

ACULDADE PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DA  
AMAZÔNIA - FADESA

JOHN LUCAS PRAÇA ALMEIDA

FATORES ASSOCIADOS À PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS ENTRE  
ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS

PARAUAPEBAS

2022

JOHN LUCAS PRAÇA ALMEIDA

FATORES ASSOCIADOS À PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS ENTRE  
ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado à Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do programa do Curso de Graduação em Educação Física, para obtenção do Título de Bacharel em Educação Física.

Orientador (a): Profa. Esp. Juliana Maria Silva de Oliveira

Discente: John Lucas Praça Almeida

PARAUAPEBAS

2022

JOHN LUCAS PRAÇA ALMEIDA

FATORES ASSOCIADOS À PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS ENTRE  
ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado à Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do programa do Curso de Graduação em Educação Física, para obtenção do Título de Bacharel em Educação Física.

APROVADO EM:



Prof. Esp. Edilberto Serpa dos  
Santos  
(FADESA)



Profa. Esp. Ludmila Mendes da  
Silva  
(FADESA)



Prof. Mest. Kenedy Martins Miné  
(FADESA)



Profa. Esp. Juliana Maria Silva de  
Oliveira  
(Orientadora - FADESA)

Dedico este trabalho a Deus, por tornar este sonho possível e por ser importante guia na minha jornada.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a Deus, acima de tudo, por me permitir chegar até aqui, pois em todos os momentos esteve ao meu lado me dando força, coragem e me iluminando nessa jornada.

Agradeço à minha mãe que me proporcionou a melhor educação e lutou para que eu concluísse mais essa etapa da minha trajetória. Mãe, muito obrigado por todo seu amor, carinho e apoio durante toda minha vida.

Agradeço à minha família por acreditar nos meus sonhos e estar comigo em todas os momentos.

Agradeço a todos os professores do curso de Educação Física que participaram diretamente na minha formação acadêmica/profissional.

“N3o existe um caminho para a felicidade. A  
felicidade 3 o caminho.”

(Mahatma Gandhi)

## RESUMO

A adolescência é marcada por intensas mudanças físicas e biopsicossociais, onde há o início da definição da identidade e comportamento. A experimentação de exercícios físicos na adolescência são evidenciadas como práticas relevantes na escolha de um estilo de vida ativo fisicamente na idade adulta. O objetivo desta revisão é identificar na literatura a prática de exercícios físicos e fatores associados entre adolescentes do Ensino Médio de escolas públicas e privadas. Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, que utilizou artigos científicos registrados no banco de dados do LILACS, SCIELO, Portal de Periódicos da Coordenação de aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e Google Acadêmico para coleta de dados. estão relacionadas aos tipos e fontes de apoio social. Após a análise dos dados dessa pesquisa foi possível verificar que alguns adolescentes em idade escolar não praticam exercícios diariamente em decorrência de fatores socioeconômicos e demográficos, crescimento e desenvolvimento humana e influência da modernidade. Pelo exposto, percebe-se a importância da participação e incentivo nas diversas áreas do conhecimento e do ensino, seja na escola, na família ou entre profissionais de saúde.

**Palavras-chave:** Adolescência. Ensino Médio. Exercício Físico. Atividade Física.

## ABSTRACT

Adolescence is marked by intense physical and biopsychosocial changes, where the definition of identity and behavior begins. Experimenting with physical exercises in adolescence are evidenced as relevant practices in choosing a physically active lifestyle in adulthood. This review is identified in the literature on physical exercise practice and associated factors among middle-aged adolescents from public and private schools. This is a bibliographic review study, which uses scientific articles registered in the database ILACS, SCIELO, Portal of Periodicals of the Higher Education Personnel Study Coordination (CAPES) and Google Scholar for data collection. are related to types and sources of social support. After analyzing the data, the research was able to verify that school-age adolescents did not practice daily as a result of socioeconomic and demographic factors, human growth and development and the influence of modernity. Therefore, the importance of and encouragement in the various areas of knowledge and participation in teaching is perceived, whether at school, in the family or among health professionals.

**Keywords:** Adolescence. High school. Physical exercise. Physical activity.

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

AF: Atividade Física

DCNTs: Doenças Crônicas Não Transmissíveis

EF: Educação Física

EFE: Educação Física Escolar

EM: Ensino Médio

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>2. REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>13</b>
<b>2.1 Adolescência e a prática de exercícios físicos .....</b>	<b>13</b>
<b>2.2 O papel da Educação Física na adolescência e sua influência na vida adulta.....</b>	<b>15</b>
<b>3. METODOLOGIA .....</b>	<b>19</b>
<b>3.1 Tipo de estudo .....</b>	<b>19</b>
<b>3.2 Coleta de dados .....</b>	<b>19</b>
<b>3.3 Instrumentos de coletas de dados .....</b>	<b>19</b>
<b>3.4 Análise dos dados .....</b>	<b>20</b>
<b>3.5 Aspectos éticos .....</b>	<b>20</b>
<b>4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>21</b>
<b>5. CONCLUSÃO .....</b>	<b>29</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>30</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A adolescência abrange a fase da vida que se estende dos 10 aos 19 anos, conforme critério da Organização Mundial de Saúde. Essa fase é marcada por intensas mudanças físicas e biopsicossociais, onde há o início da definição da identidade e comportamento do adolescente (OMS, 1995; XIMENES, 2006).

A prática regular de exercícios físicos na adolescência está diretamente relacionada ao crescimento e desenvolvimento nesse período, auxiliando na prevenção e tratamento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) que podem ser identificadas e mantidas até a fase adulta e idosa (HALLAL et al. 2006, p. 1277).

O Exercício físico se refere em como formas de atividades físicas são planejadas e estruturadas para garantir o desenvolvimento da aptidão física de acordo com os níveis adequados de energia para o trabalho e o lazer, de habilidades motoras ou a reabilitação orgânica-funcional (NAHAS, 2010).

Fortes evidências demonstram que a aptidão física e o estado de saúde dos jovens são acentuados pela prática de AF frequente (PAIVA, et al. 2010, p. 176). Neste contexto, a prática frequente de exercícios tem sido constatada como fatores independentemente relacionados com uma percepção de saúde favorável (VANCEA, et al. 2011).

Segundo Silva F. (2016, p. 8), os exercícios determinam o desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo, pois através de atividades direcionadas para cada faixa etária, haverá a contribuição com o aprimoramento e desenvolvimento de habilidades e crescimentos positivos de maneira adequada.

Paiva et al. (2010, p. 178) enfatizam que os indivíduos fisicamente ativos apresentam níveis mais elevados quando comparados a indivíduos inativos tendo potencial de força muscular e de resistência cardiorrespiratória, além dos benefícios à saúde como a redução de adiposidade corpórea, decréscimo de riscos relacionados às doenças metabólicas e cardiorrespiratórias, melhor densidade óssea e sintomas mais reduzidos de ansiedade e depressão.

Embora a prática de exercícios físicos seja um comportamento benéfico reconhecido, segundo Sallis (2000, p. 723), é evidente na literatura epidemiológica a diminuição da AF durante a puberdade. Para o autor, esse declínio ocorre geralmente entre os 13 e 18 anos, em homens e mulheres.

Ao analisar informações associadas a faixa etária, Guedes et al. (2001, p. 193) afirmam que nos diversos tipos de atividades do cotidiano, observa-se que adolescentes com mais idade

evidenciam reduções quanto ao tempo de exercícios naqueles que incluem esforços físicos mais intensos, como prática de esportes e lazer ativo. Com a idade, por serem afetados por aspectos sociais e culturais, os jovens tendem a substituir atividades do cotidiano mais reforçadas por atividades menos intensas fisicamente.

No Brasil, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) mostrou diante dos resultados que 60,8% dos adolescentes foram considerados como pouco ativos e 4,8% destes, como inativos fisicamente (IBGE, 2016). Corroborando com a pesquisa, estudos de Tenório et al. (2010, p. 109), já apresentavam que a predominância de prática de AF na adolescência se encontra em baixa, com 65,1% e 68% de adolescentes inativos fisicamente.

O decréscimo da prática de AF tem sido associado ao aumento do tempo destinado a atividades sedentárias de lazer, como jogar videogame, assistir à televisão e utilizar o computador. Pesquisas evidenciam que a utilização de tecnologias possui a capacidade de colaborar para a inatividade física e o excesso de peso, por aumentar a demanda da ingestão de alimentos industrializados anunciados nas propagandas (GRANICH et al. 2010).

Gordia et al. (2010, p. 177) relatam que aspectos sociodemográficos, como sexo, escolaridade, situação socioeconômica, cultura, local de habitação também são considerados condições envolvidas no nível de AF na adolescência. Todavia, pesquisas realizadas em diferentes regiões têm concedido resultados diversos expondo a necessidade de maiores estudos acerca dessas variáveis, visando a identificação de aspectos relacionados a inatividade física.

Uma das maneiras de mudar o comportamento de um adolescente é compreender em que estágio ele é mais ou menos autodeterminado em cada etapa do seu comportamento frente aos exercícios físicos. Enquanto a motivação intrínseca ou condições mais elevadas de autodeterminação coincidem em ser primordiais a fase de manutenção, ou seja, à adesão ao exercício, a motivação ou comportamento não autodeterminados parecem inibir sua prática (MATIAS et al. 2014).

