

# A ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES DE DIFERENTES NÍVEIS SÓCIO-ECONÔMICOS

## PHYSICAL ACTIVITY IN ADOLESCENTS OF DIFFERENT SOCIAL ECONOMIC LEVELS

Fernando Marani\*  
Arli Ramos de Oliveira\*\*  
Marcos Kazuyoshi Omori\*\*\*

### RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar a prática de atividade física habitual de escolares de diferentes classes socioeconômicas do Ensino Médio da Rede Pública Estadual de Londrina, Paraná. A amostra envolveu 95 adolescentes selecionados aleatoriamente, com 17,6 ( $\pm 0,7$ ) anos. O nível de atividade física (NAF) foi analisado pelo Questionário de Atividade Física Habitual de PATE (1988), e o nível socioeconômico (NSE), pelo questionário da Associação Brasileira de Pesquisa em Mercados - ABIPEME. Estatística descritiva, o Coeficiente de Correlação de Spearman ( $r$ ) e o Teste "t" de Student foram utilizados na análise das variáveis do estudo. Uma elevada proporção de adolescentes foi classificada como moderadamente ativa e muito ativa fisicamente (59%), e o NSE não influenciou os NAFs ( $p < 0,05$ ) entre as classes. A classe C apresentou uma maior proporção nas categorias moderadamente ativo e muito ativo em relação às classes B e A; no entanto, 41% dos adolescentes foram classificados como inativos e pouco ativos, tendo uma maior proporção nas classes A e B.

**Palavras-chave:** Atividade física. Adolescentes. Nível socioeconômico.

### INTRODUÇÃO

Nos últimos anos a clara associação dos benefícios da prática regular de atividade física à saúde e à qualidade de vida encontra-se amplamente discutida na literatura, evidenciando a estreita relação de um estilo de vida sedentário com as doenças crônico-degenerativas.

Não obstante tais evidências, nota-se que o ser humano está cada vez mais limitado a realizar esforços físicos, em decorrência do crescente avanço tecnológico, em função de uma progressiva automação e mecanização observada em seu cotidiano, propiciando um estilo de vida hipocinético.

Tal comportamento tem sido notado já nas primeiras décadas de vida, em que crianças e adolescentes estão substituindo atividades que envolvam algum esforço físico pelas novidades eletrônicas (GUEDES; GUEDES, 1993). Este

fato torna-se extremamente preocupante, pois estudos têm destacado que hábitos de prática da atividade física, quando incorporados na infância e na adolescência, podem ser transferidos para idades adultas (LAAKSO; VIKARI, 1997; GLENMARK et al., 1994).

Silva e Malina (2003), em um estudo com adolescentes, investigaram a relação entre o tempo de assistência à TV e a prevalência de sobrepeso. Os resultados sugerem que maus hábitos desenvolvidos já a partir desta fase da vida podem trazer riscos para a saúde futura, e conseqüentemente, para a qualidade de vida. Por isso nota-se a necessidade de, durante essa fase da vida, adotar-se a prática regular de atividade física contra os fatores de risco, como um importante fator de preservação de doenças crônicas, como a diabetes tipo II, doenças cardiovasculares e até alguns tipos de câncer. Tais doenças podem ser prevenidas já a partir das duas primeiras décadas de vida,

\* Programa de Iniciação Científica – PROIC/UEL. Universidade Estadual de Londrina.

\*\* Doutor. Professor Adjunto do Departamento de Esportes Individuais e Coletivos da Universidade Estadual de Londrina.

\*\*\* Professor do Harmonia Tênis Clube de Cambé.

advindo daí conseqüências positivas para o futuro estado de saúde (NAHAS, 2003; PINHO; PETROSKI, 1997; SALLIS; PATRICK, 1994).

Deve-se ressaltar que o envolvimento de crianças e jovens, assim como de adultos, em atividades físicas favoráveis à saúde, está associado a diversos fatores demográficos, psicológicos, fisiológicos, ambientais e socioculturais (MARCUS; SALLIS, 1997; MORGAN et al., 2003; OLIVEIRA, 1996; PATE, 1997). Tornar-se mais ativo fisicamente implica uma série de mudanças e relações extremamente complexas, devido à diversidade deste fenômeno.

