



**Trabalho de Conclusão do
Curso de Educação Física**

Bacharelado



**ESTUDO DO SOBREPESO, OBESIDADE E INATIVIDADE FÍSICA
EM ADOLESCENTES**

Deborah Lousada Silva*
Orientador: Ademir Schmidt**

Resumo - O presente estudo aborda o sobrepeso, obesidade e inatividade física em adolescentes. **Objetivo:** Analisar o sobrepeso, a obesidade e a inatividade física em adolescentes. **Método:** Pesquisa indireta do tipo bibliográfica. O levantamento de estudos foi realizado na base de dados da *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, com palavras-chave de acordo com a estratégia PICO. Foram incluídas sete produções científicas que apresentaram relação direta com o tema de estudo. **Resultados:** Considerando os sete estudos transversais analisados, a amostra total contemplou mais de 105.281 adolescentes. Do total de estudos, cinco mostraram que o público de adolescentes do sexo feminino apresenta prevalência de sobrepeso, obesidade e inatividade física maior que os do sexo masculino. **Conclusão:** Observou-se cenário preocupante, uma vez que os resultados mostraram que a prevalência do excesso de peso cresceu (103%), e que foi registrada prevalência de sedentarismo de 56,3% e inatividade física de 78,1% na população adolescente.

Palavras chaves: Adolescentes. Inatividade física. Obesidade. Sobrepeso.

Abstract - The present study addresses overweight, obesity and physical inactivity in adolescents. **Objective:** To analyze overweight, obesity and physical inactivity in adolescents. **Method:** Indirect bibliographic research. The survey of studies was carried out in the Scientific Electronic Library Online (SciELO) database, with keywords according to the PICO strategy. Seven scientific productions that were directly related to the subject of study were included. **Results:** Considering the seven cross-sectional studies analyzed, the total sample included more than 105,281 adolescents. Of the total number of studies, five shown that the public of female adolescents has a higher prevalence of overweight, obesity and physical inactivity than males. **Conclusion:** A worrying scenario was observed, since the results showed that the prevalence of overweight increased (103%), and that a prevalence of sedentary lifestyle of 56.3% and physical inactivity of 78.1% was recorded in the adolescent population.

Keywords: Adolescents. Physical inactivity. Obesity. Overweight.

Submissão: 06/12/2022

Aprovação: 14/12/2022

* Discente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

** Docente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Mestre e Doutor em Educação Física (ademir@pucgoias.edu.br)

1 INTRODUÇÃO

O estudo aborda o sobrepeso, a obesidade e a inatividade física em adolescentes. A inatividade física pode ser considerada como a permanência prolongada em hábitos sedentários, sendo tais atos prejudiciais a saúde em curto e médio prazo. Já o comportamento sedentário está relacionado à atividades na posição deitada ou sentada, gerando dispêndio energético inferior à 1,5 METs (equivalente metabólico) por minuto, sendo exemplos o uso do computador ou *smartphone*, assistir às aulas, ver televisão dentre outros (MENEGUCI *et al.*, 2015).

O sobrepeso refere-se à massa corpórea que excede o normal ou padrão para determinada pessoa, com base na estatura e no porte físico (WILMORE; COSTILL; KENNEY, 2010). Já a adiposidade excessiva é uma condição na qual a gordura corporal ultrapassa em uma quantidade predeterminada uma média que seria apropriada para a idade e/ou para o sexo (MACARDLE; KATCH; KATCH, 2008), enquanto a obesidade se refere a uma condição com gordura excessiva que acompanha diversas comorbidades (MACARDLE; KATCH; KATCH, 2008; WILMORE; COSTILL; KENNEY, 2010).

Sobrepeso, obesidade e inatividade física tem sido considerados problemas de saúde bastante preocupantes atualmente, uma vez que vem crescendo e gerando comorbidades, tais como hipertensão arterial, colesterol elevado e diabetes. A inatividade física e o comportamento sedentário, associados à uma alimentação inadequada, são alguns dos fatores que mais contribuem para este cenário.