Portanto, identificar os níveis de AF entre jovens, do mesmo modo que os fatores relacionados à inatividade física, pode favorecer para o desenvolvimento de propostas de caráter preventivo que promovam a adesão de um estilo de vida fisicamente ativa (ALVES; SILVA, 2013).

Nesse sentido, o objetivo do presente trabalho é identificar na literatura a prática de exercícios físicos e fatores associados entre adolescentes do Ensino Médio de escolas públicas e privadas.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Adolescência e a prática de exercícios físicos**

A adolescência é uma etapa da vida marcada por transições de caráter físico, intelectuais e comportamentais (PAPALIA; FELDMAN, 2013). Logo, é uma fase de formação de identidade, em que torna-se evidente manifestações de novos costumes sociais e culturais, até ingressar na vida adulta (ALVES, 2008).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (2017, p. 1), a prática de exercícios na adolescência auxilia no equilíbrio do balanço energético e na prevenção de DCNTs, pois durante essa fase haverá consequências adversas sobre a mortalidade precoce e morbidade física na idade adulta a curto e longo prazo.

Para o organismo que se encontra em constante crescimento e desenvolvimento, é fundamental para a realização de exercícios físicos se dê de modo sistemático e metodologicamente organizado, dirigido a cada grupo etário. É fundamental a identificação entre idade biológica e idade cronológica na preparação de um plano de exercícios para o público de adolescentes (PEREIRA; MOREIRA, 2013; VIEIRA et al. 2002).

Os exercícios físicos devem ser realizados sob a supervisão e assistência de profissionais da área de Educação Física, dentro ou fora do ambiente escolar, pois este cuidado visa evitar excessos, acidentes ou outros agravos à saúde. Portanto, uma partida de futebol, uma caminhada, treinamentos de força e resistência, seja qual for o exercício, deverá ser realizado com segurança e comodidade (BRASIL, 2008; DOEDERLEIN, GREVE; RASO, 2013).

A maior parte dos adolescentes buscam a prática de exercícios por lazer e diversão, por outro lado, buscam alcançar o padrão estético tido e imposto pela sociedade como o ideal, principalmente no que consiste em exercícios que geram aumento de força e definição corporal, frequentemente enfatizado na sociedade contemporânea e na mídia (SOARES, 2011).

A insatisfação com a imagem corporal é um problema evidente em adolescentes de diferentes regiões do mundo. As pressões da sociedade e da mídia atual levam a essa insatisfação entre os adolescentes em buscar todos os meios possíveis para alcançar um corpo estético e com isso aumentar sua autoestima (BENEDET et al. 2013).

Em relação à prática de exercícios entre os sexos, com o avanço da idade cronológica, os adolescentes do sexo masculino são mais ativos fisicamente durante o esporte e lazer que as adolescentes do sexo feminino. Tal fator pode ser evidenciado pela preocupação dos adolescentes do sexo masculino da atualidade em se adequar a um parâmetro esportivo ou

estético e o sexo feminino na escolha de cultivar o corpo perfeito através das academias de musculação (SANTOS, 2010; BERGER, 2010).

De acordo com resultados de estudos realizados por Bencke (2016, p. 21), os adolescentes que buscam a prática de exercícios visando à saúde e sua manutenção compreendem também a necessidade de se cultivar boa qualidade de vida através de exercícios e não apenas o bem estar físico, o que possibilita torná-los saudáveis e de bem com a vida de forma geral através do aumento da autoestima.

Além da prática de esportes mais populares entre os adolescentes, há a existência de outras práticas paralelas, como a caminhada, a dança, aulas de aeróbica e o tae-kwon-do. Desta forma, atividades como caminhada, corrida, musculação e aulas de ginástica localizada, tão explorada fora do ambiente escolar entre os jovens de hoje, podem estar sendo trabalhadas como conteúdo das aulas de EF (AZEVEDO JUNIOR, 2006).

Isso quer dizer que se as outras modalidades exercícios físicos fossem difundidas nas escolas como ocorre com os esportes coletivos, estas atividades variadas seriam muito mais visados e procurados para a prática no decorrer e após a conclusão do EM (BENCKE, 2016).

Segundo Benedet et al. (2013) os profissionais de EF sabendo da busca dos adolescentes em praticar exercícios físicos deveriam influenciar e planejar melhor para que todos os adolescentes adotem hábitos mais saudáveis.

Por outro lado, há adolescentes que não realizam exercícios físicos fora da escola e estes encontram-se atraídos com práticas de uma vida sedentária (BACIU; BACIU, 2015). Esses fatores podem ser decorrentes pelas mais variadas razões ou desculpas, com toda a tecnologia e cobrança do mundo de hoje, muitos se preocupam em trabalhar somente a mente ou simplesmente permanecem presos dentro de casa com celulares, computadores e outras tecnologias, e acabam abdicando de trabalhar o corpo, o que em nenhuma idade é indicado, pois todos devem fazer algum tipo de exercício físico, cada um respeitando seus limites e características (BRAGA et al. 2008).

PETROSKI et al. (2012) ressalta que a crescente urbanização da sociedade brasileira também tem sido relacionada como a causa principal da diminuição da aptidão física em adolescentes. A redução do espaço em centros urbanos e o surgimento de insegurança, onde vive a maior parte dessa população (MACHADO, 2011).

De acordo com Artmann (2015, p. 12), outros fatores que favorecem os jovens a não praticarem exercícios são as condições socioeconômicas, estado nutricional, falta de incentivo dos familiares, falta de tempo ou lugar apropriado onde possam realizar alguma AF sem transtornos e perigos a sua integridade física.

Farias Júnior et al. (2012, p. 506) ressaltam que a proporção de adolescentes fisicamente inativos é elevada, logo se tornando um período crítico em relação à AF mesmo sendo classificado como o grupo populacional fisicamente mais ativo.

A inserção de reconhecimento do papel e do valor do exercício na aptidão física e na saúde dos adolescentes precisam ser desenvolvidos e iniciados para proporcionar conhecimentos e habilidades para atingir qualidades cognitivas, afetivas e comportamentais associadas a exercício, saúde e condicionamento (PERFEITO et al. 2013).

A Sociedade Brasileira de Pediatria (2017, p. 2) destaca que é recomendado a realização de pelo menos 60 minutos diários de atividades físicas em adolescentes em virtude do fornecimento de numerosos benefícios para à sua saúde, acrescentando aqueles que são capazes de fortalecer ossos e músculos, e devem ser feitos por, pelo menos, três dias da semana. Portanto, devem ser incentivados a participar de uma grande variedade de atividades físicas que contribuam para o desenvolvimento, tais como, jogos tradicionais, caminhadas, ciclismo, praticar esportes diversos e se envolver em jogos.

Segundo Gomes (2015, p. 6), os jovens devem ser incluídos nas atividades por faixa etária e preferências. Crianças de até 9 anos devem ser incentivadas a praticar atividades desportivas adequadas à idade, que devem ser consistentes com o desenvolvimento de habilidades motoras básicas, enquanto adolescentes em torno de 10 ou 11 anos devem desenvolvê-las em um nível tanto básicas como complexas, em porcentagens. Habilidades motoras mais complexas devem ser desenvolvidas a partir dos 18 anos. Vargas e Neto (1999, p. 7) evidenciam que:

O relevante para o praticante deve ser o prazer e a aquisição de benefícios saudáveis, físicos e mentais, e não simplesmente o ganhar ou prevalecer o rendimento, como quando afirma que o exercício promove benefícios psicológicos e sociais, contribuindo a essa sensação de bem-estar pessoal (VARGAS; NETO, 1999, p. 7).

Neste ponto de vista, o melhor exercício é aquele que pode ser realizado regularmente, demonstrando que a concepção contemporânea indica que a atividade não pode ser punitiva, nem competitiva necessariamente, deve ser de fato prazerosa, possibilitando uma prática multivariada das atividades, em que a aderência deve ser um fator fundamental (OLIVEIRA, 2006).

## **2.2 O papel da Educação Física na adolescência e sua influência na vida adulta**

A Educação Física (EF) é considerada uma área do conhecimento que assegura a

possibilidade de desenvolver e aperfeiçoar habilidades corporais, pois é uma prática propícia não somente em proporcionar a habilidade física como a aquisição de percepção da realidade de forma democrática, diversificada e humanizada (MIQUELIN et al. 2016).

A experimentação de exercícios físicos na adolescência têm se mostrado relevantes para uma escolha de estilo de vida ativo na fase adulta (DEZANI, 2014). A EF para esta faixa etária tem, por intenção, melhorar a coordenação motora geral, aperfeiçoar as resistências aeróbia e anaeróbia e desenvolver a força, o equilíbrio e a flexibilidade, além de aprimorar o raciocínio e expandir a socialização dos adolescentes, sem cobranças de resultados e, respeitando a individualidade (BATISTA, 2001).

Os exercícios aeróbicos são muito importantes para os adolescentes, pois contribuem no controle da frequência cardíaca, controle do índice de massa corporal e pressão arterial (RODRIGUES et al. 2007).

