

**O IMPACTO DO TEMPO DE PERMANÊNCIA NAS ESCOLAS NO NÍVEL DE
ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM
ADOLESCENTES**

**THE IMPACT OF STAYING TIME IN SCHOOLS AT THE LEVEL OF
PHYSICAL ACTIVITY AND BEHAVIORAL BEHAVIOR IN ADOLESCENTS**

Thaís Renata de Macêdo Ferreira Santos – Estudante de Educação Física em Bacharel da ASCES-UNITA, Rua Travessa Boa Vista; Número 42; Cachoerinha, 55380-000; Pernambuco, Brasil, thaismacedo1@outlook.com.br

Any Caroliny Marques Lima Benevides - Estudante de Educação Física em Bacharel da ASCES-UNITA, Rua Amélia Soares Paes; Número 204; Belo Jardim, 55157-310; Pernambuco, Brasil, anynhabenevides1@gmail.com

Silvia Eronita da Silva – Estudante de Educação Física em Bacharel da ASCES-UNITA, Rua Belmiro Florêncio Costa; Número 54; Caruaru, 55030-514; Pernambuco, Brasil, silvaservadedeus2015@gmail.com

Luciano Machado Ferreira Tenório Oliveira – PhD
Rua Pessoa de Melo, 227, apt 701, Madalena, Recife, 50610-220, Pernambuco, Brasil;
luciano2308@hotmail.com

Financiamento próprio.

RESUMO

Introdução: O projeto Escola de Tempo Integral (ETI) visa a permanência dos alunos nas escolas por 9 horas diárias, potencializando as atividades esportivas e motoras. Contudo, até o presente momento são escassos ou inexistentes os estudos que avaliaram o impacto da ETI no comportamento sedentário e nível de atividade física em adolescentes. **Objetivo:** Analisar a associação entre o tempo de permanência nas escolas e o comportamento sedentário e nível de atividade física em adolescentes. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, epidemiológico de abrangência estadual e base escolar.

A amostra foi composta por 6.261 estudantes do ensino médio de escolas de rede públicas do estado de Pernambuco, de ambos os sexos, com idade entre 14 a 19 anos. Foram avaliados os comportamentos sedentários (Tempo de TV, tempo de computador e tempo sentado total) e o nível de atividade física dos adolescentes. As análises foram realizadas através dos testes do qui-quadrado e da regressão logística binária, sendo controladas as possíveis variáveis de confusão. **Resultados:** Identificou-se que os adolescentes que estudam em escola do tempo integral têm mais chances de estarem expostos ao computador (OR=1,33; 1,07 – 1.65; p=0,010), a ficarem mais tempo sentados (OR=2,00; IC: 1,67 – 2,35; p<0,001) e a terem um baixo nível atividade física (OR=1,17; IC: 1,01 – 1,36; p=0,036), independentemente do sexo e idade. **Conclusão:** Os adolescentes que estudavam em tempo integral estavam mais expostos ao computador, passavam mais tempo sentados e possuíam menores níveis de atividade física quando comparados aqueles que estudavam em turno único.

Palavras Chaves: Escola de tempo integral; Atividade física; Comportamento sedentário;

ABSTRACT

Introduction: The School Integral Time (SIT) project aims to change students' stay in the school from 5 hours to 9 hours a day, enhancing sports and motor activities. However, studies that evaluated the impact of the SIT on sedentary behavior and level of physical activity in adolescents are scarce or nonexistent. **Goal:** To analyze the association between school's stay time with the sedentary behavior and the level physical activity in teenager. **Methods:** The survey deals with an epidemiological cross-sectional study of statewide coverage and school base. The sample was composed of 6.261 students high school students from public schools in the state of Pernambuco, of both genders, aged 14 and 19 years old. The sedentary behaviors (TV time, computer time and total sitting time) and teenagers' physical activity level were evaluated. Data were analyzed through the chi-square and binary logistic regression tests, and the possible confounding variables were controlled. **Results:** It was identified teenagers who study in a full-time school are more likely to be exposed to computer (OR = 1.33, 1.07 - 1.65, p = 0.010), spend more time sitting (OR = 2.00 , CI: 1.67-2.35, p <0.001), and exhibit a low level of physical activity (OR = 1.17; CI: 1.01 - 1.36; p = 0.036), regardless of gender or age. **Conclusão:**

Teenagers that study full-time were more exposed to the computer, spent more time sitting and exhibit lower levels of physical activity compared to those who study in a single shift.