Ademais, a tecnologia também tem sido um vilão, uma vez que os adolescentes estão cada vez mais adeptos e influenciados às redes sociais, jogos eletrônicos e entretenimento digital. A tecnologia oferecida pelo mundo moderno atualmente, tais como aparelhos de televisão, *smartphones*, videogames, computadores, controles remotos, entre outros, têm contribuído drasticamente na redução do gasto energético (BREVIDELLI *et al.*, 2015).

O excesso de massa corporal aumentou consideravelmente em todas as faixas etárias no mundo, chamando atenção principalmente para o aumento entre crianças e adolescentes, que se já apresentam sobrepeso e obesidade nesta fase da vida, tendem a ser adultos obesos e podem desenvolver doenças crônicas, tais como as doenças cardiovasculares e o diabetes, reduzindo assim, sua qualidade de vida (FERREIRA; ANDRADE, 2021).

Fatores cruciais que tem influenciado bastante na inatividade física atualmente são hábitos do mundo contemporâneo como passar horas assistindo TV, jogando vídeo games, usando o computador e os *smartphones*. Além disso, ocorre o uso excessivo destes em atividades intelectuais, tais como tarefas escolares, leitura, cursos de formação dentre outros (BREVIDELLI *et al.*, 2015).

Nas regiões norte, nordeste, sudeste, sul e centro-oeste, observou-se que a prevalência de comportamento sedentário foi maior do que a de excesso de peso, contendo diferenças nas prevalências desses dois arremates entre as regiões brasileiras (FERREIRA; ANDRADE, 2021).

Desta forma, o objetivo geral do estudo foi analisar o sobrepeso, a obesidade e a inatividade física em adolescentes.

2 METODOLOGIA

O estudo se enquadra na linha de pesquisa de Ciências do Esporte e Saúde, do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Educação Física (NEPEF). A pesquisa se

classifica como indireta e bibliográfica, na qual são usadas produções científicas já publicadas e respaldadas pela ciência. A base da pesquisa bibliográfica são os livros, dissertações, teses, artigos e outros documentos publicados que contribuem na investigação do problema proposto (SOUSA; OLIVEIRA; ALVES, 2021).

Para o estudo em questão foram utilizados apenas artigos científicos. Como fonte para a busca destas produções foi utilizada a base de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Os descritores adotados na base foram estruturados de acordo com a estratégia PICo (Quadro 1).

O idioma utilizado na busca foi o português, sendo considerado o período de publicação dos últimos 4 anos (2019 a 2022).

Quadro 1 - Estratégia PICo utilizada na base de dados da SciELO.

P: POPULAÇÃO	I: INTERESSE	Co: CONTEXTO
Adolescente Adolescentes	Prevalência Incidência	Sobrepeso Obesidade Inatividade física Comportamento sedentário
<i>Adolescent Teenagers</i>	<i>Prevalence Incidence</i>	<i>Overweight Obesity Physical inactivity Sedentary behavior</i>

Os critérios de seleção da pesquisa bibliográfica se deram através de leitura crítica e reflexiva, inicialmente dos títulos, seguida dos resumos e, por último, da leitura das produções na íntegra.

Foram incluídas na pesquisa somente produções científicas que apresentaram relação direta com o tema do estudo em questão. Para tanto, foram aplicados no processo de seleção os seguintes filtros na base de dados da SciELO: coleções Brasil, idioma português, com publicação entre 2019 e 2022 e artigos citáveis.

Após a inserção das palavras-chave e dos filtros mencionados, foram encontradas 455 produções científicas. Destas foram selecionados pela leitura dos resumos 21 artigos e, após a leitura na íntegra, 7 estudos foram selecionados para análise e descrição (Quadro 2). Foram excluídos os estudos publicados anteriormente à 2019, disponíveis somente em outros idiomas e que não contemplavam o assunto de interesse.

3 RESULTADOS

Quadro 2 – Descrição sintética dos sete estudos incluídos na análise.