Um fato relevante ao crescimento saudável dos adolescentes é o treinamento de força, como analisados por Silva F. et al. (2016, p. 9) “a grande capacidade que o exercício físico tem no crescimento ósseo melhorando assim o desenvolvimento saudável dos jovens”.

Todavia, ainda existem profissionais e pais que acreditam que o treinamento de força para adolescentes é prejudicial, mas está claro que pode ser benéfico se orientado por um profissional qualificado e que respeite as características de cada indivíduo (Benedet et al. 2013).

Admite-se que os exercícios físicos já são uma realidade atual entre às crianças e os adolescentes e, que segundo a revisão sistemática realizada por Silva F. et al. (2016, p. 9), quando bem programadas e acompanhadas por profissionais capacitados, não apresentam danos à saúde óssea destes.

Tal conhecimento pode ser um subsídio determinante para qualquer iniciativa em termos de saúde pública e educação que pretenda desenvolver a AF e o esporte para este grupo populacional específico (AZEVEDO JUNIOR et al. 2006).

Neste sentido, a EF dentro e fora da escola serve como base, de maneira a colaborar para um desenvolvimento apropriado do adolescente, pois tem a possibilidade de incluir várias atividades de promoção a saúde induzindo esses adolescentes a continuarem com hábitos saudáveis (STRONG et al. 2005).

As aulas de EF na escola geralmente requerem algum tempo para orientação de como realizar as atividades, mas o tempo das aulas geralmente não é suficiente para o desenvolvimento e manutenção à condição física adequada. Portanto, é imprescindível que o currículo escolar enfatize mudanças na educação e no comportamento para estimular o

adolescente a praticarem exercícios físicos fora da sala de aula (PERFEITO et al. 2013).

A prática de exercícios físicos fora da sala de aula são importantes ferramentas de estudos para o comportamento ativo e ainda, possibilitam o acesso a outras práticas, como por exemplo, esportes com raquetes (badminton, tênis de quadra, tênis de mesa), esportes radicais (skate, slackline), lutas (capoeira, judô, sumô), as ginásticas (acrobática, de academias). Portanto, a prática de exercícios físicos, mesmo que realizada fora da escola, deve ser sempre potencializada e orientada por profissionais de Educação Física (CAMARGO et al. 2017; HALLAL et al. 2006, p. 1286).

A baixa prática de exercícios físicos é um hábito que colabora para o ganho de peso, comprometimento psicológico e surgimento precoce de doenças em adolescentes (LUCIANO et al. 2016). Fatores que impossibilitam a prática de exercícios físicos adequados e frequentes são o acesso a equipamentos e espaços de lazer, programas de acompanhamento profissional e políticas públicas de gestão voltadas para áreas economicamente desfavorecidas. Além desses fatores, as desigualdades sociais, educação, tecnologia, economia e outros motivos colaboram para o estilo de vida inativo da população adolescente (ALVES; SILVA, 2013).

Sabe-se que o exercício físico regular pode melhorar vários elementos de aptidão física relacionados à saúde, como força, resistência muscular, resistência cardiorrespiratória, flexibilidade e composição corporal. Essas alterações podem promover, sobretudo, o domínio da adiposidade corporal, assim como a manutenção ou melhora da capacidade funcional e neuromotora, favorecendo o desempenho em diversas tarefas diárias (MORRIS; MORTON et al. 1994). No entanto, o declínio dos níveis de AF pode influenciar os jovens e proporcionar a ocorrência de DCNTs Segundo Goldner (2013, p. 8).

A prática da AF auxilia na regulação da pressão arterial, propicia ao corpo a aptidão necessária para manter-se em homeostase em situações do dia a dia, o corpo como todo fica nitidamente preparado, o coração a rigor ganha em capacidade de bombeamento sanguíneo às artérias e facilitam o retorno sanguíneo pelas veias. (...) A prevalência de alimentação desequilibrada e ausência de pratica da AF combinam em obesidade que influencia na propensão de doenças cardiovasculares, doenças psicológicas e até em distúrbios comportamentais como ansiedade.

O estímulo ao desenvolvimento á prática de AF na adolescência pode contribuir para o aumento dos níveis de aptidão física nas diferentes fases da vida. Para Goldner (2013, p. 7) a aptidão física é um dos melhores meios de qualidade de vida, por fornecer regulações endócrinas importantes na manutenção emocional e na perspectiva de saúde clínica.

Artmann (2015, p. 14) ressalta que se os adolescentes não praticam nenhum exercício físico haverá implicações no seu metabolismo em decorrência do sedentarismo, tendo o

potencial de favorecer uma perda de flexibilidade articular, retrocesso funcional do organismo e comprometer de forma sistemática o funcionamento de vários órgãos associado à hipotrofia de fibras musculares.

A mentalização da importância de ter hábitos saudáveis é fator chave no combate ao sedentarismo na adolescência, a prática de esportes torna-se significativa, tendo em vista a atratividade competitiva já inerente aos indivíduos, mesmo que este não seja o objetivo principal, existem outras possibilidades de se realizar exercícios físicos, realizados através da dança, caminhadas, corridas, musculação, entre outros (SILVA; TEIXEIRA; GOLDBERG, 2003; GUEDES; LOPES; GUEDES, 2005).

De acordo com Pereira e Moreira (2013, p. 311) o acompanhamento de profissionais de EF relacionados à saúde e aptidão motora em jovens resulta a repercutir de forma positiva. Além disso, a exposição à inatividade física, quando instituída na infância ou adolescência, torna-se mais constante na vida adulta e, desse modo, será mais difícil ocorrer alterações em virtude desse processo. Por essa razão, quanto mais cedo for estabelecida a prática de exercícios físicos, a literatura evidencia que os adolescentes serão menos propensos a se tornarem adultos sedentários.

### **3. METODOLOGIA**

#### **3.1 Tipo de estudo**

O presente estudo utiliza a pesquisa bibliográfica como ferramenta metodológica de natureza descritiva e abordagem qualitativa, com o propósito de abranger estudos significativos referentes ao tema. Segundo Gerhardt e Silveira (2009, p. 99), a revisão bibliográfica ou de literatura é a etapa da pesquisa em que há a possibilidade de realizar um levantamento de informações documentais sobre os conhecimentos já acumulados em relação ao tema da pesquisa.

Em relação a abordagem qualitativa, esta é útil e essencial para identificar os significados dos eventos estudados e as relações que estabelecem, dessa maneira, possibilitando incentivar o crescimento de novas compreensões sobre a diversidade e a profundidade dos acontecimentos sociais (BARTUNEK; SEO, 2002).

Conforme Gil (2002, p. 42), a pesquisa descritiva é definida na descrição de fatos e ocorrências de determinada realidade através das características de uma determinada população como sexo, idade, nível de escolaridade, bem-estar físico e mental.

#### **3.2 Coleta de dados**

Para a realização da pesquisa os dados foram coletados a partir de uma leitura de reconhecimento do material bibliográfico para a identificação do material e suas relações com o tema. Após a coleta dos dados, as principais informações foram selecionadas e, em seguida, foi realizada uma análise descritiva das mesmas para compreensão e ampliação do conhecimento sobre o tema pesquisado para a elaboração do referencial teórico.

#### **3.3 Instrumentos de coletas de dados**

Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram artigos científicos registrados no banco de dados do Lilacs, Scielo, Portal de Periódicos da Coordenação de aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e Google Acadêmico. Os termos utilizados para a busca sistemática dos artigos foram: exercício físico, adolescência, inatividade física, sedentarismo, atividade física, Ensino Médio, escolas públicas e escolas privadas. Foram utilizados estudos publicados nos últimos 10 anos, entre os anos de 2011 a 2021.

Foram incluídos nesta pesquisa os artigos científicos circulares em língua portuguesa e apenas artigos que tinham pertinência com o tema. Os artigos excluídos foram os que fugiram do tema proposto pela pesquisa e que abordavam a prática de exercício em suas outras variáveis, mas não abordavam a prática de exercícios e fatores associados no EM de escolas públicas e privadas.

### **3.4 Análise dos dados**

A análise dos artigos coletados procedeu-se com as escolhas dos artigos, teses, dissertações e documentos resultantes de relatórios e conferências selecionados e separados por assunto conforme a relevância do tema de investigação. Feito isso, prosseguiu-se a leitura dos materiais a serem analisados. O total de artigos e teses encontradas foram de 55, porém, somente 28 estudos se relacionaram com os objetivos da presente pesquisa, e destes foram selecionados 16 para discussão do tema proposto.

Também foi utilizada a leitura seletiva para a compilação dos materiais mais relevantes e leitura analítica dos materiais selecionados, com a finalidade de organizar a integração das ideias e possibilitar a obtenção de fundamentos de pesquisa (GIL, 2002).

Após essa busca foi realizada a reunião dos artigos e resultados relevantes para a elaboração de um quadro com o objetivo de expor os dados mais significativos e classificatórios de cada artigo.

