



**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano – Campus
Urutaí**
Programa de Pós-Graduação em Ensino para a Educação Básica

GUIA PRÁTICO PARA AVALIAÇÃO E PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA

KEVIN CESAR NEVES DE OLIVEIRA

Orientador(a): Prof. Dr. Patrícia Espindola Mota Venâncio

Urutaí, 6 de fevereiro de 2024

KEVIN CESAR NEVES DE OLIVEIRA

**GUIA PRÁTICO PARA AVALIAÇÃO E PROMOÇÃO
DA ATIVIDADE FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA**

Orientador(a)

Prof. Dr^a. Patrícia Espindola Mota Venâncio

Dissertação apresentada ao Instituto Federal Goiano –
Campus Urutaí, como parte das exigências do Programa
de Pós-Graduação em Ensino para a Educação Básica para
obtenção do título de Mestre.

Urutaí (GO)
2024

Os direitos de tradução e reprodução reservados.

Nenhuma parte desta publicação poderá ser gravada, armazenada em sistemas eletrônicos, fotocopiada ou reproduzida por meios mecânicos ou eletrônicos ou utilizada sem a observância das normas de direito autoral.

Sistema desenvolvido pelo ICMC/USP
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema Integrado de Bibliotecas - Instituto Federal Goiano

OK43g Oliveira, Kevin
Guia prático para Avaliação da Atividade Física na
Educação Básica / Kevin Oliveira; orientadora
PATRÍCIA VENÂNCIO . -- Urutai, 2024.
61 p.

Dissertação (Mestrado em MESTRADO PROFISSIONAL EM
ENSINO PARA EDUCAÇÃO BÁSICA) -- Instituto Federal
Goiano, Campus Urutai, 2024.

1. ATIVIDADE FÍSICA. 2. AVALIAÇÃO. 3. VALORES DE
REFERÊNCIA. I. VENÂNCIO, PATRÍCIA, orient. II.
Título.

**TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR PRODUÇÕES
TÉCNICOCIENTÍFICAS NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DO IF GOIANO**

Com base no disposto na Lei Federal nº 9.610/98, AUTORIZO o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano, a disponibilizar gratuitamente o documento no Repositório Institucional do IF Goiano (RIIF Goiano), sem ressarcimento de direitos autorais, conforme permissão assinada abaixo, em formato digital para fins de leitura, download e impressão, a título de divulgação da produção técnico-científica no IF Goiano.

Identificação da Produção Técnico-Científica

- Tese Artigo Científico
 Dissertação Capítulo de Livro
 Monografia – Especialização Livro
 TCC - Graduação Trabalho Apresentado em Evento
 Produto Técnico e Educacional - Tipo: _____

Nome Completo do Autor: Kevin Cesar Neves De Oliveira

Matrícula: 2022101332140018

Título do Trabalho: GUIA PRÁTICO PARA AVALIAÇÃO E PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA

Restrições de Acesso ao Documento

Documento confidencial: Não Sim, justifique: _____

Informe a data que poderá ser disponibilizado no RIIIF Goiano: 05/03/2024

O documento está sujeito a registro de patente? Sim Não O
documento pode vir a ser publicado como livro? Sim Não

DECLARAÇÃO DE DISTRIBUIÇÃO NÃO-EXCLUSIVA

O/A referido/a autor/a declara que:

- o documento é seu trabalho original, detém os direitos autorais da produção técnico-científica e não infringe os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade;
- obteve autorização de quaisquer materiais incluídos no documento do qual não detém os direitos de autor/a, para conceder ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano os direitos requeridos e que este material cujos direitos autorais são de terceiros, estão claramente identificados e reconhecidos no texto ou conteúdo do documento entregue;
- cumpriu quaisquer obrigações exigidas por contrato ou acordo, caso o documento entregue seja baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano.

Documento assinado digitalmente
 KEVIN CESAR NEVES DE OLIVEIRA
Data: 05/03/2024 17:16:00-03:00
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Local

Urutaí, 05/03/2024.

Data

Assinatura

do Autor e/ou Detentor dos Direitos Autorais

Ciente e de acordo:

Documento assinado digitalmente
 PATRICIA ESPINDOLA MOTA VENANCIO
Data: 06/03/2024 07:26:55-03:00
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Assinatura do(a) orientador(a)



Ata nº 13/2024 - CREPG-UR/DPGPI-UR/CMPURT/IFGOIANO

PRÓ-REITORIA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E INOVAÇÃO
ATA DE DEFESA PÚBLICA DE DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Aos seis dias do mês de fevereiro do ano de dois mil e vinte e quatro, às quatorze horas, reuniram-se os componentes da banca examinadora, em sessão solene realizada *online*, para procederem à avaliação da apresentação e defesa de dissertação em nível de mestrado, de autoria de **Kevin Cesar Neves de Oliveira**, discente do **Programa de Pós-Graduação em Ensino para a Educação Básica do Instituto Federal Goiano – Campus Urutaí**, com o trabalho intitulado "**GUIA PRÁTICO PARA AVALIAÇÃO E PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA**". A sessão foi aberta pela presidente da banca examinadora, **Profª. Drª. Patrícia Espíndola Mota Venâncio**, que fez a apresentação formal dos membros da banca. A palavra, a seguir, foi concedida ao autor da dissertação para, em até 40 minutos, proceder à apresentação de seu trabalho. Terminada a apresentação, cada membro da banca arguiu o defendente, tendo-se adotado o sistema de diálogo sequencial. Terminada a fase de arguição, procedeu-se à avaliação da defesa. Tendo-se em vista as normas que regulamentam o Programa de Pós-Graduação em Ensino para a Educação Básica, a dissertação foi **APROVADA**, considerando-se integralmente cumprido este requisito para fins de obtenção do título de **MESTRE EM ENSINO PARA A EDUCAÇÃO BÁSICA**, na área de concentração em **Ensino para a Educação Básica**, pelo Instituto Federal Goiano – Campus Urutaí. A conclusão do curso dar-se-á após o depósito da versão definitiva da dissertação, mediante incorporação dos apontamentos realizados pelos membros da Banca, ao texto desta versão, no Repositório Institucional do IF Goiano, na plataforma Educapes e cumprimento dos demais requisitos dispostos no Regulamento do PPGEnEB/IFGoiano. Assim sendo, a defesa perderá a validade se não cumprida essa condição, em até **60 (sessenta) dias** da sua ocorrência. A banca examinadora recomendou a publicação dos artigos científicos oriundos dessa dissertação em periódicos qualificados e o depósito do produto educacional em repositório de domínio público, tanto institucional quanto no Repositório Educapes. Cumpridas as formalidades da pauta, a presidência da mesa encerrou esta sessão de defesa de dissertação de mestrado e, para constar, foi lavrada a presente Ata, que, após lida e achada conforme, assinada eletronicamente pelos membros titulares da banca examinadora.

Membros da Banca Examinadora:

Nome	Instituição	Situação no Programa
Profª. Drª. Patrícia Espíndola Mota Venâncio	IF Goiano – Campus Ceres	Presidente
Profª. Drª. Grassyara Pinho Tolentino	IF Goiano – Campus Urutaí	Membra interna
Profª. Drª. Cristina Gomes Oliveira Teixeira	IF Goiás Campus Anapolis	Membra externa

Documento assinado eletronicamente por:

- Cristina Gomes de Oliveira Teixeira, 566.178.281-00 - Usuário Externo, em 20/02/2024 14:22:14.
- Patrícia Espíndola Mota Venâncio, Patrícia Espíndola Mota Venâncio - Professor Colaborador - Instituto Federal Goiano - Campus Urutaí (10651417000259), em 06/02/2024 12:47:38.
- Grassyara Pinho Tolentino, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 09/02/2024 15:14:55.

Este documento foi emitido pelo SUAP em 06/02/2024. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse <https://suap.ifgoiano.edu.br/autenticar-documento/> e forneça os dados abaixo:

Código Verificador: 569226
Código de Autenticação: d76bf54a14





SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA GOIANO



INSTITUTO FEDERAL DE
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E
TECNOLOGIA GOIANO –
CAMPUS URUTAÍ

**Programa de Pós-
Graduação em Ensino
para a Educação Básica**

**FICHA DE AVALIAÇÃO DE PRODUTO/PROCESSO
EDUCACIONAL PELA BANCA DE DEFESA**

Instituto Federal Goiano – Campus Urutaí – PPGEnEB

Discente: Kevin Cesar Neves de Oliveira

**Título da Dissertação: GUIA PRÁTICO PARA AVALIAÇÃO E
PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA
EDUCAÇÃO BÁSICA**

Título do Produto:

**Orientador: Prof^ª. Dr^ª. Patrícia Espíndola Mota
Venâncio**

**FICHA DE VALIDAÇÃO DE PRODUTO/PROCESSO
EDUCACIONAL (PE)**

Complexidade - compreende-se como uma propriedade do PE relacionada às etapas de elaboração, desenvolvimento e/ou validação do Produto Educacional.	(X) O PE é concebido a partir da observação e/ou da prática do profissional e está atrelado à questão de pesquisa da dissertação ou tese. (X) A metodologia apresenta-se clara e objetivamente a forma de aplicação e análise do PE. () Há uma reflexão sobre o PE com base nos referenciais teóricos e teórico-metodológicos empregados na respectiva dissertação ou tese.
--	--

***Mais de um item pode ser marcado.**

	() Há apontamentos sobre os limites de utilização do PE.
Impacto – considera-se a forma como o PE foi utilizado e/ou aplicado nos sistemas educacionais, culturais, de saúde ou CT&I. É importante destacar se a demanda foi espontânea ou contratada.	() Protótipo/Piloto não utilizado no sistema relacionado à prática profissional do discente. (X) Protótipo/Piloto com aplicação no sistema Educacional relacionado à prática profissional do discente.
Aplicabilidade – relaciona-se ao potencial de facilidade de acesso e compartilhamento que o PE possui, para que seja acessado e utilizado de forma integral e/ou parcial em diferentes sistemas.	() PE tem características de aplicabilidade a partir de protótipo/piloto, mas não foi aplicado durante a pesquisa. (X) PE tem características de aplicabilidade a partir de protótipo/piloto e foi aplicado durante a pesquisa, exigível para o mestrado. () PE foi aplicado em diferentes ambientes/momentos e tem potencial de replicabilidade face à possibilidade de acesso e descrição.
Acesso – relaciona-se à forma de acesso do PE.	() PE sem acesso. () PE com acesso via rede fechada. (X) PE com acesso público e gratuito.
	(X) PE com acesso público e gratuito pela página do Programa. (X) PE com acesso por Repositório institucional - nacional ou internacional - com acesso público e gratuito.
Aderência – compreende-se como a origem do PE apresenta origens nas atividades oriundas das linhas e projetos de pesquisas do PPG em avaliação.	() Sem clara aderência às linhas de pesquisa ou projetos de pesquisa do PPG <i>stricto sensu</i> ao qual está filiado. (X) Com clara aderência às linhas de pesquisa ou projetos de pesquisa do PPG <i>stricto sensu</i> ao qual está filiado.
Inovação – considera-se que o PE é/foi criado a partir de algo novo ou da reflexão e modificação de algo já existente revisitado de forma	() PE de alto teor inovador (desenvolvimento com base em conhecimento inédito). (X) PE com médio teor inovador (combinação e/ou compilação de conhecimentos pré-estabelecidos).

inovadora e original.	() PE com baixo teor inovador (adaptação de conhecimento(s) existente(s)).

Breve relato sobre a abrangência e/ou a replicabilidade do PE:

Este produto educacional é inovador e foi desenvolvido visando sua aplicabilidade tanto dentro quanto fora do ambiente escolar, oferecendo uma abordagem lúdica e acessível. Apresentado como um guia de avaliação do nível de atividade física, seu propósito é orientar profissionais ao fornecer valores de referências para monitorar e aprimorar o desempenho dos alunos quanto a prática de atividade física. O conteúdo deste guia é abrangente, fornecendo informações sobre atividade física, seus benefícios, a importância da avaliação e um modelo de planilha para acompanhamento dos alunos. Além disso, apresenta o instrumento de avaliação, orientação de aplicação.

Prof^a. Dr^a. Patrícia Espíndola Mota Venâncio - Presidente da banca

Prof^a. Dr^a. Grassyara Pinho Tolentin - Membro Interna

Prof^a. Dr^a. Cristina Gomes O. Teixeira- Membro externa

Urutaí-GO, 06 de fevereiro de 2024.

Documento assinado eletronicamente por:

- Cristina Gomes de Oliveira Teixeira, 566.178.281-00 - Usuário Externo, em 22/02/2024 13:32:06.
- Grassyara Pinho Tolentino, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 19/02/2024 13:03:17.
- Patrícia Espíndola Mota Venâncio, Patrícia Espíndola Mota Venâncio - Professor Colaborador - Instituto Federal Goiano - Campus Urutaí (10651417000259), em 15/02/2024 16:28:38.

Este documento foi emitido pelo SUAP em 15/02/2024. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse <https://suap.ifgoiano.edu.br/autenticar-documento/> e forneça os dados abaixo:

Código Verificador: 571982
Código de Autenticação: c03500851a





SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA GOIANO

FOLHA DE APROVAÇÃO DA DISSERTAÇÃO

Título da dissertação: GUIA PRÁTICO PARA AVALIAÇÃO E PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Patrícia Espíndola
Mota Venâncio

Autor: Kevin Cesar Neves de Oliveira

Dissertação de Mestrado **APROVADA** em 06 de fevereiro de 2024, como parte das exigências para obtenção do Título **MESTRE EM ENSINO PARA EDUCAÇÃO BÁSICA**, pela Banca Examinadora especificada a seguir:

Prof^a. Dr^a. Patrícia Espíndola M. Venâncio - IF Goiano Campus Ceres

Prof^a. Dr^a. Grassyara Pinho Tolentino - IF Goiano Campus Ipameri

Prof^a. Dr^a. Cristina Gomes O.Teixeira - IF Goiás Campus Anápolis

Documento assinado eletronicamente por:

- Cristina Gomes de Oliveira Teixeira, 566.178.281-00 - Usuário Externo, em 22/02/2024 13:30:35.
- Patrícia Espíndola Mota Venâncio, Patrícia Espíndola Mota Venâncio - Professor Colaborador - Instituto Federal Goiano - Campus Urutai (10651417000259), em 06/02/2024 12:48:59.
- Grassyara Pinho Tolentino, PROFESSOR ENS BASICO TECN TECNOLOGICO, em 09/02/2024 15:14:27.

Este documento foi emitido pelo SUAP em 06/02/2024. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse <https://suap.ifgoiano.edu.br/autenticar-documento/> e forneça os dados abaixo:

Código Verificador: 569239
Código de Autenticação: a5d078b09e



INSTITUTO FEDERAL GOIANO
Campus Urutai
Rodovia Geraldo Silva Nascimento, Km 2.5, SN, Zona Rural, URUTAI / GO, CEP 75790-000
(64) 3465-1900

“Não espere o futuro mudar tua vida, porque o futuro é a consequência do presente, há lugares onde Deus quer te levar que não podem ser ocupados por quem você é hoje, o hoje é um processo necessário para o que se tornará amanhã”

(Raphael Grendene)

AGRADECIMENTOS

À Deus, por sempre guiar meus passos, me dando forças frente as adversidades e fé, que ele sempre tem um propósito maior em minha vida.