Autor e Data	Objetivo	Metodologia	Resultados	Conclusão
Santos; Almeida; Ferreira (2021)	Analisar a relação entre duração insuficiente do sono, sobrepeso e/ou obesidade e o consumo de alimentos ultra processados em adolescentes de 10 a 14 anos.	Estudo transversal, com avaliação de 1.384 adolescentes de escolas públicas de João Pessoa-PB, participantes do Estudo Longitudinal sobre Comportamento Sedentário, Atividade Física, Hábitos Alimentares e Saúde de Adolescentes (LONCAAFS). Dentre os dados coletados estão: duração do sono, consumo alimentar, antropometria e dados sociodemográficos e relato de ingestão energética total diária.	A ingestão energética total diária era ≥ 500 kcal e ≤ 6000 kcal. A faixa etária foi compreendida entre 10 e 14 anos, sendo 54% do sexo feminino (748 adolescentes). A média de idade foi 12 anos e 40,5% referiram escolaridade da mãe até ensino fundamental incompleto. A média de duração do sono dos adolescentes foi de 9,6 horas, com curta duração (<9h) presente em 29,5% da amostra. O consumo médio de calorias foi de 2226,9 kcal/dia, sendo 706,4 kcal provenientes dos alimentos ultra processados (31,7%). Com relação ao estado nutricional antropométrico dos adolescentes avaliados, 32,3% da amostra apresentava sobrepeso ou obesidade.	Foi observada associação entre a curta duração do sono e o excesso de peso em adolescentes menores de 12 anos, mas não entre aqueles com 12 anos ou mais. Observou-se ainda associação entre o maior consumo de lanches e a curta duração do sono para menores de 12 anos, sendo existente a associação em adolescentes mais velhos apenas quando a variável atividade física foi utilizada como ajuste.
Santana <i>et al.</i> (2021)	Verificar as mudanças na prevalência do excesso de peso em adolescentes e sua associação com variáveis sociodemográficas e insegurança alimentar em um período de 5 anos.	Utiliza dados de dois estudos transversais, de base populacional, realizados em 2005 e 2010, por meio de visitas domiciliares, nas quais se investigaram variáveis referentes aos residentes em domicílios particulares permanentes (DPPs) do segundo Distrito (Campos Elíseos) do município de Duque de Caxias-RJ.	Aproximadamente 80% dos adolescentes eram de cor preta ou parda e cerca de 50% tinham renda per capita de até 1 salário-mínimo. Verificou-se redução do baixo peso (4,5% para 0,9%) e aumento de sobrepeso (16,3% para 22,8%) ($p=0,033$). Quanto à insegurança alimentar, não se verificou mudança significativa, todavia enquanto em 2005, aproximadamente 60% dos adolescentes moravam em lares com insegurança alimentar, em 2010 essa prevalência passou para cerca de 50%.	Aumento de 7,5 pontos percentuais no excesso de peso entre 2005 e 2010, destacando-se que meninos mais novos, de cor preta ou parda, que tinham menor renda per capita e que apresentavam insegurança alimentar moderada e grave, apresentaram maior aumento nesta prevalência entre os dois períodos investigados.
Andretta <i>et al.</i> (2021)	Analisar o consumo de alimentos ultra processados relacionando com fatores	Estudo transversal, com 1.309 escolares na faixa etária entre 6 e 16 anos, matriculados em escolas da rede municipal de ensino de Caxias do Sul-RS.	Do total de participantes 1.128 escolares apresentaram todas as respostas completas referentes às variáveis analisadas no presente estudo. Dentre os entrevistados, a maioria era do sexo feminino (54,5%), possuía entre 6 a 11 anos (70,5%),	Os resultados do presente estudo devem ser interpretados sob a ciência de algumas limitações. O consumo alimentar foi