### **3.5 Aspectos éticos**

Seguindo preceitos éticos, essa pesquisa de forma contínua se preocupa e se compromete em citar os autores utilizados nos estudos respeitando as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas sendo uma delas a NBR6023 que trata dos elementos e orientação na utilização de referências.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 55 artigos, em que o tema em análise se relacionava com o objeto deste trabalho. Após esta etapa, foram excluídos os estudos que não atendiam aos critérios de elegibilidade, relacionando a discussão do tema. De posse dos 28 artigos que restaram, foi realizada uma leitura detalhada, eliminando 12 trabalhos que não atendiam aos critérios elencados. Assim, para a etapa final foram escolhidos 16 artigos, apresentados a seguir no quadro 1, ambos contemplavam a temática do estudo e foram relevantes para discorrer sobre a prática de exercícios físicos entre adolescentes do EM de escolas públicas e privadas.

Quadro 1 – Análise dos resultados de 16 pesquisas de diferentes autores

Nome do autor e do artigo	Objetivos	Resultados	Conclusão
<b>Autores:</b> Silva, R. C. et al. 2018. <b>Artigo:</b> Nível de atividade física em adolescentes escolares do município de rio Verde – Goiás	Avaliar o nível de AF em adolescentes e verificar possíveis diferenças do nível de AF entre os sexos e as redes de ensino pública e privada.	Foi observado que indivíduos ativos eram de entidade pública e com relação ao gênero, o sexo masculino apresentou percentuais de indivíduos ativos de 85,38% na rede privada e 86,41% na rede pública, enquanto, no sexo feminino verificou-se um percentual de 59,06% para os adolescentes ativos na rede privada e 77,47% na pública.	O nível de AF desses adolescentes foi alto, sendo maior no sexo masculino. Já quanto às redes de ensino, o nível de AF foi maior nos jovens pertencentes à rede pública.
<b>Autor:</b> Campos et al. 2019. <b>Artigo:</b> Conhecimento de adolescentes acerca dos benefícios do exercício físico para a saúde mental	Investigar o conhecimento dos adolescentes acerca dos benefícios do exercício físico para a saúde mental.	A amostra final foi composta por 302 adolescentes do EM e constatou que indivíduos mais ativos tinham um maior conhecimento sobre os benefícios do exercício físico para a saúde mental com relação aos jovens sedentários.	Conclui-se o conhecimento pode ser uma causa protetora contra o sedentarismo e a inatividade física, melhorando o aspecto referente à qualidade de vida do adolescente.
<b>Autor:</b> Kassiano et al. 2020. <b>Artigo:</b> Existe associação entre nível de atividade física e composição corporal em adolescentes?	Testar se existe associação e diferença entre o nível de atividade física e composição corporal de adolescentes de escolas públicas e privadas.	Não tiveram diferenças substanciais entre estudantes de escolas pública e privada para o nível de AF e variáveis de composição corporal.	A falta de associação forte entre o nível de AF e composição corporal indica para o caráter multifatorial que percorre a relação entre esses dois aspectos na população jovem. Em consequência disto, estudar em escola pública ou privada parece

			não afetar o nível de AF e a composição corporal de adolescentes.
<p><b>Autor:</b> Pinto et. al. 2013.</p> <p><b>Artigo:</b> Nível de flexibilidade de alunos do EM de Florianópolis - SC: uma análise centrada no sexo, idade e prática de atividade física extraescolar</p>	<p>Analisar o nível de flexibilidade dos escolares do EM de Florianópolis de acordo com o sexo, idade e a prática de AF extraescolar.</p>	<p>Os resultados mostraram que a maioria dos escolares da Classe B realizavam AF, priorizando os exercícios aeróbicos praticados de uma a três vezes por semana. A maioria dos escolares do sexo feminino encontrava-se na faixa de condição de risco à saúde no que se referiu a mobilidade do quadril. Assinalou-se que a abordagem da AF não mudou a situação.</p>	<p>Concluiu-se que os escolares do sexo masculino apresentaram quadris mais flexíveis, enquanto os do sexo feminino apresentaram ombros mais flexíveis.</p>
<p><b>Autores:</b> Moreira et al. 2016.</p> <p><b>Artigo:</b> Vivência e percepção sobre atividades físicas de adolescentes escolares de boa vista do Ramos-AM</p>	<p>Identificar a percepção e vivência sobre AF, de adolescentes escolares do EM no município de Boa Vista do Ramos/AM</p>	<p>Verificou-se que 78,87% dos sujeitos eram irregularmente ativos. A taxa de exposição ao comportamento sedentário foi de 8,45%, e apenas 12,68% eram fisicamente ativos. Em relação à afirmação "gosto de AF": 66,46% concordam, 15,90% discordam parcialmente, 6,36% concordam parcialmente, 3,18% discordam totalmente.</p>	<p>Evidências sugerem uma alta incidência de atividade física irregular e comportamento sedentário. É preciso sensibilizá-los para a atividade física ao longo da vida de forma pedagógica dentro da EFE para que se sintam estimulados.</p>
<p><b>Autor:</b> Flausino et al. 2012.</p> <p><b>Artigo:</b> Estilo de vida de adolescentes de uma escola pública e de uma particular</p>	<p>Avaliar a percepção do estilo de vida de estudantes do EM de escolas públicas e particulares.</p>	<p>Os resultados demonstraram que a média geral referente ao estilo de vida foi relativamente baixa. Um aspecto preocupante foi a queda do nível atribuído à AF no decorrer dos anos.</p>	<p>Conclui-se que diretrizes devem ser estabelecidas, com o propósito de modificação do quadro atual verificado nesse grupo de adolescentes, proporcionando uma vida adulta e envelhecimento mais saudáveis e com qualidade.</p>
<p><b>Autor:</b> Camargo et al. 2017.</p> <p><b>Artigo:</b> Facilitadores para a prática de atividade física no lazer em adolescentes</p>	<p>Identificar os facilitadores para a prática de AF no lazer em adolescentes do EM de São José dos Pinhais (PR).</p>	<p>Os resultados foram analisados por tipo de escola e sexo. Os facilitadores mais relatados foram: apoio social dos amigos e dos pais, ter habilidades, trabalhar as habilidades motoras e físicas e</p>	<p>Deve-se levar em consideração os facilitadores que dizem respeito as habilidades motoras e físicas ou para aprimoramento dos adolescentes, assim como a prática de AF efetiva, o apoio social e por facilitadores (habilidades</p>

		praticar AF no contraturno das aulas.	motoras, físicas ou para o aprimoramento) devem ser considerados.
<b>Autor:</b> Caruzzo et al. 2017. <b>Artigo:</b> Motivação para a prática de atividades esportivas em escolares da região noroeste do Paraná	Investigar a motivação para prática de atividades desportivas de escolares da região noroeste do Paraná, buscando comparar quanto ao sexo, nível de escolaridade e rede de ensino.	Os resultados deste estudo apresentaram maior motivação por Desenvolvimento de competências e Status para o sexo masculino; alunos da rede pública evidenciaram maiores chances de serem motivados por status, prazer, desenvolvimento de competências, afiliação geral e afiliação específica; os estudantes da rede privada apresentaram maior motivação pelas Emoções.	Pôde-se concluir que os adolescentes mais novos buscam envolvimento social através da prática desportiva e recebem mais influências externas. Alunos de escolas privadas são motivados intrinsecamente, enquanto que alunos de escolas públicas apresentaram motivações autodeterminadas e motivações extrínsecas controladas.
<b>Autores:</b> Cheng et al. 2020. <b>Artigo:</b> A associação entre variáveis sociodemográficas e níveis de atividade física em adolescentes é mediada por apoio social e autoeficácia?	Analisar se a associação entre variáveis sociodemográficas e níveis de AF é mediada por fatores psicossociais.	Os resultados deste estudo apresentaram a associação entre o sexo e idade dos adolescentes e o nível de AF mediados pelos níveis de apoio social proporcionados pelos pais e amigos.	As estratégias de intervenção para melhorar a AF entre meninas e adolescentes mais velhos devem incluir medidas para aumentar o apoio social fornecido por pais e amigos, seja por meio de maior incentivo, recursos logísticos, participação compartilhada ou observação dos jovens na prática de AF.
<b>Autor:</b> Carvalho et al. 2015. <b>Artigo:</b> Fatores sociodemográficos associados a prática de exercício físico, uso do computador, assistir à TV e jogar videogame entre adolescentes	Avaliar os fatores sociodemográficos associados a prática de exercício físico, uso do computador, assistir à TV e jogar videogame entre adolescentes.	A frequência insuficiente de atividade física foi associado mais no sexo feminino. 67,0% dos jovens com renda familiar entre 2 e 5 salários mínimos e que pertencem à rede pública de ensino assistem TV. Alunos de escolas públicas jogam videogame com mais frequência. O uso de computador foi relatado por 61,0% desse grupo, e apenas relacionado ao fato de ser de escola pública.	Os resultados corroboram com a necessidade de estímulo à prática de exercício físico, principalmente naqueles com menor nível sociodemográfico.