À minha família, meu pai Janivan Cesar, minha mãe Silvia Fernandes, meus filhos Yan Cesar e Yasmin Victoria e minha esposa Danielle, por todo apoio durante esta caminhada.

Gratidão ao irmão Lucas de Bessa que a graduação me deu, você sabe de onde viemos e onde queremos chegar. Sua disposição em sempre me ajudar foi fundamental nesse mestrado, da graduação para o mestrado, do mestrado para a vida. Quantas e quantas vezes fomos de moto para If, sol, chuva frio e graças a Deus seguimos nossos sonhos. Ficaré guardada em minhas lembranças.

A minha orientadora Patrícia Espíndola Mota Venâncio por toda dedicação, compreensão, apoio e disposição para me ajudar a concluir mais este objetivo, A professora Grassyara Tolentino que fez parte da minha graduação e mestrado, sempre acreditaram em mim, meu muito obrigado de coração sem vocês isso não seria possível.

À todos que de forma direta ou indireta, me incentivaram a concluir este mestrado. Ao Instituto Federal Goiano, pela oportunidade de ter cursado o Mestrado Profissional em Ensino Para Educação Básica, me dando a chance de transformar minha vida através do estudo.

SUMÁRIO

RESUMO.....	13
ABSTRACT.....	14
1.INTRODUÇÃO.....	15
2. OBJETIVOS	
2.1 OBJETIVO GERAL.....	16
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	16
3. REFERENCIAL TEÓRICO	
3.1 ARTIGO 1: Atividade Física e Hábitos Nutricionais em Crianças no Brasil: Uma Revisão integrativa de produtos Educacionais.....	17
4. METODOLOGIA.....	28
5. RESULTADOS	
5.1 ARTIGO 2: Análise comparativa do nível de Atividade Física em crianças: Impacto das facilidades cotidianas e mudanças de comportamento.....	32
5.2 ARTIGO 3: Parámetros de referencia para la evaluación del nível de actividad fisica en alumnos de primaria	39
6. PRODUTO EDUCACIONAL	51
6.1. Avaliação Produto Educacional.....	52
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	53
8. REFERÊNCIAS.....	54
ANEXOS.....	57
APÊNDICE A: Anamnese para Estratificação.....	58
APÊNDICE B: Questionário de Opinião Avaliação do Guia.....	59

GUIA PRÁTICO PARA AVALIAÇÃO E PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo desenvolver um guia prático para avaliação e promoção da atividade física na educação básica. Para metodologia foi utilizado o questionário de atividade física, em seis escolas públicas da cidade de Anápolis-go, com 222 crianças e adolescentes. Como resultados para elaboração da dissertação foi desenvolvido três artigos que pudessem dar seguimento a construção do produto educacional. Primeiro foi feita uma revisão integrativa de produtos educacionais que avaliassem a atividade física, logo após um artigo de campo da aplicação do questionário de identificação da atividade física, um relato de experiência e um guia de valores de referência. Concluindo que este guia servirá de suporte aos professores e demais profissionais, apresentando valores de referência que podem ser facilmente incorporados por instituições de ensino. Ele oferece orientações valiosas para os professores, auxiliando no desenvolvimento e aprimoramento de abordagens pedagógicas no processo de ensino-aprendizagem.

Palavras-chave: Atividade física, Avaliação, Valores de referência.

PRACTICAL GUIDE FOR EVALUATING AND PROMOTING PHYSICAL ACTIVITY IN BASIC EDUCATION

ABSTRACT

The present study aimed to develop a practical guide for evaluating and promoting physical activity in basic education. For methodology, the physical activity questionnaire was used in six public schools in the city of Anápolis-GO, with 222 children and adolescents. As results for the preparation of the dissertation, three articles were developed that could continue the construction of the educational product. First, an integrative review of educational products that assessed physical activity was carried out, followed by a field article on the application of the physical activity identification questionnaire, an experience report and a guide to reference values. Concluding that this guide will serve as support for teachers and other professionals, presenting reference values that can be easily incorporated by educational institutions. It offers valuable guidance for teachers, helping to develop and improve pedagogical approaches in the teaching-learning process.

Keywords: Physical activity, Assessment, Reference values.

1. INTRODUÇÃO

O hábito de se praticar atividade física (AF) com regularidade, atua positivamente no desenvolvimento humano, sendo proveitoso em vários aspectos, estando relacionada à qualidade de vida, aprendizagem, sociabilidade, e manutenção da saúde (Xi et al., 2022), na mesma proporção Piola et al. (2018) acrescenta que a prática regular pode permitir evoluções a curto e longo prazo na saúde muscular, óssea, psicológica, e especialmente cardiovascular.

Sobretudo promover um estilo de vida ativo desde a infância é crucial, considerando a alta suscetibilidade a influências que podem impactar os comportamentos relacionados à saúde nessa fase de desenvolvimento. A atividade física desempenha um papel fundamental para manter e aprimorar as habilidades motoras e físicas, sendo um dos principais indicadores de doenças relacionadas ao sedentarismo. Segundo García (2021) e Dornelles *et al.*, (2019), habilidades fundamentais, como caminhar, saltar e correr, são essenciais para estabelecer parâmetros normais de saúde na infância.

Quando se trata de atividade física, esta tem um importante papel sendo considerada a situação mais propícia para se ter melhorias na qualidade de vida, tornando estas circunstâncias positivas para a saúde pública, contribuindo na economia de forma direta, pois quanto mais indivíduos saudáveis na população, menor será os gastos, quanto mais cedo tiverem diagnóstico de como anda a saúde das crianças no ambiente escolar ou em fase de crescimento será primordial, pois diante destes resultados as escolas possam vir a promoverem programas que possam reverter o quadro de possíveis doenças que estejam associadas a inatividade física (Xavier *et al.*, 2020)

Embora mesmo com todos esforços para promoção da atividade física, a participação da população na prática ainda continua baixa, representando um enorme desafio para a saúde pública (Hallal, 2014). Lima *et al.*, (2014) em seu estudo identificaram que exista mais de uma dezena de instrumentos e tipos de questionários disponíveis que avalia o nível de atividade física, o mais utilizado entre eles e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) entretanto identificou que este questionário pode ser muito complexo para o entendimento das crianças e adolescentes responderem de forma adequada.

Dada circunstância, a utilização de ferramentas de avaliação exerce função crucial como ferramenta que facilita as ações de saúde, oferecendo benefícios necessários para desenvolver políticas que irá identificar vários problemas de saúde e como está a qualidade de vida da população (Pitanga, 2021). E a criação de valores de referência para avaliação da atividade

física é uma necessidade premente, haja visto e pouco o número de instrumentos específicos que avalia o nível de atividade física de forma mais fácil e acessível e que se adapta às diferentes populações.

Desta forma, o presente artigo tem por objetivo desenvolver um guia com valores de referência para atividade física para crianças e adolescentes de 7 a 14 anos.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Desenvolver um guia prático para avaliação e promoção da atividade física na educação básica.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar produtos educacionais que quantifique e avalie a atividade física de crianças;
- Identificar o nível de atividade física de crianças e adolescentes de 7 a 14 anos;
- Criar valores de referência para avaliar o nível de Atividade Física dos alunos do ensino básico.

3. DESENVOLVIMENTO DO ESTUDO

3.1: ARTIGO 1:

ATIVIDADE FÍSICA E HÁBITOS NUTRICIONAIS EM CRIANÇAS NO BRASIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE PRODUTOS EDUCACIONAIS.

Kevin Cesar Neves de Oliveira¹
Patrícia Espindola Mota Venâncio²

Resumo

Objetivo: Identificar produtos educacionais que quantifique e avalie a atividade física e hábitos alimentares de crianças. **Materiais e Métodos:** Para revisar as produções científicas foram utilizados os descritores Atividade Física, Avaliação, Crianças, Produtos educacionais e hábitos alimentares foi utilizado as bases de dados Scielo, Google Scholar, EduCAPES. Foram incluídos apenas artigos originais, entretanto encontrou-se oito produtos educacionais (PE) referente a atividade física e duas ferramentas referente a hábitos alimentares (HA), entre os anos de 1981 a 2022. **Resultados:** foram encontrados oito PE que atendem ao objetivo do artigo para a quantificação e avaliação da atividade física (atividade física AF1, avaliação de atividade física em crianças, Ipaq curto, Physical Activity Check-List Interview Multimedia Activity Recall for Children and Adolescents, Physical Activity Questionnaire-Child, DAFA) e duas ferramentas para hábitos alimentares, já para os hábitos nutricionais foi encontrado dois guias a pirâmide alimentar o qual aborda os tipos de alimentos a ser consumidos diariamente e o recordatório alimentar que absorve informações do consumo e preferência da ingestão de alimentos. **Considerações finais:** Diante dos resultados obtidos na pesquisa encontrou-se oito produtos educacionais de atividade física e duas ferramentas de hábitos nutricionais. Embora exista muitos estudos sobre a temática, ainda há uma carência de produtos educacionais para crianças. E destes poucos nem sempre esses produtos são feitos em linguagem acessível e simples para crianças e tampouco respondidos por elas mesmas.

Palavras-chave: Atividade física. Avaliação. Crianças. Produtos educacionais. Hábitos alimentares

Abstract

Objective: Identify educational products that quantify and evaluate physical activity and eating habits in children. **Materials and Methods:** To review scientific productions, the descriptors Physical Activity, Assessment, Children, Educational products and eating habits were used, using the Scielo, Google Scholar, EduCAPES databases. Only original articles were included, however, eight educational products (EP) related to physical activity and two tools related to eating habits (HA) were found, between the years 1981 and 2022. **Results:** eight EP were found

¹ Graduado em Educação Física. Ifgoiano-campus-Urutai. E-mail: kevincesar292@gmail.com. ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-4558-5677>. Link do lattes: ID Lattes: 3421950286858850.

² Doutorado Educação Física. Instituto Federal Goiano- campus-Urutai (IFGOIANO). E-mail: venanciopatricia@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5692-0568>. Link do lattes: 5349325725320570

that meet the objective of the article for quantification and assessment of physical activity (physical activity AF1, assessment of physical activity in children, short Ipaq, Physical Activity Check-List Interview Multimedia Activity Recall for Children and Adolescents, Physical Activity Questionnaire-Child, DAFA) and two tools for eating habits, As for nutritional habits HA, two guides were found: the food pyramid covers the types of food to be consumed daily, a dietary record that absorbs information on consumption and food intake preferences. **Final considerations:** Given the results obtained in the research, eight educational physical activity products and two nutritional habits tools were found. Although there are many studies on the subject, there is still a lack of educational products for children. And of these few, these products are not always made in accessible and simple language for children, nor are they answered by children themselves.

Keywords: Physical activity. Assessment. Children. Educational products. Eating habits

Resumen

Objetivo: Identificar productos educativos que cuantifiquen y evalúen la actividad física y los hábitos alimentarios en los niños. **Materiales y Métodos:** Para revisar las producciones científicas se utilizaron los descriptores Actividad Física, Evaluación, Niños, Productos educativos y hábitos alimentarios, utilizando las bases de datos Scielo, Google Scholar, EduCAPES. Solo se incluyeron artículos originales, sin embargo, se encontraron ocho productos educativos (PE) relacionados con la actividad física y dos herramientas relacionadas con los hábitos alimentarios (HA), entre los años 1981 y 2022. **Resultados:** se encontraron ocho PE que cumplen con el objetivo del artículo para la cuantificación. y evaluación de la actividad física (actividad física AF1, evaluación de la actividad física en niños, Ipaq corto, Lista de Verificación de Actividad Física Entrevista Multimedia Recordatorio de Actividad para Niños y Adolescentes, Cuestionario de Actividad Física-Niño, DAFA) y dos herramientas de hábitos alimentarios, As para los hábitos nutricionales se encontraron dos guías: la pirámide alimenticia cubre los tipos de alimentos a consumir diariamente, un registro dietético que absorbe información sobre el consumo y las preferencias de ingesta de alimentos. **Consideraciones finales:** Dados los resultados obtenidos en la investigación, se encontraron ocho productos educativos de actividad física y dos herramientas de hábitos nutricionales. Aunque existen muchos estudios sobre el tema, aún faltan productos educativos para niños. Y de estos pocos, estos productos no siempre están elaborados en un lenguaje accesible y sencillo para los niños, ni son respondidos por los propios niños.

Palabras clave: Actividad física. Evaluación. Niños. Productos educativos. Hábitos alimentarios

Introdução

Praticar atividade física com regularidade para crianças, é de suma importância para o fortalecimento do sistema cardiovascular e o sistema muscular esquelético (GARCIA, 2021), sistemas estes com um papel importante no processo de crescimento, sendo responsáveis na

prevenção ao sobrepeso e a obesidade, auxilia no desempenho escolar, e desenvolvimento psicológico (BRASIL, 2017).

Quando se trata do público infantil, a criação de hábitos de vida saudáveis torna-se imprescindível para se formar uma sociedade mais sã, visto que é na fase da infância que a criança assimila uma série de hábitos que levará também para a fase adulta (NOBRE, 2021). A Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2010 explicou que os hábitos de vida, ou seja, o estilo de vida é basicamente tudo o que fazemos por hábito e aprendemos com as pessoas ao nosso redor. Isso inclui várias coisas dentre elas o que comemos, se praticamos exercícios, e nossos valores e atitudes. E Nahas (2003) destaca que essas coisas que aprendemos com os outros podem afetar nossa saúde e qualidade de vida.

Segundo Pereira e Coelho (2019), nos últimos anos, temos falado mais sobre ter uma vida saudável porque isso está diretamente relacionado a uma vida melhor. Entretanto as mudanças que ocorre na sociedade, como, mais pessoas vivendo em cidades, maior números de indústrias e avanços tecnológicos, têm feito as pessoas comerem mais calorias e se exercitarem menos. Isso tem um impacto negativo no modo de vida das pessoas e aumenta as chances de problemas de saúde em todas as idades, como apontado por Marques *et al.* (2017). Hoje em dia, é fácil perceber que o jeito de viver das pessoas está mudando por várias razões. Uma dessas razões é o avanço da tecnologia, que torna mais simples evitar fazer exercícios físicos. Além disso, o aumento no consumo de fast-foods faz com que as pessoas comam menos alimentos saudáveis que poderiam ser parte de suas refeições diárias. Essas mudanças são preocupantes porque afetam a saúde das pessoas (ABREU, 2022, LIMA, 2022).

Neste sentido, a manutenção da atividade física se torna importante na melhoria das funções fisiológicas, e preservação da qualidade de vida, bem como pode reduzir a incidência de doenças mentais, melhorando o bem-estar emocional, dentre outros benefícios como auxílio as habilidades motoras, força muscular, flexibilidade e coordenação, aumentando a resiliência das crianças e adolescentes (CASTRO, 2022). E hábitos alimentares inadequados por sua vez, podem estar contribuindo no aumento de sobrepeso/obesidade e hipertensão arterial sistêmica, especialmente em crianças e adolescentes, é necessário que o ambiente que circunda a criança esteja voltado para a promoção de um estilo de vida saudável (TEIXEIRA, 2013).

