
ARTIGO ORIGINAL

Análise da percepção de adolescentes sobre obesidade em escolas públicas de Fortaleza

Analysis of perception of teens on obesity in public schools of Fortaleza

Benília Theodora Pires Nogueira*, Aliny Deyse Gomes Barbosa**

**Graduada em Educação Física (licenciatura), Centro universitário Estácio FIC, especialista em fisiologia do exercício para grupos especiais na FGF, **Graduada em Educação Física (bacharel), Centro universitário Estácio FIC, especialista em fisiologia do exercício para grupos especiais na Faculdade da Grande Fortaleza (FGF)*

Resumo

O presente artigo aborda a percepção da obesidade em adolescentes entre 12 e 15 anos em três escolas públicas de Fortaleza localizadas na Regional III, sendo uma estadual e duas municipais. Tem como objetivo principal verificar como os adolescentes na faixa etária entre 12 e 15 anos percebem e entendem a obesidade. Trata do entendimento que os adolescentes têm sobre o perigo de se tornarem obesos nesta fase da vida e a necessidade da prática das aulas de Educação Física para prevenir a doença e dar aos alunos uma vida mais ativa. A pesquisa caracterizou-se como descritiva, quantitativa, e como instrumento de coleta de dados utilizou questionários com perguntas objetivas. Com os resultados obtidos chegou-se a conclusão de que os alunos possuíam uma boa percepção acerca da obesidade em suas idades, pois para mais de 60%

deles a obesidade é estar muito acima do peso e 85% das meninas e 100% dos meninos acreditam que é importante a prática de educação física escolar. Para 60% dos homens e 40% das mulheres a obesidade pode ser prevenida com alimentação balanceada e atividades físicas. Não foi encontrado nenhum caso de obesidade, segundo cálculo do IMC, e a maioria dos adolescentes estava dentro do peso normal para sua estatura e idade. Quanto à estética 95% dos garotos estão satisfeitos com o corpo que possuem e 90% das garotas afirmaram o mesmo. Dessa forma, o conhecimento se mostrou presente, o sedentarismo não apareceu como preocupante, pois todos os alunos informaram fazer algum tipo de atividade, logo temos um resultado positivo quanto à pesquisa.

Palavras-chave: obesidade, adolescência e educação física.

Recebido em 1 de outubro de 2014; aceito em 30 de outubro de 2014.

Endereço para correspondência: Benília Theodora Pires Nogueira, Avenida Humberto Monte, 1799/102, bloco D, 60442-611 Fortaleza CE, E-mail: benilianogueira@hotmail.com

Abstract

This study discusses the perception of obesity by adolescents between 12 and 15 years old in three public schools of Fortaleza, one from the state and two from the city. The main objective was to verify how the teenagers perceive and understand obesity; how they perceive the risk of becoming obese in this phase of life and the help received by the practice of physical education classes to prevent this disease and get a more active life. This was a descriptive and quantitative study, based on a questionnaire with objective questions. The results show that the students have a good perception of obesity in their ages: for 60% the obesity is being

very overweight and 85% of girls and 100% of boys believe in the importance of physical education. For 60% of men and 40% of women the obesity can be controlled by a balanced diet and physical activities. We did not find cases of obesity, after calculation of BMI, and the adolescents were with the ideal weight. 95% of boys and 90% of girls were satisfied with the bodies they have. The inactivity did not appear as worrying, because all students reported doing some type of physical activity.

Key-words: obesity, adolescence and physical education.

Introdução

O sedentarismo é considerado por muitos uma nova doença que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. As pessoas estão adotando cada vez mais o uso das tecnologias e se movimentando cada vez menos trocando o gasto de energia diário pelas facilidades que surgem todos os anos. Esta realidade já atingiu os adolescentes e com isso a obesidade se expande dentre eles com muito mais facilidade. A falta de exercícios desde criança e seguindo como adolescente sedentário que muitas vezes foge até das aulas obrigatórias de Educação Física tornam o problema da obesidade na adolescência objeto de estudos por todo o mundo, pois se o jovem é obeso grande é a sua possibilidade de ser obeso na fase adulta e com isso ter uma vida pouco saudável e cheia de doenças advindas com a obesidade [1].

As aulas de Educação Física aparecem com um papel fundamental para mudar esta realidade agindo, principalmente, na prevenção do sedentarismo entre os jovens alunos. Além disso, mudam a conduta dos alunos e demonstram na prática os benefícios de ter uma vida ativa incentivando os adolescentes a viver saudavelmente [2].