<p><b>Autores:</b> Lourenço et al. 2017.</p> <p><b>Artigo:</b> Deslocamento passivo para escola e fatores associados em adolescentes</p>	<p>Estimar a prevalência do deslocamento passivo para escola e os fatores associados em adolescentes do EM de escolas públicas e particulares do município de Uberaba, MG, Brasil.</p>	<p>A prevalência de adolescentes que não aderiram à recomendação de 2h/dia para comportamento de tela foi de 81,9%. 4 em cada 10 adolescentes são considerados menos ativos em seu tempo de lazer. Cerca de um quarto dos adolescentes foram identificados como acima do peso.</p>	<p>Mais da metade dos adolescentes se deslocam passivamente para a escola. Os fatores associados ao deslocamento passivo foram sexo (meninas), série escolar (terceira série), AF no lazer (menos ativa no lazer) e dependência administrativa da escola (escolas públicas).</p>
<p><b>Autor:</b> Maciel e Veiga, 2012.</p> <p><b>Artigo:</b> Intenção de mudança de comportamento em adolescentes para a prática de atividades físicas de lazer</p>	<p>Investigar a intenção da mudança de comportamento de adolescentes de diferentes níveis socioeconômicos para a prática de atividades físicas de lazer.</p>	<p>Constatou-se que a maioria dos adolescentes era inativa no lazer. As variáveis sociais não foram significativas para prever o intuito de mudar o comportamento dessas atividades.</p>	<p>Através dos resultados, conclui-se que há a necessidade de adaptação de campanhas para o incentivo à prática de AF, adotando estratégias diferenciadas levando a importância de se considerar os resultados apontados.</p>
<p><b>Autores:</b> Mendonça et al. 2018.</p> <p><b>Artigos:</b> Padrões de prática de atividade física em adolescentes de um município da região Nordeste do Brasil</p>	<p>Descrever os padrões de prática de AF e analisar suas variações conforme as características sociodemográficas de adolescentes de um município da região nordeste do Brasil.</p>	<p>As atividades com maior poder explicativo para os escores de prática geral foram: exercício (38,1%) e atividade física (21,8%). A capacidade explicativa para o exercício foi alta em todos os subgrupos, exceto mulheres.</p>	<p>Recomenda-se futuras intervenções para ampliação dos níveis de AF, direcionamento de ações que estimulem e deem suporte a prática de esportes e fortalecimento das aulas de EFE no ensino básico.</p>
<p><b>Autores:</b> Vespasiano et al. 2013.</p> <p><b>Artigo:</b> Comparação da composição corporal e do nível de Atividade física de alunos do EM entre uma Escola pública e uma particular de Itapeva-SP</p>	<p>Comparar a composição corporal, os hábitos alimentares, nível de AF e nível socioeconômico em adolescentes do EM entre uma escola pública e uma particular.</p>	<p>Os alunos da rede privada apresentaram valores superiores de ingestão de energia (kcal) e maior convergência nas classes socioeconômicas quando relacionado a escola pública. Cerca de 50% dos voluntários de ambas as escolas eram irregularmente ativos.</p>	<p>Concluiu-se que a inserção de programas é importante para promoção da saúde dos escolares adolescentes, aumento da prática de AF e para prevenção de sobrepeso e obesidade.</p>
<p><b>Autores:</b> Moura et al. 2018.</p> <p><b>Artigo:</b> Aderência da atividade física e lazer em adolescentes</p>	<p>Investigar o nível de interesse dos jovens em participar das aulas de educação física, sua prática esportiva fora do ambiente escolar e os seus hábitos de lazer no tempo livre e comparar estas</p>	<p>Das relações entre os sexos, 60,1% do público masculino respondeu praticar algum esporte ou exercício físico depois do horário das aulas, enquanto que apenas 21,3% do público feminino apresentou</p>	<p>Os resultados mostraram que o sexo masculino apresentou maior interesse pelas aulas, além de praticarem atividades esportivas fora do ambiente escolar. Nos finais de semana os participantes</p>

	variáveis pelo sexo dos participantes	19,7%. Não foi encontrada diferença significativa quanto aos hábitos de lazer durante os finais de semana.	demonstraram preferência na adoção de hábitos sedentários em seu tempo livre.
<b>Autores:</b> Knuth et al. 2011. <b>Artigo:</b> Prática de atividade física e sedentarismo em brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) – 2008	Apresentar os resultados de prática de atividade física (AF) da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) em 2008, conforme distribuição regional e características sociodemográficas.	Os resultados mostraram que a prevalência nos níveis de AF recomendados no lazer foi de 10,5% . O sexo masculino e indivíduos mais jovens foram mais ativos e houve associação direta em relação a escolaridade e AF no lazer.	Conclui-se que é necessário a inserção de estratégias para a promoção da saúde que visam o alcance de resultados que contribuam para a qualidade de vida da população.

**Fonte:** Elaborada pelo autor, 2022.

Analisando e comparando os resultados dos artigos selecionados, é possível obter um entendimento que se completa entre os diferentes autores, em relação aos fatores associados à prática de exercícios físicos entre adolescentes do EM de escolas públicas e privadas. Em suma, todos os autores compactuam com o entendimento de que a prática de exercícios físicos tem papel fundamental na saúde e qualidade de vida, por ter um impacto positivo no bem-estar mental e emocional, além de auxiliar para a formação do autoconceito do adolescente.

No que se refere aos estudos que relataram os efeitos positivos da prática esportiva entre adolescentes de escolas públicas e privadas, Silva R. C. et al. (2018, p. 23) avaliaram o nível de AF em adolescentes e verificaram que 77,7% dos indivíduos avaliados eram ativos. Ao considerar a rede de ensino encontrou-se 71,03% e 81,78% de indivíduos ativos para a entidade privada e pública, respectivamente. Quanto ao gênero, o sexo masculino representou 85,38% dos ativos na rede privada e 86,41% na rede pública, enquanto no sexo feminino, a proporção de adolescentes ativos na rede privada foi de 59,06% e 77,47% na rede pública.

Campos et al. (2019, p. 2955) verificaram que 44,4% dos adolescentes participantes relataram não praticar nenhum tipo de exercício físico. A porcentagem de meninas que não praticam foi de 55%, contra 25% dos meninos, evidenciando que os meninos praticam mais AF do que as meninas. Também, em porcentagem, ocorreram uma redução da prática de exercício físico ao longo dos anos do EM. Diante dos fatos em escolares do gênero feminino e masculino na escola da rede pública e rede privada, se torna evidente que atitudes em relação à promoção prática de exercícios físicos são fundamentais.

No estudo de Kassiano et al. (2020, p. 47), por outro lado, não encontraram diferenças

entre escolas públicas e privadas e o nível de AF. No que diz respeito a ausência de diferenças nessa variável, os autores apontaram que adolescentes em contextos de melhores condições socioeconômicas possuem maiores nível de AF do que aqueles que se encontram em piores condições sociais. Assim, escolares de instituições públicas se envolvem nas aulas de EF, enquanto que adolescentes de escola privada possuem maior acesso a espaços de lazer como clubes e academias.

Em um estudo realizado com estudantes do EM de Florianópolis, Pinto et al. (2013, p. 662) realizaram uma análise de gênero, idade e prática de AF extracurricular e verificaram inicialmente que a maior parte dos alunos praticavam AF, de uma a três vezes por semana, e cada aula com duração superior a 60 minutos. O sexo feminino demonstrou ser mais suscetível a ter envolvimento em atividades físicas extracurriculares, com maior frequência e menor duração, porém, não houve diferença considerável entre as variáveis.

Moreira et al. (2016, p. 22) afirmam em seus estudos que a maioria dos adolescentes revelaram que praticam de dois a três dias semanais, e a minoria praticam regularmente de cinco a sete dias semanais, sendo classificados como fisicamente ativos os que participam 60 minutos diários de AF, durante cinco, ou mais dias por semana. Os demais adolescentes avaliados foram denominados irregularmente ativos, ou sedentários. Quando questionados sobre gostar de EF, 66,46% concordaram a afirmação, 15,90% discordam em parte, 6,36% concordam em parte e 3,18% discordaram totalmente.

Flausino et al. (2012, p. 492) ao investigarem o estilo de vida dos adolescentes, evidenciaram em seus estudos que a AF apresentou maior discrepância significativa entre as turmas do EM, sendo que o 1º ano foi o que demonstrou maior disposição a integrar essas atividades ao estilo de vida. Pode-se observar, verificando as dimensões separadamente, uma diferença entre AF e relacionamentos sociais, sendo que os alunos de escola privada atribuem mais importância a este item do que os alunos de escolas públicas.

O estudo de Camargo et al. (2017, p. 563), sobre facilitadores para a prática de exercícios físicos no lazer em adolescentes do EM de escolas públicas e privadas de São José dos Pinhais, mostrou a relação sobre o apoio social dos pais e amigos, ter habilidades para realizar AF e a importância de progredir com essas habilidades seja na EFE, com profissional ou com amigos, tiveram resultados semelhantes.

Caruzzo et al. (2017, p. 48) constataram em seus estudos que alunos da rede pública são mais propensos a se motivar para a prática de atividades desportivas por reconhecimento, prazer, desenvolvimento de habilidades, afiliação geral (estar com os amigos, fazer novos amigos, pertencer a um grupo) e afiliação específica (trabalhar em equipe). Em contrapartida,

os alunos das redes privadas tendem a buscar a prática pelas sensações e emoções que elas proporcionam.

