



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA UnB
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

PATRÍCIA LIMA PACHECO

EDUARDA DA SILVA MESSAGI

**NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES BRASILEIROS QUE
ESTUDAM NA REDE PÚBLICA E PARTICULAR DE ENSINO: UMA REVISÃO
NARRATIVA**

PATRÍCIA LIMA PACHECO

EDUARDA DA SILVA MESSAGI

**NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES BRASILEIROS QUE
ESTUDAM NA REDE PÚBLICA E PARTICULAR DE ENSINO: UMA REVISÃO
NARRATIVA**

Trabalho de conclusão de curso (TCC) apresentado à Universidade de Brasília
(UnB) como parte das exigências para obtenção do título de licenciatura em
Educação Física .

PROF. DR. JUAN CARLOS PÉREZ MORALES

Orientador

Dedico à minha colega Eduarda, a caminhada foi intensa, difícil e cheia de aprendizado. Hoje, olhando para trás, vejo que muito do que aprendi foi fora da sala de aula, ao seu lado, a cada trabalho e estágio em dupla. Por isso, hoje é dia de agradecer a você, pelas conversas, as risadas compartilhadas e todos os erros e acertos que nos trouxeram até aqui. Dizem que os amigos da faculdade são aqueles que vamos levar para a vida toda e disso eu tenho total certeza. Conheci uma pessoa muito especial ao longo desses 4 anos e sinto que isso tornou essa caminhada ainda melhor.

À minha colega Patrícia: Assim foram os 4 anos mais rápidos que já vivi e no qual levarei para o resto da minha vida, agradeço assim por todos os momentos, aprendizados e conversas para juntas irmos até o final do nosso tão sonhado diploma. A longa caminhada cheia de desafios e experiências só nós soubemos. Gratidão por tudo que vivemos juntas na profissão no qual escolhemos.

Dedico.

“ Não há limites para aquele que se dedica com amor e gratidão.”

- Albert Einstein

AGRADECIMENTOS

Portanto, eu Eduarda quero agradecer primeiramente a Deus por me proporcionar estar finalizando mais um sonho, pela força, pela saúde e por ter me guiado até o fim. Não foi fácil, mas se fosse fácil não teria graça e nem muito aprendizado e conhecimento! Quero agradecer principalmente a minha mãe Adriana Nunes da Silva por estar ao meu lado desde o começo até o fim, quero agradecer também quem foi fundamental para eu estar aqui, terminando e finalizando mais 4 anos de uma faculdade pública, a minha irmã Milena Silva Messagi que me orientou a realizar o vestibular, me levou e foi comigo realizar o mesmo, estas duas pessoas citadas sempre foram quem mais me incentivaram e me ajudaram, e que sempre foram e vão ser a minha maior inspiração. Quero também agradecer ao meu namorado Iuri Emanuel Gomes da Silva que esteve ao meu lado e sempre disse para eu não desistir! Agradeço ao meu padrasto, a minha amiga Layana, Jessica e Sabrina que foram pessoas muito importantes durante a minha caminhada, que com palavras e pequenos detalhes me ajudaram a chegar até aqui. Agradeço também a minha colega Patrícia Pacheco que comigo trilhou os 4 anos, juntas vivenciamos e tivemos experiências maravilhosas, agradeço pelo apoio e por toda a ajuda. Sou extremamente grata pelo apoio de todos citados e nunca esquecerei que todos de alguma forma contribuíram para hoje eu chegar até aqui!

Eu Patrícia primeiramente agradeço a Deus, por ter me dado forças nesses 4 (quatro) anos de faculdade, também tenho muito a agradecer meu marido Rafael Gomes e meus filhos Guilherme Lima, Nathalia Lima e Henrique Lima que sempre me apoiaram nessa caminhada, a minha Sogra Rosane Gomes que é uma mãe pra mim, que me apoia e me dá suporte em todos os momentos difíceis, a minha cunhada Daniela Gomes que é uma irmã, que foi a pessoa que mais me incentivou a seguir meus estudos, as escolas que nos receberam de braços abertos para podermos realizar nossos estágios, em especial a Vice-diretora Girsela da Escola Estadual de Ensino Fundamental Visconde do Rio Branco que nos deu todo apoio durante o estágio, confiou em nós e sempre me ajudou no que precisei e por fim mas não menos importante, agradeço a minha colega Eduarda Messagi que esteve sempre junto comigo, me apoiou, me ajudou, realizamos os estágios juntas, muitos trabalhos em dupla, me deu muita força em momentos difíceis, a todos só gratidão!

Agradecemos a faculdade Universidade de Brasília e o Polo de Santo Antônio da Patrulha RS, agradecemos os professores da faculdade por toda a ajuda, ensinamentos, conhecimentos e aprendizados para seguirmos com a nossa tão sonhada profissão, agradecemos todas as escolas e professores que nos acolheram em nossos estágios, fomos sempre muito bem recebidas principalmente pelos alunos, assim finalizamos agradecendo nosso orientador Prof. Juan Carlos Pérez Morales por toda a ajuda, orientação, parceria e paciência durante esta fase final, nosso muito obrigado!