Segundo Shepard (1995), um aumento nos programas de atividades físicas, tanto na infância e adolescência como em outras fases, consome tempo e envolve custos, podendo levar ao desestímulo para a prática de atividade física; no entanto, não deveria impedir as manifestações de um comportamento mais ativo fisicamente.

Dentro deste contexto, a compreensão dos fatores norteadores da prática regular de atividade física, principalmente em crianças e adolescentes, devido à sua possível transferência para idades adultas, torna-se um fator primordial na busca por uma melhor estruturação de programas educacionais voltados à promoção da saúde. Esses programas devem ser embasados nos fatores e relações favoráveis e não-favoráveis à aderência e/ou manutenção de um estilo de vida mais saudável já a partir dessa fase da vida.

Destarte, o objetivo do presente estudo foi analisar a prática de atividade física habitual de adolescentes de diferentes classes socioeconômicas do Ensino Médio da Rede Pública Estadual de Londrina, Paraná, e verificar se existe relação entre o nível socioeconômico e a prática de atividade física.

## MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo utilizou metodologia descritiva, sendo a amostra (N=95) selecionada aleatoriamente e constituída de escolares matriculados na 3ª série do Ensino Médio da Rede Pública Estadual de Londrina, Paraná, da faixa etária de 17,6 ( $\pm 0,7$ ) anos,

dos quais 50 eram do sexo feminino e 45 do sexo masculino.

Informações sobre os níveis de atividade física foram obtidas pelo Questionário de Atividade Física Habitual de PATE (1988), traduzido e adaptado por NAHAS (2003), englobando atividades ocupacionais diárias e atividades de lazer que, classificam as pessoas, conforme pontuação obtida, em:

- 0-5 pontos: inativa
- 6-11 pontos: pouco ativa
- 12-20 pontos: moderadamente ativa
- 21 ou mais pontos: muito ativa

Com relação à situação socioeconômica das famílias dos adolescentes envolvidos no estudo, recorreu-se a um instrumento seguindo as diretrizes da Associação Brasileira em Pesquisas de Mercado (ABIPEME), classificado por Orozco *et al.* (1999), referente ao nível de escolaridade dos pais, posse de utensílios domésticos, automóveis e número de empregados domésticos. Mediante pontuações computadas em cada um dos itens considerados, foi definida a classe socioeconômica familiar categorizada do menor nível (Classe E) para o maior nível (Classe A).

A coleta dos dados ocorreu em sala de aula, durante o horário de uma aula de Educação Física, onde o pesquisador explicou para os adolescentes selecionados os propósitos da pesquisa, entregando em seguida os questionários, os quais foram respondidos e entregues ao responsável até o final do horário da aula.

Para descrever os componentes das informações coletadas no estudo, foram utilizados os procedimentos da estatística descritiva (média, desvio-padrão e porcentagem de frequência das respostas). Para verificação de possíveis associações entre as variáveis nível socioeconômico e nível de atividade física, recorreu-se ao Coeficiente de Correlação de Spearman (r). Para comparações sobre os níveis de atividade física entre as diferentes classes socioeconômicas e entre os sexos, recorreu-se ao Teste "t" de Student, para amostras independentes.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 apresenta as porcentagens de cada gênero nas classes socioeconômicas e o número total dos sujeitos analisados. A amostra foi constituída de apenas três classes (C, B e A) e apresentou uma grande homogeneidade quanto às proporções em cada classe socioeconômica em relação ao gênero da amostra, encontrando-se uma maior proporção, nas classes B e A.

**Tabela 1** - Aspectos demográficos da amostra envolvendo o gênero, idade e porcentagem de acordo com o nível socioeconômico (NSE)

Gênero	Idade		%			Nº Total
	Média	DP	C	B	A	
Feminino	17,6	0,6	16%	48%	36%	50
Masculino	17,5	0,7	15,6%	51,1%	33,3%	45
<b>Total</b>	17,6	0,7	15,8%	49,5%	34,7%	95

Com relação ao nível de atividade física, nota-se na Figura 1 que aproximadamente 59% da amostra total podem ser classificados como moderadamente ativos a muito ativos fisicamente, e cerca de 41% como inativos a pouco ativos fisicamente. Isso indica que a maioria da amostra é ativa fisicamente. Não obstante, deve-se ressaltar que uma grande parcela foi classificada como inativa e pouco ativa fisicamente.