O presente estudo tem como objetivo verificar como os adolescentes numa faixa etária de 12 a 15 anos percebem a obesidade na sua própria fase da vida. A pesquisa foi realizada com 200 alunos de escolas públicas de Fortaleza e se justifica pela importância de investigar no foco do problema como os adolescentes veem a questão da obesida-

de, a fim de criar meios para combater a doença. A obesidade na infância e na adolescência deve ser preocupação dos governantes da área da saúde, assim é preciso que a sociedade e o governo se mobilizem buscando mudanças que modifiquem o atual panorama da obesidade entre adolescentes e crianças.

Conceito de obesidade e sua presença entre os adolescentes

Segundo o Conselho Latino Americano de Obesidade, a melhor definição para esta enfermidade é ser uma doença crônica associada a uma grande variedade de complicações resultantes de deposição e acúmulo excessivo de tecido adiposo. Trata-se de uma doença que causa danos tanto à saúde física quanto a mental, pois está diretamente ligada à estética do indivíduo. Pode ser causada por problemas genéticos, endócrinos, metabólicos ou de forma mais comum por distúrbios alimentares [3].

Segundo Marie e Jean [4], uma pessoa é considerada obesa quando o sobrepeso é igual ou superior a 20% do seu peso ideal. Os 20% de excesso escolhido para a definição correspondem a um aumento estático significativo dos riscos vitais em longo prazo. Outros autores diferenciam este valor entre homens e mulheres, neste caso o valor em excesso para o sexo feminino seria de 30%. O meio mais usado, devido a sua aceitação entre os cientistas e seu fácil acesso é o cálculo do IMC (Índice de Massa Corporal), cuja fórmula se dá

com a divisão do peso pela altura ao quadrado. A tabela abaixo demonstra os tipos de obesidade de acordo com o cálculo do IMC.

Tabela I - Classificação da obesidade.

Resultado IMC	Situação
Abaixo de 17	Muito abaixo do peso
Entre 17 e 18,49	Abaixo do peso
Entre 18,5 e 24,99	Peso Normal
Entre 25 e 29,99	Acima do Peso
Entre 30 e 34,99	OBESIDADE I
Entre 35 e 39,99	Obesidade II (severa)
Acima de 40	Obesidade III (mórbida)

Fonte: De Seidell [5].

Existem outros meios para se definir obesidade como: pesagem hidrostática e bioimpedância elétrica. Contudo estas técnicas são complexas e exigem um alto custo. Já a circunferência abdominal e as medidas de dobras cutâneas são facilmente mensuradas e ajudam saber como a gordura está distribuída no corpo [6].

Para a Organização Mundial da Saúde a obesidade é caso de saúde pública e deve ser identificada e com intervenção prioritária. A obesidade exerce efeitos terríveis na saúde, afetando o bem-estar físico e psicossocial. Constitui problema de saúde pública típica dos tempos modernos, decorrente de estilo de vida marcado por maus hábitos alimentares aliados à falta de atividade física, que são responsáveis por mais de 95% dos casos de obesidade [6].

Para crianças e adolescentes, Viuniski [7] possui uma tabela com níveis de IMC mais especificados para cada idade, levando em consideração esta tabela e a faixa etária entre 12 e 15 anos. Estes índices seriam os seguintes: 12 anos – meninos obesos IMC = 26, meninas = 26,7. 13 anos – IMC 26,8 e 27,8, respectivamente. Com 14 anos – 27,6 e 28,6 e para 15 anos IMC de 28,3 para meninos e 29,1 para meninas. Segundo Epstein *et al.* [8:7], existe uma influência direta do baixo nível de atividade física sobre o desenvolvimento da obesidade na infância e adolescência. Logo, aumentar o nível e a quantidade de atividades físicas é o primeiro passo para tratar preventivamente a obesidade.

É preciso ter consciência enquanto crianças e adolescentes, pois mais de 80% dos adultos obesos

foram crianças e adolescentes obesos. Dados do Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição – INAN, que ainda aponta hábitos alimentares não adequados e a limitação das atividades de lazer e a dependência por instrumentos eletrônicos, as principais causas da obesidade durante a adolescência [9].

Portanto, fica clara a necessidade de afastar os hábitos e os fatores que provocam o sedentarismo e a obesidade na fase da vida em que a criança deveria estar em atividade plena. Do contrário, a obesidade pode causar consequências irreversíveis na fase adulta. Consequentemente vem a importância das atividades físicas cotidianas e extras para se obter melhorias de vida e saúde durante a adolescência [10].