SUMÁRIO

RESUMO.....	7
ABSTRACT.....	8
INTRODUÇÃO.....	9
MATERIAL E MÉTODO.....	11
RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
CONCLUSÃO.....	19
REFERÊNCIAS.....	20

RESUMO

O presente estudo objetiva identificar os níveis de atividade física de estudantes brasileiros pertencentes às redes de ensino pública e particular. Recorreu-se a uma revisão narrativa. O período de realização da pesquisa foi de quatro meses (agosto a novembro de 2023). Para a realização da busca eletrônica foi utilizado o Portal Periódicos CAPES, o qual reportou as seguintes bases de dados: PubMed; Elsevier; Science Direct Journal e Scielo. Os descritores utilizados foram Atividade Física; Escolares; Crianças; Adolescentes, com utilização do operador booleano “AND”. Os critérios de inclusão dos estudos foram os seguintes: estudos publicados no período de 2011 a 2023, estudos que descreveram e determinaram o nível de atividade física exclusivamente de escolares brasileiros do ensino fundamental e do ensino médio que pertencem a rede pública e particular de ensino. Também foram incluídos estudos que propuseram intervenções para melhoria dos níveis de atividade física dos participantes dos estudos. O processo de seleção culminou na seleção de 7 estudos, dos quais, 4 foram realizados com adolescentes (ensino médio) e 3 com crianças (ensino fundamental) de ambas as redes de ensino (pública e particular). Os instrumentos mais utilizados para determinação dos níveis de atividade física foram questionários e pedômetros. Os resultados dos estudos selecionados indicam que os escolares do sexo feminino e os adolescentes foram os grupos com maior prevalência de sedentarismo ou classificados como insuficientemente ativos. Conclui-se que, uma das principais causas para o comportamento sedentário das crianças e adolescentes é a falta de incentivo da prática de atividade física dentro e fora do contexto escolar por meio da proposição tanto de programas na escola quanto de políticas públicas que promovam a prática de atividade física.

Palavras-chave: atividade física; escolares; crianças; adolescentes.

ABSTRACT

The present study aims to identify the levels of physical activity of Brazilian students belonging to public and private education networks. A narrative review was used. The research period was four months (August to November 2023). To carry out the electronic search, the CAPES Periódicos Portal was used, which reported the following databases: PubMed; Elsevier; Science Direct Journal and Scielo. The descriptors used were Physical Activity; Schoolchildren; Children; Adolescents, using the Boolean operator “AND”. The inclusion criteria for the studies were the following: studies published in the period from 2011 to 2023, studies that described and determined the level of physical activity exclusively in Brazilian primary and secondary school students who belong to public and private education networks. Studies that proposed interventions to improve the physical activity levels of study participants were also included. The selection process culminated in the selection of 7 studies, of which 4 were carried out with adolescents (high school) and 3 with children (elementary school) from both education networks (public and private). The most used instruments for determining physical activity levels were questionnaires and pedometers. The results of the selected studies indicate that female students and adolescents were the groups with the highest prevalence of sedentary lifestyle or classified as insufficiently active. It is concluded that one of the main causes for the sedentary behavior of children and adolescents is the lack of encouragement to practice physical activity inside and outside the school context through the proposition of both programs at school and public policies that promote the practice of physical activity.

Keywords: physical activity; school; children; adolescents.

INTRODUÇÃO

Durante nossos estágios obrigatórios da faculdade, notamos a grande dificuldade dos alunos em realizar as atividades propostas nas aulas, durante as aulas notou-se falta de coordenação motora, pouco desempenho em atividades do cotidiano como: pular, correr e saltar. Assim, desta forma notou-se o quanto é importante a atividade física na formação dos alunos, trata-se de promover bem estar para esses alunos, conhecimento de seu corpo, saber respeitar os seus limites e dos colegas, e também o conhecimento do ambiente onde eles vivem.

Portanto, define-se atividade física como “qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requer gasto de energia, incluindo atividades físicas praticadas durante o trabalho, jogos, execução de tarefas domésticas, viagens e em atividades de lazer” (OMS, 2023, p. 1). “Ser fisicamente ativo é fundamental para a saúde e o bem-estar e pode adicionar anos à vida e vida aos anos”, disse o diretor-geral da OMS, Tedros Adhanom Ghebreyesus” (OMS, 2020, p. 1). A Educação Física é uma disciplina benéfica na vida das crianças, quando trabalhada de forma correta e planejada para cada fase do crescimento, possibilitando a elas vivência corporal através de brincadeiras que promoverão durante seus estágios de crescimento o seu desenvolvimento integral, assim durante as observações de estágio, buscamos pesquisar atividades que estimulam todos os sentidos dos alunos, na busca de um maior interesse nas aulas, pois o papel de nós professores de Educação Física é promover a inserção do aluno no saber corporal de movimento, sendo nosso objetivo formar o cidadão que irá produzi-la, reproduzi-la e transformá-la.