Key words: Full-time school; Physical activity; Sedentary behavior;

INTRODUÇÃO

O projeto Escola de Tempo Integral (ETI), que foi introduzido em algumas escolas de rede pública de ensino fundamental, visa a mudança da permanência dos alunos de 5 horas para 9 horas diárias (PARANÁ, 2009) ampliação do tempo de permanência na escola teve o objetivo de aumentar as possibilidades de aprendizagem, através de currículo básico fundamental e oficinas curriculares composta por: orientação para estudo e pesquisa, atividades artísticas, esportivas/motoras e de participação social (CASTRO; LOPES, 2011). Além da potencialização da aprendizagem, a idealização da ETI visava também a otimização da utilização dos espaços nas escolas, inclusive com práticas esportivas relacionadas às aulas de Educação Física (CASTRO; LOPES, 2011).

A abordagem na Educação Física escolar objetiva não apenas as práticas esportivas, mas auxilia no desenvolvimento do indivíduo nos aspectos biopsicossociais e motores-. Ademais, o incentivo à prática de atividades físicas minimiza as chances de problemas de saúde e os hábitos adquiridos na infância podem perdurar até a fase adulta (DA PAIXÃO; AGUIAR; SILVEIRA, 2016). Neste sentido, a Educação Física escolar passa a ter uma importância ainda maior no ato de educar, através de fundamentos teóricos e práticos (ALVES, 2015).

Além da atividade física, outro comportamento que vem sendo avaliado é o comportamento sedentário. É importante ressaltar que a atividade física e o comportamento sedentário podem ter efeitos distintos na saúde do adolescente (FARIAS JÚNIOR, 2011). Assim, tem-se atividade física como qualquer movimento corporal que ocasione um gasto energético acima do nível de repouso (DE LIMA; CARDOSO, 2012)(NAHAS, 2001) e comportamento sedentário como qualquer atividade que predomine um baixo gasto calórico, como tempo sentado e/ou deitado, tempo de tela (tv, computador e videogame) (FARIA et al., 2015). A Organização Mundial de Saúde, ressalta a importância de se praticar Atividade Física e/ou Exercício Físico por, pelo

menos, 3 vezes na semana somando 150 minutos (WORLD HEALTH ORGANISATION, 2014).

Mesmo ciente que as diretrizes ressaltam a importância da manutenção de níveis elevados de atividade física (NOBRE et al., 2010) e exposição aos comportamentos sedentários por menos de 2 horas por dia (BARROS et al., 2017) vem sendo notada prevalências acima de 50% de jovens classificados como insuficientemente ativos e com um alto nível de exposição aos comportamentos sedentários (CS)(BENZIE, 2014). Um ponto agravante é que tanto um baixo nível de atividade física, quanto uma maior exposição aos comportamentos sedentários estão associados à problemas de saúde (SCHMID et al., 2016; SEZEREMETA et al., 2015).

Em uma recente pesquisa envolvendo crianças, foi observado que estudantes de 9 a 12 anos que frequentam escolas de tempo integral tinham um menor tempo de comportamento sedentário e melhor índice da aptidão física quando comparados aqueles que frequentavam em apenas um turno (FARIA et al., 2015). Resultados semelhantes aos encontrados no estudo de que também foi verificada uma maior frequência de atividade física em estudantes de escola de tempo integral (ZANIRATI; LOPES; SANTOS, 2014).

Mesmo ciente da missão tanto da ETI com da Educação Física Escolar na potencialização das atividades esportivas e motoras, até o presente momento são escassos ou inexistentes os estudos que avaliaram o impacto da ETI no comportamento sedentário e nível de atividade física em adolescentes. Assim, o presente estudo tem o objetivo de analisar a associação entre o tempo de permanência nas escolas e o comportamento sedentário e nível de atividade física em adolescentes.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, epidemiológico de abrangência estadual e base escolar. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade de Pernambuco (CAAE-0158.0.097.000-10/CEP-UPE: 159/10).