O mundo científico aponta que a prática regular de atividade física (AF) tem um impacto positivo em inúmeros domínios na vida de crianças e adolescentes, especialmente na relevância na promoção da saúde Silva e Lacordia (2016) mesmo com todo benefício desta ação, são observados em várias partes do mundo que essas práticas são insuficientes de acordo com as recomendações da Cavil *et al.* (2001) 60 minutos de AF moderadas e vigorosas. No estudo de

Garcia (2021) acrescenta enquanto no que tange a atividade física como promoção a saúde, os pais desempenham um papel importantíssimo em hábitos de vida saudáveis no ambiente domiciliar, como a inserção da prática de atividade física, e hábitos alimentares saudáveis.

Com base nos dizeres acima, fica evidente a importância da atividade física e hábitos alimentares na vida das pessoas, mas, todavia, ainda há um crescente nos números de doenças desencadeadas por falta de exercício físico e hábitos alimentares saudáveis como apresentado no estudo de (MALTA, 2021).

Desse modo, buscar as produções científicas que tratem sobre produtos educacionais do tipo manuais ou guias acerca de atividade física e hábitos alimentares, são úteis no sentido de verificar na literatura, o que já foi construído, o que é frequente e o que ainda não é trabalhado, bem como, produtos educacionais relacionados a avaliação da atividade física e hábitos alimentares, pois é a partir destes que a escola, família e sociedade poderão intervir ou até mesmo propor políticas públicas. Em razão de que produto educacional tem o objetivo constituir uma ferramenta com um grau adequado de precisão que seja capaz de compor uma sequência didática que utiliza a teoria e a prática, desta maneira possa oportunizar ao estudante investigações tanto teóricas e práticas, em diferentes áreas de ensino, frente a isso a criação de novos produtos educacionais seria a melhor alternativa para ajudar a população avaliar e quantificar estas variáveis. Diante disto o estudo traz como objetivo identificar produtos educacionais que quantifique e avalie a atividade física e hábitos alimentares de crianças.

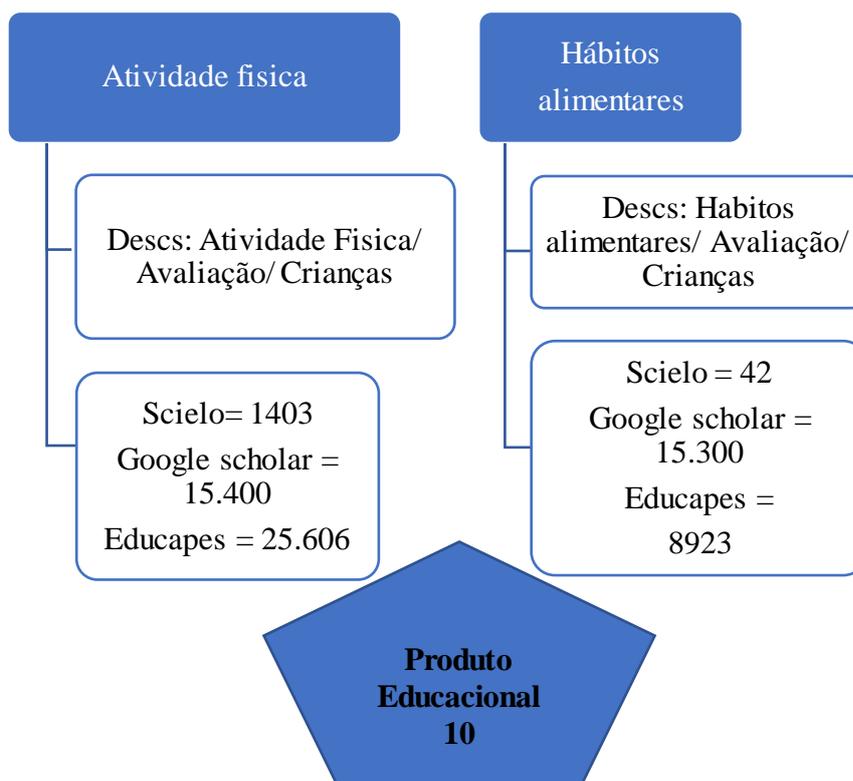
Materiais e métodos

Este estudo foi realizado por meio de uma revisão de literatura integrativa por meio de artigos encontrados nas bases de dados, Google Scholar e Scielo, EduCAPES, entre os anos 1981 e 2022, indexados na língua portuguesa.

Os descritores utilizados para a pesquisa foram de acordo com as listas DeCS e MeSH: palavras-chave como: atividade física; avaliação; hábitos nutricionais; produtos educacionais.

No fluxograma abaixo está disposto o caminho percorrido para realização deste estudo. Foi visto que tem muitos estudos com a temática, mas poucos produtos que avaliam e quantificam a atividade física e hábitos nutricionais de crianças.

Figura 1: Fluxograma do desenvolvimento da pesquisa



Fonte: autores (2023)

Resultados

Diante do levantamento feito nas bases de dados foi possível encontrar grandes números de artigos referentes a temática, mas produtos educacionais (PE) que atendiam ao objetivo em avaliar e quantificar a atividade física em crianças encontrou-se 10, sendo 08 produtos educacionais, e a maioria não são brasileiros, 02 produtos educacionais que avaliam os hábitos nutricionais, foram encontrado, duas ferramentas que traziam quantidade de alimentos a serem consumidos diariamente e preferências alimentares,

Quadro 01: Produtos educacionais encontrados:

Produto Educacional	Descrição do produto educacional
Questionário de atividade física AF1	Este produto traça algumas formas de colher maiores informações de auto recordações de pratica de atividade física realizada até sete dias atrás, como e realizado, qual intensidade no momento da prática, leve, moderada ou vigorosa, com que frequência os indivíduos praticam atividade física, estas realizadas em vários ambientes, casa, escola, como se locomoviam para

	<p>outros lugares em momentos de lazer, e em atividade onde se tem um maior gasto energético como por exemplo a realização do esporte, sendo considerado apenas atividades que realizaste por pelo menos 10 minutos seguidos (LOPES <i>et al.</i>, 2017).</p>
<p>Questionário de avaliação da atividade física em crianças</p>	<p>O uso do questionário é válido pela facilidade e rapidez de aplicação, podendo ser aplicado aos pais ou cuidadores, contendo pequeno número de questões, incluindo vários domínios da atividade física e questões sobre o comportamento das crianças, Tendo em vista as dificuldades de obtenção de um método mais adequado para esse fim, a utilização do questionário continua sendo o mais factível (FERNANDES <i>et al.</i>, 2012).</p>
<p>Questionário de Atividade Física Holandês</p>	<p>Este instrumento possui sete questões referente a prática de esportes que são respondidas pelas mães ou cuidadoras com perguntas respondidas face-a-face buscando identificar como está o nível de atividade física dos seus filhos (BIELEMANN <i>et al.</i>, 2011).</p>
<p>Physical Activity Check-List Interview (PACI)</p>	<p>Este produto educacional verifica a atividade física realizada no dia anterior que foi proposto e validado por Sallis <i>et al.</i> (1996), esta ferramenta foi feita para avaliação de crianças americanas durante o dia a dia nas escolas, este produto ainda não foi validado no Brasil, apesar da sua adaptação transcultural para produção da versão em português já ter sido realizada.</p>
<p>Multimedia Activity Recall for Children and Adolescents</p>	<p>O questionário é computadorizado, podendo ser respondido pelos participantes do estudo em suas casas ou por telefone, que Analisa o comportamento sedentário quanto prática de atividade física de crianças australianas (OLDS <i>et al.</i>, 2010).</p>
<p>Physical Activity Questionnaire-Child (PAQ-C)</p>	<p>Questionário este que foi realizado para mensurar o nível de atividade física em crianças americanas, e foi sugerido que tivesse alterações para ser realizado em outras etnias (MOORE <i>et al.</i>, 2007).</p>

IPAQ curto	É um produto educacional, aplicável que foi desenvolvido por um grupo de pesquisadores em Genebra durante uma reunião científica, no ano de 1998. Este produto educacional ele permite estimar por um período de uma semana o gasto energético em atividades físicas desde atividades feitas em posições sentadas desde a intensidade moderada e vigorosa (BENEDETTI <i>et al.</i> , 2007).
DAFA	Instrumento este que avalia e quantifica a atividade física e hábito nutricional em crianças de 7 a 10 anos de idade, este pode ser respondido pelas crianças ou por seus pais, porém, o instrumento apresenta algumas limitações. Uma de suas limitações é o fato de não quantificar direito o nível de atividade física (CHECON <i>et al.</i> , 2011).

Quadro 2: Produto educacionais/ ferramentas de hábitos alimentares

Produto Educacional	Descrição do produto educacional
Pirâmide alimentar	A pirâmide alimentar é um guia, aplicável, com representação gráfica que indica quais os tipos, quantidades, de alimentos a serem consumidos, diariamente, ferramenta esta que é bastante utilizada por nutricionistas, e um dos objetivos da pirâmide alimentar é possibilitar o peso corporal que seja adequado para cada indivíduo e fornecer informações para o aumento do consumo de alimentos como frutas, vegetais e leguminosas, e o mesmo proporciona a distribuição destes alimentos de baixo para cima cujo os alimentos a serem consumidos em maiores quantidades está na base e os que devem ser evitados estão no topo da pirâmide (PHILIPPI <i>et al.</i> , 1999).
Recordatório alimentar	Trata-se de um documento que possibilita absorver informações detalhadas a respeito do consumo e preferencias diárias, de alimentos que são consumidos e diante dos resultados obtidos estabelecer uma reeducação alimentar dos pacientes (DEPARTAMENTO 2014).

Discussão

Um produto educacional é constituído por uma sequência didática para a aplicação, que é utilizado como recurso didático onde passara informações, aprendido a terceiros de forma

organizada e de maneira a contemplar os objetivos deste produto conforme a BNCC Brasil (2017) corroborando com os dizeres acima Rizzatti *et al.* (2020) acrescenta que PE devem ser registrados conforme todas exigências, pois o mesmo tem o grande objetivo de agregar na vida das pessoas por ser um objeto compartilhável, e quando utilizado por terceiros deve-se proporcionar confiança, boa avaliação sobre determinado aspecto que se procura. No estudo aqui apresentado concluiu que existe vários estudos com a temática, mas produtos educacionais que avalia e quantifica atividade física e hábitos nutricionais são poucos.

Para Freire *et al.* (2017) o produto educacional deve apresentar de maneira que torna pública a pesquisa que foi realizado durante o mestrado profissional tendo como característica ser um recurso com estratégias educacionais e como objetivo principal favorecer a prática pedagógica e diante disto a elaboração do produto pedagógico, a pesquisa torna o alicerce de um processo formativo contínuo. Da mesma forma BNCC, Brasil (2017) acrescenta que produto educacional tem destino principal para profissionais da Educação Básica objetivando em servir de inspiração, para os docentes, oferecendo aos alunos da Educação Infantil ferramentas necessárias para desenvolvimento pessoal dos indivíduos.

Bessemer e Treffinger (1981) traz que uma ferramenta ou produto educacional é elaborado para responder a problemas de campo de trabalho e o mesmo deve ser originado a partir de uma determinada pergunta e este pode ser um artefato visual ou real contando que no final aquela pergunta seja respondida de forma confiável, fator este que corrobora com o estudo de Alul *et al.* (2019) com o objetivo de encontrar produtos educacionais que mensurassem a atividade física (AF) e identificassem múltiplos problemas de saúde, concluindo que é importante a criação de produtos educacionais que possam mensurar e identificar a AF com o intuito de proporcionar a população uma maneira mais fácil de intervir estes problemas, diante disto na pesquisa aqui apresentada que teve como objetivo revisar produtos educacionais (PE) referentes a atividade física (AF) e hábitos nutricionais (HA), foi visto que tem muitos artigos que abordam a temática, mas existe poucos PE que avaliam e quantifique a AF e HA em crianças, a criação de novos PE torna-se importante pelos inúmeros benefícios que pode proporcionar nestas determinadas variáveis ou problemas.

Considerações Finais

Com base nos resultados foi implementado uma busca de dados, quanto aos instrumentos utilizados nas pesquisas brasileiras, que quantificassem e avaliassem a atividade física, onde foram encontrados oito produtos educacionais, referente a atividade física e duas ferramentas recorrentes a hábitos alimentares, Diante disto a pesquisa concluiu que embora exista estudos sobre a temática, ainda há uma carência de produtos educacionais específicos

para crianças. E destes poucos nem sempre esses produtos são feitos em linguagem acessiva e simples para crianças e tampouco respondidos por elas mesmas.

Diante do exposto sugere-se outros estudos com produtos educacionais que avaliem e quantifiquem a atividade física e hábitos nutricionais de crianças, uma vez que, estas duas variáveis podem contribuir de forma positiva na vida das crianças.

Referências

ALUL, L. U.; CAMPOS, R. G.; FIERRO, A. A.; MORA, L. M.; MANCILLA, E. R.; PALOMO, I.; CORNEJO, J. M.; PORTELA, D. L.; BOLANOS, M. C. **Capacidade aeróbica de adultos e idosos chilenos: proposta de classificação por percentis regionais.** *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*; 2019 25; 390-394.

ABREU, L. B. **Promoção e prevenção para um envelhecimento saudável: contribuição da enfermagem.** 2022.

BENEDETTI, T. R.; ANTUNES, P.; RODRIGUES-AÑEZ, C. R.; MAZO, G. Z.; PETROSKI, E. L. **REPRODUTIBILIDADE E VALIDADE DO QUESTIONÁRIO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA (IPAQ) EM HOMENS IDOSOS.** *REVISTA BRASILEIRA DE MEDICINA DO ESPORTE*; 2007 13; (1) 11-16.
BESEMER, S. P.; TREFFINGER, D. J. Analysis of creative products: review and synthesis. *The Journal of Creative Behavior*, 1981.

BIELEMANN, R. M.; REICHERT, F. F.; PANIZ, V. M.; GIGANTE, D. **Validation of the Netherlands physical activity questionnaire in Brazilian children.** *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.*, London, v. 8, p. 45, 2011.

BRASIL. **Ministério da Educação e do Desporto.** Secretaria de Educação Básica. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC/SEF, 2017.

CAVILL, N.; BIDDLE, S.; SALLIS, J. F. **Health enhancing physical activity for young people: Statement of the United Kingdom Expert Consensus Conference.** *Pediatric exercise science*, v. 13, n. 1, p. 12-25, 2001.

CASTRO, D. N.; AQUINO, R.; AMORIM, L. D. A. F. **Características percebidas da vizinhança e a prática de atividade física entre adolescentes e adultos jovens: um modelo com respostas distais.** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 38, p. e00062622, 2022.

CHECON, K.; FONSECA, V. M.; FARIA, C. P.; CARLETTI, L.; MOLINA, M. **Reprodutibilidade do questionário de avaliação de atividade física para crianças aplicado no Estudo Saúde Vitória.** *Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.*, Recife, v. 11, n. 2, p. 173-180, 2011.

DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. **secretaria de atenção à saúde. ministério da saúde. guia alimentar para a população brasileira.** 2014.