Segundo Silva e Costa (2011, p. 1) a atividade física praticada regularmente, pelo menos desde a adolescência, proporciona benefícios físicos e psicológicos considerados preditores da condição de saúde para a vida adulta. Além disso, diversas doenças como obesidade e diabetes podem ser evitadas apenas com a prática regular de atividade física. Ao mesmo tempo, ela favorece o autoconhecimento do próprio corpo e de seus limites, permitindo a aquisição de habilidades motoras necessárias para o resto da vida. Deste modo, torna-se importante promover a atividade física na população no geral, especificamente entre crianças e adolescentes, sendo assim muito importante saber o nível de atividade física destes

estudantes, porque eles não estão tão interessados nestas atividades? Observa-se na literatura esforços no levantamento de informações sobre os níveis de atividade física de crianças e adolescentes com o objetivo de identificar, por exemplo, a associação com qualidade do sono (UNDABARRENA *et al.*, 2023), a prevalência de obesidade e sobrepeso de acordo com a idade e o nível de atividade física de pais ou responsáveis (PALMEIRO; VALEIRO; VILLARINO, 2019), a prática de atividade física fora do colégio, durante o recreio e a prática de atividades sedentárias (FERNÁNDEZ *et al.*, 2021), bem como, as características da atividade física realizada de acordo com o sexo (ROMERO *et al.*, 2022). Nesse sentido, verifica-se a importância da realização de uma revisão da literatura na área da atividade física, especificamente de escolares brasileiros das redes de ensino público e particular, com o intuito de responder às seguintes perguntas de pesquisas: qual é o nível de atividade física de estudantes brasileiros que estudam na rede pública e particular de ensino? Quais são as principais causas do comportamento sedentário dessas crianças e adolescentes? Nessa perspectiva, o presente estudo tem por objetivo de pesquisa identificar os níveis de atividade física de estudantes brasileiros pertencentes às redes de ensino pública e particular.

MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa qualitativa em que são apresentados e analisados aspectos referentes ao nível de atividade física de escolares brasileiros que estudam na rede pública e particular de ensino. Optamos por realizar uma revisão narrativa pela facilidade e flexibilidade nos procedimentos de busca e interpretação dos resultados.

Uma revisão narrativa não utiliza critérios explícitos e/ou sistemáticos para a busca e análise crítica da literatura. Ao realizar a busca pelos estudos não se faz necessário esgotar as fontes de informações, ou seja, a pesquisa não precisa ser realizada em várias bases de dados. A revisão narrativa utiliza estratégias de busca simples, além disso o processo de seleção e interpretação dos estudos podem estar sujeitas à subjetividade dos autores (SOUZA et al., 2022. p. 303).

O período de realização da pesquisa foi de quatro meses (agosto a novembro de 2023). Para a realização da busca eletrônica foi utilizado o Portal Periódicos CAPES, o qual reportou as seguintes bases de dados: PubMed; Elsevier; Science Direct Journal e Scielo. Os descritores utilizados foram Atividade Física; Escolares; Crianças; Adolescentes, com utilização do operador booleano “AND”. Os critérios de inclusão dos estudos foram os seguintes: estudos publicados no período de 2011 a 2023, estudos que descreveram e determinaram o nível de atividade física exclusivamente de escolares brasileiros do ensino fundamental e do ensino médio que pertencem a rede pública e particular de ensino. Também foram incluídos estudos que propuseram intervenções para melhoria dos níveis de atividade física dos participantes dos estudos. Foram excluídos os estudos que não atenderam aos critérios de inclusão anteriormente citados. A figura 1 a seguir, apresenta o fluxograma com os procedimentos de seleção dos artigos.