A amostra foi composta por estudantes do ensino médio de escolas de rede públicas do estado de Pernambuco, de ambos os sexos, com idade entre 14 a 19 anos e de diferentes turnos (diurno e noturno). A distribuição regional levou em conta o número de escolas existentes em cada uma das 17 Gerências Regionais de Educação (GREs) do Estado de Pernambuco. Deste modo foi verificado um número de sujeitos para seleção (n=373.386).

Foram incluídos na pesquisa todos os alunos matriculados as escolas de rede pública de ensino médio do estado de Pernambuco. Foram excluídos aqueles que não preencheram o questionário completo, que tivessem menos de 14 anos ou mais de 19 anos, que faltassem o dia da aplicação do instrumento e fizesse a recusa de qualquer procedimento.

Para o cálculo do tamanho amostral foram adotados os seguintes parâmetros: intervalo de confiança de 95%; erro máximo tolerável de 2 pontos percentuais; efeito do desenho (d_{eff}) = 2; e, por se tratar de estudo abrangendo a análise de múltiplos comportamentos de risco e com diferentes frequências de ocorrência, definiu-se a prevalência estimada em 50%.

Para a coleta dos dados, foi utilizada uma versão traduzida e adaptada do Global School-Based Student Health Survey (GSHS), construído e validado para a população de adolescentes. Este instrumento foi proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e está disponível para consulta no seguinte endereço eletrônico: www.who.int/chp/gshs/en. A coleta dos dados foi realizada no período de maio a novembro de 2011.

As variáveis relacionadas aos comportamentos sedentários foram: “Tempo de TV” determinada pela média ponderada entre as perguntas: "Nos dias de aula (segunda a sexta-feira), quantas horas por dia você assiste TV?" e "Nos finais de semana (sábado e domingo), quantas horas por dia você assiste TV?" ($\text{pergunta1} \times 5 + \text{pergunta2} \times 2$) / 7. Da mesma forma foi determinado o “tempo de computador e/ou videogame” com a média ponderada entre as perguntas: "Nos dias de aula (segunda a sexta-feira), quantas horas por dia você usa computador e/ou joga videogame?" e "Nos dias de final de semana (sábado e domingo), quantas horas por dia você usa computador e/ou joga videogame?". O “tempo de tela” foi consequência do somatório do Tempo de TV e o Tempo de PC e/ou videogame. A variável “Tempo sentado (exceto o tempo de tela)”, foi através da média ponderada entre as perguntas: "Nos dias de aula (segunda a sexta-feira), quanto tempo você gasta sentado, conversando com amigos, jogando cartas ou dominó, falando ao telefone, dirigindo ou como passageiro, lendo ou estudando (não considerar o tempo assistindo TV e usando computador?" e "Nos dias de final de semana (sábado e domingo), quanto tempo você gasta sentado, conversando com amigos, jogando cartas ou dominó, falando ao telefone, dirigindo ou como passageiro, lendo ou estudando (não considerar o tempo assistindo TV e usando computador?". “O tempo sentado total” foi oriundo da pergunta: "Em um dia típico (normal), quanto tempo você gasta sentado, assistindo

televisão, jogando no computador, conversando com amigos, jogando cartas ou dominó?”. Todos os comportamentos sedentários foram categorizados em menos de duas horas, entre duas e quatro horas e mais de quatro horas de exposição.

Em relação à variável “nível de atividade física”, foram consideradas duas questões do GSHS: “Durante os últimos 7 dias, quantos dias você foi fisicamente ativo por um total de pelo menos 60 minutos por dia?” e “Durante uma semana típica ou normal, em quantos dias você é fisicamente ativo por um total de pelo menos 60 minutos ao dia?”. Para verificar o nível de atividade física, foi adotado o procedimento sugerido por (PROCHASKA; SALLIS; LONG, 2001) no que diz respeito às Questões 1 e 2, utilizando a seguinte fórmula: $(\text{Questão1} + \text{Questão2}) \div 2$. Caso o resultado obtido consistisse um valor menor que 5 dias, os adolescentes eram considerados insuficientemente ativos, ou seja, não cumpriam as recomendações de atividade física.