Como a prática da educação física está aliada à prevenção da obesidade entre os adolescentes

Durante muito tempo a Educação Física foi vista como uma disciplina na qual simplesmente aprendia-se um pouco sobre os esportes mais conhecidos com algumas aulas práticas de futebol, vôlei, handebol ou basquete. Hoje, já se sabe que a cultura corporal e as demais formas de manifestações artísticas estão presentes cada vez mais nas aulas de Educação Física. Chauvier [10] diz que nem todos os indivíduos são motivados para o desporto, o que representa uma característica pessoal, que deve ser considerada pelo sistema escolar. Cabe ao professor detectar outras habilidades nestes alunos para desenvolver sua mobilidade física.

Deste modo, a Educação Física tem a característica de utilizar o movimento para ensinar e educar as pessoas para diferentes fins. “O movimento, que é indissociável da Educação Física e, que pode também ser considerado indissociável da saúde, por vezes parece ser negligenciado nas aulas de Educação Física escolar [11:98]”. Segundo Rodriguez [12], a Educação Física tem um papel importante contribuindo no fortalecimento do organismo, melhorando o estado da saúde, propiciando o desenvolvimento de habilidades úteis para a vida e criando hábitos de saúde necessários.

Em certos casos, as aulas de Educação Física não oferecem a diversidade de movimentos que deve-

riam, alguns alunos se movimentam e compreendem a necessidade de serem ativos, outros não possuem tal entendimento. Com isso, torna-se mais fácil se tornarem sedentários e conseqüentemente obesos já na adolescência. O papel do professor vai além das quadras ou piscinas, está na conscientização do aluno para a importância da prática de atividades físicas regulares e hábitos alimentares equilibrados. Assim, mesmo quando a escola não oferecer espaço adequado o conhecimento vai ser passado e os adolescentes podem se prevenir da obesidade e de uma vida adulta cheia de restrições [13].

Dentro da escola as aulas de Educação Física são momentos mais oportunos para ensinar a relação positiva entre praticar exercícios, a alimentação e a saúde. O professor pode se direcionar a ensinar quais atividades beneficiam mais e afastam as doenças advindas com o sedentarismo. O aluno deve conhecer os bons motivos da prática e como fazer tais movimentos. Desse modo, Gaya [14:103] afirma que “a educação física vai desenvolver o respeito pela sua corporeidade e das outras pessoas, percebendo e compreendendo, assim, o papel real da atividade física realizada desde a infância na escola como meio de prevenção e manutenção da saúde”.

A profilaxia da obesidade em adolescentes por meio das aulas de educação física tem sido um desafio para os professores e profissionais que procuram meios de atrair os jovens para as aulas. As medidas para diminuir a presença da doença entre os adolescentes são teoricamente fáceis passando por aumento do nível de exercícios, alimentação balanceada principalmente durante o lanche na escola. Entretanto, a tarefa se torna árdua quando é preciso conscientizar os alunos, nesta fase da vida, pois a vida que se tem hoje com *fast-foods* e a tecnologia tão atrativos que agem contra o que o professor passa em sala de aula [15].

As aulas de Educação Física são de essencial importância na prevenção da obesidade entre os jovens e com o aumento no número de obesos nesta faixa etária fica clara a necessidade de mudar a percepção destes em relação à doença. Além da família, a escola também tem um papel vital na prevenção e manejo da obesidade. A criança passa ali boa parte do dia, faz pelo menos uma refeição, tem ótimas oportunidades de aprender sobre estilo de vida saudável e gastar energia [16].

A atividade física lúdica se mostra um excelente artifício, para ajudar a reverter o processo de obesidade da criança e do adolescente. A grande vantagem dessa prática é a permanência da atividade física na vida dos seus praticantes, pois ao realizar as atividades com mais satisfação, as pessoas se sentem mais motivadas, o que produzirá mais vontade de se exercitar e possivelmente levar esta prática durante toda a vida tornando-se um indivíduo mais ativo [17].

Coutinho [18:77] explicita que “é importante eliminar hábitos alimentares incorretos, não havendo espaço para dietas restritas, pois na prática é muito difícil persuadir as crianças e adolescentes a fazerem muitas mudanças na qualidade de sua dieta”. Desta forma se torna necessário que professores de Educação Física e a escola ajam com interesse contínuo no combate à obesidade entre os adolescentes, compreendendo a importância da erradicação dos fatores que possam formar adultos obesos e com várias restrições que a doença trás, além de adquirir outras doenças ainda mais graves.