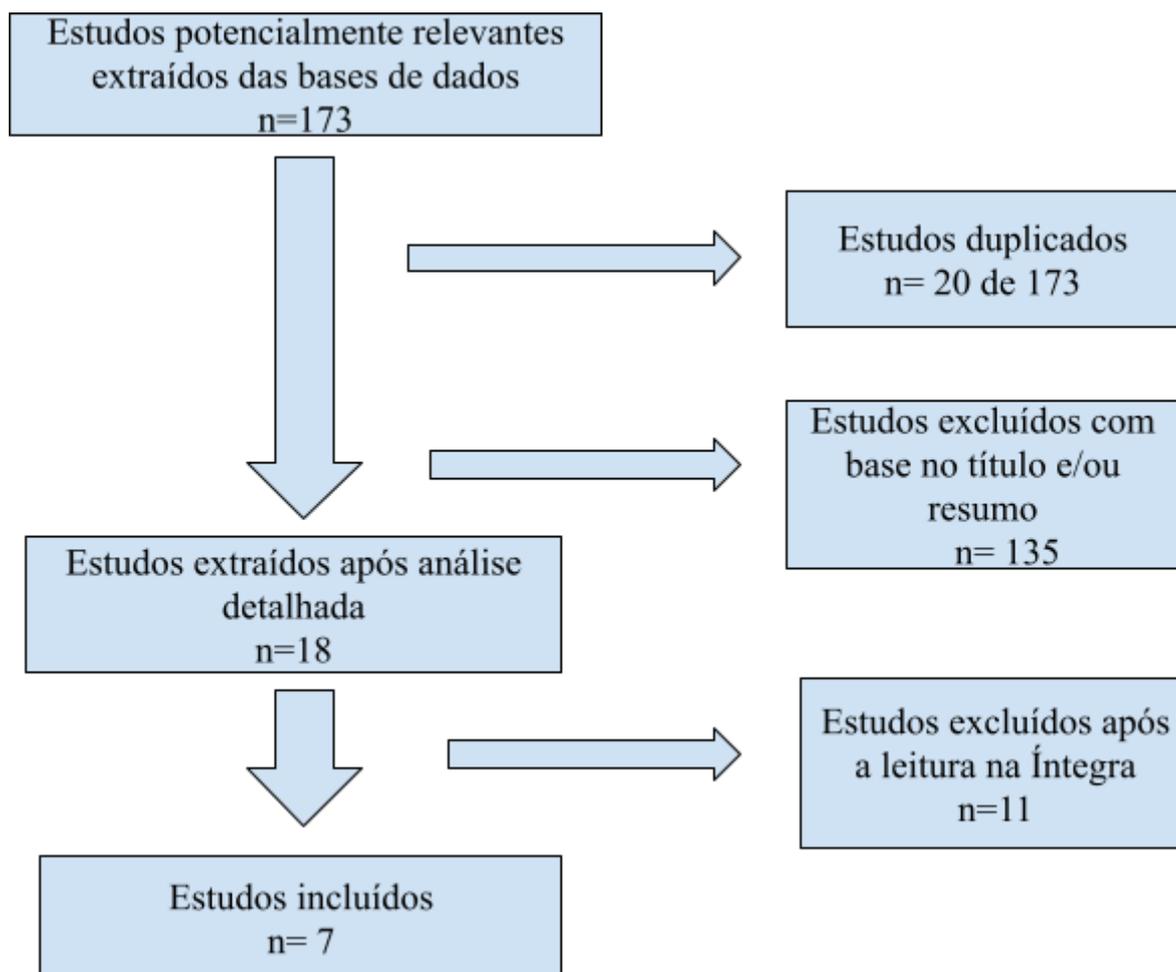


Figura 1. Fluxograma da seleção dos artigos

Quadro 1. Estudos incluídos na pesquisa.

AUTORES E ANO	TÍTULO	INSTRUMENTO
Soares e Hallal (2015)	Interdependência entre a participação em aulas de Educação Física e níveis de atividade física de jovens brasileiros: estudo ecológico.	Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar PENSE.
Souza <i>et al.</i> (2015)	Estado nutricional, idade e sexo influenciam os níveis de atividade física de escolares?.	Pedômetro.
Dias <i>et al.</i> (2017)	Ocorrência e associação entre sobrepeso/obesidade e níveis de atividade física de escolares.	Pedômetro.
Pinheiro <i>et al.</i> (2017)	Prática de atividade física de escolares do 4º e 5º anos do ensino fundamental da rede pública estadual.	Questionário DAFA.
Voser <i>et al.</i> (2017)	Mensuração do nível de atividade física de escolares da rede pública de ensino da cidade de pelotas- RS.	Questionário IPAQ.
Junior e Pellegrinotti (2019)	Efeitos do ensino por problemas sobre a atividade física e aptidão física em escolares.	Questionário IPAQ.
Cunha <i>et al.</i> (2022)	Correlatos da atividade física em escolares ingressantes no ensino médio.	Questionário QAFA.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme reportado no fluxograma da figura 1, ao todo 7 estudos verificaram o nível de atividade física de escolares brasileiros pertencentes às redes públicas e particulares de ensino. Nesse contexto, os resultados e a discussão serão apresentados a partir de dois tópicos: O primeiro tópico estará estruturado a partir da apresentação das principais informações dos estudos selecionados, isto é, objetivos, amostra, instrumentos e principais resultados. O segundo tópico discutirá de forma específica as informações referentes aos níveis de atividade física dos escolares brasileiros.

Voser *et al.* (2017) realizaram um estudo com 105 adolescentes na faixa etária dos 15 aos 17 anos de ambos os sexos (56 do sexo feminino e 49 do sexo masculino) pertencentes a uma escola pública da cidade de Pelotas- RS. O objetivo do estudo foi analisar o nível de atividade física de escolares de ambos os sexos. O instrumento utilizado foi o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). Os resultados indicaram que 40,95% do total da amostra (sexo feminino e masculino) apresentaram um nível de atividade física classificado pelo IPAQ como irregularmente ativo, ou seja, realizam atividade física, porém insuficiente com relação a frequência e a duração recomendada (3 a 5 dias por semana e com duração de 20 a 30 minutos por sessão). Na análise por sexo, os resultados indicam que 53,6% das adolescentes e 26,5% dos adolescentes são irregularmente ativos. Por outro lado, 15,24% das adolescentes e 27,62% dos adolescentes são muito ativos.

No estudo de Souza *et al.* (2015) participaram 92 meninos e 95 meninas na faixa etária dos 7 aos 9 anos. O objetivo do estudo foi comparar os níveis de atividade física (NAF) durante as aulas de Educação Física em relação ao estado nutricional. Os autores do estudo também verificaram se existem diferenças em relação ao sexo e a idade. Os NAF foram mensurados por meio da utilização de pedômetros. Recorreu-se também ao cálculo do índice de massa corporal. Os resultados do estudo sugerem que os meninos apresentam maiores NAF do que as meninas. Por outro lado, crianças obesas apresentam menor NAF do que crianças saudáveis. Ao mesmo tempo, crianças saudáveis de 8 anos e crianças de 9 anos saudáveis e com excesso de peso apresentam maiores NAF do que as crianças obesas. Deste modo, o sexo e o estado nutricional são preditores significativos dos NAF.