Pela análise entre os sexos percebe-se que os rapazes apresentaram uma maior proporção nas classificações de moderadamente ativo e muito ativo (40% e 33,3%), em relação às moças (38% e 8% respectivamente). As moças obtiveram uma maior proporção nas categorias de inativo e pouco ativo (24% e 30%) que os rapazes (2,2% e 24,4%). Este fato está de acordo com estudos de Guedes e Grondin (2002) e Pate et al. (1997), que apontam os rapazes como habitualmente mais ativos fisicamente do que as moças.

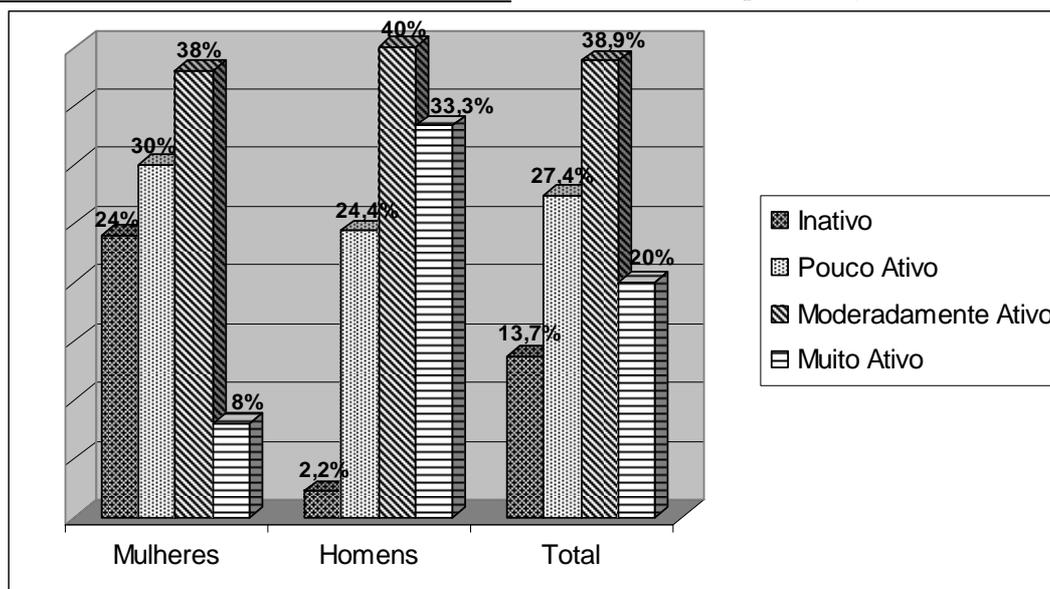
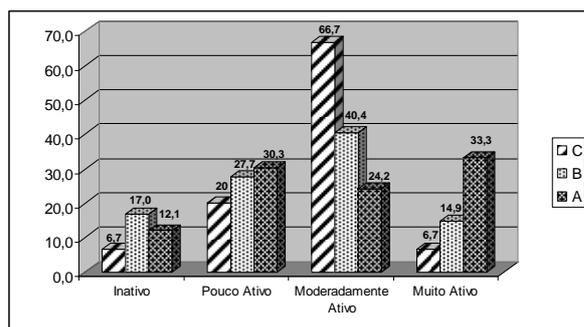


Figura 1. Porcentagem do nível de atividade física entre os sexos e o total da amostra

Analisando-se o nível de atividade física de acordo com as classes socioeconômicas (Figura 2), nota-se que em todas as classes houve uma maior proporção nas categorias de moderadamente ativo a muito ativo fisicamente. As classes socioeconômicas C e B apresentaram uma maior proporção na categoria moderadamente ativo (66,7% e 40,4%) respectivamente.