	sociodemográficos, comportamentais e nutricionais em escolares da rede municipal de ensino de Caxias do Sul-RS.	Estimou-se uma amostra de 1.282 escolares. Adicionou-se ainda, 10% para perdas e recusas, resultando em 1.418 escolares selecionados para a amostra. A coleta de dados foi realizada por acadêmicos do curso de Nutrição previamente capacitados e pelas próprias pesquisadoras. Nas turmas do 1º ao 3º ano, os entrevistadores realizaram a aplicação do questionário individualmente e, subseqüentemente, efetuaram as medidas antropométricas. As medidas antropométricas foram realizadas pelas nutricionistas e bolsistas da pesquisa	cor da pele branca (56,8%) e estava matriculado entre o 1º e 4º ano (59,0%). Em relação às características socioeconômicas, cerca de metade dos pais haviam completado o ensino médio e 33,5% apresentavam uma renda familiar mensal <R\$ 1.600. Considerando o hábito alimentar dos escolares, a maioria consumia alimentação escolar (91,2%) e realizava mais que três refeições ao dia (89,9%). Observou-se que comprar ou levar o lanche para a escola aumentou em 9,0% a prevalência de consumo de alimentos ultra processados, enquanto ter recebido algum aconselhamento nutricional durante a vida reduziu em 15,0% essa prevalência. Em relação às refeições, realizar o lanche da manhã e da noite foi associado a um aumento de prevalência de consumo de alimentos ultra processados de 12,0 e 19,0%, respectivamente.	autorreferido pelo escolar, desta forma, pode haver alguma variação de consumo quanto ao dia da semana. Outro fator a ser considerado foi a classificação como ultra processados somente os alimentos expressamente caracterizados como tal. Desta forma, o estudo pode ter subestimado o real consumo de alimentos ultra processados.
Nunes <i>et al.</i> (2021)	Avaliar a dependência do <i>smartphone</i> e os fatores relacionados em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro.	Estudo quantitativo, do tipo transversal e analítico, advindo de um projeto de pesquisa desenvolvido em Escolas Estaduais de Educação Profissional (EEEPs) de Ensino Médio da cidade de Fortaleza, Ceará, Brasil. O recrutamento e coleta de dados foi realizado nos meses de agosto e setembro de 2019.	Sobre as variáveis socioeconômicas, houve maior proporção de adolescentes com 16 anos (n=90; 31,5%), do sexo masculino (n=152; 53,1%), da classe social D (n=150; 52,4%) e genitores com Ensino Médio (n=142; 49,6% para a mãe e n=127; 44,4 % para o pai). Nas condições de saúde, dormiam em média 6,8 (± 1,1) horas por dia, 40,2% (n=115) eram sedentários e 47,6% (n=136) relataram queixa de dor cervical e 23,1% (n=66) tinham excesso de peso. Do total, 70,3% (n=201) apresentavam dependência do <i>smartphone</i> e o usavam por 5,8 horas (± 3,5) e por 8,8 horas (± 5,0) na semana e no final de semana, respectivamente. Na análise bivariada, a dependência do <i>smartphone</i> estava relacionada à queixa de dor nas regiões cervical (OR=2,960; p=0,000), na parte superior das costas (OR=1,950; p=0,010) e no punho (OR=1,956; p=0,029), idade (16,1 ± 0,9; p=0,008), horas de sono (6,6 ± 1,1; p=0,001), tempo de uso no final de semana (9,4 ± 5,3; p=0,000) e suspeita de transtorno mentais comuns - TMC (8,7 ± 4,5; p=0,000). Na análise	Foi constatada elevada prevalência nos adolescentes da amostra e sua relação com múltiplos fatores, como idade, tempo de uso e comprometimento das condições de saúde física, evidenciado pela queixa de dor cervical, além de prejuízos à saúde mental com a redução de horas de sono. Os resultados encontrados podem ser elucidados pelas particularidades inerentes à adolescência como a rotina de estudos e necessidade do uso de internet para fins de pesquisa, bem como a sua utilização para momentos de lazer como assistir filme, jogos e relacionar-se com outras