Assim, Junior e Pellegrinotti (2019) verificaram se aulas de Educação Física predominantemente teóricas ou práticas, apoiadas na resolução de problemas, promovem

mudanças nos níveis de atividade física e na aptidão física de escolares de 17 anos. Para tal, foram confirmados por meio de sorteio dois grupos, o grupo um (G1) com 33 escolares e o grupo dois (G2) com 35 escolares. Cada grupo contou com adolescentes de ambos os sexos. O estudo apresentou um delineamento experimental pré-teste, intervenção e pós-teste. No pré-teste foram aplicados os seguintes instrumentos: Questionário internacional de atividade física (IPAQ), avaliação do percentual de gordura corporal e testes de aptidão física. Os resultados do estudo indicam que a quantidade de participantes muito ativos aumentou 21,2% no G1 exposto a aulas predominantemente teóricas sobre atividade física e não apresentou alterações no G2 com aulas predominantemente práticas. Por outro lado, os resultados reportaram diferenças significativas do pré para o pós-teste para aptidão física em ambos os grupos, porém, de efeito pequeno. Os autores concluíram que ambas as intervenções foram benéficas para a promoção da atividade física nos escolares que participaram do estudo.

No estudo de Pinheiro *et al.* (2017) foi empregado o questionário para crianças denominado de dia típico de alimentação e atividade física (DAFA). Especificamente, empregou-se apenas o módulo sobre atividade física, o qual apresenta 11 tipos de atividades físicas, por exemplo, dançar, caminhar, correr, dentre outras. O DAFA, no módulo sobre atividade física, permite determinar se a pessoa é mais ativa ou menos ativa conforme a intensidade selecionada para cada uma das 11 atividades físicas selecionadas. Participaram do estudo 304 alunos com idade média de 9,4 anos. O objetivo do estudo foi descrever o nível de atividade física e o comportamento sedentário de escolares da cidade de Manaus - AM. Para tal, recorreu-se ao DAFA, módulo de atividade física. Já o comportamento sedentário foi identificado a partir da forma como os escolares se deslocavam para a escola. Por exemplo, se o escolar se deslocava caminhando ou de bicicleta seria considerado como um escolar com comportamento ativo. Por outro lado, se o escolar realizasse esse deslocamento de carro, moto ou de ônibus seria classificado como um escolar com comportamento passivo. Perguntou-se também aos escolares que participaram do estudo como se sentiam em relação à prática de atividade física por meio da utilização de uma escala de faces (muito mal, mal, indiferente, bem e muito bem). Os resultados indicam que 90,5% dos escolares se sentiam bem ou muito bem com a prática de atividade física. No que se refere ao nível de atividade física, os resultados reportaram porcentagem maiores de escolares classificados como mais ativos (72,7%) nas atividades físicas referentes ao caminhar, atividades com bola, atividades domésticas, nadar, brincar com animais, pedalar e dançar.

Soares e Hallal (2015) avaliaram a associação entre a participação em aulas de Educação Física e o nível de Atividade Física de escolares do 9º ano do ensino fundamental de escolas brasileiras. Para tal, utilizaram os dados referentes à prática de atividade física por meio da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE) no ano de 2009 e de 2012. Nesse sentido, utilizaram-se três critérios para identificação da atividade física nos participantes do estudo: deslocamentos casa - escola- casa, atividade física extracurricular e atividade física durante as aulas de Educação Física. Paralelamente, calculou-se o tempo total de atividade física a partir do número de dias de realização de atividade física nos últimos sete dias vezes o total de minutos destinados para a realização dessas atividades. Por fim, a inatividade física foi definida a partir do critério de não alcançar no mínimo 300 minutos de prática de atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa por semana. Os resultados do estudo apontam que aproximadamente 40% dos alunos (2009: 38,3% e 2012: 39,8%) participaram de duas aulas semanais de Educação Física. A região Nordeste apresentou menor percentual de escolares que alcançaram 300 minutos ou mais de atividade física por semana no ano de 2009 (37,3%) e de 2012 (29,5%). Por fim, os resultados reportaram forte correlação entre não ter tido aula de Educação Física nos últimos sete dias e o percentual de estudantes que atingem 300 minutos por semana de prática de atividade física, verificou-se que os escolares do sexo masculino apresenta maiores NAF do que escolares do sexo feminino. Por último, os adolescentes são menos ativos do que as crianças.

