 2006). Além disso, Nakamura et al. (2013) destacaram que podem influenciar no nível de atividade física as aulas de Educação Física, bem como, a conduta adotada pelos pais, pois, Raphaelli, Azevedo e Hallal (2011) exaltam que a família constitui o primeiro ambiente de aprendizagem dos adolescentes.

Embora, adolescentes da zona rural tenham apresentado maior predisposição por atividades de lazer ativo quando comparado com adolescentes da zona urbana, questões como organização social, econômica e cultural, podem ser o ponto de partida desse resultado, de acordo com Rodrigues (2014). Mesmo assim, notou-se que tanto na zona rural e na zona urbana a preferência pelo lazer passivo é maior em relação ao lazer ativo. Santos et al. (2010), justificaram que problemas como falta de segurança, elevada densidade populacional e envolvimento em atividades intelectuais, são aspectos quem vem contribuindo para a redução no lazer ativo.

O estudo em questão teve como característica central, identificar até que ponto as regiões de moradia podem influenciar nos níveis e preferências de atividades físicas, os achados encontrados foram importantíssimos para conhecer as preferências dos residentes de cada localidade, além de garantir subsídios para futuras ações de políticas públicas de promoção a saúde no intuito de aumentar os níveis de atividade física. Entende-se a importância da adoção de um estilo de vida saudável na busca de uma melhor qualidade de vida, sendo assim, estudos de base populacional são necessários para fornecer dados de associação de atividade física e sexo, em populações urbanas e rurais.

O estudo apresenta limitações que devem ser mencionadas, como o delineamento transversal utilizado que dificultou estabelecer uma relação de causa e efeito entre as preferências de lazer. Por se trata de um estudo de base escolar da rede pública, o fato de estudantes da rede privada ou aqueles fora da escola não participarem da pesquisa ficou difícil extrair resultados para todos os adolescentes do estado de Pernambuco.

Conclusão

Os resultados encontrados nesta pesquisa revelaram que adolescentes da zona rural estão mais propensos a ingressar em atividades de lazer ativo, se comparados a adolescentes da zona urbana. Porém, em ambos os casos, há uma maior procura por lazer passivo. Mesmo assim, os meninos procuram mais práticas de lazer ativo em relação às meninas. Contudo, requer uma maior produção de estudos que busquem reconhecer as necessidades dos adolescentes que residem na zona rural, já que ainda são poucos os estudos envolvendo a população que reside nessa região, especificamente adolescentes, os quais possuem características distintas dos residentes das zonas urbanas.

Referências:

BERGMANN, G. G; BERTOLDI, A. D; MIELKE, G. I; CAMARGO, A. L; MATIJASEVICH, A; HALLAL, P. C. Atividade física, tempo de tela e utilização de medicamentos em adolescentes: coorte de nascimentos de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil, 1993. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 32, n. 4, 2016.

BICALHO, P. G; HALLAL, P. C; GAZZINELLI, A; KNUTH, A. G; VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, G. Adult physical activity levels and associated factors in rural communities of Minas Gerais State, Brazil. **Revista de Saúde Pública**, v. 44, n. 5, p. 884-893, 2010.

DIAS, P. J. P. DOMINGOS, I. P; FERREIRA, M. G; MURARO, A. P; SICHIERI, R; GONÇALVES-SILVA, R. M. V. Prevalência e fatores associados aos comportamentos sedentários em adolescentes. **Revista de Saúde Pública**, v. 48, n. 2, p. 266-274, 2014.

FARIAS JÚNIOR, J. C; LOPES, A. D. S; MOTA, J; HALLAL, P. C. Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 46, n. 3, p. 505-515, 2012.

FREITAS, R. W. J. F; SILVA, A. R. V. D; ARAÚJO, M. F. M. D; MARINHO, N. B. P; DAMASCENO, M. M. C; OLIVEIRA, M. R. D. Physical activity practice by adolescents from Fortaleza, CE, Brazil. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 63, n. 3, p. 410-415, 2010.

GLANER, M. F. Nível de atividade física e aptidão física relacionada à saúde em rapazes rurais e urbanos. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 16, n. 1, p. 76-85, 2002.

Global strategy on diet, physical activity and health. Geneve: WHO, 2004.

HALLAL, P. C; BERTOLDI, A. D; GONÇALVES, H; VICTORA, C. G. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de Idade. **Caderno de Saúde Pública**, v. 22, n. 6, p. 1277-1287, 2006.

KERESZTES, N; PIKO, B. F; PLUHAR, Z. F; PAGE, R. M. Social influences in sports activity among adolescents. **The journal of the Royal Society for the Promotion of Health**,

v. 128, n. 1, p. 21-25, 2008.

KOEZUKA, N; KOO, M; ALLISON, K. R; ADLAF, E. M; DWYER, J. J; FAULKNER, G; GOODMAN, J. The relationship between sedentary activities and physical inactivity among adolescents: results from the Canadian Community Health Survey. **Journal of Adolescent Health**, v. 39, n. 4, p. 515-522, 2006.

NAKAMURA, P. M; TEIXEIRA, I. P; PAPINI, C. B; LEMOS, N. D; NAZARIO, M. E. S; KOKUBUN, E. Physical education in schools, sport activity and total physical activity in adolescents. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 15, n. 5, p. 517-526, 2013.

RAPHAELLI, C. O; AZEVEDO, M. R; HALLAL, P. C. Association between health risk behaviors in parents and adolescents in a rural area in southern Brazil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, n. 12, p. 2429-2440, 2011.

RODRIGUES, J. F. O rural e o urbano no Brasil: uma proposta de metodologia de classificação dos municípios. **Análise Social**, n. 211, p. 430-456, 2014.

SALLIS, J.F; NADER, P. R; BROYLES, S. L; BERRY, C. C; ELDER, J. P; MCKENZIE, T. L; NELSON, J. A. Correlates of physical activity at home in Mexican-American and Anglo-American preschool children. **Health Psychology**, v. 12, n. 5, p. 390, 1993.

SANTOS, M. S; HINO, A. A. F; REIS, R. S; RODRIGUEZ-AÑEZ, C. R. Prevalência de barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 13, n. 1, p. 94-104, 2010.

SILVA, R. C. R; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. Level of physical activity in adolescents from Niterói, Rio de Janeiro, Brazil. **Caderno de Saúde Pública**, v. 16, n. 4, p. 1091-1097, 2000.

SILVA, K. S; NAHAS, M. V; HOEFELMANN, L. P; LOPES, A. S; OLIVEIRA, E. S. Associações entre atividade física, índice de massa corporal e comportamentos sedentários em adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 11, n. 1, p. 159-168, 2008.

Recebido em 00/00/17.

Revisado em 00/00/17.

Aceito em 00/00/17.

Endereço para correspondência: Breno Quintella Farah, Rua da Penha, 97, Maurício de Nassau, Caruaru - PE, CEP 55012-130 E-mail: 2014103077@app.asc.es.edu.br