			<p>multivariada, a dependência do <i>smartphone</i> apresentou associação com a queixa de dor cervical (OR=2,206; p=0,020), menor idade (OR=0,583; p=0,001), menos horas de sono (OR=0,715; p=0,020), mais tempo de uso no final de semana (OR=1,115; p=0,015) e suspeita de TMC (OR=1,272; p=0,000).</p>	<p>pessoas. Desse modo, a população estudada pode desenvolver este distúrbio comportamental em virtude destas particularidades.</p>
Damasceno <i>et al.</i> (2022)	<p>Analisar a variação temporal da ocorrência do excesso de peso e da obesidade abdominal em adolescentes de escolas públicas de uma capital do nordeste brasileiro.</p>	<p>Trata-se de um estudo de painel, utilizando dados transversais. A presente investigação foi realizada com adolescentes de ambos os sexos, com idade entre 10 e 18 anos, da cidade de Salvador-BA, a partir de dados provenientes de três estudos conduzidos nos anos de 2001, 2009 e 2017, abarcando um período de 16 anos.</p>	<p>A maioria dos participantes era do sexo feminino em 2009 (57%) aumentando em 2017 (65,1%) quando comparado com o percentual em 2001 (49,5%). Com relação à idade, observou-se que em 2001 (59,4%) e 2009 (57,9%) os integrantes tinham majoritariamente idade entre 14 e 18 anos, e em 2017, a maioria da população do estudo tinha entre 10 e 14 anos de idade. A análise da variação temporal do excesso de peso e da obesidade abdominal em adolescentes, mostrou que a prevalência do excesso de peso cresceu 103%, e os indicadores da obesidade abdominal, CC e relação cintura-estatura, cresceram 153% e 142% respectivamente, no período de 16 anos.</p>	<p>Os resultados mostraram alta prevalência de obesidade corporal e abdominal em adolescentes brasileiros, independente do índice antropométrico utilizado, concordando com os achados de outras investigações.</p>
Santana <i>et al.</i> (2022)	<p>Avaliação da associação da supervisão parental com o comportamento sedentário e a inatividade física em adolescentes brasileiros. Utilizaram dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2015, que avaliou 102.072 escolares do 9º ano.</p>	<p>Estudo transversal que utilizou dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), realizada em 2015. A seleção da amostra da PeNSE foi baseada no cadastro do Censo Escolar de 2013, formado pelas escolas de ensino fundamental (públicas e privadas) que possuíam turmas do 9º ano do ensino fundamental. A amostragem foi em conglomerado com estratificação e seleção em múltiplos estágios.</p>	<p>Foram avaliados dados de 102.072 escolares. A maioria dos adolescentes tinha idade de 14 anos (51,0%), era do sexo feminino (51,3%) e morava com ambos os pais (59,3%). 34,4% dos adolescentes tinham mães com baixa escolaridade (ensino fundamental incompleto) e 43,1% se declararam de cor parda (43,1%). A maioria dos adolescentes eram sedentários (56,3%) e inativos (78,1%).</p>	<p>Alta prevalência de sedentarismo (56,3%) e inatividade física (78,1%) entre escolares brasileiros, comportamentos esses que se associam à supervisão parental. Adolescentes cujos responsáveis sempre verificavam as atividades escolares tiveram menor chance de serem sedentários e inativos comparados aos responsáveis que nunca verificava as atividades escolares dos adolescentes.</p>

<p>Costa <i>et al.</i> (2021)</p>	<p>Comparar a prática de atividade física habitual e sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes adolescentes de escolas públicas de tempo integral e parcial.</p>	<p>Estudo transversal, analítico, com amostragem estratificada proporcional por conglomerados, realizado em Goiânia, GO, em 2018. A amostra incluiu 516 estudantes adolescentes, sendo 277 de escola de tempo parcial e 239 de escola de tempo integral. Para avaliar o nível de atividade física, foi aplicado o <i>International Physical Activity Questionnaire</i>. O rastreo de sintomas de depressão, ansiedade e estresse foi avaliado pela Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse para Adolescentes.</p>	<p>A média de idade foi de $15,95 \pm 1,15$ anos. A prevalência de adolescentes estudantes do tempo parcial que relataram ser independentes e responsáveis parcialmente pelas despesas foi de 13,4% ($p < 0,005$). A prevalência geral de sedentarismo foi de 93,5%. A frequência de alunos de tempo integral que afirmaram que a vida não tinha sentido foi de 13% ($p < 0,05$). Os alunos das escolas de tempo integral apresentaram menor frequência de atividade física moderada a vigorosa quando comparados aos de tempo parcial ($4,10 \pm 3,60$ versus $4,80 \pm 3,70$ dias por semana) ($p < 0,05$).</p>	<p>Os estudantes adolescentes do sistema público de ensino demonstraram alto índice de inatividade física, com maior proporção de inativos nas escolas de período integral. Além disso, esses estudantes vivenciam aspectos negativos de ansiedade, estresse e depressão.</p>
-----------------------------------	---	---	--	---