DORNELLES, J.; ROSA, L.; DIAS, C. P.; TIGEMANN, C. L. **Influência do índice de massa corporal e do nível de atividade física no desenvolvimento motor e aptidão física de crianças.** Arq. Cienc. Saúde Unipar, Umuarama; 2019 23; (3) 163-169.

FERNANDES, C. D. R.; BATISTA, M. S.; PEREIRA, T. S. S.; NETO, F. A.; CARLETTI, F.; MOLINA, M. C. B. **Validação do questionário de avaliação da atividade física em crianças com idade entre 9 e 10 anos /** Carolina Dadalto Rocha Fernandes. – 2012.

FREIRE, G. G.; ROCHA, Z. F. D. C.; GUERRINI, D. **Produtos educacionais do Mestrado Profissional em Ensino da UTFPR–Londrina: estudo preliminar das contribuições.** Revista Polyphonia, v. 28, n. 2, 2017.

GARCIA, P. **Estudos da Unifesp apontam o aumento do sedentarismo infantil como uma das consequências do distanciamento social no Brasil.** Comunicação unifesp, São Paulo, 2021.

LIMA, R. P. **Aspectos relacionados ao sobrepeso e obesidade infantil no âmbito escolar: uma revisão literária.** 2022.

LOPES, C.; TORRES, D.; OLIVEIRA, A.; SEVERO, M.; ALARCÃO, V.; GUIOMAR, S. MOTA, J.; TEIXEIRA, P.; RODRIGUES, S.; LOBATO, L.; MAGALHÃES, V.; CORREIA, D.; CARVALHO, C.; PIZARRO, A.; MARQUES, A.; VILELA, S.; OLIVEIRA, L.; NICOLA, P.; SOARES, S.; RAMOS, E. **Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016: Relatório de resultados.** Universidade do Porto, 2017.

MALTA, D. C.; GOMES, C. R.; BARROS, M. B.; LIMA, M. G.; SILVA, A. G.; CARDOSO, L. S.; WERNECK, A. O.; SILVA, D. R.; FERREIRA, A. P.; ROMERO, A. P.; FREITAS, M. I.; MACHADO, I. E.; JÚNIOR, P. R.; DAMASCENA, G. N.; AZEVEDO, L. O.; ALMEIDA, W. S.; SZWARCOWALD, C. L. DEBORAH CARVALHO. **A pandemia de COVID-19 e mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros.** Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 24, 2021.

MARTINS A. **É preciso tratar a obesidade como um problema de saúde pública.** Revista de Administração de Empresas; 2018 58; 337-341.

MOORE, J.; JOHN, C.; HANES, H.; PAULE, B.; BERNARD, G.; ROBERTO, P.; YIN, T. **Validation of physical activity questionnaire for older children in children of different races.** Pediatr. Exerc. Sci., Champaign, v. 19, p. 6-19, 2007.

MARQUES, G. F. S.; PINTO, S. M. O.; REIS, A. C. R. S.; MARTINS, T. D. B.; CONCEIÇÃO, A. PINHEIRO, A. R. V. **A adesão à dieta mediterrânea em crianças do 1º ciclo de escolaridade.** Revista Paulista de Pediatria, v. 39, 2020.
NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 3 ed. Londrina: Midiograf, 2003. 278 p.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Atividade física e saúde na Europa: Evidências para a ação.** Centro de Investigação em Atividade Física, Saúde e Lazer. Porto, 2010.

OLDS, T. S.; RIDLEY, K.; DOLLMAN, J.; MAHER, C. **The validity of a computerized use of time recall, the multimedia activity recall for children and adolescents.** *Pediatr. Exerc. Sci.*, Champaign, v. 22, p. 34-43, 2010.

PELADO, A. M. S.; **Efeitos do exercício vibratório corporal em hipoxia normobárica sobre a composição corporal e fluidos corporais em pessoas idosas avaliadas por absorptometria de raio x de dupla energia e por bioimpedância.** 2017. Dissertação de Mestrado.

PEREIRA, A. A.; COELHO, J. **Estilo de vida e prática de Atividade Física de adolescentes de Major Gercino-Sc.** Uniabeu. 2019.

PHILIPPI, S. T.; LATTERZA, A. R.; CRUZ, A.T. R.; RIBEIRO, L. C. **Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos.** *Revista de nutrição*, 1999; 12: 65-80.

RIZZATTI, L. M.; MENDONÇA, A. P.; MATTOS, F.; RÔÇAS, G.; SILVA, M. A.; CAVALCANTI, R. J.; OLIVEIRA, R. R. **Os produtos e processos educacionais dos programas de pós-graduação profissionais: proposições de um grupo de colaboradores.** *Actio: Docência em Ciências*, v. 5, n. 2, p. 1-17, 2020.

SALLIS, J. F.; STRIKMILLER, P. K.; HARSHA, D. W.; FELDMAN, H. A.; EHLINGER. S. STONE, E. J.; WILLISTON, J.; WOODS, S. **Validation of interviewer- and self-administered physical activity checklists for fifth grade students.** *Med. Sci. Sports Exerc.*, Hagerstown, v. 28, p. 840-851, 1996.

SILVA, L. C.; LACORDIA, R. C. **Atividade física na infância, seus benefícios e as implicações na vida adulta.** *Revista Eletrônica da Faculdade Metodista Granbery*; 2016 21; (1).

SOLDATELI, B; VIGO, A; G.; ELSA R. J.; **Adesão às recomendações dietéticas para pré-escolares: ensaio clínico com mães adolescentes.** *Revista de saude publica*; 2016 50.

TEIXEIRA, P. D.; REIS, B. Z.; VIEIRA, D. A.; COSTA, D.; COSTA, J. O.; RAPOSO, O. F.; WHARTA, E. R.; NETO, R. S. **Intervenção nutricional educativa como ferramenta eficaz para mudança de hábitos alimentares e peso corporal entre praticantes de atividade física.** *Ciência & Saúde Coletiva*; 2013 18; 347-356.

VAZ, D. S. S.; BENNEMANN, ROSE MARI. **Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão.** *Uningá Review*, v. 20, n. 1, 2014.

4. METODOLOGIA

No âmbito deste trabalho, adotou-se uma abordagem quantitativa, que envolve a coleta de dados numéricos, como respostas em escalas de avaliação e medidas de desempenho, para uma análise mais objetiva e quantificável das características do estudo Creswell e Creswell (2021). Quanto aos objetivos, a pesquisa foi de natureza descritiva, que busca principalmente descrever as características de uma determinada população ou fenômeno (Gil, 2017).

Foi utilizado G. Power para calcular o poder amostral na modalidade Post Hoc, levando em consideração o teste 't' Student para comparação entre grupos, tamanho de efeito 0,5 nível de significância de 0,5 e tamanho de amostra 222. Resultando num poder amostral de 99%.

Esta pesquisa foi realizada com crianças de 7 a 14 anos, matriculados no ensino fundamental I e II de escolas públicas da cidade de Anápolis, sendo 110 masculino e 112 feminino de ambos os sexos. E também contou com a participação de 14 professores das escolas envolvidas para a avaliação do produto educacional.

O estudo foi aprovado pelo comitê de ética do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano sob o parecer nº 5.924.646. Realizado em seis escolas municipais selecionadas por conveniência na cidade de Anápolis-Go.

Recrutamento

Após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Instituto Federal Goiano – Campus Urutaí, com o objetivo de garantir a adesão aos princípios éticos no protocolo de pesquisa envolvendo seres humanos, foi inicialmente enviado um convite por e-mail a todas as escolas municipais, explicando o propósito e os procedimentos do estudo. As escolas interessadas em participar responderiam ao e-mail manifestando seu interesse. No entanto, apenas seis escolas responderam positivamente, sendo que a decisão de participar da pesquisa foi influenciada pelo conhecimento prévio e pela relação profissional com o pesquisador. Posteriormente, o pesquisador visitou as seis escolas para apresentar à direção todas as informações relevantes sobre a pesquisa, sua importância, justificativa e esclarecedora como a pesquisa seria conduzida.

Todas as etapas da pesquisa, assim como, o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), foram elaborados e esclarecidos utilizando-se de linguagem clara e acessível aos alunos, professores e aos seus representantes legais.

Após os devidos esclarecimentos, a aplicação do questionário de atividade física aos alunos foi conforme a disponibilidade da escola e professores em sala de aula no último horário para que não atrapalhasse o andamento da disciplina e os alunos que não se disporem a participar da pesquisa foram liberados.

Para avaliação do produto educacional o pesquisador entrou em contato com os professores das escolas envolvidas na pesquisa por meio de whatsapp dos professores. Desses, 14 professores se dispuseram em participar e de forma individual o pesquisador entregou uma impressão do guia prático e uma ficha de avaliação do guia. A ficha de avaliação contém cinco perguntas relacionadas ao conteúdo, linguagem, aplicabilidade e se indicariam o guia a outros profissionais.

Instrumentos:

Questionário de Atividade Física

Como instrumento foi utilizado um questionário de atividade física de Venâncio e Soares em processo de validação, teve sua origem na etapa inaugural de sua construção, conforme delineado no estudo de Venâncio (2006) em sua dissertação de mestrado. Nesse processo, baseou-se no questionário elaborado por Nahas (2003). No entanto, uma análise crítica desse instrumento revelou a necessidade de realizar modificações substanciais, uma vez que só puderam ser rompidas após uma série de estudos subsequentes, nomeadamente os de Venâncio e Teixeira (2009), Ribeiro *et al.*, (2012), Venâncio *et al.*, (2013).

A partir destas investigações, identificou-se a imperatividade de reformulações adicionais. Essas modificações foram testadas em estudos subsequentes, como o de Izidorio *et al.*, (2018), Venâncio Teixeira e Silva (2013), Venâncio *et al.*, (2014), Venâncio *et al.*, (2017).

Adicionalmente, em resposta ao feedback obtido nas pesquisas anteriores, foram feitos ajustes no layout e nas ilustrações das atividades, levando em consideração o contexto contemporâneo, no qual muitas atividades de lazer e domésticas anteriormente construídas nos instrumentos se mostravam menos aplicáveis às vivências diárias das crianças. Essas modificações foram incorporadas e documentadas em um estudo-piloto prolongado por Teixeira *et al.*, (2021) Venâncio *et al.*, (2021), bem como no trabalho de Santana *et al.*, (2021).

Por fim, o questionário passou por uma adaptação cultural e por uma revisão linguística e gramatical realizada por uma professora de língua portuguesa. Além disso, tanto pedagogos quanto profissionais de Educação Física, que estiveram envolvidos desde o início do desenvolvimento da pesquisa até a criação da versão final do instrumento, desenvolveram para

a organização das perguntas e a sequência das atividades. Todas as sugestões feitas desde a primeira versão até a atual foram consideradas e incorporadas.

Cálculo do Instrumento

O questionário permite levantar informações sobre: a) aspectos demográficos (sexo e idade); b) percepção de atividade física, c) distância de casa até a escola; d) transporte utilizado para ir à escola; e) atividades esportivas, f) tarefas domésticas e atividades de lazer do avaliado, por meio de informações retrospectivas de auto-recordação.

Para isso, foram considerados: tipo de atividade física, intensidade do esforço físico (leve, moderado, vigoroso) e a frequência semanal. Para conversão das informações obtidas na atividade física em valores estimados de dispêndio energético, recorreu-se ao compêndio de atividades físicas proposto por Ainsworth *et al.* (2000) que oferece informações sobre o gasto energético, em unidades de MET para quase quinhentas formas de atividades físicas.

Após a obtenção do escore ponderado para cada questão foi obtido o índice de prática habitual de atividade física, mediante a somatória dos escores estimados em todas as atividades físicas, que pode ser resumido utilizando-se os valores de intensidade (METS do Compêndio) e o escore da frequência semanal conforme o quadro2, na equação abaixo:

$$[(\text{transporte} \times \text{distância}) \times 2 \times 5] + \text{natação} + \text{dança} + \text{luta} + \text{futebol} + \text{vôlei} + \text{basquetebol} + \text{ciclismo} + \text{patins} + \text{skate} + \text{tarefas domésticas} + \text{lazer}].$$

Ex: $((4 \times 1) \times 2 \times 5) + 0,0 + 0,0 + 34,0 + 34,0 + 0,0 + 0,0 + 0,0 + 0,0 + 0,0 + 0,0 + 14,0 + 39,0) = 525,75$ escore bruto

Para a classificação do nível de atividade física, estabeleceu-se ponto de cortes em quartis a partir do mínimo e máximo de pontuação, obtido no escore geral na soma das atividades físicas, e foi utilizado a escala de Likert para a classificação, sendo consideradas inativas fisicamente abaixo do percentil 25, insuficientemente ativa entre o percentil 25 e 50, regularmente ativa entre o percentil 50 e 75, ativas e o percentil 95 para muito ativa. E também foi feita a classificação por percentis de 5 a 99, sendo sugerido acima do percentil 75 como risco para a saúde.

Análise de dados

Os resultados foram descritos como média, desvio-padrão, mínimo e máximo. Para verificar a normalidade dos dados foi utilizado o teste de Kolmogorov – Smirnov, e teste “t” independente para one-way para medidas independentes e como post-hoc foi aplicado o teste de Tukey para o nível de atividade física nas diferentes idades da população e diferença entre os sexos. O valor de p considerado foi $< 0,05$. O software utilizado para análise foi o Statistical Package for Social Science (SPSS 23,0).

5. RESULTADOS

5.1: ARTIGO SUBMETIDO À REVISTA EURO AMERICANA DE ANTROPOLOGÍA (ISSN: 2387-1555)

ANÁLISE COMPARATIVA DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS: IMPACTO DAS FACILIDADES COTIDIANAS E MUDANÇAS DE COMPORTAMENTO

Comparative analysis of the level of physical activity in children: impact of daily facilities and behavior changes

Análisis comparativo del nivel de actividad física en niños: impacto de las instalaciones diarias y cambios de comportamiento

RESUMO: Este trabalho apresenta um relato de experiência sobre a aplicação de um produto educacional para identificação dos níveis de atividade física (AF) de alunos do ensino fundamental. **Objetivo:** Identificar o nível de atividade física de crianças e adolescentes de 8 a 11 anos. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, com amostra composta por 222 alunos do ensino fundamental 1 e 2, sendo 110 do sexo masculino e 112 do sexo feminino, de seis escolas municipais da cidade de Anápolis-GO, na faixa etária de 8 a 11 anos. O questionário de Venâncio e Soares (2023) foi utilizado para mensurar o nível de atividade física de crianças e adolescentes. Para análise estatística foram utilizados o teste de Kolmogorov – Smirnov e o teste de Mann Whitney. **Resultados:** Houve semelhança nos percentis em quatro quartis de classificação, apenas inativos fisicamente tiveram percentual menor que as demais classificações, resultados que podem ser observados que quanto maior a idade, o nível de prática de AF diminui, ao utilizar a estatística notou-se que crianças de 10 a 11 anos foram melhor classificadas como saudáveis do que crianças de 8 a 9 anos. **Conclusão:** Diante das informações coletadas e analisadas, evidenciou-se que as crianças de 8 a 9 anos praticam mais atividades físicas em comparação às crianças de 10 a 11 anos.