Material e métodos

- *Tipo de estudo:* Este estudo caracteriza-se pelo enfoque descritivo, quantitativo, buscando verificar a percepção de adolescentes entre 12 e 15 anos acerca da obesidade nas escolas visitadas. Para Marconi-Lakatos [19], a pesquisa quantitativa-descritiva é utilizada com o objetivo de conseguir informações sobre um problema ou descobrir novos fenômenos ou relação entre eles.
- *Local e período:* A pesquisa foi desenvolvida em 3 escolas públicas municipais e estaduais de Fortaleza, Regional III, Parquelândia, entre fevereiro e maio de 2014.
- *População e amostra:* A população deste estudo compreendeu adolescentes da rede pública municipal e estadual de Fortaleza. A amostra foi composta por 100 meninos e 100 meninas destas escolas, com idade entre 12 e 15 anos.
- *Coletas de dados:* A coleta foi feita com a visita às escolas e a autorização das respectivas coordenações. Os questionários possuem 9 questões de múltipla escolha abordando a percepção dos entrevistados sobre a obesidade. Os questionados poderiam escolher mais

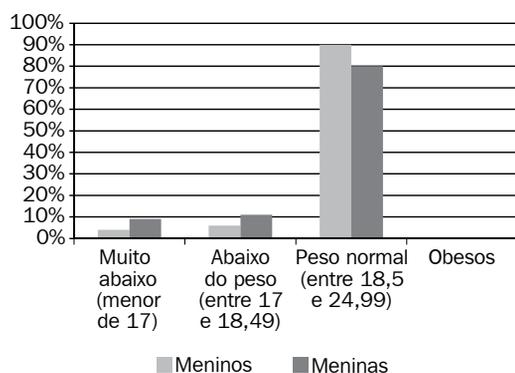
de uma alternativa de resposta. Esta coleta foi realizada em um período de 2 dias.

- **Instrumentos e procedimentos da pesquisa:** A presente investigação busca observar de que forma os adolescentes estão percebendo a questão da obesidade em suas idades. Dessa forma, os instrumentos utilizados foram: internet e questionário.
- **Análise e interpretação dos dados:** Para a coleta de dados foram feitas perguntas voltadas principalmente à obesidade e se os entrevistados entendiam a importância de prevenir, além da utilização da disciplina de Educação Física como profilaxia. Para a análise dos dados, foram utilizados percentagens dos resultados.
- **Aspectos éticos:** O presente estudo foi desenvolvido com a participação voluntária dos indivíduos que responderam aos questionários. Como se trata de pesquisa com seres humanos, a mesma foi desenvolvida conforme legislação específica, lei 196/ 96 do Ministério da Saúde do Brasil, país onde foi realizada a coleta dos dados.

Resultados

O primeiro questionamento feito aos entrevistados é sobre os dados antropométricos dos mesmos, os quais não foram medidos e, sim, foi solicitado que informassem seu peso, altura e idade. O segundo questionamento foi sobre o que eles pensam ser obesidade. Para a maioria dos meninos e meninas significa estar muito acima do peso, com porcentagens de 70% e 65%, respectivamente mostrado no Gráfico 1.

Gráfico 1 - Cálculo de IMC dos entrevistados.



Fonte: Pesquisa direta, 2014.

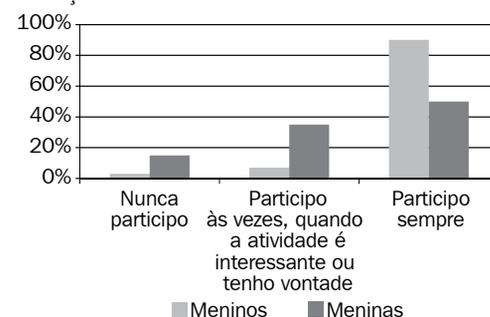
Gráfico 2 - O que é obesidade ?



Fonte: Pesquisa direta, 2014.

Também foi apontada como resposta a obesidade ser apenas estar levemente acima do peso. A terceira pergunta se referia à participação dos alunos nas aulas de Educação Física, 90% dos meninos disseram que estão sempre praticando e 35% das meninas afirmaram participar apenas quando as aulas lhes interessam, nesse caso 7% para os garotos. Para 15% a participação nas aulas não existe e 50% das garotas as praticam sempre.