4 DISCUSSÃO

Considerando os sete estudos incluídos nesta análise, a amostra total contemplou mais de 105.281 adolescentes, sendo todos estudos transversais. Apesar dos temas centrais serem diferentes, todos apresentam relação uns com os outros, com o objetivo de mostrar a prevalência de sobrepeso, obesidade ou a inatividade física na adolescência. A prevalência de sedentarismo é de (56,3%) e inatividade física (78,1%)

Todos os estudos analisados são produtos de pesquisas diretas do tipo transversal, logo, percebe-se que são necessárias pesquisas de caráter longitudinal com adolescentes, para informações mais fidedignas.

Na pesquisa de Santos, Almeida e Ferreira (2021), estudaram uma faixa etária de 10 a 14 anos, enfatizando a relação entre duração insuficiente do sono, sobrepeso/obesidade e o consumo de alimentos ultra processados. Observaram que em média a duração de sono dos adolescentes foi de 9,6 horas, com curta duração (<9h). Em decorrência do consumo de alimentos ultra processados, apresentavam sobrepeso ou obesidade.

Já no estudo de Santana *et al.* (2021), foram verificadas as mudanças na prevalência do excesso de peso em adolescentes e sua associação com variáveis sociodemográficas e insegurança alimentar em um período de 5 anos. Quanto à insegurança alimentar, não se verificou mudança significativa, todavia enquanto em 2005, aproximadamente 60% dos adolescentes moravam em lares com insegurança alimentar, em 2010 essa prevalência passou para cerca de 50%. Ou seja, teve um aumento entre 2005 e 2010.

Andretta *et al.* (2021), em sua pesquisa em escolas da rede municipal de ensino de Caxias do Sul-RS, sobre o consumo de alimentos ultra processados relacionando com os fatores sociodemográficos, comportamentais e nutricionais, observaram que comprar ou levar o lanche para a escola aumentou em 9,0% a prevalência de consumo de alimentos ultra processados, enquanto ter recebido algum aconselhamento nutricional durante a vida reduziu em 15,0% essa prevalência.

Na pesquisa de Nunes *et al.* (2021), sobre a dependência do *smartphone* e os fatores relacionados em adolescentes de uma região do nordeste brasileiro, verificaram que o *smartphone* apresentou associação com a queixa de dor cervical, menos horas de sono e mais tempo de uso no final de semana.

Damasceno *et al.* (2022), relatam que a variação temporal do excesso de peso e da obesidade abdominal em adolescentes, mostrou que a prevalência do excesso de peso cresceu 103%, e os indicadores da obesidade abdominal, CC e RCEst, cresceram 153% e 142% respectivamente, no período de 16 anos. Os resultados mostraram alta prevalência de obesidade corporal e abdominal em adolescentes brasileiros.

Na pesquisa de Santana *et al.* (2022), evidenciou-se o comportamento sedentário e a inatividade física em adolescentes brasileiros. Utilizaram dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar. Os resultados mostraram alta prevalência de sedentarismo (56,3%) e inatividade física (78,1%) entre escolares brasileiros, e que esses comportamentos se associam à supervisão parental.

Costa *et al.* (2021) relatam que os estudantes adolescentes do sistema público de ensino demonstraram alto índice de inatividade física, com maior proporção de inativos nas escolas de período integral. Além disso, esses estudantes vivenciam aspectos negativos de ansiedade, estresse e depressão.