As informações pessoais, variáveis socioeconômicas e sociodemográficas foram adquiridas através de perguntas diretas relacionadas ao gênero, idade, cor da pele, estado civil, local da residência, ocupação e escolaridade da mãe como: "Qual o seu sexo?", "Qual a sua idade, em anos?", “Você se considera: Branco, preto, pardo, amarelo ou indígena?”, “Qual o seu estado civil?”, “A sua residência fica localizada na região/área urbana ou rural?”, “Você trabalha?” e "Marque a alternativa que melhor indica o nível de estudo da sua mãe", respectivamente.

O procedimento de tabulação foi efetuado pelo programa EpiData, versão 3.1. Recorreu-se à dupla digitação a fim de conferir a consistência na entrada dos dados. A análise dos dados foi realizada por meio do programa SPSS 10.0 para Windows.

Na análise descritiva foi observada a distribuição de frequências. Na análise inferencial, foi utilizado o teste de Qui-quadrado de Pearson (χ^2), a fim de analisar a associação entre o tempo de permanência nas escolas e o nível de atividade física, comportamento sedentário e obesidade em adolescentes, além de analisar as variáveis que entraram no modelo, explorar os possíveis fatores de confusão e identificar a necessidade de ajustamento estatístico das análises. Na análise multivariável, utilizou-se da regressão logística binária, através da estimativa da razão de chances (odds ratio = OR) e intervalos de confiança de 95%, para expressar o grau de associação entre as variáveis dependentes (Comportamentos sedentários, nível de atividade física e obesidade) e a variável independente (tempo de permanência nas escolas), recorrendo-se ao ajustamento para possíveis fatores de confusão (nível de atividade física, estado nutricional, gênero, idade e condição econômica). Após a obtenção das variáveis preditivas do modelo final, foi

testada a ocorrência de interação. Para cada comportamento sedentário foi criado um modelo de regressão. Em relação às variáveis de confusão, entraram apenas as variáveis que obtiverem um nível de significância estatística menor que 0,20 ($p < 0,20$), sendo introduzidas todas simultaneamente.

RESULTADOS

Foram visitadas 85 escolas da rede pública estadual do ensino médio localizadas em 48 cidades no Estado de Pernambuco, sendo 19 do ETI. Dos 7.528 alunos que estavam em sala de aula no dia da coleta, 317 (trezentos e dezessete) jovens se recusaram a participar e 16 (dezesseis) não foram autorizados a participar do estudo pelos pais ou responsáveis, totalizando 333(4%) recusas. Conseqüentemente, foram efetivamente entrevistados e avaliados 7.195 estudantes. Após a exclusão de 12 questionários que não foram devidamente respondidos e 919 (12,8%) que os indivíduos encontravam-se fora da faixa etária estipulada, a amostra final foi composta por 6.264 adolescentes que possuíam a idade entre 14 e 19 anos, dos quais 59,7% eram do sexo feminino, conforme a tabela 1.

INSERIR TABELA 1

As prevalências em relação ao tempo de permanência na escola, o nível de atividade física e os distintos comportamentos sedentários estão presentes na tabela 2.

INSERIR TABELA 2

Em relação aos comportamentos sedentários, utilizando como ponto de corte 4 horas ou mais de exposição, foram encontradas prevalências 13,2, 9,6%, 14,7% e 68,6% para o tempo de TV, tempo de computador e/ou videogame, tempo sentado (exceto o tempo de tela) e tempo sentado total respectivamente. Adolescentes classificados como obesos e insuficientemente ativos possuíam prevalências de 4,3% e 64,9% respectivamente, dados presentes na tabela 2.

Identificou-se que os adolescentes que estudam em escola do tempo integral tem menos chances de estarem expostos a TV (OR=0,78; IC: 0,63 – 0,97 $p=0,023$) e mais chances de estarem expostos ao computador (OR=1,33; 1,07 – 1,65; $p=0,010$), a ficarem mais tempo sentados (OR=2,00; IC: 1,67 – 2,35; $p<0,001$) e a terem um baixo nível

atividade física (OR=1,17; IC: 1,01 – 1,36; p=0,036), independentemente do sexo e idade.