Gráfico 3 - Como é sua participação nas aulas de Educação Física?

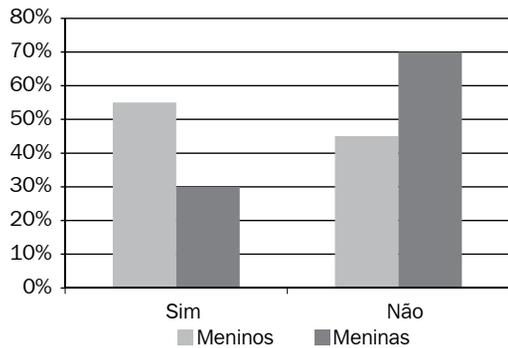


Fonte: Pesquisa direta, 2014.

A quarta pergunta indaga aos entrevistados se eles praticam alguma atividade extraescolar. Para 70% das mulheres não há esta prática e 30% afirmaram praticar atividades como vôlei, balé, dança e outros fora da escola. Para os homens esse número de praticantes sobe para 55%, e a atividade mais citada foi futebol. No quinto questionamento os alunos responderam se a Educação Física é importante para prevenir e combater a obesidade. Para 100% dos garotos entrevistados a resposta foi positiva. Já para as mulheres esse

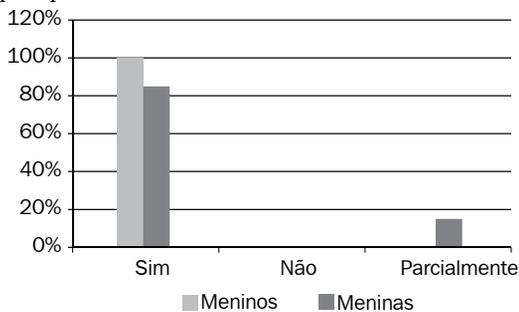
número é de 85%, e o restante afirmou ser apenas parcialmente importante.

Gráfico 4 - Pratica algum exercício fora do ambiente escolar?



Fonte: Pesquisa direta, 2014.

Gráfico 5 - Considera a Educação Física importante para prevenir e combater a obesidade?



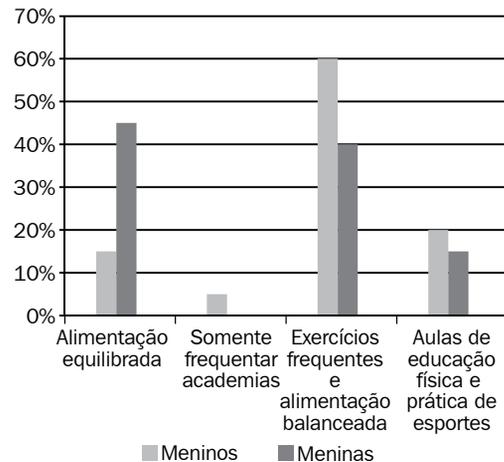
Fonte: Pesquisa direta, 2014.

Na sexta indagação os alunos responderam dentre as opções o que para eles era mais importante para evitar a obesidade na adolescência. A maioria dos meninos (60%) apontou a prática de exercícios frequentes aliada a uma alimentação balanceada. Alimentação equilibrada somente para 15%, prática de esportes e aulas de educação física para 20% e frequentar academias para 5%. Para as garotas o percentual foi de 40%, 45%, 15% e zero respectivamente.

Na sétima pergunta abordou-se a percepção dos alunos quanto à obesidade na adolescência, como resultado para a maioria dos meninos é totalmente anormal, 70%, pouco anormal e normal para 5% cada e 20% afirmaram ser normal. Já para as meninas 80% apontou ser um pouco anormal e o restante dividiu-se em 13 e 7

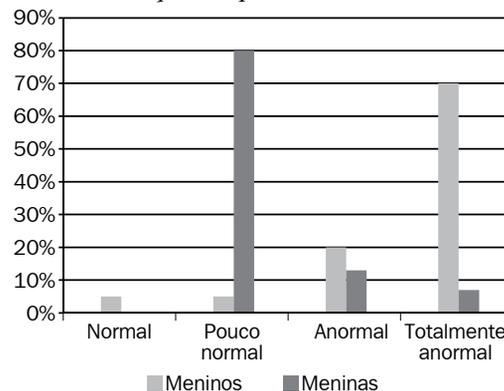
por cento para anormal e totalmente anormal, respectivamente.

Gráfico 6 - Para você, o que é mais importante para não se tornar um adolescente obeso?