Dentre os 7 estudos analisados, 5 mostraram que o público de adolescentes do sexo feminino tem maior prevalência de sobrepeso, obesidade e inatividade física quando comparado ao grupo masculino. No estudo que aborda sobre o uso dos *smartphones* (NUNES *et al.*, 2021), os adolescentes do sexo masculino apresentaram maior percentual sobre o feminino. Além disso, no estudo de Costa *et al.* (2021) os alunos das escolas de tempo integral apresentaram menor frequência de atividade física moderada a vigorosa, quando comparados aos de tempo parcial, o que se torna um fato bastante curioso, uma vez que os alunos em tempo integral ficam mais tempo na escola do que dos de tempo parcial, logo, teriam mais tempo para praticar atividade física.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando as pesquisas analisadas neste estudo acerca do sobrepeso, obesidade e a inatividade física, observou-se cenário preocupante, uma vez que os resultados mostraram que a prevalência do excesso de peso cresceu (103%), e que foi registrada prevalência de sedentarismo de 56,3% e inatividade física de 78,1% na população adolescente.

Esses dados evidenciam que os adolescentes apresentam hábitos e estilo de vida que podem comprometer sua saúde. A dependência dos adolescentes de aparelhos eletrônicos, o comportamento sedentário e a inatividade física são fatores que podem levar este público a futuras comorbidades.

Os estudos mostraram que os fatores de risco da obesidade na adolescência são um problema de saúde pública, que afetam não apenas o crescimento e o desenvolvimento físico, interfere também em questões sociais e emocionais.

Em relação a dependência do *smartphone*, foram encontrados múltiplos fatores, como idade, tempo de uso e comprometimento das condições de saúde física, evidenciados pela queixa de dor cervical, além de prejuízos com a redução de horas de sono.

Através dos estudos analisados constatou-se que o sobrepeso, a obesidade e inatividade física apresentaram aumento nos últimos anos. Medidas preventivas e de promoção precisam ser implementadas para aumentar a prática regular de atividades físicas e reduzir o comportamento sedentário.

REFERÊNCIAS

ANDRETTA, Vitória *et al.* Consumo de alimentos ultraprocessados e fatores associados em uma amostra de base escolar pública no Sul do Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, v.26, n.4, Abr., 2021.

BREVIDELLI, Meimei *et al.* Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e obesidade entre adolescentes de uma escola pública. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v.28, n.3, p. 379-386, julho-septiembre, 2015.

COSTA, Marcos Paulo da Silva *et al.* Inatividade física e sintomas de depressão, ansiedade e estresse em adolescentes estudantes. **Acta Paul Enferm**, v. 34, 2021.

DAMASCENA, Nadjane Ferreira *et al.* Variação temporal da ocorrência do excesso de peso e da obesidade abdominal em adolescentes da cidade de Salvador, Bahia, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.27, n.8, p. 3203-3213, 2022.

FERREIRA, Carolina Souza; ANDRADE, Fabíola Bof. Desigualdades socioeconômicas associadas ao excesso de peso e sedentarismo em adolescentes brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.26, n.3, p. 1095-1104, 2021.

MACARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. 6. ed. Rio de Janeiro: 2008.

MENEGUCI, Joilson *et al.* Comportamento sedentário: conceito, implicações fisiológicas e os procedimentos de avaliação. **Motricidade**, v.11, n.1, p.160-174, 2015.

NEVES, Simone Carvalho *et al.* Os fatores de risco envolvidos na obesidade no adolescente: uma revisão integrativa. **Ciênc. saúde coletiva**. v.26 (suppl 3), Nov. 2021.

NUNES, Paula Pessoa de Brito *et al.* Fatores relacionados à dependência do smartphone em adolescentes de uma região do Nordeste brasileiro. **Ciênc. Saúde Colet**, v. 26, n.07, Jul. 2021.