INSERIR TABELA 3

DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi analisar a associação entre o tempo de permanência nas escolas e o nível de atividade física e comportamento sedentário em adolescentes. Os principais resultados encontrados foram: aqueles que estudavam em escolas de tempo integral ou semi-integral tinham mais chances de serem classificados como insuficientemente ativos, de passarem mais tempo sentados, de estarem mais expostos ao computador e menos expostos a TV.

Foi encontrado que os adolescentes que estudavam nas ETI tinham mais chances de possuírem níveis insuficientes de atividade física. Os resultados destoam da essência colocada na idealização da ETI que visava uma potencialização das práticas corporais na escola (CASTRO; LOPES, 2011). Paralelamente, destaca-se que a Educação Física deve incrementar nas escolas com objetivo de estimular o desenvolvimento de estilo de vida saudável, por meio de atividades lúdicas e descontraídas durante sua prática (BECK et al., 2007). De acordo com a World Health Organization, (2010), crianças e jovens com idades entre 5 a 17 devem praticar pelo menos 60 minutos de atividade física moderada a vigorosa e diariamente.

Os resultados encontrados diferem dos achados de Pernambuco; Freitas, (2016) que ao avaliar os parâmetros antropométricos e o nível de atividade física, através de um questionário, foi observado que a ETI corroborava para melhores níveis de atividade física e menores níveis de obesidade em adolescentes. Contudo, destaca-se que tal pesquisa foi realizada com uma amostra por conveniência, incluindo apenas quarenta estudantes (escola de tempo integral) e vinte nove (tempo regular), fato que pode ter deturpado os resultados encontrados. Destaca-se que aqueles com um baixo nível de atividade física podem desenvolver diabetes, infarto do miocárdio, doença arterial coronariana, câncer e obesidade (FONTES; VIANNA, 2009), ampliando a probabilidade de mortalidade e morbidade, afetando de modo multifatorial a saúde pública (PITANGA; LESSA, 2005).

Como esperado, notou-se que os adolescentes da ETI eram menos expostos a TV. Esse é um ponto importante visto que especificamente a TV pode influenciar em determinados hábitos não salúteres como a má alimentação (consumo de biscoitos, doces e diversos alimentos com altas calorias (GUERRA; FARIAS JÚNIOR; FLORINDO, 2016). Neste sentido, o tempo em frente a TV está associado a um maior risco de desenvolver a obesidade e doenças correlatas (PETRIBÚ et al., 2011).

Diferentemente do encontrado no tempo de exposição a TV, foi observado que os alunos da ETI passavam mais tempo sentado e tinham uma maior exposição ao computador. É importante destacar a escassez de estudos que avaliaram a diferença entre a exposição ao tempo de tela em adolescentes da ETI e alunos que estudavam em apenas um turno. Segundo Carson; Pickett; Janssen, (2011) pessoas que usam de forma exacerbada o computador estão mais propensas a desenvolver doenças degenerativas não transmissíveis relacionadas a múltiplos fatores de risco.

Ao avaliar 328 alunos de rede pública do ensino fundamental, Vasconcellos; Anjos; Vasconcellos, (2013), concluíram que quanto maior foi o tempo de tela (somatório do tempo de exposição a TV, computador e videogame), menor foi a prática de atividade física, correlacionando a um ganho de peso inadequado. É importante ressaltar que, no Brasil, não existe uma padronização de instrumentos diretos e indiretos de medidas de atividade física e comportamentos sedentários em jovens (HALLAL et al., 2010; MAGALHÃES; MENDONÇA, 2003). Essa heterogeneidade dos instrumentos utilizados prejudica as comparações entre as pesquisas e o conhecimento dos reais da exposição aos comportamentos sedentários e níveis de atividade física dos jovens brasileiros, inclusive no ambiente escolar (MAGALHÃES; MENDONÇA, 2003)(HALLAL et al., 2010)

Foi observado que paralelamente a uma maior exposição ao computador, os jovens da ETI passavam mais tempo sentados. Segundo Tammelin, (2009), um maior tempo sentado pode corroborar para obesidade, sobrepeso, saúde metabólica precária e transtorno musculoesquelético, independentemente da participação em atividade física de intensidade moderada a vigorosa.

