

45 - NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PREVALÊNCIA DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ESCOLARES DE SERGIPE DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

JORGE ROLLEMBERG DOS SANTOS¹, LUCIO MARQUES VIEIRA SOUZA²

1. Centro de Excelência Atheneu Sergipense, Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe (SEDUC), Aracaju-SE, Brasil.

2. Centro de Excelência Professor João Costa, Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe (SEDUC), Aracaju-SE, Brasil
profedf.luciomarkes@gmail.com

doi:10.16887/91.a1.45

INTRODUÇÃO

De acordo com a OMS (2020) o Covid-19, causado pelo Coronavírus, teve sua disseminação global de forma rápida e inesperada caracterizando-o como uma pandemia mundial. Atualmente é o tema que mais comentado e temido pela população mundial no ano de 2020.

O distanciamento social provocado pela pandemia do novo Coronavírus, Covid-19, fez com que diversos setores da sociedade adotassem diversas medidas como método necessário para diminuição de novos casos da doença. Conforme previsto em documentos oficiais elaborados pelos setores responsáveis, que previam o fechamento de diversos espaços destinados a prática de exercício físico e lazer, houve uma diminuição dos níveis de atividade física da população em geral (WHO, 2020).

Todas essas mudanças restringiram as atividades diárias, as quais estão incluídas as atividades físicas planejadas e não planejadas que faziam parte da rotina das pessoas. As modificações comportamentais levaram uma parte da população ao aumento do comportamento sedentário, comportamento este que levar os indivíduos ao agravamento de diversos problemas de saúde (BRASIL, 2020).

A continuidade da prática de exercícios físicos durante a pandemia do novo Coronavírus torna-se necessário em virtude dos benefícios que este ocasionado ao organismo humano, entretanto deve-se respeitar o que preconiza a legislação vigente sobre as normas de segurança e distanciamento social (CHEN et al, 2020).

Por ser uma doença nova, descoberta em dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, na China, ainda são encontrados poucos estudos com a comunidade escolar. Neste sentido, a importância de pesquisar sobre os comportamentos associados a pandemia do novo Coronavírus se justifica pela necessidade de entender os problemas ocasionados pela doença, com propósito de esclarecer dúvidas, propor soluções, e conhecer a realidade de uma determinada população e assim diminuir e alertar sobre a realidade da situação.

A formação acadêmica e o estímulo a pesquisa para estudantes do ensino médio, são elementos que devem estar presente antes mesmo do ingresso no ensino superior, pois o discente ao ter contato com o mundo da pesquisa terá como característica a busca pelos elementos da ciência, e naturalmente se sobressairá sobre os demais.

METODOLOGIA

Foi submetido o projeto intitulado “Avaliação do nível de atividade física e prevalência do comportamento sedentário durante a pandemia do Coronavírus (Covid-19) em estudantes das Escolas de Ensino médio Integral de Sergipe”, sendo aprovado no Edital FAPITEC/SE/SEDUC nº 03/2020 e aprovado como Prioridade nível 1, conforme resultado no sítio eletrônico:

<https://fapitec.se.gov.br/static/files/1132/RESULTADO%20FINAL%20-%20Ed.%2003-2020%20FAPITEC-SEDUC.pdf>.

A partir disto as instituições integrantes e parceiras do projeto foram contactadas: Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura (SEDUC); CEAS - Centro de Excelência Atheneu Sergipense (CEAS), Centro de Excelência Professor João Costa (CEPJC) e Universidade Federal de Sergipe (UFS).

O objetivo geral do projeto é avaliar o nível de atividade física e prevalência do comportamento sedentário durante a pandemia do Coronavírus (Covid-19) em estudantes do ensino médio de escolas integrais de Sergipe. E como objetivos específicos: Identificar a prevalência e fatores associados a nível insuficiente de prática de atividades físicas e exposição a comportamento sedentário em adolescentes do ensino médio de escolas integrais de Sergipe / Analisar os indicadores de saúde dos estudantes que testaram positivo para o COVID-19.