Considerando-se as categorias de inativo e pouco ativo, as maiores porcentagens destes indivíduos estão nas classes B (44,7%) e A

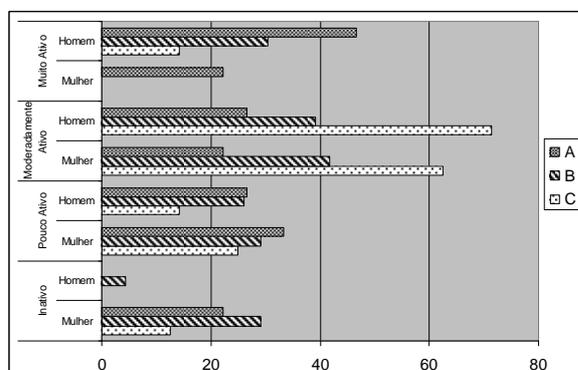
(42,4%). Esses resultados são similares aos do estudo de Matsudo et al. (2002), que indica uma grande porcentagem de indivíduos classificados como sedentários na classe de maior poder aquisitivo. O presente estudo também evidenciou uma grande proporção de sujeitos desta classe classificados como moderadamente ativos a muito ativos (57,5%); no entanto, a classe C foi a que apresentou uma maior proporção nestas categorias (73,4%).



**Figura 2** - Percentagem entre nível socioeconômico e atividade física da amostra total

Quando analisado o nível de atividade física nas classes socioeconômicas considerando-se o gênero (Figura 3), percebe-se que a classe C, em ambos os sexos, apresentou maiores proporções nas categorias de moderadamente ativo, onde os rapazes apresentaram uma notável superioridade (71,4%) em relação às moças (62,5%). Nota-se também que as moças não apresentaram classificação na categoria de muito ativo nas classes C e B; por outro lado, os rapazes não foram classificados como inativos nas classes C e A e tiveram uma baixa proporção na classe B (4,3%). Já na classe B percebe-se que as moças apresentaram uma leve superioridade na categoria moderadamente ativo (41,7%) em relação aos rapazes (39,1%).

As moças apresentaram índices mais elevados nas categorias de inativo e pouco ativo fisicamente em todas as classes, em relação aos rapazes. Nas categorias moderadamente ativo e muito ativo os rapazes obtiveram maiores proporções em todas as classes socioeconômicas. Não obstante, apenas foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os sexos ( $p < 0,05$ ) nas classes B (0,0005) e A (0,02).



**Figura 3** - Percentagem entre nível socioeconômico e atividade física de rapazes e moças

Na Tabela 2 podem-se notar baixas associações ( $r$ ) entre o nível socioeconômico (NSE) e os níveis de atividade física (NAF). Percebe-se também, que não foram encontradas diferenças estatísticas significativas ( $t$ ) nos NAFs entre as classes socioeconômicas. Tal fato sugere que nessa população as diferentes classes parecem não influenciar diretamente os níveis de atividade física dos adolescentes; no entanto, deve-se ressaltar que a atividade física é influenciada por diversos fatores, os quais se diversificam entre as pessoas, comunidades, cidades, países, etc.

**Tabela 2** - Valores de ( $r$ ) e ( $t$ ) entre o Nível Sócio-Econômico (NSE) e o Nível de Atividade Física (NFA)

Gênero	Teste "t" de Student			Spearman ( $r$ )
	C e B	C e A	B e A	NSE e NAF
Mulheres	0,13	0,45	0,09	0,018
Homens	0,46	0,22	0,18	0,12
<b>Total</b>	<b>0,29</b>	<b>0,29</b>	<b>0,09</b>	<b>0,06</b>

## CONCLUSÃO

Os resultados obtidos no presente estudo indicam que os adolescentes apresentaram uma elevada proporção nas categorias de moderadamente ativo e muito ativo. O nível socioeconômico não influenciou necessariamente os níveis de atividade física desta população, observados através dos baixos valores de correlação, não ocorrendo diferenças estatisticamente significativas entre as classes. Entretanto, notou-se uma superioridade percentual da classe C, na qual os sujeitos foram classificados como moderadamente ativos e muito ativos, e também uma grande proporção deles foi classificada como inativa e pouco ativa fisicamente, envolvendo as classes B e A.

Destarte, sugere-se que futuros estudos que tenham por objetivo levantamentos sobre os níveis de atividade física considerem, além dessas variáveis, a idade, os aspectos geográficos, conhecimentos, dentre outras variáveis, em busca de um melhor entendimento deste fenômeno. Ainda se deve destacar que a amostra apresenta características pouco representativas da população em geral, pois o nível de escolaridade analisado abrange pouco mais de 20% da população, conforme o relatório do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2002).