Corroborando com o presente estudo, Da Fonseca et al., (2010) ao avaliar 104 crianças (8 a 10 anos) que estudavam em uma ETI, notaram que as aulas de educação física não estavam atingindo todo o público da escola, remetendo a um baixo nível de aptidão física e maior índice de sobrepeso, principalmente no sexo feminino. Este fato remete a importância do controle da variável sexo, quando se aspira realizar tal análise. Paralelamente, em estudo realizado com pré-escolares de 4 a 6 anos, foi notado que

ambientes mais favoráveis ao movimento corporal pode contribuir para maiores níveis de atividade física (BARBOSA et al., 2016).

Para Hallal et al., (2010) através das aulas de Educação Física e outros meios de convívio atrativos dos jovens, consegue-se modificar positivamente os níveis de atividade física e comportamentos sedentários. Neste sentido, Betti, (1991) enfatiza que a Educação Física tem o papel de integrar o aluno na esfera da cultura corporal de movimento. A Educação Física escolar é capaz de promover as relações interpessoais dos alunos em função de suas possibilidades e limitações pessoais, contribuindo na autoestima e autoconfiança dos jovens (DIAS; JÚNIOR, 2015; ROSÁRIO; DARIDO, 2005).

Mesmo ciente da potencialidade da Educação Física escolar, Rosário; Darido, (2005) ressaltam que as metodologias pedagógicas de ensino na Educação Física são muitas vezes reproduzidas com base no que foi vivenciado na infância escolar, não ocorrendo uma adaptação dos métodos em relação à realidade dos alunos, dificultando assim o processo de aprendizagem. Faria et al., (2015) destacam que o currículo da ETI deve ser flexível e oportunizar ao aluno a participação em vários projetos, concomitantemente desenvolvidos, fazendo com que a permanência do educando na escola seja realmente proveitosa.

Entre os pontos fortes do presente estudo destaca-se a amostra representativa e o ineditismo de se avaliar o impacto do tempo de permanência integral nas escolas no tempo sentado total, tempo de PC e nível de atividade física em adolescentes, controlando as variáveis intervenientes que são idade e sexo. Uma possível limitação do presente estudo é o erro de causalidade reversa, frequente na interpretação de estudos transversais.

Destaca-se que os resultados do presente estudo não visam criticar a ideia da ETI, mas de trazer pontos para que reflexões sejam feitas a partir dos resultados encontrados. Tais reflexões precisam ser fomentadas visto que o objetivo da ETI, descrito anteriormente, não vem sendo alcançado de forma eficiente no cotidiano, trazendo à tona resultados de uma grande demanda de adolescentes expostos a comportamentos sedentários e com menores níveis de atividade física.

É interessante que futuros estudos avaliem não só as diferenças entre as ETI e as escolas em turno único, mas também analisem as possibilidades de ações para diminuir o tempo sentado e aumentar os níveis de atividade física. Ademais, seria importante avaliar as diferentes abordagens relacionadas as metodologias de ensino da Educação Física utilizadas em nas escolas de tempo integral.

CONCLUSÃO

Os adolescentes que estudavam em tempo integral, diferentemente do previsto na essência da sua construção, estavam mais expostos ao computador, passavam mais tempo sentados e possuíam menores níveis de atividade física quando comparados aqueles que estudavam em turno único. É importante uma reavaliação sobre as alternativas para que tal quadro modifique, principalmente por tal faixa etária estar relacionada a consolidação dos hábitos.