Dias *et al.* (2017) identificaram a ocorrência de sobrepeso, obesidade e dos baixos níveis de atividade física em 176 escolares de 14 a 18 anos de ambos os sexos. Além disso, verificaram as possíveis associações entre as variáveis mensuradas (sobrepeso, obesidade e baixos níveis de atividade física) e o nível socioeconômico, sexo e idade. Para tal, calculou-se o índice de massa corporal (IMC) para identificação da condição de sobrepeso e obesidade. A atividade física foi determinada pelo número de passos dados durante três dias consecutivos por meio da utilização de pedômetro. Os resultados do cálculo do IMC indicam que 67,6% dos meninos e 68,6% das meninas apresentam peso normal. 23,5% dos meninos e 24,5% das meninas apresentam sobrepeso. 8,8% dos meninos e 6,9% das meninas apresentam obesidade. Com relação ao número de passos, ressalta-se que 65,2% dos meninos e 63,8% das meninas não atingem o número de passos por dia recomendado, o qual é de 12.000 para meninas e de 15.000 para os meninos. Enfim, os resultados não reportaram associação entre as variáveis mensuradas e o nível socioeconômico, sexo e idade.

No estudo de Cunha *et al.* (2022) objetivou-se identificar a associação entre indicadores sociodemográficos e experiências anteriores em práticas esportivas com o atendimento às recomendações de atividade física (AF) em 93 alunos de ambos os sexos que cursam o ensino médio. Para tal, os autores realizaram um estudo longitudinal que acompanhou os alunos que participaram da pesquisa durante todo seu percurso no ensino médio. Recorreu-se a um questionário com perguntas referentes a informações sociodemográficas (idade, sexo, região onde mora, escolaridade dos pais, renda familiar, e experiência com a Educação Física e prática de atividade física durante o ensino fundamental. Empregou-se também o questionário de atividade física para adolescentes (QAFA) desenvolvido por Farias Junior *et al.* (2012). Para classificação do nível de atividade física foram utilizados como referência os valores de 300 minutos ou mais de atividade física (OMS, 2020). Os resultados apontam que dois em cada 10 alunos são classificados como suficientemente ativos, isto é, acumulam 300 minutos ou mais de prática de atividade física na semana. Por outro lado, verificou-se que as meninas apresentam mais chance de serem classificadas como insuficientemente ativas (menos de 300 minutos de prática de atividade física na semana). Nesse sentido, destaca-se que 67,3% dos meninos e 90,2% das meninas foram classificados como insuficientemente ativos. Por outro lado, 32,7% dos meninos e 9,8% das meninas foram classificados como suficientemente ativos.

Conforme os estudos apresentados anteriormente, é pertinente afirmar inicialmente que os instrumentos frequentemente utilizados para identificar os níveis de atividade física são os questionários, com destaque para o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAC). Ao mesmo tempo, é importante ressaltar a utilização da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE), cujos dados proporcionam informações que devem ser utilizadas para o estabelecimento de políticas públicas de promoção da atividade física entre os escolares brasileiros (crianças e adolescentes). Verificou-se assim que o monitoramento da quantidade de passos dados durante três dias consecutivos por meio da utilização de pedômetro, é um critério adequado que favorece a identificação dos níveis de atividade física de forma objetiva.

Por outro lado, pode-se afirmar que a partir dos estudos analisados os escolares do sexo feminino e os adolescentes foram os grupos com maior prevalência de sedentarismo ou classificados como insuficientemente ativos. Os resultados dos estudos também sugerem que escolares do sexo masculino são mais ativos que escolares do sexo feminino.

Ressalta-se a importância da realização de um estudo interventivo apoiado na aplicação de aulas de Educação Física predominantemente teóricas ou práticas na promoção da atividade física na população escolar.

Nesse sentido, observa-se que a abordagem do conteúdo atividade física nas aulas de Educação Física a partir de diversas estratégias didáticas e motivacionais contribuem positivamente para o aumento dos níveis de atividade física de crianças e adolescentes.

Observa-se também que a promoção da atividade física na população escolar brasileira (crianças e adolescentes) demanda a proposição de programas que valorizem as aulas de Educação Física na escola, a capacitação dos professores e o envolvimento dos pais ou responsáveis. Trata-se de estruturar um macro projeto ao nível nacional por meio do estabelecimento de políticas públicas de incentivo à atividade física dentro e fora do contexto escolar. Visto que, uma das principais causas para o comportamento sedentário das crianças e dos adolescentes brasileiros está relacionada com a pouca oferta de aulas de Educação Física, a qual é insuficiente no modelo proposto atualmente de duas aulas por semana ou 100 minutos por semana.

CONCLUSÃO

A realização desta revisão narrativa objetivou identificar os níveis de atividade física de estudantes brasileiros pertencentes às redes de ensino pública e particular. Para tal, foram propostas as seguintes perguntas de pesquisa: Qual é o nível de atividade física de estudantes brasileiros que estudam na rede pública e particular de ensino? Quais são as principais causas do comportamento sedentário dessas crianças e adolescentes?

Deste modo, entende-se que a primeira pergunta foi respondida, visto que os estudos selecionados identificaram os níveis de atividade física de crianças e adolescentes que estudam na rede pública e particular de ensino. Os resultados dos estudos permitem afirmar que os adolescentes são menos ativos do que as crianças, porém, os níveis de atividade física de todos os participantes dos estudos ainda não são suficientes.

Com relação à segunda pergunta, verificou-se que, uma das principais causas para o comportamento sedentário das crianças e adolescentes é a falta de incentivo da prática de atividade física dentro e fora do contexto escolar por meio da proposição tanto de programas na escola quanto de políticas públicas que promovam a prática de atividade física. Ao mesmo tempo, observou-se que esses níveis insuficientes de atividade física estão relacionados com fatores socioeconômicos, sexo e ambiente escolar.

