

Porém, estudos apontam que há um declínio nos índices de aptidão física em crianças e adolescentes e um aumento da prevalência de sobrepeso e da obesidade em escolares(1,2). A saúde é uma questão de educação e a escola caracteriza-se como um dos locais mais privilegiados para desenvolver programas e estratégias de educação para a saúde e estilo de vida fisicamente ativo. O professor de Educação Física tem o dever de desenvolver métodos e estratégias para estimular crianças e adolescentes à iniciação de uma prática esportiva, mostrando que a atividade física aliada a hábitos saudáveis promove melhor aptidão física, atuando na prevenção e no tratamento do sobrepeso e da obesidade infantil(3). Desta maneira, tornam-se importantes a promoção de práticas de atividades físicas e de hábitos saudáveis nos indivíduos mais jovens, para que gastem menos tempo exercendo atividades sedentárias(4), as quais apresentam relação direta com o excesso de peso em escolares. No Brasil, há várias investigações em diferentes regiões que comprovam o aumento do sobrepeso e da obesidade de crianças e adolescentes(5). A proporção de escolares que atendem às exigências motoras mínimas estabelecidas que possam satisfazer os critérios referenciados para a saúde não é maior que 10%, e a quantidade de jovens que alcançam os critérios tem sido menor a partir dos 10 anos de idade, em ambos os sexos. Contudo, observa-se uma carência de dados sobre esta temática em colégios militares.

Objetivo: O objetivo do presente estudo foi avaliar a prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares de um colégio militar, investigando possíveis diferenças entre os sexos e faixa etária.

Métodos: Trata-se de um estudo descritivo. A amostra foi composta por 381 escolares do Colégio Militar de Juiz de Fora (CMJF), sendo 213 meninos (55,9%) e 168 meninas (44,1%), com idades de 11 (n = 49; 12,9%), 12 (n = 51; 13,4%), 13 (n = 40; 10,5%), 14 (n = 61; 16,0%), 15 (n = 69; 18,1%), 16 (n = 67; 17,6%) e 17 (n = 44; 11,5%) anos. Os alunos do 6º ao 9º ano do ensino fundamental realizam duas aulas semanais de Educação Física de 60 minutos. E os alunos do ensino médio realizam uma aula semanal de Educação Física de 60 minutos. Para os alunos do 6º e 7º anos do ensino fundamental, são oferecidas diversas modalidades esportivas pela seção de Educação Física do Colégio Militar. A partir do 8º ano do ensino fundamental, o aluno escolhe qual modalidade esportiva deseja praticar durante o ano letivo. No período da tarde, são oferecidos treinamentos sistematizados e por modalidade, para os alunos interessados em fazer parte da equipe do CMJF, com a finalidade de disputar campeonatos esportivos. Os treinamentos aconteceram duas vezes por semana com duração de 120 minutos por treino.

Sobrepeso e obesidade em escolares de um Colégio Militar

Patrícia Paixão Fayer¹, Maria Marta Conrado¹, Luciano Miranda²; Emerson Filipino Coelho¹, Renato Melo Ferreira¹; Francisco Zacaron Werneck¹

¹Universidade Federal de Ouro Preto; ²Colégio Militar de Juiz de Fora.

Introdução: A Educação Física escolar se apresenta como uma importante aliada para o desenvolvimento da aptidão física dos alunos.

Anualmente os alunos participam da Olimpíada interna do CMJF e os alunos das equipes disputam os Jogos da Amizade, competição esportiva realizada entre os 13 colégios militares do Brasil. Obteve-se aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Ouro Preto (CAAE: 32959814.4.1001.5150). Os alunos foram submetidos a uma bateria de testes durante o horário de aula de Educação Física, em agosto de 2015. Para o presente estudo, foram utilizados os dados antropométricos: Massa Corporal e Estatura, sendo calculado o Índice de Massa Corporal (IMC), através da divisão da massa corporal em quilogramas pela estatura em metros elevada ao quadrado. Em seguida, o IMC foi classificado utilizando os critérios sugeridos pelo PROESP-BR para definição de sobrepeso e obesidade, de acordo com o sexo e idade dos escolares (disponível em: <https://www.ufrgs.br/proesp/arquivos/manual-proesp-br-2016.pdf>). O IMC é utilizado pela bateria de testes do PROESP-BR como um dos critérios de avaliação da aptidão física relacionada à saúde. Os dados foram apresentados como frequência absoluta (n) e relativa (%). Para testar diferenças entre os sexos, utilizou-se o teste do Qui-Quadrado (X²); para testar a relação entre idade e IMC, utilizou-se a correlação de Pearson, sendo adotado o valor de $p < 0,05$ para significância estatística. Em todas as análises usou-se o software IBM SPSS versão 24.