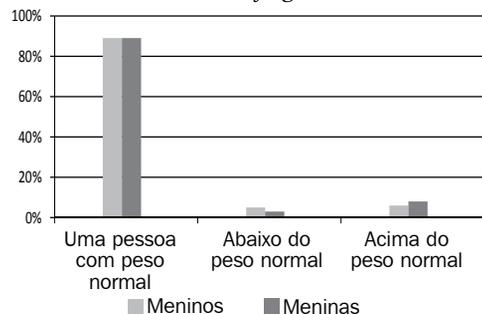
Fonte: Pesquisa direta, 2014.

Gráfico 7 - O que você pensa sobre a obesidade ?

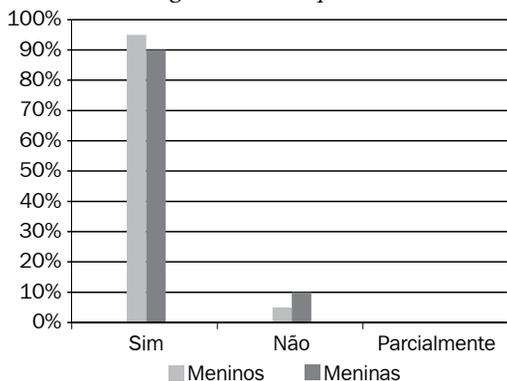


Fonte: Pesquisa direta, 2014.

A oitava e a nona questão abordaram o que os adolescentes pensam sobre seu próprio corpo. Na pergunta de número oito eles se julgaram em sua maioria como pessoas de peso normal, 89% em ambos os sexos, para 5% dos meninos e 3% das meninas eles estão abaixo do peso e o restante se julgou como uma pessoa acima do peso, 6 e 8 por centos para homens e mulheres. Na última questão eles foram indagados se estavam satisfeitos com seus corpos. Para 95% dos homens a resposta foi sim e para 90% das mulheres. Para o restante a resposta foi negativa, nenhum entrevistado respondeu que seria parcialmente.

Gráfico 8 - Como você se julga?

Fonte: Pesquisa direta, 2014.

Gráfico 9 - Você gosta do seu corpo?

Fonte: Pesquisa direta, 2014.

Foi solicitado aos entrevistados que informassem seu peso e sua altura e, a partir desses dados foi construído o seguinte gráfico demonstrando o cálculo do IMC dos adolescentes de acordo com a tabela de Seidell [5]. E os demais gráficos obtidos com os resultados da pesquisa.

Discussão

Le Breton [20:16] diz que: “o corpo é implicitamente um fato de cultura”. Hoje é a cultura brasileira que está transformando a vida dos jovens adolescentes no que estamos vendo, pois como já foi dito, a grande diversidade de alimentos práticos industrializados e a nova forma de vida ofertada pela tecnologia trouxeram essa consequência: pessoas mais sedentárias, acomodadas pela praticidade.

Segundo Valcapelli e Gasparetto [21:25] dizem que: “nós decidimos, o corpo “obedece”, e a vida se rende as nossas determinações”. Se-

guindo este pensamento somos responsáveis pelo nosso corpo, o modo como cuidamos dele é uma questão de conhecimento e escolha, por isso se torna tão importante ofertar conhecimento aos adolescentes sobre os perigos da vida sedentária e a obesidade. A pesquisa foi realizada com 200 alunos de escolas públicas e foi possível constatar a partir dos resultados que a maioria conhece o conceito base de obesidade como sendo o indivíduo que está muito acima do peso. Logo, o conhecimento está presente para esses alunos.

Já no quesito de prática de atividades fora do ambiente escolar, a maioria das mulheres (70%) não pratica nenhuma atividade, já os homens (55%) são praticantes mesmo fora da escola. O que demonstra que mesmo com o conhecimento que eles possuem a preocupação em não serem sedentários não é a ideal, porém para metade das meninas e 90% dos meninos as aulas de Educação Física são realizadas sempre. Neste quesito os garotos levam vantagem em sua forma de vida ajudando o corpo e a mente a se exercitar e se prevenir da obesidade.

Segundo Camargo [22:12] “em toda escolha de lazer, existe o princípio da busca do prazer, mesmo que a atividade inicie com um esforço, para se obter o relaxamento agradável ou a sensação posterior de estar em forma”. A maioria dos adolescentes respondeu positivamente sobre a importância da Educação Física na profilaxia e combate a obesidade, o número de praticantes não é o mesmo dos que afirmam tal importância, com isso pode-se perceber que na prática é um pouco diferente. E os professores precisam incentivar essa busca pelo prazer através de atividades físicas demonstrando o quão bom é para a vida de cada um.