PIZZICHIN, Marcia Margaret Menezes; PATINO, Cecilia Maria; FERREIRA, Juliana Carvalho. Medidas de frequência: calculando prevalência e incidência na era do COVID-19. **J Bras Pneumol**. v. 3, n. 46, 2020.

SANTANA, Clara Pereira *et al.* Associação entre supervisão parental e comportamento sedentário e de inatividade física em adolescentes brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26 n.2, p. 569-580, 2021.

SANTANA, Danilo Dias *et al.* Mudanças na prevalência de excesso de peso em adolescentes residentes em área de alta vulnerabilidade a insegurança alimentar. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 26, n.12, Dez. 2021.

SANTOS, Elaine Valdna Oliveira; ALMEIDA, Aléssio Tony Cavalcanti; FERREIRA, Flávia Emília. Duração do sono, excesso de peso e consumo de alimentos ultraprocessados em adolescentes. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 26, n.12, Dez, 2021.

SOUSA, Angélica Silva; OLIVEIRA, Guilherme Saramago; ALVES, Laís Hilário. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. **Cadernos da Fucamp**, v.20, n.43, p.64-83, 2021.

TENÓRIO, Maria Cecília Marinho *et al.* Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. **Rev Bras Epidemiol**. V.13, n.1, p. 105-117, 2010.

WILMORE, J. H.; COSTILL, D. L.; KENNEY, W. L. **Fisiologia do esporte e do exercício**. 4. ed. São Paulo: 2010.



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES E
HUMANIDADES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ATA DE APRESENTAÇÃO PÚBLICA DE TCC

Aos 14 dias do mês de dezembro de 2022, em sessão pública na sala 307 do bloco "S" do Campus 2 na PUC Goiás, na presença da Banca Examinadora composta pelos professores:

Orientador(a): **ADEMIR SCHIMDT**

Parecerista: **ANDERSON MIGUEL DA CRUZ**

Convidado(a): **RAFAEL FELIPE DE MORAES**

o(a) aluno(a): **DEBORAH LOUSADA SILVA**

apresentou o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

**ESTUDO DO SOBREPESO, OBESIDADE E INATIVIDADE FÍSICA EM
ADOLESCENTES**

como requisito curricular indispensável para a integralização do Curso de **BACHARELADO** em Educação Física.

Após apresentação, a Banca Examinadora deliberou e decidiu pela **APROVAÇÃO** do referido trabalho.

Lavraram a presente ata:

Orientador(a): _____

Parecerista: _____

Convidado(a): _____



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO

Av. Universitária, 1069 • Setor Universitário
Caixa Postal 86 • CEP 74905-010
Goiânia • Goiás • Brasil
Fone: (62) 3946.1021 | Fax: (62) 3946.1397
www.pucgoias.edu.br | prograd@pucgoias.edu.br

ANEXO 1

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DE PRODUÇÃO ACADÊMICA

Eu, DEBORAH LOUSADA SILVA estudante do Curso de Educação Física, matrícula 2022012800344 telefone: (62) 995271455 e-mail Deborah.LousadaSilva@gmail.com na qualidade de titular dos direitos autorais, em consonância com a Lei nº 9.610/98 (Lei dos Direitos do autor), autorizo a Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás) a disponibilizar o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado ESTUDO DO SOBREPESO, OBESIDADE E INATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES, gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, por 5 (cinco) anos, conforme permissões do documento, em meio eletrônico, na rede mundial de computadores, no formato especificado (Texto (PDF); Imagem (GIF ou JPEG); Som (WAVE, MPEG, AIFF, SND)•, Vídeo (MPEG, MWV, AVI, QT)•, outros, específicos da área; para fins de leitura e/ou impressão pela internet, a título de divulgação da produção científica gerada nos cursos de graduação da PUC Goiás.

Goiânia, 13 de dezembro de 2022.

Nome completo do autor: DEBORAH LOUSADA SILVA

Assinatura do(s) autor(es): Deborah Lousada Silva

Nome completo do professor-orientador: ADEMIR SCHIMDT

Assinatura do professor-orientador: [Assinatura]

Goiânia, 13 de dezembro de 2021.