Palavras chave: Atividade física, Sedentarismo, Crianças, Adolescentes.

ABSTRACT: This work presents an experience report on the application of an educational product to identify the levels of physical activity (PA) of elementary school students. **Objective:** To identify the level of physical activity of children and adolescents aged 8 to 11 years. **Methods:** This is a descriptive study of the experience report type, with a sample composed of 222 elementary school students 1 and 2, 110 male and 112 female, from six municipal schools in the city of Anápolis-go, aged 8 to 11 years old. The questionnaire by Venâncio and Soares (2023) was used to measure the level of physical activity of children and adolescents. To analyze statistics, the Kolmogorov – Smirnov test and the Mann Whitney test were used. **Results:** There was similarity in the percentages in four classification quartiles, only physically inactive had a lower percentage than the other classifications, results that can be seen that the older the age, the level of PA practice decreases, when using the statistics it was noted that

children aged 10 to 11 years were better classified as healthy than children aged 8 to 9 years. Conclusion: Given the information collected and analyzed, it was shown that children aged 8 to 9 practice more physical activities compared to children aged 10 to 11 years.

Keywords: Physical activity, Sedentary lifestyle, Children, Adolescents.

RESUMEN: Este trabajo presenta un relato de experiencia sobre la aplicación de un producto educativo para identificar los niveles de actividad física (AF) de estudiantes de educación primaria. Objetivo: Identificar el nivel de actividad física de niños y adolescentes de 8 a 11 años. Métodos: Se trata de un estudio descriptivo, del tipo relato de experiencia, con una muestra compuesta por 222 estudiantes de educación básica 1 y 2, 110 varones y 112 mujeres, de seis escuelas municipales de la ciudad de Anápolis-go, con edades entre 8 y 11 años. Se utilizó el cuestionario de Venâncio y Soares (2023) para medir el nivel de actividad física de niños y adolescentes. Para analizar la estadística se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov y la prueba de Mann Whitney. Resultados: Hubo similitud en los porcentajes en los cuatro cuartiles de clasificación, solo los inactivos físicamente tuvieron un porcentaje menor que las otras clasificaciones, resultados que se puede observar que a mayor edad el nivel de práctica de AF disminuye, al utilizar la estadística se notó que los niños de 10 a 11 años estaban mejor clasificados como sanos que los niños de 8 a 9 años. Conclusión: Dada la información recopilada y analizada, se demostró que los niños de 8 a 9 años practican más actividades físicas en comparación con los niños de 10 a 11 años.

Palabras clave: Actividad física, Sedentarismo, Niños, Adolescentes.

INTRODUÇÃO

Para que uma criança tenha uma boa saúde, é importante evitar fatores que possam causar doenças crônicas degenerativas e problemas de saúde na infância. Identificar e remover as causas dessas doenças é essencial para tratá-las e preveni-las. Alguns dos fatores responsáveis incluem a falta de atividade física e uma alimentação consumida. A prevenção desses problemas é fundamental para garantir uma boa saúde (Garcia et al., 2021).

Comportamentos relacionados à saúde torna-se de grande importância em programas que avaliam doenças crônico-degenerativas. Entre esses comportamentos, a prática regular de atividade física tem se destacado como um recurso valioso, contribuindo para a redução da incidência de doenças e mortes (Martins, 2018).

Quando se trata de prática de atividade física, diversos estudos recentes têm demonstrado uma relação positiva entre a manutenção de uma prática regular e os benefícios para a saúde de crianças e adolescentes. A prática de atividade física assume um papel prioritário, especialmente na infância, pois nessa fase de desenvolvimento, ela atua de maneira oportuna na contraposição aos impactos negativos decorrentes da inatividade física (Castro, 2022).

Na contemporaneidade, é notável o aumento do tempo que as crianças dedicam a atividades sedentárias, e essa tendência parece estar em crescimento global, com uma predisposição para se manter, impulsionada pelas comodidades da vida cotidiana, como o transporte até a escola, videogames, computadores, celulares e a automação de tarefas domésticas, bem como possíveis inovações futuras (Nobre et al., 2021).

As crianças por muito tempo não adotaram um estilo de vida mais ativo fisicamente, quanto a realização de atividade física, um dos motivos é devido a crescente do impacto da tecnologia no cotidiano das pessoas. Com esta falta de prática de atividade física, essa mudança de hábitos tem contribuído para o aumento de doenças hipocinéticas, que estão associadas à

obesidade e ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares é os hábitos sedentários adquiridos na infância pode ter continuidade na fase de adolescência e adulta (Malta et al., 2021).

Com o intuito de combater a inatividade física na infância, têm sido empreendidos esforços para modificar o comportamento físico de crianças e adolescentes que dedicam uma quantidade significativa de tempo a dispositivos eletrônicos, como televisão, videogames e computadores. Esses hábitos inadequados parecem dominar o cotidiano dessas faixas etárias, promovendo um estilo de vida sedentário (Siegle et al., 2020).

Diante disto o presente estudo traz como objetivo: Identificar o nível de atividade física de crianças e adolescentes de 7 a 14 anos.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo com delineamento transversal, aprovada pelo comitê de ética do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano sob o parecer nº 5.924.646. Quanto aos objetivos, a pesquisa teve caráter descritivo, uma vez que oportunizou observar e descrever as características percebidas durante a fala dos alunos para posterior análise e interpretação dos dados coletados. As pesquisas descritivas têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis (GIL, 2017). Como método científico incluiu uma variedade de abordagens, ferramentas e técnicas de pesquisa, como dados quantitativos, análises estatísticas, experimentos, pesquisas de campo, pesquisas de caso e assim por diante (VILLARES; NAKANO, 2000). A abordagem quantitativa possibilita a categorização e a análise de resultados por meio da tradução destes em dados numéricos, que podem ser classificados e, posteriormente, submetidos a análise (WILL, 2012).

O estudo contou com uma amostra de 222 alunos do ensino fundamental 1 e 2, sendo 110 masculinos e 112 femininos, de seis escolas municipais da cidade de Anápolis-go, com idade de 7 a 14 anos.

Como instrumentos foi utilizado um questionário adaptado em processo de validação de Venâncio e soares (2023) para mensurar o nível de atividade física de crianças, simples de ser preenchido apenas com um (x) na atividade que a criança e adolescente realiza, nele contém perguntas de auto recordações, da prática de atividades física realizados na semana, perguntas como vai pra escola, quais atividade física prática, esportes, ajuda a mãe nas tarefas de casa, brincadeiras e o que mais faz fora do ambiente escolar, dividido em ajudando, brincando, fazendo esporte ou eletrônicos, há atividade que for preenchida deve ser marcado também a frequência e intensidade que e realizada, os resultados das respostas assinaladas no questionário foi mensurado com auxílio do equivalente metabólico da tarefa (METs) onde ele dá valores conforme a atividade física e intensidade que o indivíduo a realiza.

A escolha das escolas foi feita por conveniência, após a liberação das escolas, foi marcado o dia e horário das coletas de acordo com os horários disponíveis para realização, respeitando todos os aspectos éticos de pesquisa. A coleta dos dados foi feita dentro da sala de aula com toda a turma, na matéria de educação física, teve o auxílio do professor, conforme foi solicitado pela coordenação das escolas.

Os resultados foram descritos, médio, desvio-padrão, mínimo, máximo, frequências e porcentagens. Para verificar a normalidade dos dados foi utilizado o teste de Kolmogorov – Smirnov, e o teste de Mann Whitney foi utilizado para comparar o nível de atividade física nas

diferentes idades da população. O valor de p considerado foi $< 0,05$. O software utilizado para análise foi o Statistical Package for Social Science (SPSS 23,0).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A Tabela 1 apresenta a característica da amostra que responderam ao questionário de atividade física (AF), o que chamou atenção foram os escores bruto de pratica de AF este apresentou a média de $383,61 \pm 228,75$ para crianças de 7 a 9 anos e $416,25 \pm 262,49$ para crianças de 10 a 14 anos, escores estes que serão apresentados nas tabelas de classificações praticando AF, e quando analisou o IMC dos indivíduos ficaram na média de 17,13% e 17,83% resultados este que são observados o gasto energético dos mesmos.

Tabela 1: característica antropométricas

Classificação	7 a 9 anos Σ (dp)	10 a 14anos Σ (dp)
Peso	$33,10 \pm 6,60$	$36,78 \pm 7,53$
Estatura	$1,39 \pm 0,072$	$1,43 \pm 0,94$
IMC	$17,13 \pm 3,30$	$17,83 \pm 2,67$
Escore bruto Atividade Física	$383,61 \pm 228,75$	$416,25 \pm 262,49$

Fonte: autoria própria

A tabela 2 apresenta os resultados para quanto a classificação do nível geral e por idade de AF, em que houve uma similaridade nas porcentagens em quatro classificações, na classificação inativo fisicamente teve um percentual maior quanto as outras classificações, resultados estes que pode perceber que quando mais a idade vai aumentando o nível de pratica de AF vai diminuindo.

Tabela 2: Classificação do nível de atividade física geral e por idade

Classificação	8 a 9 anos N (%)	10 a 14 anos N (%)
Inativo fisicamente	28(25,0%)	14(12,5%)
Insuficientemente ativo	28(25,0%)	50(44,6%)
Regularmente ativo	28(25,0%)	32(28,6%)
Ativo	23(20,5%)	13(11,6%)
Muito ativo	5(4,5%)	3(2,7%)
Total	112(100%)	110(100%)

Fonte: autoria própria

A tabela 3 traz os resultados classificação do nível de atividade física com o uso da estatística de Mann-Whitney $p=0,007$, por percentil percebeu-se que em formas gerais a maioria das crianças analisadas estão propícios a riscos, relacionados a saúde, pelo seu nível de AF. notou-se também as crianças com idades de 10 a 11 anos classificados em nível saudável do que crianças de 8 a 9 anos.

Tabela 3: Classificação do nível de atividade física por percentil levando em consideração o ponto de corte 75.

Ponto de corte 75	8 a 9 anos	10 a 14 anos
	N (%)	N (%)
Risco à Saúde	93(83,0)	74(67,3)
Saudável	19(17,0)	36(32,7)

Mann-Whitney $p=0,007$

Fonte: autoria própria

DISCUSSÃO

No presente estudo quando analisado o nível de atividade física entre as idades foi encontrado que a medida que vai aumentando a idade, a prática de atividade física diminui, resultados estes que corroboram no estudo feito por Sá et al. (2021) em que com o passar da idade o nível de prática de atividade física diminui e o tempo lúdico de tela aumenta, já na pesquisa de Luciano et al, (2016) foi encontrada diferença significativa estatisticamente entre dois grupos analisados, resultando que crianças de 9 a 11 anos apresentou menor tempo prática de atividade física, do que crianças de 12 a 14 anos, concluindo que quanto maior a idade mais se pratica AF, resultados estes que se difere dos apresentado na atual pesquisa.

O estudo realizado por Melo et al. (2014) constatou que aproximadamente 68% dos indivíduos avaliados foram classificados como inativos. Esses resultados são semelhantes aos achados de Silva e Malina (2000), que identificaram que a maioria dos participantes do estudo era sedentária, com taxas de 85% para os meninos e impressionantes 94% para as meninas. No entanto, em nosso estudo, observamos diferenças nos resultados, com uma distribuição mais equilibrada nos grupos considerados insuficientemente ativos, regularmente ativos, ativos e muito ativos. O grupo de indivíduos classificados como inativos apresentou uma porcentagem menor em relação à atividade física. Essas discrepâncias indicam a necessidade de uma análise mais aprofundada para entender as diferenças nos níveis de atividade física entre os estudos e suas possíveis implicações.

Um embate feito na pesquisa mostrou-se que as adolescentes com idades de 10 a 11 anos estão melhores classificados com resultados de saudável 32,7% do que crianças de 8 a 9 anos, estando classificados com risco a saúde 83,0% entretanto o estudo de Barbalho et al., (2020) vem corroborar com a presente pesquisa mostrando que é nesta faixa etária de 10 a 19 anos que ocorrem as mudanças psicológicas, fisiológicas e sociais mas que em formas gerais a maioria das crianças analisadas estão propícios a riscos, relacionados a saúde, pelo seu nível de AF.

Uma pesquisa realizada por Dallacosta et al. (2023) foi confirmado pelo resultado deste estudo, que mostrou que crianças de 6 a 9 anos praticam mais atividade física do que crianças de 10 a 14 anos. Devido às inúmeras facilidades que o cotidiano proporciona com a praticidade, como o transporte, o tempo de tela e a automação das tarefas domésticas, a prática de atividade física moderada conforme a idade aumenta.

CONCLUSÃO

Com base nas informações do estudo, pode-se concluir que uma parcela significativa dos participantes apresenta níveis variados de atividade física, com destaque para a diferença entre as faixas etárias, onde crianças de 7 a 9 anos demonstraram maior envolvimento em atividades físicas em comparação com as de 10 a 14 anos.

Esses resultados ressaltam a importância de incentivar a atividade física em todas as idades, com especial atenção à faixa etária mais velha, a fim de promover um estilo de vida saudável e prevenir possíveis problemas de saúde relacionados à inatividade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CASTRO D, Características percebidas da vizinhança e a prática de atividade física entre adolescentes e adultos jovens: um modelo com respostas distais. *Cadernos de Saúde Pública*; 2022 38; e00062622.

<https://www.scielo.org/article/csp/2022.v38n9/e00062622/pt/>

DALLACOSTA, F., MENEGHETTI., OLIVEIRA, L, H, S; FIN, G. *Relação entre atividade física e a incapacidade pela dor em idosos: estudo transversal. BrJP*, v. 5, p. 365-368, 2023.

<https://www.scielo.br/j/brjp/a/BZKf9s8bhNBKfJHtqzHHS GG/?lang=pt>

GARCIA, P. Estudos da Unifesp apontam o aumento do sedentarismo infantil como uma das consequências do distanciamento social no Brasil. *Comunicação unifesp, São Paulo*, 2021.

<https://www.unifesp.br/reitoria/dci/releases/item/5000-estudos-da-unifesp-apontam-o-aumento-do-sedentarismo-infantil-como-uma-das-consequencias-do-distanciamento-social-no-brasil#:~:text=Foi%20verificado%20que%20a%20perman%C3%Aancia,atividade%20f%C3%ADsica%20em%20toda%20a>

GAYA, A, R. Projeto Esporte Brasil, PROESP-Br : *Manual de medidas, testes e avaliações.* / Anelise Reis Gaya, Adroaldo Gaya, (coord.) – Porto Alegre: UFRGS/ESEFID, 2021.

<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/217804/001122489.pdf>

HALLAL, P, C. Atividade física e saúde no Brasil: pesquisa, vigilância e políticas. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 30, p. 2487-2489, 2014.

<https://www.scielo.org/article/csp/2014.v30n12/2487-2489/pt/>

ALEXANDRE, P, L; BERTOLI, C, J; ADAMI, F; ABREU, L, C. Nível de atividade física em adolescentes saudáveis. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 22, p. 191-194, 2016.