---

**PHYSICAL ACTIVITY IN ADOLESCENTS OF DIFFERENT SOCIAL ECONOMIC LEVELS**
**ABSTRACT**

The purpose of this study was to analyze the scholar Habitual Physical Activity of different social economic levels belonging to the Londrina Public High School, Paraná State, Brasil. The sample was selected randomly involving 95 adolescents, with 17,6 ( $\pm 0,7$ ) years of age. The physical activity level (PAL) was analyzed through the Habitual Physical Activity from PATE (1988), and the social economic level (SEL) by the Brazilian Association of Market Research -ABIPEME Questionnaire. The Descriptive statistics, Spearman Correlation Coefficient (r), and the Student "t" Test were used in the analysis of the study variables. A high proportion of adolescents was classified as moderately active and very active physically (59%), and the SEL did not influence in the PAL ( $p < 0,05$ ) between economic classes. The C class presented a higher proportion in the categories moderately active and very active in relation to the B and A classes. However, 41% of adolescents were classified as inactive and less active, have a greater proportion in the A and B classes.

**Key words:** Physical activity. Adolescents. Social-economic level..

---

**REFERÊNCIAS**

GLENMARK, B.; HEDBERG, G.; JANSSON, E.

Prediction of physical activity level in adulthood by physical characteristics, physical performance and physical activity in adolescence: an 11-year follow-up study.

**European Journal of Applied Physiology**, Heidelberg, v. 69, p. 530-538, 1994.

GUEDES, D. P.; GRONDIN, L. M. V. Percepção de hábitos saudáveis por adolescentes: Associação com indicadores alimentares, prática de atividade física e controle do peso corporal. **Revista brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 2, n. 1, p. 23-45, set. 2002.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Educação física escolar: uma proposta de promoção da saúde. **Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina**, Londrina, v. 7 n. 14, p. 16-23, 1993.

LAAKSO, L.; VIKARI, J. Physical activity in childhood and adolescence as predictor of physical activity in young adulthood. **American Journal of Preventive Medicine**, Londrina, v.13, p. 317-323, 1997.

MARCUS, B. H.; SALLIS, J. F. Determinants of physical activity behavior and implications for interventions. In: LEON, A. S. **Physical activity and cardiovascular health - a national consensus**. Champaign: Human Kinetics, 1997. p. 192-201.

MATSUDO, S. M. et al. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. **Revista brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, DF, v. 10, n. 4, p. 41-50, 2002.

MORGAN, C. F.; MCKENZIE, T. L.; SALLIS, J. F.; BROYLES, S. L.; ZIVE, M. M.; NADER, P. R. Personal, social, and environmental correlates of physical activity in a bi-ethnic sample of adolescents. **Pediatric Exercise Science**, Champaign, v. 15, n. 3, p. 288-301, 2003.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3. ed. Londrina: Midiograf, 2003.

OLIVEIRA, A. R. de. Fatores influenciadores na determinação do nível de aptidão física em crianças.

**Synopsis**, Curitiba, v. 7, p. 48-62, 1996.

OROZCO, G. O.; GONÇALVES, C. M.; FRANÇA, N. M.; MATSUDO, V. K. R. Avaliação sócio-econômica em escolares de Ilha Bela: classificação e validação do teste. In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, n° ., 1999, São Caetano do Sul. **Anais...** São Caetano do Sul: CELAFISCS, 1999. p. 170.

PATE, R. R. Physical activity in children and adolescents. In: LEON, A. S. **Physical activity and cardiovascular health - a national consensus**. Champaign, IL: Human Kinetics, 1997. p. 210-217.

PINHO, R. A.; PETROSKI, E. L. Nível de atividade física em crianças. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v. 2, n. 3, p. 67-79, 1997.

SALLIS, J. F.; PATRICK, K. Physical activity guidelines for adolescents: consensus statement. **Pediatric Exercise Science**, Champaign, n. 6, p. 302-314, 1994.

SHEPARD, R. J. Custos e benefícios dos exercícios físicos na criança. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Londrina, v. 1, n. 1, p. 66-84, 1995.

SILVA, R. R.; MALINA, R. M. Sobrepeso, atividade física e tempo de televisão entre adolescentes de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, DF, v. 11, n. 4, p. 63-66, 2003.

Recebido em 30/01/05

Revisado em 27/05/05

Aceito em 10/06/05

---

**Endereço para correspondência:** Arli Ramos de Oliveira. Rua Jorge Velho, 847, Apto. 104, Vila Larsen, CEP 86010-600, Londrina-PR. E-mail: arli@uel.br