



REVISTA PAULISTA DE PEDIATRIA

www.rpped.com.br



ARTIGO ORIGINAL

Prevalência e fatores associados a baixos níveis de aptidão aeróbia em adolescentes



Eliane Cristina de Andrade Gonçalves e Diego Augusto Santos Silva*

Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, SC, Brasil

Recebido em 24 de março de 2015; aceito em 22 de junho de 2015
Disponível na Internet em 28 de novembro de 2015

PALAVRAS-CHAVE

Associação;
Consumo de oxigênio;
Estilo de vida;
Exercício;
Saúde do adolescente

Resumo

Objetivo: Avaliar a prevalência de baixos níveis de aptidão aeróbia e analisar sua associação com fatores sociodemográficos, estilo de vida e excesso de adiposidade corporal em adolescentes de uma cidade do sul do Brasil.

Métodos: Estudo com 879 adolescentes de 14 a 19 anos de São José, SC, Brasil. A aptidão aeróbia foi avaliada pelo teste canadense modificado de aptidão aeróbia. Variáveis sociodemográficas (cor da pele, idade, sexo, turno de estudo, nível econômico), maturação sexual e estilo de vida (hábitos alimentares, tempo de tela, nível de atividade física, consumo de álcool e de tabaco) foram avaliados por questionário autoadministrado. O excesso de adiposidade corporal foi avaliado pelo somatório das dobras cutâneas do tríceps e subescapular. Empregou-se a regressão logística para a estimativa de *odds ratio* e intervalos de confiança de 95%.

Resultados: A prevalência de baixo nível de aptidão aeróbia foi de 87,5%. As garotas que gastavam duas horas ou mais em frente à tela, que consumiam menos de um copo de leite ao dia, as não fumantes e com excesso de adiposidade corporal apresentaram mais chances de ter baixos níveis de aptidão aeróbia. Os garotos de cor de pele branca e que eram pouco ativos fisicamente apresentaram mais chances de ter baixo nível de aptidão aeróbia.

Conclusões: Oito em cada dez adolescentes estavam com baixos níveis de aptidão aeróbia. Fatores modificáveis do estilo de vida foram associados com baixos níveis de aptidão aeróbia. Intervenções que enfatizem a mudança de comportamento são necessárias.

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

DOI se refere ao artigo: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2015.06.025>

* Autor para correspondência.

E-mail: diegoaugustoss@yahoo.com.br (D.A.S. Silva).

KEYWORDS

Association;
Oxygen consumption;
Lifestyle;
Exercise;
Adolescent health

Factors associated with low levels of aerobic fitness among adolescents**Abstract**

Objective: To evaluate the prevalence of low aerobic fitness levels and to analyze the association with sociodemographic factors, lifestyle and excess body fatness among adolescents of southern Brazil.

Methods: The study included 879 adolescents aged 14 to 19 years the city of São José/SC, Brazil. The aerobic fitness was assessed by Canadian modified test of aerobic fitness. Sociodemographic variables (skin color, age, sex, study turn, economic level), sexual maturation and lifestyle (eating habits, screen time, physical activity, consumption of alcohol and tobacco) were assessed by a self-administered questionnaire. Excess body fatness was evaluated by sum of skinfolds triceps and subscapular. We used logistic regression to estimate odds ratios and 95% confidence intervals.

Results: Prevalence of low aerobic fitness level was 87.5%. The girls who spent two hours or more in front screen, consumed less than one glass of milk by day, did not smoke and had an excess of body fatness had a higher chance of having lower levels of aerobic fitness. White boys with low physical activity had had a higher chance of having lower levels of aerobic fitness.

Conclusions: Eight out of ten adolescents were with low fitness levels aerobic. Modifiable lifestyle factors were associated with low levels of aerobic fitness. Interventions that emphasize behavior change are needed.

© 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

Estudos de tendência secular demonstraram que o desempenho aeróbio de jovens está diminuindo.¹ O decréscimo atingiu 0,36% ao ano,¹ chegou a uma prevalência de baixo desempenho aeróbio de, aproximadamente, 80% em adolescentes do Brasil.²

A alta prevalência de níveis inadequados de aptidão aeróbia em adolescentes aumenta a morbimortalidade na vida adulta, em decorrência do sobrepeso,³ fatores de risco metabólicos³ e agravos cognitivos,⁴ além de causar dificuldades para fazer atividades do cotidiano.⁵ Em contrapartida, a manutenção de índices cardiorrespiratórios adequados, por si só, é capaz de reduzir os danos à saúde e auxilia na recuperação após esforços físicos intensos.³

O declínio da aptidão aeróbia está associado com algumas características individuais, como os fatores sociodemográficos e de estilo de vida.⁶ Revisão sistemática identificou os seguintes fatores associados a baixos níveis de aptidão aeróbia: sexo feminino, nível econômico baixo, menor consumo de produtos lácteos e cereais, maior consumo de bebidas adoçadas, prática insuficiente de atividade física, tempo excessivo de tela e excesso de adiposidade corporal.⁶ Entretanto, é controversa a associação entre baixos níveis de aptidão aeróbia e outros fatores sociodemográficos, como a cor da pele e a idade. Ademais, é pouco estudada a associação entre níveis de aptidão aeróbia e consumo excessivo de álcool e cigarro.⁶

Analisar a prevalência de baixos níveis de aptidão aeróbia e possíveis fatores correlatos, como indicadores sociodemográficos e de estilo de vida, justifica-se, pois: (a) contribuirá para o conhecimento epidemiológico do tema; (b) viabilizará identificar se a proporção de adolescentes com

níveis insuficientes de aptidão aeróbia é a mesma constatada em diferentes localidades; (c) possibilitará promover intervenções efetivas em nível comunitário e escolar sobre o desfecho. Assim, o objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de baixo nível de aptidão aeróbia e analisar a associação com fatores sociodemográficos, estilo de vida e excesso de adiposidade corporal em adolescentes do ensino médio de uma cidade do sul do Brasil.

Método

Este estudo analítico transversal de base escolar faz parte do macroprojeto Guia Brasileiro de Avaliação da Aptidão Física Relacionada à Saúde e Hábitos de Vida – Etapa I. Foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina sob Protocolo CAAE: 33210414.3.0000.0121 e desenvolvido entre agosto e novembro de 2014.

A população (n=5182) foi composta por escolares de 14 a 19 anos matriculados em escolas públicas estaduais de São José, SC, Brasil, que tem 209.804 habitantes e Índice de Desenvolvimento Humano Municipal de 0,809.⁷ São José faz limite territorial com Florianópolis e, juntas, formam a mais populosa região metropolitana de SC. Além de o espaço escolar ser ambiente propício para incentivar a adoção de estilo de vida saudável e ativo, por ser o local onde os jovens passam grande parte do tempo, a escolha por estudantes de instituições públicas se justifica porque as escolas e os bairros onde estão localizadas apresentam discrepâncias sociais, culturais e econômicas e permitem identificar adolescentes de diferentes culturas, etnias e costumes.

O processo amostral foi determinado em dois estágios: 1 – estratificado por escolas públicas estaduais de ensino

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4175958>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4175958>

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