

BUENO, Rafael Augusto. Nível de Atividade Física Praticado por Escolares do 9º Ano de uma Escola de Bragança Paulista. Bragança Paulista, SP: FESB, 2016. (IMPRESSO)

RESUMO

O estudo buscou analisar o nível de atividade física praticada por adolescentes do 9º ano do período matutino, com idades entre 13 e 15 anos, da E.E. Ismael Aguiar Leme situado na cidade de Bragança Paulista SP. A pesquisa ocorreu por meio de um questionário desenvolvido por Florindo e colaboradores (2006) composto por 17 perguntas, sendo 15 relacionadas aos esportes e exercício físico praticado pelos participantes e 2 se referindo a forma de locomoção da casa até a escola. Participaram da amostra 65 alunos de ambos os gêneros 34 meninos e 31 meninas, estando devidamente matriculado na presente Unidade Escolar. Os dados coletados foram analisados estatisticamente a partir do protocolo desenvolvido pelos autores do questionário e na sequência comparados e evidenciados em médias e porcentagem. Como forma de comparação foi utilizada a recomendação de no mínimo 300 minutos semanais de atividade física moderada a vigorosa proposto pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Os resultados obtidos demonstraram que 35% de toda amostra está com resultados abaixo do ideal, chamando atenção principalmente para o gênero feminino onde se constatou resultados mais preocupantes. Destacando a importância das pesquisas que abrangem essa questão sobre atividade física.