



# REVISTA PAULISTA DE PEDIATRIA

www.rpped.com.br



## ARTIGO ORIGINAL

### Prevalência de comportamento sedentário de escolares e fatores associados



Rodrigo Wiltgen Ferreira<sup>a,\*</sup>, Airton José Rombaldi<sup>a</sup>, Luiza Isnardi Cardoso Ricardo<sup>b</sup>, Pedro Curi Hallal<sup>a,b</sup> e Mario Renato Azevedo<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas (Ufpel), Pelotas, RS, Brasil

<sup>b</sup> Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia, Universidade Federal de Pelotas (Ufpel), Pelotas, RS, Brasil

Recebido em 11 de fevereiro de 2015; aceito em 4 de junho de 2015

Disponível na Internet em 31 de dezembro de 2015

#### PALAVRAS-CHAVE

Estilo de vida sedentário;  
Comportamento do adolescente;  
Adolescentes;  
Televisão;  
Internet

#### Resumo

**Objetivo:** Determinar a exposição de escolares a quatro indicadores diferentes de comportamento sedentário (CS) e suas associações com gênero, série escolar, idade, condição econômica e nível de atividade física.

**Métodos:** Um estudo transversal foi feito em 2013. Os CS foram obtidos com o instrumento Helena, composto por perguntas sobre tempo de tela (TV, videogames e internet) e atividades na posição sentada na escola em relação ao turno. O ponto de corte de  $\geq 2$  horas/dia foi usado para categorizar o desfecho. A regressão de Poisson foi usada para avaliar associações entre o desfecho e as variáveis independentes (nível de significância de 95%) e controlar as variáveis de confusão e o possível efeito do desenho.

**Resultados:** A amostra foi composta por 8.661 alunos. A prevalência geral de CS foi de 69,2% (IC95%: 68,1-70,2) em dias de semana e 79,6% (IC95%: 78,7-80,5) nos fins de semana. O sexo feminino mostrou maior associação com o desfecho, exceto para jogos eletrônicos. Estudantes de séries mais avançadas estavam mais envolvidos em tarefas na posição sentada, quando comparados com os das séries iniciais. Os alunos mais velhos eram mais propensos a navegar na internet por mais de duas horas por dia. Estudantes com condição econômica mais elevada eram mais propensos a passar o tempo em videogames e internet. Indivíduos ativos eram menos propensos a se envolver em CS durante a semana.

**Conclusões:** A prevalência da CS foi elevada, principalmente nos fins de semana. As associações com sexo, idade, série escolar e nível de atividade física devem ser consideradas para elaborar intervenções mais eficientes no controle dos CS.

© 2015 Sociedade de Pediatria de São Paulo. Publicado por Elsevier Editora Ltda. Este é um artigo Open Access sob a licença CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pt>).

DOI se refere ao artigo: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2015.09.002>

\* Autor para correspondência.

E-mail: [wiltgenrodrigo@gmail.com](mailto:wiltgenrodrigo@gmail.com) (R.W. Ferreira).

**KEYWORDS**

Sedentary lifestyle;  
Adolescent behavior;  
Adolescents;  
Television;  
Internet

**Prevalence of sedentary behavior and its correlates among primary and secondary school students****Abstract**

**Objective:** To determine the students' exposure to four different sedentary behavior (SB) indicators and their associations with gender, grade, age, economic status and physical activity level.

**Methods:** A cross-sectional study was conducted in 2013. The SB was collected using the HELENA instrument, composed by screen time questions (TV, video games and internet) and sitting activities on school opposite shift. The cut point of  $\geq 2$ h/day was used to categorize the outcome. The Poisson regression was used for associations between the outcome and the independent variables (95% significance level), controlling for confounding variables and the possible design effect.