Pode-se afirmar que, é necessário o estabelecimento de incentivos e políticas públicas que promovam a participação ativa e frequente de crianças e adolescentes nas aulas de Educação Física, projetos esportivos ou/e de atividade física no contraturno escolar. Observa-se que nos últimos anos as pessoas estão cada vez mais preocupadas com a mudança dos comportamentos sedentários, aumentando a prática de atividade física (frequência e intensidade) e dessa forma buscando a melhora da qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

ANISZEWSKI, Ellen. HENRIQUE, José. OLIVEIRA, Aldair José de. ALVERNANZ, Aline. VIANA, José Antônio. **A (DES)MOTIVAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E A SATISFAÇÃO DAS NECESSIDADES DE COMPETÊNCIA, AUTONOMIA E VÍNCULOS SOCIAIS**. J. Phys. Educ. v. 30, e 3052, 2019. Acesso em: 19 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i1.3052>;

CESCHINI, Fabio Luis. MIRANDA, Maria Luiza De Jesus. ANDRADE, Erinaldo Luiz De. OLIVEIRA, Luis Carlos De. ARAÚJO, Timóteo Leandro. MATSUDO, Victor Rodrigues. JÚNIOR, Aylton José Figueira. **Nível de atividade física em adolescentes brasileiros determinado pelo Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ)**. REVISTA BRASILEIRA CIÊNCIA E MOVIMENTO. 2016. Acesso em: 09 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/6584>;

CUNHA, Gabriel Barros da. CUNHA, Gicele de Oliveira Karini da. HARTWIG, Tiago Wally. BERGMANN, Gabriel Gustavo. **Correlatos da atividade física em escolares ingressantes no ensino médio**. Educação Física e Ciência, 24 (3), e 228. 2022. Acesso em: 21 de Novembro de 2023. Disponível em: <http://www.scielo.org.ar/pdf/efyc/v24n3/2314-2561-efyc-24-3-e228.pdf>;

DIAS, Arieli Fernandes. MELLO, Júlio Brugnara. TEODORO, Juliana Lopes. GAYA, Adroaldo Cezar Araujo. GAYA, Anelise Reis. **OCORRÊNCIA E ASSOCIAÇÃO ENTRE SOBREPESO/OBESIDADE E NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES**. Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício. v.11. n.70. Suplementar 1. p.871-879. São Paulo, Jan./Dez. 2017. Acesso em: 10 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://go.gale.com/ps/i.do?p=AONE&u=googlescholar&id=GALE|A530277644&v=2.1&it=r&sid=AONE&asid=c098802c>;

FARIAS JÚNIOR, José Cazuza de. LOPES, Adair da Silva. MOTA, Jorge. SANTOS, Maria Paula. RIBEIRO, José Carlos. HALLAL, Pedro Curi. **Validade e reprodutibilidade de um questionário para medida de atividade física em adolescentes: Uma adaptação do Self-Administered Physical Activity Checklist**. Revista Brasileira de Epidemiologia, 15(1), 198–210. 2012. Acesso em: 08 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2012000100018>;

FERNÁNDEZ, José Eugenio Rodríguez. DÍAZ, Javier Rico. MARTIN, Pedro Josué Neira. PATON, Rubén Navarro. **Actividad física realizada por escolares españoles según edad y género** **Physical activity carried out by Spanish schoolchildren according to age and gender**. Retos, número 39, 2021 (1º semestre). Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF). 2021. Acesso em: 04 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>;

JUNIOR, Ademir Testa. PELLEGRINOTTI, Idico Luiz. **Efeitos do ensino por problemas sobre a atividade física e aptidão física em escolares**. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. 2019. Acesso em: 15 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.12820/rbafs.24e0110>;

MARQUEZ, Roseane Lucena. CASTRO, Verônica Japiassú de. SCHMIDT, Ademir. RODRIGUES, Jordana de Oliveira. BONFIM, Rejiane dos Santos. **Perfil antropométrico, dispêndio energético e nível de atividade física de escolares do ensino médio de Goiânia: um estudo observacional transversal**. REVISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA. 2021. Acesso em: 17 de Novembro de 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/367978683_Perfil_antropometrico_dispendio_energetico_e_nivel_de_atividade_fisica_de_escolares_do_ensino_medio_de_Goiania_um_estudo_observacional_transversal/fulltext/63dbd3f5c465a873a27cabdd/Perfil-antropometrico-dispendio-energetico-e-nivel-de-atividade-fisica-de-escolares-do-ensino-medio-de-Goiania-um-estudo-observacional-transversal.pdf?origin=journalDetail&_tp=eyJwYWdlIjoiam91cm5hbERldGFpbCJ9;

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **06/4 – Dia Mundial da Atividade Física**. Biblioteca Virtual em Saúde. Acesso em: 17 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/06-4-dia-mundial-da-atividade-fisica/#:~:text=A%20OMS%20define%20atividade%20f%C3%ADsica,e%20em%20atividades%20de%20lazer>;