REFERÊNCIAS

- ALVES, W. C. O papel das aulas de educação física na prevenção da obesidade dos alunos do Ensino Fundamental II em uma escola pública na cidade de Mundo Novo. 2015.
- BARBOSA, S. C. et al. School environment, sedentary behavior and physical activity in preschool children. **Revista Paulista de Pediatria (English Edition)**, 2016.
- BARROS, R. DO R. et al. Manual de Orientação: Promoção da Atividade Física na Infância e Adolescência. **Sociedade Brasileira de Pediatria**, n. 1, 2017.
- BECK, C. C. et al. Ficha antropométrica na escola: O que medir e para que medir? **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, 2007.
- BENZIE, M. Social Justice and Adaptation in the UK. **Ecology and society**, v. 19, n. 1, 2014.
- BETTI, M. Educação física e sociedade: a educação física na escola brasileira de 1o. e 2o. graus. **São Paulo: Movimento**, 1991.
- CARSON, V.; PICKETT, W.; JANSSEN, I. Screen time and risk behaviors in 10- to 16-year-old Canadian youth. **Preventive Medicine**, v. 52, n. 2, p. 99–103, 2011.
- CASTRO, A. DE; LOPES, R. E. A escola de tempo integral: desafios e possibilidades. **Ensaio: avaliação e políticas públicas em Educação**, 2011.
- DA FONSECA, H. A. R. et al. Aptidão física relacionada à saúde de escolares de escola pública de tempo integral. **Acta Scientiarum - Health Sciences**, 2010.
- DA PAIXÃO, J. A.; AGUIAR, C. M.; SILVEIRA, F. S. A. Percepção da obesidade juvenil entre professores de educação física na educação básica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, 2016.
- DE LIMA, A. P.; CARDOSO, F. B. A importância do exercício físico voltado para

indivíduos que apresentam distúrbios do sono. **RBPFEEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 6, n. 35, 2012.

DIAS, A. G.; JÚNIOR, C. L. N. A realidade das aulas de Educação Física de uma escola da zona rural no interior de Minas Gerais. **Revista Evidência**, v. 11, n. 11, 2015.

FARIA, W. F. DE et al. Comparison of physical activity, sedentary behavior and physical fitness between full-time and part-time students. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 17, n. 4, p. 418–427, 2015.

FARIAS JÚNIOR, J. C. (In) Atividade física e comportamento sedentário: estamos caminhando para uma mudança de paradigma? **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, 2011.

FONTES, A. C. D.; VIANNA, R. P. T. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste-Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 12, p. 20–29, 2009.

GUERRA, P. H.; FARIAS JÚNIOR, J. C. DE; FLORINDO, A. A. Comportamento sedentário em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública**, 2016.

HALLAL, P. C. et al. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2010.

MAGALHÃES, V. C.; MENDONÇA, G. A. E S. Prevalência e fatores associados a sobrepeso e obesidade em adolescentes de 15 a 19 anos das regiões Nordeste e Sudeste do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, 2003.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. [s.l.] Midiograf, 2001.

NOBRE, F. et al. VI Diretrizes brasileiras de hipertensão. **Arq Bras Cardiol**, v. 95, n. 1, p. 1–51, 2010.

PARANÁ, G. DO E. DO. Secretaria de Estado da Educação. Diretriz Curricular. **Língua Estrangeira Moderna**, 2009.

PERNAMBUCO, U. F. D. E.; FREITAS, D. B. D. E. Antropometria Nas Aulas De Educação Física : Uma Análise Comparativa Entre Escolas De Tempo Integral E De Tempo Regular Da Antropometria Nas Aulas De Educação Física : Tempo Integral E De Tempo Regular Da Cidade. 2016.

PETRIBÚ, M. DE M. V et al. Fatores associados ao sobrepeso e à obesidade em estudantes do ensino médio da rede pública estadual do município de Caruaru (PE). **Revista Paulista de Pediatria**, v. 29, p. 536–545, 2011.