A pesquisa demonstrou que os adolescentes entrevistados compreendem a necessidade de uma alimentação equilibrada e da prática de atividades frequentes para combater a obesidade nesta fase da vida, para alguns somente uma alimentação balanceada pode prevenir a doença. Poucos deles creem que somente com as aulas de educação física é possível não se tornar um jovem obeso. Mais uma vez percebe-se que as informações estão disponíveis e que os alunos em sua maioria as possuem. Na percepção destes adolescentes a obesidade nesta fase é no mínimo pouco anormal

segundo as meninas e totalmente anormal segundo a maioria dos meninos. Entretanto, alguns deles ainda entendem como um fato normal e é a partir disso que a escola e os pais devem trabalhar em conjunto para mudar esta concepção.

O cálculo de IMC realizado demonstrou que não existem adolescentes obesos dentre os entrevistados, ou seja, o conhecimento e a prática de atividades físicas ajudaram para que a doença não se apresentasse para esses jovens. Entretanto, houve uma pequena porcentagem que está de acordo com o cálculo na categoria de muito abaixo do peso dado alarmante e que deve preocupar as famílias e os educadores. Quase todos os meninos afirmaram estarem satisfeitos com seus corpos, assim como as meninas sendo 95 e 90% respectivamente e se julgaram como pessoas com peso normal, algumas meninas se acharam acima do peso. É preciso dar mais ênfase a essa questão dentro das escolas e das aulas de Educação Física. Dentre os entrevistados, não houve casos de obesidade, porém o conhecimento é sempre bem-vindo e levar uma vida saudável é de suma importância para que esses jovens sigam longe do sedentarismo e por conseguintemente da obesidade.

Conclusão

A obesidade trata-se, sem dúvida, de uma doença multifatorial e de responsabilidade da família, da escola e da sociedade. Apresentar às crianças e aos adolescentes as causas e como evitar é o principal meio de incentivar os jovens a manterem uma vida mais ativa, longe do sedentarismo e da obesidade. A disciplina de educação física se torna um importante elo que permite a ligação entre o conhecimento e a realização de atividades que levem os alunos a essa percepção e consciência sobre os riscos da doença.

Através da pesquisa foi possível concluir que os alunos possuem uma boa percepção acerca da obesidade em suas idades, da importância da prática de educação física escolar e de levar uma vida ativa, e não foi encontrado nenhum caso de obesidade seguindo os cálculos do Índice de Massa Corpórea. Foi verificado no presente estudo que tanto os meninos quanto as meninas estão satisfeitos com o corpo que possuem e compreendem

a importância das aulas de educação física para lhes manterem saudáveis.

A atividade física e seus benefícios, que colaboram também com o desenvolvimento pessoal de cada aluno, são pontos importantes para o crescimento e formação destes estudantes tanto fisicamente quanto psicologicamente, pois a obesidade pode gerar *bullying* entre os jovens e então novos problemas psicológicos.

A presente pesquisa constitui um esforço com o objetivo de contribuir no sentido de destacar a importância da Educação Física como fator de prevenção da obesidade na adolescência vinculada ao fato de os alunos terem a oportunidade de conhecer a doença e saber como combatê-la.

Referências

1. Luiz Nascimento. O que é sedentarismo. [citado 2014 Jan 2]. Disponível em URL: <http://www.sportlife.com.pt>
2. Coelho CW, Santos JFS. Perfil do estilo de vida relacionado à saúde dos calouros de um centro de ciências tecnológicas. Revista Digital EFDeportes 2006;11(97).
3. Batista Filho M, Rissin A. Nutritional transition in Brazil: geographic and temporal trends. Cad Saúde Pública 2003;19(Supl1):181-91.
4. Marie JM, Jean PM. Atividade física para adultos com mais de 55 anos – quadros clínicos e programas de exercícios. São Paulo: Manole; 2001.
5. Seidell JC. A atual epidemia de obesidade. In: Bouchard C, ed. Atividade física e obesidade. São Paulo: Manole; 2003. p.23-33.
6. Organização Mundial da Saúde. Relatório Mundial de Saúde 2008: A atenção primária à saúde: agora mais do que nunca. Brasília: OMS; 2008.
7. Viuniski N. Pontos de corte de IMC para sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes. Revista Abeso 2001. [citado 2014 Mai 12]. Disponível em URL: <http://www.abeso.org.br>
8. Epstein LH, Paluch RA, Coleman KJ, Vito D, Anderson K. Determinants of physical activity in obese children assessed by accelerometer and self-report. Med Sci Sports Exerc 1996;28(9):1157-64.
9. Brasil. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição. Pesquisa Nacional sobre Saúde e Nutrição. Perfil de crescimento da população brasileira de 0-25 anos. Brasília: INAN; 1998.
10. Chauvier R. Motivação, níveis de aspiração e atividades físicas. Manual do Educador Esportivo.