OMS lança novas diretrizes sobre atividade física e comportamento sedentário. OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. 2020. Acesso em: 18 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/26-11-2020-oms-lanca-novas-diretrizes-sobre-atividade-fisica-e-comportamento-sedentario>;

PALMEIRO, Elena Sierra. VALEIRO, Miguel Angel Gonzalez. VILLARINO, Marian Fernandez. **OVERWEIGHT IN SCHOOLCHILDREN AND ASSOCIATION WITH PHYSICAL ACTIVITY AND PARENTAL HABITS.** Original Article Artigo Original Artículo Original. Rev Bras Med Esporte – Vol. 25, No 4. 2019. Acesso em: 23 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/q9FLpJnhf6W7YrqcfCZ4NQR/?lang=en>;

PINHEIRO, Leandro Elvas. TRINDADE, Ruth França Cizino da. SILVA, Marta Angélica Iossi. MACHADO, Dalmo Roberto Lopes. SANTOS, Claudia Benedita dos. **PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES DO 4º E 5º ANOS DO ENSINO FUNDAMENTAL DA REDE PÚBLICA ESTADUAL.** 308 Rev Bras Med Esporte – Vol. 23, No 4 – Jul/Ago, 2017. Acesso em: 13 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://repositorio.usp.br/item/002880774>;

ROMERO, Angelica María Ospina. RODRÍGUEZ, Diana Cristina Angarita. HERNÁNDEZ, Cesar Augusto Niño. PINEDA, María José España. ÁLVAREZ, Jorge Humberto Mayorga. **Relación entre la realización, tiempo y tipo de actividad física preferida entre escolares en Colombia The relation between the practice, quantity of time, and type of preferred physical activity amongst schoolchildren in Colombia.** Universidad de La Sabana (Colombia). 2022. Acesso em: 24 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/93206>;

SILVA, Diego Augusto Santos. LIMA, Jadson de Oliveira. SILVA, Roberto Jerônimo dos Santos. PRADO, Rosa Luciana. **Nível de atividade física e comportamento sedentário em escolares.** Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano. 2011. Acesso em: 08 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/273210028>;

SILVA, Paulo Vinícius Carvalho. COSTA JR, Áderson Luiz.. **Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes.** Psicol. Argum.V 29. Curitiba, 2011. Acesso em: 20 de Novembro de 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/321279967_Efeitos_da_atividade_fisica_para_a_sau_de_de_crianças_e_adolescentes;

SOARES, Carlos Alex M. HALLAL, Pedro C. **Interdependência entre a participação em aulas de Educação Física e níveis de atividade física de jovens brasileiros: estudo ecológico.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Pelotas/RS, 2015. Acesso em: 09 de Novembro de 2023. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.v.20n6p588>;

SOUZA, Amanda Damasceno de. RIBEIRO, Jurema Suely de Araújo Nery. SILVA, Edcleyton Bruno Fernandes da. FILHO, Armando Sérgio de Aguiar. SOARES, Aleida Nazareth. **FERRAMENTAS PARA GESTÃO DE INFORMAÇÃO EM REVISÕES DE LITERATURA.** João Pessoa, v. 12, n. 3, p. 299-313, set./dez. 2022. Acesso em: 03 de Novembro de 2023. Disponível em: <http://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/pgc>;

SOUZA, Mariele Santayana de. SPESSATO, Bárbara Coiro. COUTINHO, Mônia Tainá Cambuzzi. VALENTINI, Nadia Cristina. **Estado nutricional, idade e sexo influenciam os níveis de atividade física de escolares?.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. 2015. Acesso em: 13 de Novembro de 2023. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.v.20n6p598>;

UNDABARRENA, Arkaitz Larrinaga. RÍO, Xabier. SÁEZ, Iker. GARAY, Garazi Angulo. BETOLAZA, Aitor Martinez Aguirre. ALBISUA, Neritzel. AGUIRRE, Gorka Martínez de Lahidalga. ISLA, José Ramón Sánchez. GARCÍA, Natalia. URBANO, Mikel. BALIC, Myriam Guerra. FERNÁNDEZ, Juan Ramón. **Physical Activity Levels and Sleep in Schoolchildren (6–17) with and without School Sport.** International Journal of Environmental Research and Public Health. 2023. Acesso em: 28 de Novembro de 2023. Disponível em: <https://www.mdpi.com/journal/ijerph>;

VOSER, Rogério da Cunha. LIMA, Douglas Veber. VOSER, Patrícia Eloí Gomes. JUNIOR, Miguel Angelo dos Santos Duarte. **MENSURAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DA CIDADE DE PELOTAS-RS.** Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício. v.11. n.70. Suplementar 1. p.820-825. São Paulo, 2017. Acesso em: 10 de Novembro de 2023. Disponível em: https://www.academia.edu/89357647/Revista_Brasileira_de_Prescri%C3%A7%C3%A3o_e_Fisiologia_do_Exerc%C3%ADcio_MENSURA%C3%87%C3%83O_DO_N%C3%8DVEL_DE_ATIVIDADE_F%C3%8DSICA_DE_ESCOLARES_DA_REDE_P%C3%9ABLICA_DE_ENSINO_DA_CIDADE_DE_PELOTAS_RS.