Com relação aos fatores sociodemográficos e níveis de AF, Cheng et al. (2020, p. 49) observaram que a ligação entre o sexo e idade dos jovens e o nível de AF foi relacionada pelos níveis de apoio social proporcionados pelos pais e amigos. Tais resultados indicam que as distinções nos níveis de AF entre os subgrupos de adolescentes (sexo masculino vs. feminino; mais velhos vs. mais jovens) são relacionadas pelas diferenças nos níveis percebidos pelos facilitadores da prática de AF.

Carvalho et al. (2015, p. 25) estudando fatores sociodemográficos associados à prática de exercícios físicos, observaram que 57,5% dos adolescentes praticavam exercícios físicos menos de 3 vezes por semana e que a renda familiar esteve associada à prática de exercícios físicos mais comum entre os alunos da rede privada pertencentes a famílias com renda acima de cinco salários mínimos. Além disso, os autores verificaram que houve alta regularidade de atividades sedentárias, como assistir televisão (67,0%) e usar o computador (61,0%), mais de duas horas por dia.

O uso de computador e televisão também foi alto nos estudos de Lourenço et al. (2017, p. 5). Os autores verificaram que a prevalência de adolescentes que desobedeceram à orientação de não mais que 2 h/dia de comportamento de tela foi de 81,9%. A cada dez adolescentes, quatro (44,4%) foram classificados menos ativos no lazer. Próximo de um quarto dos adolescentes foi apontado com excesso de tecido adiposo (24,6%).

Segundo Maciel e Veiga (2012, p. 706) a maioria dos jovens são inativos no lazer, e às variáveis como atitude, sexo e controle percebido são fatores significativos para a classificação do nível de AF, sendo que as variáveis sociais (norma subjetiva e nível socioeconômico) apresentam baixa relevância para determinar a alteração no comportamento para a prática de exercícios.

Estudos realizados por Mendonça et al. (2018, p. 2449) mostraram que a contribuição relacionada a diferentes tipos de prática variou com os aspectos sociodemográficos dos adolescentes. O esporte foi uma das categorias mais praticadas e o grande dispêndio de tempo nos exercícios físicos, em especial no sexo feminino. Os alunos que estudavam em escolas privadas apresentaram baixo domínio explicativo em relação ao escore geral de AF determinado a partir do somatório dos produtos do tempo despendido nas atividades pelas respectivas frequências de prática.

Vespasiano et al. (2013, p. 36) também realizaram pesquisas sobre nível de AF e níveis socioeconômicos em adolescentes e verificam que aproximadamente 50% de ambas as escolas

eram irregularmente ativos. Em relação ao nível socioeconômico, os autores observaram que houve maior percentual de alunos nas classes mais altas na escola particular que na pública, mas este resultado não influenciou na prática de exercícios físicos. Esses dados são evidenciados pela baixa prática de exercícios físicos, e indicam a necessidade de investigação aos diversos fatores pelos profissionais de saúde que trabalham nas escolas.

Moura et al. (2018, p. 48) observaram em seu estudo que a prática esportiva fora do ambiente escolar é uma realidade pouco vivenciada. Os autores verificaram que do total de 621 adolescentes entrevistados, 392 (63,1%) afirmaram que não praticam nenhum exercício físico ou esporte fora do horário escolar.

Estes resultados corroboram com o estudo de Knuth (2011, p. 3699) que afirma que apenas 10,5% dos brasileiros na faixa etária de 14 anos ou mais praticam AF de lazer ou esportes em conformidade com as recomendações necessárias para obtenção de níveis de saúde. Segundo o autor, políticas de promoção de práticas esportivas podem contribuir para a diminuição do comportamento sedentário, dessa forma introduzindo alternativas de entretenimento menos vinculadas a este comportamento.

Diante dos resultados encontrados em cada pesquisa, pode-se constatar que os estudos variam em suas conclusões e suas aplicações, mais os efeitos benéficos relacionados ao exercício são comuns em diversas propostas, pois de acordo com que o adolescente vai aumentando sua capacidade, ele vai melhorando sua condição de realizar os exercícios e consequentemente ficando expostos aos benefícios já estabelecidos.

## 5. CONCLUSÃO

Esta revisão apresentou de forma integrativa diferentes abordagens sobre à prática de exercícios físicos e fatores associados entre adolescentes do EM de escolas públicas e privadas, buscando evidenciar o que é mais conhecido e aplicável à realidade atual. Embora esta pesquisa tenha se limitado a identificar à prática de exercícios físicos habituais de alunos do EM fora do ambiente escolar e relacionar as diferenças entre as redes de ensino, pode-se verificar que a maioria dos adolescentes em idade escolar não praticam exercícios diariamente em decorrência de fatores psicossociais, crescimento e desenvolvimento humano, além da influência da modernidade e interesse pelas atrações de televisão, videogame, computador e celular. Pelo exposto, percebe-se a importância de uma investigação sobre as experiências com práticas esportivas propostas pelo profissional de Educação Física, aliadas a estratégias para melhorar todas as relações e ações desse grupo populacional.

Dessa forma, sugere-se mais estudos para verificar as influências dos fatores mencionados com a prática de exercícios e investigações sobre a vivência de uma rotina intensa de estudos, sobrecarga emocional e física, obrigações e escolhas ligadas à carreira profissional durante essa fase que contribuem para a prática de exercícios físicos, objetivando-se adoção de um estilo de vida saudável e combate ao sedentarismo na adolescência.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, C. F. A.; SILVA, R. C. R. Fatores associados à inatividade física em adolescentes: um artigo de revisão. In: CAMPOS, HJC., and PITANGA, FJG., orgs. Práticas investigativas em atividade física e saúde [online]. Salvador: **EDUFBA**, p. 129-151, 2013.
- ARAÚJO, R. A. et al. O papel da educação física escolar diante da epidemia da obesidade em crianças e adolescentes. **Educação Física em Revista**, v.4. n. 2, mai/jun/jul/ago, 2010.
- ARTMANN, T. H. **Atividade física**: conhecimento, motivação e prática de atividade física em adolescentes. 2015. 38 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) Curso de Educação Física – Unijuí, Campus Santa Rosa-RS, 2015.
- AZEVEDO JUNIOR. et al. Atividades físicas e esportivas na **adolescência: mudanças de preferências ao longo das últimas décadas**. **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v.20, n.1, p.51-58, jan./mar. 2006.
- BACIU, Cristina; BACIU, Aline. Qualidade de Vida e Socialização de Estudantes através do Esporte. **Procedia - Ciências Sociais e Comportamentais**, v. 209, p. 78-83, jul., 2015.
- BARRETO FILHO, E. M. **Obesidade na adolescência**: a interdisciplinaridade como estratégia de promoção da saúde. 2016. 135 f. Dissertação (Mestrado em Ensino na Saúde) Programa de Pós-graduação – Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2016.
- BARROS, BEGIATTO, C.L; **A importância da Educação Física na percepção da comunidade escolar**. Universidade São Judas Tadeu, 2009.
- BARROS, F. C.; SILVA, M. C. Conhecimento sobre atividade física e fatores associados em adolescentes estudantes do ensino médio da zona rural. **Revista Brasileira De Atividade Física e Saúde**, Pelotas, v. 18, n. 5, p. 594-603, set., 2013.
- BATISTA, Luiz C. da C. **Educação Física no Ensino Fundamental**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.
- BARTUNEK, J. M.; SEO, M. A pesquisa qualitativa pode agregar novos significados à pesquisa quantitativa. **Diário de Comportamento Organizacional**, v. 23, n.2, , mar., 2002.
- BENEDET, J. et al. Treinamento resistido para crianças e adolescentes. **ABCS Health Sci.** p. 40-46, 2013.
- BERGER, Mirela. “Felicidade é entrar num vestido P”: o culto ao corpo na sociedade urbana contemporânea. **Cadernos de campo**, São Paulo. n. 19. p. 69-90. 2010.
- BENCKE, T. B. **A musculação na adolescência: teoria versus prática nas academias de três Passos-RS**. 2016. 73 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Educação Física) Curso de Educação Física – Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUI, jú – RS, 2016.

BRAGA, Fernando. et al. Programas de Treinamento de Força para Escolares sem uso de Equipamentos. Ciência e conhecimento, **Revista Eletrônica da Ulbra São Jerônimo**, v. 3, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde do Adolescente: competências e habilidades**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude\\_e\\_adolescente\\_competencias\\_habilidades.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_e_adolescente_competencias_habilidades.pdf)>. Acesso em: 12 abr. 2022.

BRITO, A. K. A. et al. Programas de intervenção nas escolas brasileiras: uma contribuição da escola para a educação em saúde. **Saúde em Debate**, v. 36, n. 95, p. 624-632, 2012.

CAMARGO, E, M. et al. Facilitadores para a prática de atividade física no lazer em adolescentes. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, v. 22, n. 6, p. 561-67, 2017.

Campos, C. G. et al. Conhecimento de adolescentes acerca dos benefícios do exercício físico para a saúde mental. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 8, p. 2951-2958, 2019.