- Ciências Humanas Aplicadas ao Desporto. Dina Livro: Lisboa; 1989. p.173-82.
11. Cameron LC, Machado M. Tópicos avançados em bioquímica do exercício. Rio de Janeiro: Shape; 2004.
 12. Rodriguez CG. Educação física infantil: motricidade de 1 a 6 anos. São Paulo: Phorte; 2005. p.3.
 13. Borba PCS. A importância da atividade física lúdica no tratamento da obesidade infantil. Revista Medicina Integral 2006;18:32.
 14. Gaya A. Educação Física: educação e saúde. Revista da Educação Física/UEM 2008;19(1):36-38.
 15. Teixeira CF. Modelos de atenção voltados para a qualidade, efetividade, equidade e necessidades prioritárias de saúde. Caderno da 11ª Conferencia Nacional de Saúde, S/L; S/D, p.261-281.
 16. Organização Mundial da Saúde. Obesidade está na mira da OMS. São Paulo, 15 maio 2002. [citado 2014 Mai 10]. Disponível em URL: <http://estado.com.br/agestado/noticias/2002/mai/15/315.htm>
 17. WHO (World Health Organization). Obesity preventing and managing the Global Epidemic: Report of a WHO Consultation of Obesity. Geneva: WHO; 1998.
 18. Coutinho V. 1 Convenção Latino-Americana para consenso em obesidade. Rio de Janeiro: Atheneu; 1998. p. 77.
 19. Lakatos EM, Marconi MA. Fundamentos de metodologia científica. 5ª ed. São Paulo: Atlas; 2003.
 20. Le Breton D. A sociologia do corpo. 2ª ed. Petrópolis: Vozes; 2007.
 21. Valcapelli, Gasparetto LA. Metafísica da saúde. 1ª ed. São Paulo: Vida & Consciencia; 2004.
 22. Camargo LOL. O que é lazer. São Paulo: Brasiliense; 2006.

Anexo 1

Questionário: percepção dos adolescentes entre 12 e 15 anos sobre obesidade – aspectos fisiológicos e estéticos

1) Identificação geral

Série: _____

Sexo: () feminino () masculino

Idade: _____

Estatura: _____ m

Peso: _____ kg

2) O que é obesidade?

- a) estar levemente acima do peso
- b) estar muito acima do peso
- c) não conseguir realizar movimentos corporais simples como amarrar um tênis
- d) ser chamado constantemente pelos outros de “gordo(a)”

3) Como é sua participação nas aulas de Educação Física?

- () Nunca participo
- () Participo às vezes, quando tenho vontade ou a atividade é interessante
- () Participo sempre

4) Pratica algum exercício físico fora do ambiente escolar?

- () Sim – qual? _____
- () Não

5) Considera a Educação Física importante para prevenir e combater a obesidade?

- () Sim
 - () Não
 - () Parcialmente
-

6) Pra você, o que é mais importante para não se tornar um adolescente obeso?

- Alimentação equilibrada
- Aulas de Educação Física e prática de esportes
- Somente aulas de Educação Física
- Somente a prática de esportes
- Exercícios frequentes e alimentação balanceada
- Frequentar academias
- Frequentar academias e utilizar suplementação
- Utilizar suplementação

7) O que você pensa sobre a obesidade na adolescência ?

- Normal
- Um pouco anormal
- Anormal
- Totalmente anormal

8) Como você se julga?

- Uma pessoa com o peso normal
- Uma pessoa com o peso abaixo do normal
- Uma pessoa com o peso acima do normal
- Uma pessoa magérrima
- Uma pessoa muito obesa

9) Você gosta de seu corpo?

- Sim
- Não

Anuncie!

Revista Brasileira de FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO

Brazilian Journal of Exercise Physiology

Órgão Oficial da Sociedade Brasileira de Fisiologia do Exercício