Resultados: Com base nos valores de IMC, a proporção de sobrepeso nos escolares foi de 23,6% (n = 90) e de obesidade foi de 5,8% (n = 22). Não foi observada diferença estatisticamente significativa entre os sexos quanto ao sobrepeso (X² = 0,006; p = 0,94) e obesidade (X² = 0,566; p = 0,45). Nos meninos, o sobrepeso foi de 23,5% e de obesidade foi de 6,6%, enquanto que nas meninas foi de 23,8% e 4,8%, respectivamente. Não foi observada correlação entre o excesso de peso e a faixa etária (X² = 3,819; p = 0,70). No entanto, foi observada correlação positiva e estatisticamente significativa entre a idade cronológica e o IMC (r = 0,32; p < 0,0001), sugerindo que maiores valores de IMC são observados nos alunos com maior idade. A força do coeficiente de correlação neste caso foi de pequena magnitude, sugerindo que a idade cronológica explicaria apenas 10% da variabilidade dos valores de IMC dos alunos (0,322 = 0,10).

Conclusão: Os resultados encontrados no presente estudo apontam que existe um elevado número de alunos com excesso de peso (29,4%; n = 112) em escolares de colégios militares, o que se assemelha a diversos estudos realizados no Brasil. Além disso,

verificou-se que não foram encontradas diferenças estatisticamente relevantes entre os sexos e entre os grupos de faixa etária, sugerindo que o sobrepeso e a obesidade acontecem tanto nos meninos quanto nas meninas nas diversas idades. Sabe-se que o sobrepeso e a obesidade estão relacionados com uma baixa aptidão física, o que pode prejudicar o desenvolvimento e as relações interpessoais de crianças e adolescentes. Portanto, diante dos achados, sugere-se a necessidade de intervir nesta população, de forma que seja dedicado maior tempo de atividades físicas e a melhora de hábitos alimentares, uma vez que estes fatores são determinantes para manter uma boa aptidão física. Para isso, a participação dos professores de Educação Física é imprescindível, no sentido de conscientizar os alunos a terem um estilo de vida mais ativo e saudável. Recomendam-se novos estudos que investiguem fatores relacionados ao excesso de peso em escolares de colégios militares.

Palavras-chave: escolares, obesidade, exercício.

Referências:

1. Junior JGS, Borges ML. Prevalência de sobrepeso e obesidade e aptidão física relacionada a saúde em alunos do Programa Escolar de Tempo Integral de Uberaba (PROETI). *Col Pesq Educ Fís*. 2015; 14(1):121-130.
2. Dumith SC, Júnior MRA, Rombaldi AJ. Aptidão Física relacionada à saúde de alunos do ensino fundamental do Município de Rio Grande, RS, Brasil. *Rev Bras Med Esporte*. 2008; 4(5):454-459.
3. Verardi CEL, Lobo APS, Amaral VE, Freitas VL, Hirota VB. Análise da aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho motor em crianças e adolescentes da cidade de Carneirinho-MG. *Rev. Mackenzie Educ Fís Esporte*. 2007; 6(3):127-134.
4. PINHO RA, PETROSKI EL. Adiposidade corporal e nível de atividade física em adolescentes. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 1999; 1(1): 60-68.
5. Guedes DP, Paula IG, Guedes J, Stanganelli LCR. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes: estimativas relacionadas ao sexo, à idade e à classe socioeconômica. *Rev Bras Educ Fís Esporte*. 2006; 20(3): 151-63.

[§]Autor correspondente: Patrícia Paixão Fayer – e-mail: patyapaixaofayer@hotmail.com.

*Este estudo recebeu apoio financeiro da UFOP.