**Results:** The sample was composed by 8661 students. The overall prevalence of SB was 69.2% (CI95% 68.1–70.2) on weekdays, and 79.6% (CI95% 78.7–80.5) on weekends. Females were more associated with the outcome, except to electronic games. Advanced grades students were more involved in sitting tasks when compared to the early grades. Older students were more likely to surf on net for  $\geq 2$ h/day. Higher economic level students were more likely to engage in video games and internet. Active individuals were less likely to engage in SB on weekdays.

**Conclusions:** The prevalence of SB was high, mainly on weekends. The associations with sex, age, grade and physical activity level should be considered into elaboration of more efficient interventions on SB control.

© 2015 Sociedade de Pediatria de São Paulo. Published by Elsevier Editora Ltda. This is an open access article under the CC BY license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Introdução**

Desde o fim da II Guerra Mundial, houve uma intensificação no processo de comunicação, particularmente estimulada pelo advento da televisão. A intensificação do processo de comunicação traz benefícios, mas nas últimas décadas estudos têm demonstrado que o excesso de tempo sedentário pode levar a problemas de saúde, especialmente entre as novas gerações, que crescem em uma era de uso maciço da tecnologia.<sup>1</sup> O comportamento sedentário (CS) está sendo conceitualizado na literatura como qualquer atividade com um custo de energia igual ou inferior a 1,5 METs<sup>1</sup> feita na posição reclinada ou sentada.<sup>2</sup>

A infância e a adolescência são épocas particularmente relevantes para o estudo do CS, porque o período é caracterizado por mudanças físicas e mentais acentuadas.<sup>3</sup> Nesse sentido, há evidências de que o CS tem impacto direto sobre desfechos de saúde, como obesidade, síndrome metabólica e doenças cardiovasculares.<sup>4-6</sup> Também tendo sido descrito como relacionado a reduções na expectativa de vida.<sup>7</sup> Devido aos seus efeitos sobre a saúde, recomendações sobre CS foram publicadas em 2001, com uma atualização em 2011.<sup>8</sup>

<sup>1</sup> Unidade de intensidade de atividade física referente ao metabolismo basal. Um MET é equivalente a 3,5mL/kg/min. ou 1kcal/kg/h. Por exemplo, caminhadas vigorosas requerem quatro vezes mais energia do que o metabolismo basal, portanto, 4 METs. O fato de ficar na posição em pé requer duas vezes mais energia do que o metabolismo basal (2 METs), então, o indivíduo não é considerado em CS.

Um recente estudo de revisão identificou 24 estudos brasileiros sobre CS, a maioria dos quais com foco em mídia digital ou tempo de tela (televisão, jogos e computador).<sup>9</sup> No entanto, as diferenças entre as ferramentas de medição (estrutura do questionário), assim como as abordagens analíticas (limitares de CS, tipos de regressão e possível controle de fatores de confusão), tornam difícil a comparação de dados de diferentes estudos. Além disso, é necessário analisar as possíveis associações com variáveis sociais, demográficas e comportamentais, a fim de fazer intervenções eficazes para controlar CS.

O objetivo do presente estudo foi avaliar a exposição a quatro indicadores de CS em adolescentes da cidade de Pelotas, RS, Brasil e suas associações com sexo, série escolar, idade, nível econômico e atividade física.

**Método**

Esse estudo transversal fez parte da terceira coleta de dados de acompanhamento de uma intervenção chamada Educação física +: Praticando a saúde na escola. Esse estudo foi feito em 56 escolas públicas de Pelotas em 2012 e 2013. O principal objetivo da intervenção foi disseminar informações relacionadas à atividade física e à saúde em geral por meio das aulas de educação física. Os dados apresentados neste artigo são um instantâneo da exposição ao CS.

Um processo de amostragem de múltiplos estágios foi usado e dividido em duas etapas, referentes a cada ano de intervenção. Um sorteio foi feito a cada ano entre todas as escolas elegíveis da cidade para garantir a representatividade da amostra. Mais informações sobre o processo de amostragem estão disponíveis no estudo de Spohr et al.<sup>10</sup>

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4175943>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4175943>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)