<https://www.scielo.br/j/rbme/a/mJSnhk54d3WBN7sbzZCMbSF/#>

MALTA, C, M; GOMES, C, S; BARROS, M, B, A; LIMA, M, G; SILVA, A, G; CARDOSO, L, S, M; WERNECK, A, O; SILVA, D R, P; FERREIRA, A, P, S; ROMERO, D, E; FREITAS, M, I, F; MACHADO, I, S; JÚNIOR, P, R, B, S; DAMASCENA, G, N; AZEVEDO, L, O; ALMEIDA, W, S; SZWARCOWALD, C, L. A pandemia de COVID-19 e mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 24, 2021.

<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/4xc9dNPPnXXNmTSYpJX3kqh/?lang=pt&format=html#>

MARTINS A. É preciso tratar a obesidade como um problema de saúde pública. *Revista de Administração de Empresas*; 2018 58; 337-341.

<https://www.scielo.br/j/rae/a/RLQv6c8QghbDdXCt4hSxkhG/>

MELLO, J; CASTAGNA, A; BERGMANN, M; BERGMANN, G. Associação entre nível de atividade física e excesso de peso corporal em adolescentes: um estudo transversal de base escolar. *Revista brasileira de atividade física & saúde*, v. 19, n. 1, p. 25-25, 2014.

<https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/RBAFS/article/view/3569>

NOBRE, J, N; SANTOS, J, N, SANTOS L, R; GUEDES, S, C; PEREIRA, L; COSTA, J, M; MORAIS, R, L, S. Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância. *Ciencia & saude coletiva*, v. 26, p. 1127-1136, 2021.

<https://www.scielo.br/j/csc/a/GmStpKgyqGTtLwgCdQx8NMR/?lang=pt&format=html#>

PITANGA, F, H; SOUSA, A, S; BATISTA, G, S; ROCHA, E, R. Estado nutricional de crianças e adolescentes do Brasil: uma revisão bibliográfica sistemática. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 5, p. 46676-46695, 2021.

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/29546>

SÁ, C, S, C; POMBO, A; LUZ, C; RODRIGUES, L, P; CORDOVIL, R. Distanciamento social covid-19 no Brasil: efeitos sobre a rotina de atividade física de famílias com crianças. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 39, 2020.

<https://www.scielo.br/j/rpp/a/rp7gw57vvXhQ5vG899PKMXJ/?lang=pt#>

SIEGLE, C, B, H; POMBO, A; LUZ, C; RODRIGUES, L, P; CORDOVIL, R; SÁ, C, S, C. Influências das características familiares e domiciliares no nível de atividade física infantil durante o distanciamento social por COVID-19 no Brasil. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 39, 2020.

<https://www.scielo.br/j/rpp/a/MvCJ3PNmtXhJTRCmgQjwnSg/?lang=pt&format=html#>

SILVA, R, C.; MALINA, R, M. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 16, p. 1091-1097, 2000.

<https://www.scielo.br/j/csp/a/qTFPdCDw9g9VYWvTdxKPPCs/abstract/?format=html&lang=en>

VENÂNCIO, P, E, M. Obesidade, atividade física e hábitos alimentares em escolares da cidade de Anápolis - GO. 2006. 65 f. *Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2006.*

<https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/123456789/1065>

5.2: ARTIGO PUBLICADO: À REVISTA CUADERNOS DE EDUCACIÓN Y DESARROLLO (ISSN: 1989-4155)



DOI: 10.55905/cuadv15n11-103

Recebimento dos originais: 23/10/2023
Aceitação para publicação: 29/11/2023

Parámetros de referencia para la evaluación del nivel de actividad física en alumnos de primaria

Parâmetros de referência para a avaliação do nível de atividade física nos estudantes primários

Kevin Cesar Neves de Oliveira

Graduado en Educación Física
Institución: Instituto Federal Goiano - Câmpus Urutaí
Dirección: Rod. Geraldo Silva Nascimento, Km-2,5, Zona Rural, Urutaí - GO,
CEP: 75790-000
E-mail: kevincesar1050@icloud.com

Patrícia Espíndola Mota Venâncio

Doctor en Educación Física
Institución: Instituto Federal Goiano - Câmpus Urutaí
Dirección: Rod. Geraldo Silva Nascimento, Km-2,5, Zona Rural, Urutaí - GO,
CEP: 75790-000
E-mail: patricia.espindolavenancio@gmail.com

RESUMEN

Crear valores de referencia para evaluar el nivel de Actividad Física (AF) de estudiantes de educación primaria. Metodología: el estudio se realizó en seis escuelas municipales de la ciudad de Anápolis-go, con edades comprendidas entre 7 y 14 años. En la investigación participaron 222 estudiantes de la red de escuelas públicas de educación básica, 1 y 2, 110 varones y 112 mujeres. Se utilizó un cuestionario para medir el nivel de actividad física de niños y adolescentes. Se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov y la prueba de Mann Whitney. Resultados: en cuanto a los puntajes brutos para la práctica de AF tuvieron un promedio de $383,61 \pm 228,75$ y para los niños de 7 a 9 años fue de $416,25 \pm 262,49$. Al comparar las variables del cuestionario separado, se encontró diferencia significativa entre los grupos en las variables deportes natación ($p=0,021$), baile ($p=0,049$), ciclismo ($p=0,001$) y actividades de ocio ($p=0,001$). Conclusión: Con la evaluación y análisis de los datos, los resultados de la investigación permitieron crear valores de referencia para clasificar el nivel de AF, teniendo en cuenta la escala Likert (físicamente inactivo, regularmente activo, activo y muy activo), así como valores de referencia en percentiles. Además, se presentó que los niños de 7 a 9 años participaron en mayor participación en actividades físicas en comparación con los niños de 10 a 14 años.

Palabras clave: actividad física, evaluación, valores de referencia.

RESUMO

Criar valores de referência para avaliar o nível de Atividade Física (AF) dos estudantes do ensino primário. Metodologia: o estudo foi feito em seis escolas

municipais de Annapolis-go, com idades compreendidas entre 7 e 14 anos. A pesquisa envolveu 222 alunos da rede de escolas públicas de ensino básico, 1 e 2, 110 machos e 112 fêmeas. Foi utilizado um questionário para medir o nível de atividade física de crianças e adolescentes. Foram utilizados o teste Kolmogorov-Smirnov e o teste de Mann Whitney. Resultados: em termos de pontuações brutas para a prática de AF, a média foi de $383,61 \pm 228,75$ e para as crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 9 anos foi de $416,25 \pm 262,49$. Ao comparar as variáveis do questionário separado, verificou-se uma diferença significativa entre os grupos nas variáveis esportes nativos ($p=0,021$), dança ($p=0,049$), ciclismo ($p=0,001$) e atividades de lazer ($p=0,001$). Conclusão: Com a avaliação e análise dos dados, os resultados da investigação permitiram a criação de valores de referência para classificar o nível de AF, tendo em conta a escala de Provert (fisicamente inativa, regularmente ativa, ativa e muito ativa), bem como valores de referência em percentis. Além disso, foi referido que as crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 9 anos estavam mais envolvidas em atividades físicas do que as crianças com idades compreendidas entre os 10 e os 14 anos.

Palavras-chave: atividade física, avaliação, valores de referência.

1 INTRODUCCIÓN

La actividad física (AF), cuando se practica regularmente, actúa sobre el desarrollo humano, siendo útil en varios aspectos, y se relaciona con el aprendizaje, la sociabilidad, la calidad de vida y el mantenimiento de la salud (XI et al., 2022), mientras que Piola et al. (2018) añade que la práctica regular puede permitir mejoras a corto y largo plazo en la salud tanto psicológica, ósea, muscular y especialmente cardiovascular.

Es ampliamente reconocido que promover un estilo de vida activo desde la niñez es de suma importancia, dada la alta susceptibilidad a influencias que afectan los comportamientos relacionados con la salud en esta etapa del desarrollo, ante esto, la actividad física puede proporcionar mantenimiento e incluso mejor desempeño en el desempeño de las habilidades motoras y capacidades físicas, actuando como predictor de patologías relacionadas con el sedentarismo García (2021), Dornelles et al. (2019) corrobora lo anterior, que habilidades fundamentales, como caminar, saltar, correr, entre otras, son esenciales para parámetros normales de buena salud en la infancia.

La actividad física es quizás considerada la situación más favorable para tener una mejor calidad de vida, esta circunstancia es positiva para la salud pública, y puede tener un ahorro directo porque mientras más sana esté la población, menos gastos tendrá, en este sentido, logrando un ahorro temprano. El diagnóstico de cómo se encuentra la salud de los niños en la escuela o en la fase de crecimiento, es fundamental, ya que a partir de este diagnóstico se promueven programas en las escuelas que puedan revertir la situación de posibles enfermedades que se pueden desencadenar en los niños por falta de educación. actividad física (XAVIER et al., 2020)

Uno de los factores que ha contribuido al aumento del sedentarismo o la falta de actividad física está asociado a la facilidad que la tecnología proporciona a la población, tanto con los alimentos procesados como con el tiempo frente a pantallas como videojuegos y televisores, otros hechos que pueden desencadenar y disminución de la capacidad cardiorrespiratoria, depreciación de la propia imagen y retrasos en las actividades motoras y físicas de los niños (ZINK et al., 2020)

La preocupación por la salud de niños y adolescentes aumentó con la llegada de la pandemia y se produjo un aumento del aislamiento social, contribuyendo al crecimiento del sobrepeso y la obesidad (XI et al., 2022), en el estudio realizado por Martins (2018) concluyó que en Brasil hubo un aumento del 54% en la obesidad en niños de 6 a 11 años, la obesidad infantil afecta diez veces más niños que en los años 70, y con esto trae una estima que alrededor de tres millones de muertes al año en todo el mundo están relacionadas con la inactividad física en la infancia.

A pesar de los esfuerzos continuos para promover la actividad física, la adherencia de la población a esta práctica sigue siendo baja, lo que representa un desafío importante para la salud pública (HALLAL, 2014). Un estudio realizado por Lima et al. (2014) destacaron que existen más de una docena de tipos de cuestionarios disponibles para evaluar el nivel de actividad física, siendo el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) el más utilizado. Sin

embargo, se observó que este cuestionario puede resultar excesivamente complejo para que niños y adolescentes respondan adecuadamente.

En este contexto, el uso de instrumentos de evaluación juega un papel crucial como herramienta facilitadora de acciones de salud, brindando los subsidios necesarios para el desarrollo de políticas que aborden los complejos problemas de salud y calidad de vida de la población (PITANGA, 2021). Y la creación de valores de referencia para la evaluación de la actividad física es una necesidad apremiante, dada la persistente falta de instrumentos específicos que se adapten a las diferentes poblaciones.

Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo crear valores de referencia para evaluar el nivel de AF de estudiantes de educación primaria de 6 a 14 años.

2 METODOLOGÍA

Se trata de un estudio descriptivo con diseño transversal, aprobado por el comité de ética del Instituto Federal de Educación, Ciencia y Tecnología Goiano bajo dictamen nº 5.924.646, en una muestra compuesta por 222 estudiantes de educación básica 1 y 2, de los cuales 110 varones y 112 mujeres, de seis escuelas municipales de la ciudad de Anápolis-go, con edades entre 7 y 14 años.

Como instrumentos se utilizó un cuestionario adaptado en el proceso de validación por Venâncio (2006) para medir el nivel de actividad física de los niños, sencillo de llenar con solo una x en la actividad que realiza el niño y adolescente, contiene preguntas de autorrecuerdo, de actividades físicas realizadas durante la semana, preguntas como cómo vas al colegio, qué actividades físicas haces, deportes, ayudas a tu madre con los deberes, juegas y qué más haces fuera del colegio ambiente, dividido en ayudar, jugar, hacer deporte o electrónica, la actividad que se realiza también debe indicar la frecuencia e intensidad que se realiza, los resultados de las respuestas indicadas en el cuestionario fueron medidos con la ayuda del equivalente metabólico del tarea (METs) donde da valores de acuerdo a la actividad física e intensidad que el individuo realiza.

Luego de la liberación de las escuelas, se programó el día y hora de recolección de acuerdo con los horarios disponibles para la recolección, respetando todos los aspectos éticos de la investigación. La recolección de datos se realizó en el aula con toda la clase, en educación física, con la ayuda del docente, según lo solicitado por la coordinación escolar.

Para crear los valores de referencia, se decidió seguir dos caminos: realizar una clasificación utilizando como base la escala Likert de (Físicamente inactivo, insuficientemente activo, regularmente activo, activo, muy activo). Y la otra forma era traer valores de referencia en percentiles (5,10,25,50,75,90,95,99).

Los resultados se describieron como media, desviación estándar, mínimo y máximo. Para verificar la normalidad de los datos se utilizó la prueba de Kolmogorov – Smirnov, la prueba “t” independiente de una vía para mediciones independientes y como post-hoc se aplicó la prueba de Tukey para el nivel de actividad física en diferentes edades de la población. El valor de p considerado fue $< 0,05$. El software utilizado para el análisis fue el Statistical Package for Social Science (SPSS 23.0).

3 RESULTADOS

En la Tabla 1 se presentan las características de la muestra que respondió al cuestionario de actividad física (AF), destacando los puntajes brutos de práctica de AF, que presentaron un promedio de $383,61 \pm 228,75$ para niños de 7 a 9 años y $416,25 \pm 262,49$ para niños de 10 a 14 años, estos puntajes se presentarán en las tablas de clasificación que practican AF, y al analizar el Índice de Masa Corporal (IMC) de los individuos fueron en promedio 17,13% y 17,83%, como resultado se observa su gasto energético.

Tabla 1: características antropométricas

Clasificación	7 a 9 años \bar{x} (dp)	10 a 14 años \bar{x} (dp)
Peso	33,10 \pm 6,60	36,78 \pm 7,53
Altura	1,39 \pm 0,072	1,43 \pm 0,94
IMC	17,13 \pm 3,30	17,83 \pm 2,67
Puntuación bruta Actividad Física	383,61 \pm 228,75	416,25 \pm 262,49

Fuente: autoría propia



La Tabla 2 muestra la comparación de las puntuaciones brutas medias de las actividades del cuestionario entre grupos por edad, mostrando que hubo una diferencia significativa en natación, baile, ciclismo y actividades de ocio, resultando que los niños de 6 a 9 años practicaban más actividades de fuerza física que aquellos de 10 a 14 años.