CARVALHO, C. A. et al. Fatores sociodemográficos associados a prática de exercício físico, uso do computador, assistir à TV e jogar videogame entre adolescentes. **Adolesc. Saúde**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 2, p. 17-28, abr./jun., 2015.

CARUZZO, N. M. Motivação para a prática de atividades esportivas em escolares da região noroeste do Paraná. **Corpoconsciência**, Cuiabá-MT, v. 21, n. 3 p. 46-54, set./dez., 2017.

CHENG, L. A. et al. É a associação entre variáveis sociodemográficas e níveis de atividade física em adolescentes mediados pelo apoio social e pela autoeficácia?. **J. Pediatr.**, Rio de Janeiro, v. 96, n. 1, p. 46-52, 2020.

COSTA, C. L. A. et al. Aptidão física relacionada à saúde em escolares de Juazeiro do Norte. **Movimento e Percepção**, Juazeiro do Norte, v. 11, n. 17, p. 48-56, dez/abril. 2010.

DEZANI, Gabriel Santos. **A importância das aulas de educação física no ensino infantil**. 2014. 27 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) Curso de Educação Física – Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, Ariquemes – RO, 2014.

DIAS, D. F. et al. Barreiras percebidas à prática de atividades físicas no lazer e fatores associados em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 11, p. 3339-3350, 2015.

DIAS, P. J. P. Prevalência e fatores associados aos comportamentos sedentários em adolescentes. **Rev Saúde Pública**, v. 48, n. 2, p.266-274, 2014.

DOEDERLEIN, Marcos; GREVE, Julia Maria D.; RASO, Vagner. **Pollock: Fisiologia Clínica do Exercício**. São Paulo: Editora Manole, 2013.

FARIAS JÚNIOR, J. C. et al. Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil **Rev. Saúde Pública**, v. 46, n. 3, p. 505-15, 2012.

FERMINO, R. C. et al. Atividade física e fatores associados em adolescentes do ensino médio de Curitiba, Brasil. **Rev. Saúde Pública**, v. 44, n. 6, p. 986-95, 2010.

- FERNANDES, L. A.; GOMES, J. M. M. Relatório de pesquisa nas Ciências Sociais: Características e modalidades de investigação. **ConTexto**, Porto Alegre, v. 3, n. 4, 2003.
- FERREIRA, M. N. G. et al. A influência da atividade física e esportes sobre o crescimento e amaturação. **RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v. 7, n. 24, p. 237-243, 2015.
- FLAUSINO, N. H. Estilo de vida de adolescentes de uma escola pública e de uma particular. **R. Min. Educ. Fís.**, Viçosa, Edição Especial, n. 1, p 491-500, 2012.
- GENEROSI, Rafael Abeche. **Efeitos de um programa de treinamento físico em componentes da aptidão física relacionada à saúde de escolares**. p. 1–101, 2011.
- GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de pesquisa**. Porto Alegre: Ed. UFRGS, 2009.
- GIL, A. C. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2002. p. 184.
- GOLDNER, L. J. **Educação física e saúde: benefício da atividade física para a qualidade de vida**. 2013. 24 f. Trabalho de Conclusão do Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2013.
- GOMES, Tiago Silva. **Caracterização da atividade física e qualidade de vida em crianças e jovens com deficiência visual**. 2015. 60 f. Dissertação (Mestrado em Atividade Física no Contexto Escolar) – Universidade de Coimbra. Coimbra, 2015.
- GORDIA, A. P. et al. Nível de atividade física em adolescentes e sua associação com variáveis sociodemográficas. **Rev. Port. Cien. Desp.**, v. 10, n. 1, p. 172–179, 2010.
- GRANICH, J. et al. Compreendendo o comportamento sedentário das crianças: um estudo qualitativo do ambiente familiar. **Saúde Educ Res**. v. 25, n. 2, p. 199-210, 2010.
- GUEDES, Dartagnan Pinto. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Rev. Bras. Med. Esporte**, v. 7, n. 6, nov/dez. 2001.
- GUEDES, D.P.; LOPES, C. C.; GUEDES, J. E. R. P. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Londrina, v. 11, n. 2, p. 151-158, jan.-fev. 2005.
- HALLAL, P.C. et al. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 6, p.1277-1287, jun. 2006.
- IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2016). **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) 2015**. Rio de Janeiro, IBGE, p. 132.
- KASSIANO, Witalo et al. Existe associação entre nível de atividade física e composição corporal em adolescentes?. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Taguatinga, v. 28, n. 1, p. 42-50, 2020.
- KNUTH, A. G. Prática de atividade física e sedentarismo em brasileiros: resultados da

Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) – 2008 . **Ciência & Saúde Coletiva**, 16(9):3697-3705, 2011.

LIPPO, Bruno Rodrigo da Silva, et al. Fatores determinantes de inatividade física em adolescentes de área urbana. **Jornal de Pediatria**, v. 86, n. 6, 2010.

LOURENÇO, C. L. M. et al. Deslocamento passivo para escola e fatores associados em adolescentes. **J. Phys. Educ.** v. 28, e. 2831, 2017.

LUCIANO, A. P.; BERTOLI, C. J.; ADAMI, F.; ABREU, L. C. Nível de Atividade Física em Adolescentes Saudáveis. **Revista Brasileira de Medicina no Esporte**, v. 22, n.3. 2016.

MACHADO, Y. L. **Sedentarismo e suas consequências em crianças e adolescentes**. 2011. 52 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) Curso Bacharelado em Educação Física – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia Sul de Minas. Muzambinho, 2011.

MACIEL, M. G.; VEIGA, R. T. Intenção de mudança de comportamento em adolescentes para a prática de atividades físicas de lazer. **Rev. bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v. 26, n. 4, p. 705-16, out./dez. 2012.

MARCONI; MARINA DE ANDRADE; LAKATOS, EVA MARIA. **Fundamentos de metodologia científica**. 6ª ed. São Paulo, SP: Atlas, 2005.

MARZINEK, ADRIANO. **A motivação de adolescentes nas aulas de educação física**. 2004. 89 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Educação Física – Universidade Católica de Brasília, Brasília – DF, 2004.

MATIAS, T. S.; et al. Satisfação corporal associada a prática de atividade física na adolescência. **Motriz**. Revista de Educação Física. UNESP, v. 16, n. 2, 2010.

\_\_\_\_\_. Autodeterminação de adolescentes em diferentes estágios de mudança para o exercício físico. **Rev. Educ. Fís/UEM**, v. 25, n. 2, p. 211-222, 2. trim. 2014.

MAZIEKAS, M.T. et al. Estudos de exercício de acompanhamento em obesidade pediátrica: implicações para a eficácia a longo prazo. **Jornal Britânico de Medicina Esportiva**, Bloomsburg, v. 37, n. 5, p. 425-429, out. 2003.

MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano**. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1998.

MENDONÇA, G. et. al. Padrões de prática de atividade física em adolescentes de um município da região Nordeste do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 7, p. 2443-2451, 2018.

MOREIRA, D. F. et al. Vivência e percepção sobre atividades físicas de adolescentes escolares de boa vista do Ramos-AM. **Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia**, n. 3, v. 7, 2016.

MORRIS, J. N. Exercise in the prevention of coronary heart disease: today's best buy in public health. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 26, p. 807-14, 1994.

- MOURA, M. F. et al. Aderência da atividade física e lazer em adolescentes. **Rev. Interdisciplin. Promoç. Saúde - RIPS**, Santa Cruz do Sul, v. 1, n. 1, p. 46-53, jan./mar. 2018.
- NAHAS, M. V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 5.ed. **Rev. Atual**. Londrina, PR: Midiograf, 2010.
- NOMAN, M. C. et al. **Atividade física**. [S.d.]. Disponível em: <<https://telessaude.hc.ufmg.br/wp-content/uploads/2016/04/Atividade%20F%C3%ADsica.pdf>> . Acesso em: 10 abr. 2022.
- NUNES, F. S. **A dispensa nas aulas de educação física no ensino médio: legalidade e legitimidade**. 2007. 130 f. Dissertação (Mestrado em Educação) Programa de Pós-graduação em educação – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2007.
- OLIVEIRA, J. F. Reflexões sobre crescimento e desenvolvimento em crianças e adolescentes. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo de Pinhal, SP, v.6, n.8, jan./jun. 2006.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. **Estado físico: uso e interpretação da antropometria**. Relatório de um comitê de especialistas da OMS. Geneva, p. 375-411, 1995.
- PACÍFICO, Ana Beatriz. Comparação do nível de atividade física, aptidão física e percepção da qualidade de vida entre adolescentes praticantes e não praticantes de esporte no contraturno escola. **Journal of Chemical Information and Modeling**, v. 53, n. 9, p. 1689–1699, 2013.
- PAIVA, M. S. et al. Benefícios do exercício físico para crianças e adolescentes com paralisia cerebral: uma revisão bibliográfica. **Acta Fisiatr**. v. 17, n. 4, p. 175 – 179, 2010.
- PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.
- PEREIRA, E. S.; MOREIRA, O. C. Importância da aptidão física relacionada à saúde e aptidão motora em crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v.7, n.39, p.309-316, maio/jun. 2013.
- PERFEITO, R. S. et al. Treinamento de força muscular para crianças e adolescentes: benefícios ou malefícios? **Adolesc. Saúde**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 54-62, abr/jun, 2013.
- PETROSKI, A. F. et al. Associação entre baixos níveis de aptidão física e fatores sociodemográficos em adolescentes de áreas urbanas e rurais. **Motricidade**, v. 8, n. 1, p. 5-13, 2012.
- PINTO, M. G. et al. Nível de flexibilidade de alunos do ensino médio de Florianópolis - SC: uma análise centrada no sexo, idade e prática de atividade física extraescolar. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 4, p. 657-665, Out-Dez, 2013.
- POLISSENI, M. L. C.; RIBEIRO, L. C. Exercício físico como fator de proteção para a saúde em servidores públicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v. 20, n. 5, Set/Out, 2014.
- PRADO, C. V. et al. Apoio social e prática de atividade física em adolescentes da rede

pública de ensino: qual a importância da família e dos amigos?. **Cad. Saúde Pública**, v.30, n.4, p.827-838, 2014.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas de pesquisa do trabalho acadêmico**. 2 ed. Novo Hamburgo: Fevale, 2013.