- PITANGA, F. J. G.; LESSA, I. Indicadores antropométricos de obesidade como instrumento de triagem para risco coronariano elevado em adultos na cidade de Salvador - Bahia. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 85, p. 26–31, 2005.
- PROCHASKA, J. J.; SALLIS, J. F.; LONG, B. A physical activity screening measure for use with adolescents in primary care. **Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine**, v. 155, n. 5, p. 554–559, 2001.
- ROSÁRIO, L. F. R.; DARIDO, S. C. A sistematização dos conteúdos da educação física na escola : a perspectiva dos professores experientes. **Motriz**, 2005.
- SCHMID, D. et al. Replacing Sedentary Time with Physical Activity in Relation to Mortality. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, 2016.
- SEZEREMETA, D. C. et al. Dismenorreia: Ocorrência na vida de acadêmicas da área de saúde. **Journal of Health Sciences**, v. 15, n. 2, 2015.
- TAMMELIN, T. Falta de atividade física e excesso de tempo sentado: perigos para a saúde dos jovens? **Jornal de Pediatria**, 2009.
- VASCONCELLOS, M. B. DE; ANJOS, L. A. DOS; VASCONCELLOS, M. T. L. DE. Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 2013.
- WORLD HEALTH ORGANISATION. Global status report on alcohol and health 2014. **WHO Library Cataloguing-in-Publication Data**, 2014.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Population-based prevention strategies for childhood obesity**. Report of the WHO forum and technical meeting, Geneva, 15-17 December 2009. **Anais...**2010
- ZANIRATI, V. F.; LOPES, A. C. S.; SANTOS, L. C. DOS. Contribuição do turno escolar estendido para o perfil alimentar e de atividade física entre escolares. **Rev Panam Salud Publica**, 2014.

Tabela 1 – Características socioeconômicas e demográficas dos adolescentes estudantes do ensino médio da rede pública estadual de ensino de Pernambuco.

Variável	Total (6261)	
	n	%
Sexo		
Rapazes	2.523	40,3
Moças	3.737	59,7
Idade (anos)		
14 – 15	1.350	21,6
16 – 17	3.344	53,4
18 – 19	1.567	25,0
Ocupação		
Trabalha	1.388	22,2
Não trabalha	4.856	77,8
Cor da pele		
Branca	1.620	26,0
Não branca	4.619	74,0
Local de residência		
Urbano	4.644	74,5
Rural	1.587	25,5
Escolaridade materna		
Maior que 8 anos de estudo	1.903	35,3
Menor ou igual a 8 anos de estudo	3.488	64,7

Tabela 2 – Prevalências dos adolescentes estudantes do ensino médio da rede pública estadual de Pernambuco.

Variável	Total 6.261	
	N	%
Turno de permanência da escola		

Escola em turno Único	5.270	84,1
Escola de tempo integral ou Semi-integral	994	15,9
Nível de atividade física		
Ativo	2.191	35,1
Insuficientemente ativo	4.045	64,9
Tempo de TV		
Exposto por menos de 2 horas	5.417	86,7
Exposto por 4 horas ou mais	826	13,2
Tempo de computador e/ou videogame		
Exposto por menos de 2 horas	5.644	90,4
Exposto por 4 horas ou mais	596	9,5
Tempo sentado total		
Exposto por menos de 2 horas	1.937	31,4
Exposto por 4 horas ou mais	4.224	68,5

Tabela 3. Razão de chance (Odds ratio) bruta e ajustada do tempo de permanência na escola relacionada ao comportamento sedentário em adolescentes, estudantes do ensino médio da rede pública estadual de Pernambuco.

Variáveis	Escola de tempo integral ou Semi-integral					
	Odds ratio	IC95%	p-valor	Odds ratio	IC95%	p-valor
	(Bruta)			(ajustada#)		
Tempo de TV						
Exposta por menos de 4 horas	1			1		
Exposta por 4 horas ou mais	0,84	0,68 – 1,03	– 0,093	0,78	0,63 – 0,97	0,023
Tempo de PC						
Exposta por menos de 4 horas	1			1		
Exposta por 4 horas ou mais	1,41	1,14 – 1,74	– 0,001	1,33	1,07 – 1,65	0,010
Tempo sentado total						
Exposta por menos de 4 horas	1			1		
Exposta por 4 horas ou mais	2,11	1,78 – 2,50	– < 0,001	2,00	1,67 – 2,35	<0,001
Nível de atividade física						
Ativo	1			1		
Insuficientemente ativo	1,23	1,07 – 1,43	– 0,005	1,17	1,01 – 1,36	0,036

Ajustada pelo sexo e idade.