

## **ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE: O PERFIL DE ESCOLARES DE ENSINO MÉDIO ATENDIDOS PELO PROJETO PIBID-EDUCAÇÃO FÍSICA**

SILVA, Lucas Neves da (autor) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.

PEREIRA, Daniela Medrado da Silva (autora) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.

JUNIOR, Valter Mariano dos Santos (orientador) – UNIFEV - Centro Universitário de Votuporanga.

A prática de atividade física é sem dúvida alguma tem sido um dos maiores alvos de pesquisas relacionadas a promoção da saúde, seus efeitos influenciam diretamente em todos os aspectos ligados a saúde de indivíduos de todas as faixas etárias. Os objetivos do presente estudo foi verificar o nível de atividade física, e locais onde esses escolares praticam suas atividades. A mostra foi constituída por 57 escolares do Ensino Médio de ambos os sexos de uma escola Estadual com idades entre 14 e 17 anos, inicialmente foram esclarecidos quanto às questões relacionadas a proposta de aula prevista no cronograma do projeto PIBID subprojeto Educação Física, em seguida responderam a duas questões ligadas aos objetos deste estudo. Em relação a quantidade de vezes que os mesmos praticam atividades físicas, oito (8) assinalaram praticar apenas uma vez por semana, treze (13) duas vezes por semana, vinte um (21) até três vezes por semana, e quinze (15) afirmaram não praticar nada. Em relação aos locais onde desempenham suas atividades, sete (7) afirmaram frequentar academias de ginástica, treze (13) clubes recreativos da cidade, seis (6) em casa, dezesseis (16) em parques e áreas públicas de lazer da cidade, e quinze (15) afirmaram não frequentar e nem praticar. Como base nos dados, é possível concluir que o grupo avaliado no todo, pratica atividades físicas regularmente dentro dos moldes previstas pela OMS, entretanto 8,5% (15) dos entrevistados não pratica tão pouco possuem interesse em praticar atividades físicas, a proposta do projeto PIBID Subprojeto Educação Física, é intervir com atividades que possam melhorar ainda mais o interesse desses jovens pela prática, permitindo aos atendidos uma melhora em sua saúde por meio de uma vida ativa.

Palavras-chave: Atividades Físicas; Escolares; Promoção da Saúde.

## REFERÊNCIAS:

MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha. Envelhecimento, atividade física e saúde. BIS. Boletim do Instituto de Saúde (Impresso), n. 47, p. 76-79, 2009.

POSSEBON, Janaina; DE OLIVEIRA, Viviani Rufo. Consumo de suplementos na atividade física: uma revisão. *Disciplinarum Scientia| Saúde*, v. 7, n. 1, p. 71-82, 2016.

ANDAKI, Alynne et al. Medidas antropométricas e nível de atividade física predizem pressão arterial elevada em crianças. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 21, n. 2, p. 181-189, 2016.

BOFF DOS REIS, Camila Cristina et al. Prevalência da prática de atividade física e correlação com a saúde de idosos de uma cidade no sul do brasil. *Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física*, v. 5, n. 1, 2016.