RODRIGUES, N. A. et al. The association between cardiorespiratory fitness and cardiovascular risk in adolescents. **J Pediatr**. 2007.

SALLIS J. F. Declínio relacionado à idade na atividade física: uma síntese de estudos em humanos e animais. **Med. Sci. Sports Exerc**. v. 32, n. 9, p. 1598-600, 2000.

SANTA-CLARA, H. *et al.* Atividade física e exercício físico: especificidades no doente cardíaco. **Revista Fatores de Risco**. v. 35, p. 28-35, 2015.

SANTOS, M. S. et al. Barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. Um estudo por grupos focais. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 12, n. 3, p. 137-143, 2010.

SEABRA, A. F. et al. Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. **Caderno de Saúde Pública**, v. 24, n. 4, p. 721-736, 2008.

SILVA, C. C.; TEIXEIRA, A. S.; GOLDBERG, T. B. O esporte e suas implicações na saúde óssea de atletas adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 9, n. 6, p. 426-432, nov-dez. 2003.

SILVA, F. Z. **Alimentação, exercícios físicos, jejum e saúde no âmbito escolar**. 2016. 22 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em alimentos, nutrição e saúde no espaço escolar/COMFOR) – Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA), Foz do Iguaçu, 2016.

SILVA, P. V.; COSTA, Jr., A. L. Efeitos da atividade física para saúde de crianças e adolescentes. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v, 29, n. 64, p.41-50, jan/mar, 2011.

SILVA, R. B. et al. Relação da prática de exercícios físicos e fatores associados às regulações motivacionais de adolescentes brasileiros. **Motricidade**, v. 8, n. 2, p. 8-21, 2012.

SILVA, R. C. D. Nível de atividade física em adolescentes escolares do município de Rio Verde - Goiás. **Movimento & saúde**, ed. 46, v. 16, n. 2, jan/fev/mar, 2018.

RECH, S; SIQUEIRA, P. C. M. Obesidade infantil: a atividade física como aspecto preventivo. **Revista Digital**. v. 15, n. 143, 2010.

SOARES, M. M. Estudo Epidemiológico Sobre os Objetivos dos Adolescentes com a Prática de Atividade Físico-Desportiva; **Revista Brasileira Medicina Esporte**, 2011.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Promoção da atividade física na infância e adolescência** – Manual de Orientação / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. 1 ed. São Paulo: SBP, 2017. 14 p.

STRONG, W. B. et al. Atividade física baseada em evidências para jovens em idade escolar. **O Jornal de Pediatria**, Georgia, v. 146, n. 6, p. 732-737, jun. 2005.

TENÓRIO, M.C.M.; BARROS, M.V.G.; TASSITANO, R.M. et al. Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do Ensino Médio. **Revista brasileira de de Epidemiologia**, v. 13, n. 1, 105-117, 2010.

TIMERMAN, F.; SCAGLIUSI, F. B.; CORDAS, T. A. Acompanhamento da evolução dos distúrbios de imagem corporal em pacientes com bulimia nervosa, ao longo do tratamento multiprofissional. **Rev. psiquiatr. Clín.**, v. 37, n.3. p. 113-117, 2010.

VANCEA, Luiz Antônio. et al. Associação entre atividade física e percepção de saúde em adolescentes: Revisão sistemática. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**. v. 16, n. 3, p. 246-54, 2011.

VARGAS, L. A. M.; NETO, F. X. V. O novo paradigma das atividades físico-desportivas e o papel do professor de Educação Física. **Revista Ciência em Movimento**, Porto Alegre, n. 2, 1999.

VESPASIANO, B, E. Comparação da composição corporal e do nível de atividade física de alunos do ensino médio entre uma escola pública e uma particular de Itapeva-SP. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 11, n. 2, p. 31-59, abr./jun. 2013.

VIANA, S. M.; ANDRADE, A. Estágio de mudança de comportamento relacionados ao exercício físico em adolescentes, **Rev. Bras. Cineantropom Desempenho Hum.**, v. 12, n. 5, p. 367-374, 2010.

VIEIRA, C. R. V. et al. A atividade física na adolescência. **In: Adolesc. Latinoam**, Porto Alegre, v.3, n.1, agosto, 2002.

VIRGÍLIO, S. J. **Educando Crianças para a Aptidão Física: Uma Abordagem Multidisciplinar**. São Paulo: Editora Manole, 2015.

XIMENES, R. et al. Hábitos alimentares em uma população de adolescentes. **Odontologia. Clínica Científica**, Recife, p. 287-292, out./dez., 2006.

YOUNGBLADE, L. M. et al. Fatores de risco e promoção em famílias, escolas e comunidades: um modelo contextual de desenvolvimento positivo da juventude na adolescência. **Pediatria**, Colorado, v. 119, n. 1, p. 47-53, fev. 2007.

ZANGIROLAMI-RAIMUNDO, J. Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de corte transversal. **Jornal de crescimento e desenvolvimento humano**. v. 28, n. 3, p. 356-360, 2018.

## Página de assinaturas



**Edilberto Santos**  
525.922.786-72  
Signatário



**Kenedy Miné**  
058.399.886-00  
Signatário



**Ludmilla Silva**  
060.657.413-10  
Signatário



**Juliana Oliveira**  
032.533.222-38  
Signatário

## HISTÓRICO

- |                         |   |  |
|-------------------------|---|--|
| 07 jul 2022<br>09:22:54 |  | <b>Edilberto Serpa dos Santos</b> criou este documento. (E-mail: educacaofisica@fadesa.edu.br, CPF: 525.922.786-72)  |
| 07 jul 2022<br>09:22:58 |  | <b>Edilberto Serpa dos Santos</b> (E-mail: educacaofisica@fadesa.edu.br, CPF: 525.922.786-72) visualizou este documento por meio do IP 186.225.33.73 localizado em Maracanaú - Ceará - Brasil.   |
| 07 jul 2022<br>09:23:01 |  | <b>Edilberto Serpa dos Santos</b> (E-mail: educacaofisica@fadesa.edu.br, CPF: 525.922.786-72) assinou este documento por meio do IP 186.225.33.73 localizado em Maracanaú - Ceará - Brasil.      |
| 07 jul 2022<br>09:46:49 |  | <b>Kenedy Martins Miné</b> (E-mail: kenedyminee@hotmail.com, CPF: 058.399.886-00) visualizou este documento por meio do IP 177.173.239.158 localizado em Brasil.                                 |
| 07 jul 2022<br>09:46:55 |  | <b>Kenedy Martins Miné</b> (E-mail: kenedyminee@hotmail.com, CPF: 058.399.886-00) assinou este documento por meio do IP 177.173.239.158 localizado em Brasil.                                    |
| 07 jul 2022<br>09:34:50 |  | <b>Ludmilla Mendes da Silva</b> (E-mail: ludmillasilva1010@gmail.com, CPF: 060.657.413-10) visualizou este documento por meio do IP 186.225.33.73 localizado em Maracanaú - Ceará - Brasil.      |
| 07 jul 2022<br>09:51:03 |  | <b>Ludmilla Mendes da Silva</b> (E-mail: ludmillasilva1010@gmail.com, CPF: 060.657.413-10) assinou este documento por meio do IP 186.225.33.73 localizado em Maracanaú - Ceará - Brasil.         |
| 07 jul 2022<br>21:54:00 |  | <b>Juliana Maria Silva de Oliveira</b> (E-mail: oli.mariajuliana@gmail.com, CPF: 032.533.222-38) visualizou este documento por meio do IP 177.8.26.56 localizado em Parauapebas - Pará - Brasil. |



07 jul 2022  
21:54:18



**Juliana Maria Silva de Oliveira** (E-mail: [oli.mariajuliana@gmail.com](mailto:oli.mariajuliana@gmail.com), CPF: 032.533.222-38) assinou este documento por meio do IP 177.8.26.56 localizado em Parauapebas - Para - Brazil.