Tabla 2: Comparación de las puntuaciones brutas medias de las actividades del cuestionario entre grupos de edad

Puntaje bruto	General	entre grupos de edad		p
		7 a 9 años Σ (dp) Mínimo (máximo)	10 a 14 años Σ (dp) Mínimo (máximo)	
Natación	5,98±11,57 0,00(65,00)	7,76±12,65* 0,00(65,00)	4,17±10,09 0,00(45,50)	0,021
Bailar	2,39±7,29 0,00(42,25)	3,53±8,05* 0,00(37,75)	1,42±6,32 0,00(42,25)	0,049
Peleas	4,43±12,88 0,00(65,00)	3,22±10,44 0,00(65,00)	5,66±14,88 0,00(45,50)	0,158
Fútbol	16,74±21,67 0,00(65,00)	17,67±21,50 0,00(65,00)	15,80±21,90 0,00(65,00)	0,520
Vóleibol	7,77±15,73 0,00(65,00)	7,67±15,25 0,00(65,00)	7,87±16,27 0,00(65,00)	0,924
Baloncesto	2,66±10,23 0,00(65,00)	3,37±11,69 0,00(65,00)	1,94±8,47 0,00(65,00)	0,298
Patines	7,21±15,44 0,00(65,00)	8,45±17,20 0,00(65,00)	5,95±13,39 0,00(65,00)	0,230
Ciclismo	19,64±22,15 0,00(65,00)	24,50±21,63* 0,00(65,00)	14,69±21,66 0,00(65,00)	0,001
Patineta	3,37±8,92 0,00(65,00)	3,64±8,54 0,00(65,00)	3,10±9,33 0,00(65,00)	0,657
Actividades domésticas	8,15±9,08 0,00(26,00)	8,85±8,55 0,00(26,00)	7,33±9,55 0,00(26,00)	0,183
Actividades de ocio	22,30±15,38 0,00(39,00)	27,79±16,21* 0,00(39,00)	18,74±16,21 0,00(39,00)	0,001

Fuente: autoría propia

En la Tabla 3 se presentarán los valores de referencia generales y por edad encontrados a través de las puntuaciones brutas para las clasificaciones, físicamente inactivo, insuficientemente activo, regularmente activo, activo y muy activo.

Tabla 3: Valores de referencia por cuartil utilizando la escala Likert.

Clasificación	General	7 a 9 años	10 a 14 años
Fisicamente inactivo	≤173,15	≤195,21	≤170,48
Insuficientemente activo	173,16 a 259,87	195,22 a 272,87	170,49 a 233,98
Regularmente activo	259,88 a 325,12	272,88 a 334,12	233,99 a 316,87
Activo	325,13 a 420,18	334,13 a 381,43	316,88 a 476,25
Muy activo	≥420,19	≥381,44	≥476,26

Fuente: autoría propia

En la Tabla 4 se muestran los valores de referencia por percentil partiendo del percentil 5 y teniendo como punto de corte el percentil 99.

Tabla 4: Valores de referencia por percentil

Puntuación de percentiles	
Percentil 5	173,15
Percentil 10	199,37
Percentil 25	259,87
Percentil 50	325,12
Percentil 75	420,18
Percentil 90	714,72
Percentil 95	1085,47
Percentil 99	≤1085,18

Fuente: autoría propia

4 DISCUSIÓN

En el presente estudio se proporcionan clasificaciones percentiles y cuartiles, basadas en la escala Likert. Se eligió este enfoque para permitir a los investigadores seleccionar qué clasificación utilizar al evaluar el nivel de actividad física de sus estudiantes. Por ejemplo, el estudio de Lima et al. (2014) optaron por clasificar sus clases utilizando cuartiles, categorizándolas como Insuficientemente Activas, Activas y Muy Activas. El estudio de Dallacosta et al. (2023) utilizaron percentiles, con un punto de corte de 75, y posteriormente utilizaron cuartiles para clasificar a los participantes como Activos o Sedentarios, en función de los resultados obtenidos. Estos enfoques demuestran la flexibilidad y variedad de opciones disponibles para los investigadores a la hora de seleccionar las clasificaciones más específicas para sus estudios.

El presente estudio aportó dos valores de referencia para clasificar la AF, uno teniendo en cuenta el percentil y el otro utilizando clasificaciones en cinco cuartiles, fisicamente inactivo, insuficientemente activo, regularmente activo,

activo y muy activo, tomando como base la escala Likert, al al mismo tiempo, en una revisión de la literatura se encontraron artículos que utilizaban cuartiles para clasificar la AF (LUCIANO et al. 2016; CABRERA et al, 2014; PIERINE et al, 2006).

Otro estudio que utilizó la clasificación de cuartiles fue el estudio de (COSTA 2011; SILVA 2000) que trae valores de referencia en tres cuartiles para clasificar la actividad física, a diferencia de la investigación de Luciano et al. (2016) quienes también utilizaron el cuartil para el nivel de actividad física pero presentaron los resultados en cinco cuartiles, resultados que corroboran el presente estudio que dio cinco cuartiles para los niveles de prácticas de AF de los niños que participaron en la investigación.

En la investigación de Gaya (2021) se utilizan clasificaciones basadas en los resultados obtenidos en el PROESP, que incluyen zonas de riesgo y resiliencia, con puntos de corte que indican la mayor probabilidad de que niños o adolescentes presenten factores de riesgo para la salud. Por otra parte, Albino et al. (2010) también proporcionan resultados basados en porcentajes, que clasifican la actividad física según intervalos de referencia específicos. Para las mujeres, la calificación oscila entre (mala) menos de 90 y (excelente) superior a 125,2, mientras que para los hombres oscila entre (mala) menos de 101,8 y (excelente) superior a 151,8. Estos resultados varían de los porcentajes utilizados en el presente estudio, los cuales comprenden un rango que va desde (malo) menor a 173.15 hasta (excelente) mayor a 1085.18.

Otros estudios también utilizan la estrategia del uso de percentiles como forma de presentar resultados en investigaciones relacionadas con la evaluación del IMC, como lo demuestran Barbanti (2006), Rivera (2010) y Silva (2008). Estos estudios tuvieron como objetivo categorizar la variable IMC aplicando diferentes rangos percentiles. Este enfoque cubre una amplia gama de porcentajes, que van desde menos de 40 hasta más de 90, y desde menos de 85 hasta más de 95. Este enfoque conduce a clasificaciones que son más consistentes con los resultados encontrados, ofreciendo así más opciones de categorización.

Considerando este contexto, la investigación en cuestión hace un aporte significativo para futuros estudios, ya que brinda dos alternativas de clasificación: una basada en cuartiles y otra basada en percentiles. Esto permite a los investigadores elegir el enfoque que mejor se adapta a sus necesidades y objetivos específicos, ampliando así las opciones disponibles en este campo de investigación.

5 CONSIDERACIONES FINALES

Con base en la información proporcionada, podemos concluir que la aplicación de los instrumentos de evaluación y el análisis de los datos permitieron crear valores de referencia para evaluar el nivel de actividad física de los participantes. Los estudios mencionados anteriormente, que utilizan tanto la clasificación percentil como la escala Likert, demuestran la importancia de brindar a los investigadores opciones de clasificación al evaluar el nivel de actividad física. Esta flexibilidad ayuda a proporcionar una comprensión integral del estado de la actividad física y permite a los investigadores elegir el enfoque que mejor se adapte a sus necesidades y objetivos específicos. Además, se presentó que los niños de 6 a 9 años participaron en mayor participación en actividades físicas en comparación con los niños de 10 a 14 años.

REFERENCIAS

ALBINO, Júlia et al. Tablas de clasificación de aptitud física para los visitantes de los parques públicos. **Revista Brasileña de Medicina del Deporte**, v. 16, pág. 373-377, 2010. <https://www.scielo.br/rbme/a/TDBtYSSWmG6RvFzp7pf5qHm/abstract/?lang=pt>

BARBANTI, Eliane Jany. Efecto de la actividad física sobre la calidad de vida en pacientes con depresión y dependencia química. **Revista Brasileña de Actividad Física y Salud**, v. 11, núm. 1, pág. 37-45, 2006. <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/831>

CABRERA, Thays Fernanda Castilho et al. Análisis de la prevalencia de sobrepeso y obesidad y del nivel de actividad física en niños y adolescentes de una ciudad del suroeste de São Paulo. **Revista de Crecimiento y Desarrollo Humano**, vol. 24, núm. 1, pág. 67-72, 2014. <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/557>

COSTA, Filipe Ferreira; DE ASSIS, María Alice Altenburg. Nivel de actividad física y conductas sedentarias de escolares de siete a diez años de Florianópolis-SC. **Revista Brasileña de Actividad Física y Salud**, v. 16, núm. 1, pág. 48-54, 2011. <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/557>

DALLACOSTA, Fabiana Meneghetti; OLIVEIRA, Luis Henrique Silva de; FIN, Gracielle. Relación entre actividad física y discapacidad por dolor en ancianos: estudio transversal. **BrJP**, v. 5, pág. 365-368, 2023. <https://www.scielo.br/brijp/a/BZKf9s8bhNBKfJHtqzHHS GG/?lang=pt>

DORNELLES, J.; ROSA, L. De R.; DÍAS, C.P.; TIGGEMANN, C. L. Influencia del índice de masa corporal y el nivel de actividad física en el desarrollo motor y la condición física en niños. **Arco Científico**. Saúde UNIPAR, Umuarama, v. 23, núm. 3, p. 163-169, septiembre/diciembre. 2019. <https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/download/6264/3832/24931>

GARCIA, P. Estudios de la Unifesp señalan el aumento del sedentarismo infantil como una de las consecuencias del distanciamiento social en Brasil. **Comunicação Unifesp**, São Paulo, 2021. <https://www.unifesp.br/reitoria/dci/releases/item/5000-estudos-da-unifesp-apontam-o-aumento-do-sedentarismo-infantil-como-uma-das-consequencias-do-distanciamiento-social-no-brasil#:~:text=Foi%20verificado%20que%20a%20perman%C3%AAncia,atividade%20f%C3%ADsica%20em%20toda%20a>

GAYA, Anelise Reis. Projeto Esporte Brasil, PROESP-Br: **Manual de mediciones, ensayos y evaluaciones**. / Anelise Reis Gaya, Adroaldo Gaya,

(coord.) – Porto Alegre: UFRGS/ESEFID, 2021.
<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/217804>

HALLAL, Pedro C. Actividad física y salud en Brasil: investigaciones, vigilancia y políticas. **Cuadernos de Salud Pública**, v. 30, pág. 2487-2489, 2014.
<https://www.scielo.br/j/csp/a/4wV99bKvtrJXBd8BTYWWzpS/?lang=pt>

LIMA, Dartel Ferrari de; LEVY, Renata Bertazzi; LUIZ, Olinda do Carmo. Recomendaciones para la actividad física y la salud: consensos, controversias y ambigüedades. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 36, pág. 164-170, 2014. <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v36n3/04.pdf>

LUCIANO, Alexandre de Paiva et al. Nivel de actividad física en adolescentes sanos. **Revista Brasileña de Medicina del Deporte**, v. 22, pág. 191-194, 2016.
<https://www.scielo.br/j/rbme/a/mJSnhk54d3WBN7sbzZCMbSF/?format=pdf&lang=pt>

MARTINS, Ana Paula Bortoletto. Es necesario tratar la obesidad como un problema de salud pública. **Revista de Administración de Empresas**, v. 58, pág. 337-341, 2018.
<https://www.scielo.br/j/rae/a/RLQv6c8QghbDdXCt4hSxkhG/#>

PIERINE, Damiana Tortolero et al. Composición corporal, actividad física y consumo de alimentos de estudiantes de primaria y secundaria. Conduciendo. **Revista de Educación Física**. UNESP, pág. 113-124, 2006.
<https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/101>

PITANGA, Fábio Herget et al. Estado nutricional de niños y adolescentes en Brasil: una revisión bibliográfica sistemática. **Revista Brasileña de Desarrollo**, v. 7, núm. 5, pág. 46676-46695, 2021.
<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/29546>

PIOLA, Thiago Silva et al. Correlatos de la actividad física en niños y adolescentes: un estudio piloto. **Cuaderno de Educación Física y Deporte**, v. 16, núm. 1, pág. 217-225, 2018. <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/17941>

RIVERA, Iván Romero et al. Actividad física, horas de visualización de televisión y composición corporal en niños y adolescentes. **Archivos Brasileños de Cardiología**, v. 95, pág. 159-165, 2010.
<https://www.scielo.br/j/abc/a/TsNSTGGPMncndM8rwsVykTr/>

SILVA, Rosane C.; MALINA, Robert M. Nivel de actividad física en adolescentes de la ciudad de Niterói, Río de Janeiro, Brasil. **Cuadernos de Salud Pública**, v. 16, pág. 1091-1097, 2000.
<https://www.scielo.br/j/csp/a/qTFPdCDw9g9VYWvTdxKPPCs/abstract/?lang=pt>

VENÂNCIO, Patrícia Espíndola Mota. **Obesidad, actividad física y hábitos alimentarios en escolares de la ciudad de Anápolis - GO**. 2006. 65 y sigs. Disertación (Maestría en Educación Física) – Universidad Católica de Brasília, Brasília, 2006. <https://bdt.d.ucb.br:8443/jspui/handle/123456789/1065>

XAVIER, Welker da Silva et al. Intervenciones no farmacológicas para mejorar la calidad de vida de niños/adolescentes con cáncer. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, pág. e-APE-20190022, 2020. <https://www.scielo.br/j/ape/a/4jbXHFvfnKQF5gyHKycDvn/abstract/?lang=pt>

XI, Peng et al. Reactividad de la aorta torácica en pacientes obesos sometidos a ejercicio aeróbico. **Revista Brasileña de Medicina del Deporte**, v. 28, pág. 587-591, 2022. <https://www.scielo.br/j/rbme/a/S453nDb4dK6N3zL6tRdJQBN/?lang=en>

ZINK, Jennifer y cols. La relación entre conductas sedentarias basadas en pantallas y síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes: una revisión sistemática de variables moderadoras. **BMC salud pública**, v. 20, núm. 1, pág. 1-37, 2020. <https://bmcpublikealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-020-08572-1>

6. PRODUTO EDUCACIONAL DESENVOLVIDO

Visando atender o objetivo geral deste trabalho, o produto educacional elaborado a partir dos estudos realizados, resultou na criação do guia intitulado “Guia Prático para Avaliação e Promoção da Atividade Física na Educação Básica” cuja finalidade é possibilitar aos professores uma ferramenta que traz em seu conteúdo informações sobre a atividade física como: benefícios da atividade física, importância da avaliação de atividade física, como calcular o questionário de atividade física e valores de referências da atividade física, criado para auxiliar os profissionais quanto a prática da atividade física e sugestões de planilha para avaliação. Instrumento este que o professor pode se adequar a sua realidade e seu público, dando condições de propor atividades que atendam às necessidades dos alunos.



**GUIA PRÁTICO
PARA AVALIAÇÃO E PROMOÇÃO DA
ATIVIDADE FÍSICA NA EDUCAÇÃO BÁSICA**

KEVIN CÉSAR NEVES DE OLIVEIRA
PATRÍCIA ESPÍNDOLA MOTA VENÂNCIO

ATIVIDADE FÍSICA

O termo atividade física tem relação com todo movimento que seja realizado pelo indivíduo, estando relacionado ao sistema muscular esquelético, resultando em um maior gasto energético, do que ocorre na taxa metabólica em repouso.



BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA

- Melhoria na qualidade de vida
- Melhor aprendizagem no ambiente escolar
- Melhor social e Melhor interação social
- Manutenção da saúde
- Redução de doenças e mortes
- Melhoria a curto e longo prazo para a saúde mental, óssea, muscular e cardiovascular
- Melhor desempenho nas habilidades motoras e físicas
- Prevenção de doenças relacionadas ao sedentarismo



IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO

A avaliação da atividade física se dá por meio de instrumentos ou ferramentas, que exerce uma função importante em proporcionar resultado, feedback ou acompanhamento a longo prazo, sendo específico do trabalho realizado pelo profissional. A partir da avaliação, que o profissional terá um norte para poder melhorar suas ações metodológicas de ensino, buscando melhorar o rendimento ou aprendizado do indivíduo.

