

ASSOCIAÇÃO ENTRE ADIPOSIDADE CORPORAL, APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE E PARTICIPAÇÃO EM ATIVIDADE FÍSICA EXTRACURRICULAR EM ADOLESCENTES DE FLORIANÓPOLIS

Agnes Day Alves¹, Gaia Salvador Claumann², Karoline Souza Scarabelot², André Araújo Pinto², Andreia Pelegrini³

¹ Acadêmica do Curso de Bacharelado em Educação Física do CEFID – Bolsista PROBIC/UDESC

² Doutorando(a) em Ciências do Movimento Humano do PPGCMH do CEFID

³ Orientadora, Departamento de Educação Física do CEFID – andreia.pelegrini@udesc.br

Palavras-chave: Adolescentes. Composição corporal. Atividade física extracurricular.

O presente estudo teve como objetivo identificar os fatores associados a adiposidade corporal em adolescentes de Florianópolis, Santa Catarina. Esse estudo faz parte do macroprojeto ‘Níveis de atividade física, aptidão física e comportamento social relacionados à saúde em adolescentes: um estudo de tendência secular’, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC sob o parecer nº 2.172.699, vinculado ao Grupo de Estudos e Pesquisa em Cineantropometria (GEPECIN) do CEFID/UDESC. Essa pesquisa caracteriza-se como epidemiológica, de base escolar, com delineamento transversal, na qual participaram 1026 adolescentes de 14 a 19 anos, matriculados no ensino médio da rede pública de ensino de Florianópolis. Foram coletadas informações demográficas (sexo e idade), adiposidade corporal (dobras cutâneas das regiões tricipital e subescapular – CSEP, 2004), atividade física (IPAQ, versão curta - GUEDES, LOPES E GUEDES, 2005), participação em atividade física extracurricular e componentes da aptidão física (flexibilidade, resistência abdominal, preensão manual e aptidão cardiorrespiratória – CSEP, 2004). A variável dependente foi a adiposidade corporal obtida por meio do somatório de duas dobras cutâneas (tricipital+subescapular) e as demais variáveis foram consideradas independentes. Os dados foram tabulados, inicialmente em planilha do Excel e posteriormente foram transferidos ao software IBM SPSS Statistics 20.0. O nível de significância adotado em todas as análises foi de $p < 0,05$. Para a caracterização dos participantes do estudo foram realizadas análises descritivas de média, desvio padrão e distribuição de frequências (absoluta e relativa). Utilizou-se o teste “t” independente ou U de Mann-Whitney para verificar diferenças dos valores médios entre os sexos. Foram conduzidas análises de regressão linear múltipla (método *stepwise*) para verificar possíveis associações da adiposidade corporal (variável dependente) com as variáveis independentes. Valores médios superiores foram verificados no sexo masculino ($p < 0,05$) na maioria das variáveis investigadas, com exceção do somatório de dobras cutâneas e da flexibilidade, as quais foram superiores no sexo feminino ($p < 0,05$). O modelo final explicou 27,4% da variação dos escores da variável dependente no sexo feminino e 26,1% no sexo masculino. Nas meninas, a aptidão cardiorrespiratória apresentou maior poder de predição da adiposidade corporal elevada ($R^2 = 23,5$, $F = 151,967$; $\beta = -0,51$, $p < 0,05$), seguida da participação em atividade física extracurricular ($\Delta R^2 = 0,015$, $F = 7,640$, $\beta = -0,12$, $p < 0,05$), da resistência abdominal ($\Delta R^2 = 0,012$, $F = 9,978$, $\beta = -0,13$, $p < 0,05$) e da força de preensão manual ($\Delta R^2 = 0,012$, $F = 8,4858$, $\beta = 0,12$, $p < 0,05$). No sexo

masculino, observou-se que a variável com maior poder de predição também foi a aptidão cardiorrespiratória ($R^2= 23,1$, $F= 155,596$, $\beta= -0,46$, $p< 0,05$), seguida da resistência abdominal ($\Delta R^2= 0,02$, $F= 14,081$, $\beta= -0,13$, $p< 0,05$) e da flexibilidade ($\Delta R^2= 0,01$, $F= 6,521$, $\beta= -0,10$, $p< 0,05$). De acordo com os resultados do presente estudo, conclui-se que, em ambos os sexos, a adiposidade corporal aumenta conforme diminuem os níveis de aptidão cardiorrespiratória, resistência abdominal; nas meninas e meninos, respectivamente, observou-se que conforme aumenta a adiposidade corporal, diminui a participação nas atividades físicas extracurriculares e a flexibilidade; e, ainda, conforme aumenta a adiposidade corporal, os níveis de força de preensão manual aumentam no sexo feminino. Sendo assim, é importante o incentivo, além da prática da Educação Física escolar, da prática de atividade física extracurricular de modo a melhorar os níveis de adiposidade corporal dos adolescentes o que, consequentemente, pode melhorar as variáveis relacionadas a saúde.