Conseqüentemente ao longo do tempo vem sendo construído inúmeros instrumentos de avaliação, entretanto, ainda há fragilidade quanto a sua aplicabilidade e resultados destes. Neste sentido, houve a necessidade de desenvolver técnicas mais avançadas para avaliar a atividade física em assuntos diversos.

No entanto, os instrumentos atualmente utilizados para medir o nível de atividade física e o gasto energético ainda enfrentam desafios, uma vez que muitas vezes possuem critérios limitados a grupos específicos. Portanto, é necessário aprimorar essas ferramentas de avaliação, para obter uma compreensão mais abrangente e precisa do nível de atividade física.

VALORES DE REFERÊNCIA PARA A ATIVIDADE FÍSICA

Classificação	0 a 6 anos	7 a 9 anos	10 a 14 anos
Inativa fisicamente	≤173,15	≤196,21	≤176,68
Insuficientemente ativa	173,16 a 259,87	196,22 a 272,87	176,69 a 233,94
Regularmente ativa	259,88 a 316,13	272,88 a 334,12	233,95 a 316,67
Ativa	316,14 a 410,18	334,13 a 393,43	316,68 a 416,25
Muito ativa	≥410,19	≥393,44	≥416,26

Fonte: Autoria própria

VALORES DE REFERÊNCIA POR PERCENTIL

Percentis	Score
Percentil 5	173,15
Percentil 10	199,37
Percentil 25	259,87
Percentil 50	325,12
Percentil 75	420,18
Percentil 90	714,72
Percentil 95	1085,47
Percentil 99	≥1085,18

Fonte: Autoria própria

6.1 Avaliação do Produto

O gráfico 1 mostra a característica da amostra dos professores que participaram do feedback do guia, em que, a maioria dos participantes foram os profissionais de Educação Física.

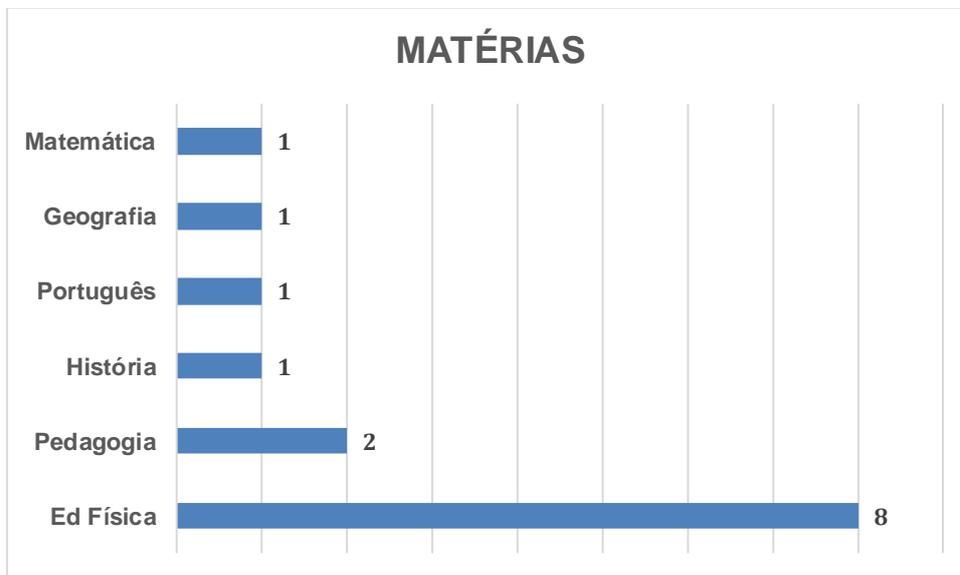


Gráfico 1: Professores que avaliaram o produto educacional

O gráfico 2 apresenta a percepção dos professores, quanto a aplicação, interpretação e linguagem do guia, em que os professores no quesito interpretação e linguagem de acordo com as respostas assinaladas, o produto está de fácil entendimento e com uma linguagem simples e acessível, quanto a aplicabilidade, a resposta excelente foi marcada por todos os 14 participantes.

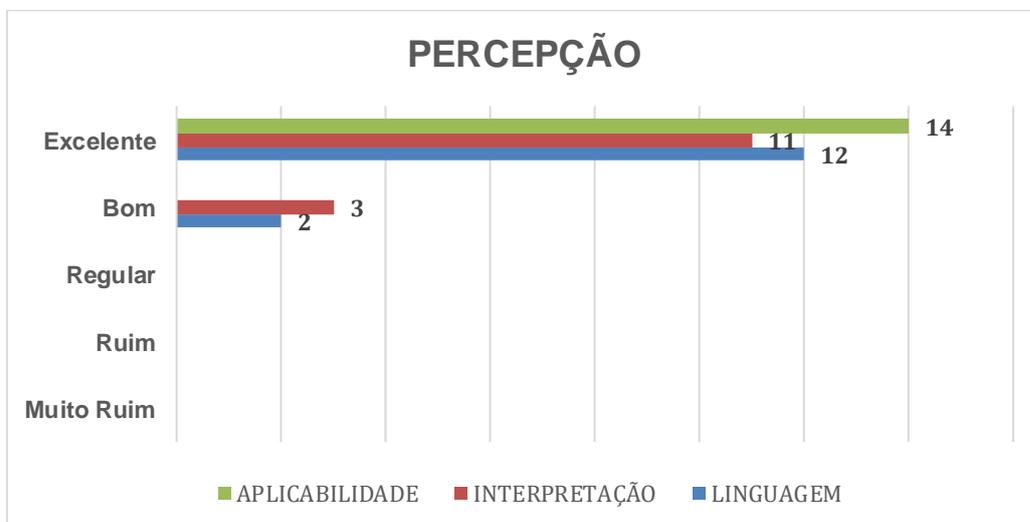


Gráfico 2: Percepção dos professores quanto aplicabilidade, interpretação e linguagem do Guia.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o propósito de cumprir os objetivos desta dissertação, desenvolveu-se um guia de avaliação física com valores de referência destinado a alunos do ensino fundamental I e II, com idades entre sete e quatorze anos, intitulado "Guia Prático para Avaliação e Promoção da Atividade Física na Educação Básica".

Durante a pesquisa por produtos educacionais, identificaram-se oito materiais relacionados à atividade física. No entanto, observou-se que poucos desses produtos são elaborados em uma linguagem acessível e simples para crianças, e muitas vezes não são direcionados para sua autocompreensão.

A análise dos resultados da avaliação do nível de atividade física dos estudantes revelou que as crianças de 8 a 9 anos praticam mais atividades físicas em comparação com aquelas de 10 a 11 anos.

Para a avaliação e o acompanhamento do nível de atividade física, adotaram-se duas abordagens. Uma delas baseou-se na definição de pontos de corte em quartis, utilizando a escala de Likert para classificação, com as categorias inativas fisicamente, insuficientemente ativa, regularmente ativa, ativas e muito ativa. A outra abordagem utilizou percentis, sugerindo que valores acima do percentil 75 representam um risco para a saúde.

Espera-se que este trabalho possa ser uma ferramenta útil para os professores, oferecendo orientação para o desenvolvimento e aprimoramento de suas estratégias pedagógicas no processo de ensino e aprendizagem.

8. REFERÊNCIAS

AINSWORTH, Barbara E. et al. Compendium of physical activities: an update of activity codes and MET intensities. **Medicine and science in sports and exercise**, v. 32, n. 9; SUPP/1, p. S498-S504, 2000. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10993420/>

CRESWELL, J. W; CRESWELL, J. David. Projeto de pesquisa-: Métodos qualitativo, quantitativo e misto. **Penso Editora**, 2021.

DORNELLES, J. R. L. et al. Influência do índice de massa corporal e do nível de atividade física no desenvolvimento motor e aptidão física de crianças. **Arq. Cienc. Saúde UNIPAR, Umuarama**, v. 23, n. 3, p. 163-169, set./dez. 2019. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/224504>

GARCIA, P. Estudos da Unifesp apontam o aumento do sedentarismo infantil como uma das consequências do distanciamento social no Brasil. **Comunicação unifesp**, São Paulo, 2021. Disponível em: <https://www.unifesp.br/reitoria/dci/releases/item/5000-estudos-da-unifesp-apontam-o-aumento-do-sedentarismo-infantil-como-uma-das-consequencias-do-distanciamento-social-no-brasil#:~:text=Foi%20verificado%20que%20a%20perman%C3%Aancia,atividade%20%C3%ADsica%20em%20toda%20a>

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. v. 7. São Paulo: **Atlas**. 2017. p. 175.

HALLAL, Pedro C. Atividade física e saúde no Brasil: pesquisa, vigilância e políticas. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 30, p. 2487-2489, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2014.v30n12/2487-2489/pt/>

LIMA, D. F.; LEVY, R. B.; LUIZ, O. C. Recomendações para atividade física e saúde: consensos, controvérsias e ambiguidades. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 36, p. 164-170, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/rpsp/v36n3/04.pdf>

IZIDORIO, E. et al. Avaliação do estilo de vida em uma escola pública de anápolis-goias. *movimenta*, v.11, p.203 - 210, 2018. Disponível em: <https://www.revista.ueg.br/index.php/movimenta/article/view/7513>

NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida, 3. Ed, p.278, 2003.

PIOLA, T. S. et al. Correlatos da atividade física em crianças e adolescentes: um estudo piloto. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 16, n. 1, pág. 217-225, 2018. Disponível em: <https://e-revistaunoeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/17941>

PITANGA, F. H et al. Estado nutricional de crianças e adolescentes do Brasil: uma revisão bibliográfica sistemática. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 46676-46695, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/29546>

RIBEIRO, H. L. Estilo de vida de escolares de uma escola pública em Anápolis-Go.. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.11, p.109 - 116, 2012. Disponível em: https://fontouraeditora.com.br/periodico/public/storage/articles/942_1503325211.pdf

SANTANA, T. G. Estilo de vida de crianças que praticam natação. **The fiep bulletin**, v.91, p.100 - 109, 2021. Disponível em: <https://www.fiepbulletin.net/fiepbulletin/article/view/6406>

TEIXEIRA, C. G. O. Estilo de vida em crianças: um estudo piloto sobre atividade física e alimentação. **international journal of development research**, v.11, p.49514 - 49518, 2021. Disponível em: <https://www.journalijdr.com/estilo-de-vida-em-crian%C3%A7as-um-estudo-piloto-sobre-atividade-f%C3%ADsica-e-alimenta%C3%A7%C3%A3o>

VENÂNCIO, P, E, M. Obesidade, atividade física e hábitos alimentares em escolares da cidade de Anápolis - GO. 2006. 65 f. **Dissertação (Mestrado em Educação Física)** - Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2006. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/123456789/1065>

VENÂNCIO, P. E. M. Estilo de vida de adolescentes da rede de ensino em petrolina de goiás. **LECTURAS EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES.** , v.22, p.1 - 8, 2017. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd232/estilo-de-vida-de-adolescentes-de-goias.htm>

VENÂNCIO, P. E. M. Lifestyle in school Children of Anápolis -Go.. **The FIEP Bulletin.** , v.83, p.567 - 569, 2013. Disponível em:

VENÂNCIO, P. E. M. Estilo de vida de crianças em uma escola pública na cidade de Anápolis, Go. **Lecturas Educación Física y Deportes (Buenos Aires).** , v.18, p.01 - 05, 2014. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/123456789/953>

VENÂNCIO, P. E. M.; TEIXEIRA, C. G. O. Life style in children from public and private school in the city of goianésia. go.. **The FIEP Bulletin.** , v.79, p.511 - 514, 2009. Disponível em: <https://www.fiepbulletin.net/index.php/fiepbulletin/article/view/6627>

XAVIER, W. S. et al. Intervenções não farmacológicas na melhoria da qualidade de vida de crianças/adolescentes oncológicos. **Acta Paulista de Enfermagem,** v. 33, p. e-APE-20190022, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/4jbXHFrVfnKQF5gyHKycDvn/?lang=pt&format=html>

XI, P. et al. Thoracic aortic reactivity in obese patients submitted to aerobic exercise. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte,** v. 28, p. 587-591, 2022 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/S453nDb4dK6N3zL6tRdJQBN/?lang=en>

ANEXO I

APÊNDICES

Apêndice A: Anamnese para Estratificação

QUESTIONÁRIO DE ESTILO DE VIDA
VENÂNCIO, Patrícia Espinosa Mota

NOME COMPLETO: _____
 DATA: ____/____/____ SEXO: _____ IDADE: _____
 PESO: _____ ESTATURA: _____

Você gosta de fazer Atividade Física?

Gosto Um Pouco Não Gosta

Quanto tempo demora para ir da sua casa até a Escola?

Mais 20 min. De 10 a 20 min. Menos de 10 min.

Como você vai para a Escola?

Ônibus Carro Moto Bicicleta Caminhando

Quais atividades você pratica?

<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias
<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias
<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Devagar <input type="checkbox"/> Rápido <input type="checkbox"/> Bem Rápido <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias

ATENÇÃO: NAS FIGURAS ABAIXO, VOCÊ VAI MARCAR A QUE VOCÊ FAZ MAIS:

<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias
<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias
<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias
<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias	<input type="checkbox"/> Faço mais esta <input type="checkbox"/> Final de semana <input type="checkbox"/> Na semana <input type="checkbox"/> Todos os dias

ATENÇÃO: QUANDO VOCÊ NÃO ESTÁ NA ESCOLA ONDE PASSA MAIS TEMPO?

<input type="checkbox"/> Ajudando Quanto Tempo? _____	<input type="checkbox"/> Brincando Quanto Tempo? _____	<input type="checkbox"/> Esporte Quanto Tempo? _____	<input type="checkbox"/> Assistindo TV Quanto Tempo? _____
Outra Atividade _____ Quanto Tempo? _____			

Apêndice B: Questionário de Opinião Avaliação do Guia

As questões abaixo tratam das características do Guia desenvolvido nesta pesquisa, buscando traçar uma visão geral sobre a qualidade do mesmo. Para cada questão marque um X na alternativa que melhor representa sua opinião – sendo que numa escala de 1 a 5, 1 é muito ruim e 5 é excelente.

1. Qual a sua avaliação sobre o conteúdo deste produto educacional?

1 2 3 4 5

2. Qual sua avaliação sobre a linguagem abordada neste produto educacional?

1 2 3 4 5

3. Qual sua avaliação sobre a interpretação deste produto educacional?

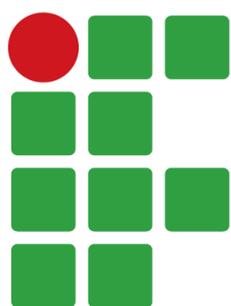
1 2 3 4 5

4. Qual sua avaliação sobre a aplicabilidade deste produto educacional?

1 2 3 4 5

4. Após ter lido este produto educacional você o indicaria a outros professores que não participaram da pesquisa?

SIM NÃO



**INSTITUTO
FEDERAL**

Goiano

Campus
Urutaí