População e amostra

A população será composta por estudantes matriculados nas 48 escolas estaduais que ofereçam a modalidade de Ensino Médio Integral no Estado de Sergipe. A amostra será calculada com base na população de 12387 estudantes matriculados no ano de 2020, por meio de equação de Barbetta, levando em consideração o erro tolerável máximo de 5% e intervalo de 95%.

Os critérios de inclusão a serem adotados serão: estudantes com idade máxima de 18 anos de ambos os sexos; estarem matriculados no ano letivo de 2020 em uma das escolas públicas que ofereçam EMTI.

E como critérios de exclusão: não aceitar participar da pesquisa no dia da coleta de dados; não apresentar Termo de Assentimento do Menor ou TCLE.

Delineamento do estudo

Caráter descritivo, onde as variáveis serão observadas, descritas de maneira detalhada, mas não serão manipuladas pelo pesquisador. Conforme Merriam (1988) apud Thomas, Nelson & Silverman, (2012), normalmente, este tipo de estudo serve como passo inicial ou para a criação de uma base de dados para pesquisas comparativas e construções teóricas subsequentes. Barbanti (2011) o caracteriza como um tipo de pesquisa que "descreve uma situação, não interferindo na mesma".

O delineamento da pesquisa é do tipo transversal, sendo as variáveis dos resultados medidas em um único momento. Este tipo de estudo é considerado relativamente simples e fácil e, na maior parte das vezes, de baixo custo. Além disso, os estudos transversais têm a vantagem de possibilitar que as diferenças e semelhanças fisiológicas dos indivíduos sejam comparadas, relacionando os fatores de risco (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012).

Critérios Éticos

O projeto será encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos. Todos os participantes ou responsáveis legais deverão assinar Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), a ser confeccionado o mais breve possível, conforme orientação da Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

Coleta de dados

A primeira etapa da pesquisa acontecerá com a realização uma reunião com a equipe gestora e professores de Educação Física das unidades de Ensino. Esta etapa servirá para expor os objetivos e os interesses da pesquisa, bem como esclarecer possíveis dúvidas e

questionamentos. Em seguida, e de posse da informação do quantitativo de estudantes enquadrados no estudo, será realizado um cálculo estatístico para a amostra por conglomerado. Os participantes serão orientados a levar aos responsáveis com o objetivo de assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e o Termo de Assentimento Esclarecido. Após o agendamento, previamente na data e horário marcado ocorrerão as avaliações. Ao final do estudo, será solicitada uma nova reunião com o representante legal da instituição para apresentar os resultados, conclusões e sugestões desta pesquisa.

Instrumentos de coleta de dados

O método de coleta de dados será via web, com utilização de plataforma on line para envio dos questionários. Para alcançar os objetivos propostos serão utilizados os seguintes instrumentos de avaliação:

a. Dados sociodemográficos: Nível Socioeconômico (ABEP) - Será utilizada uma planilha para coleta de dados sobre fatores sócio demográficos e ocupacionais. Os fatores sócios demográficos incluirão sexo, idade, grau de instrução, estado civil e nível econômico. Os fatores ocupacionais incluirão tempo de serviço, posto/graduação, função, treinamento e realização de horas extras.

b. Histórico familiar - Uma análise do histórico familiar deve ser adotada com o objetivo de entender melhor o estado de saúde dos avaliados. Para isso foi escolhido o questionário de prontidão para atividade física (PAR-Q), validado por Chisholm, Collis e Kulak (1975). O questionário conta com perguntas fechadas e em caso de alguma resposta positiva pelo avaliado, há uma razoável garantia de apresentar condições adequadas para participação em um programa regular de atividades físicas.

c. Atividade física e comportamento sedentário - Para análise do nível de atividade física será utilizado o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), em sua versão curta, o uso desse instrumento classifica o quanto, quais tipos, se vigorosas ou moderadas, as atividades físicas que as pessoas fazem como parte do seu dia a dia. As perguntas estão relacionadas ao tempo que o indivíduo gasta fazendo atividade física na última semana. O questionário é composto por oito questões que incluem as atividades que o avaliado faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou nos afazeres que envolvem o lar. (PARDINI, 2001)

d. Qualidade de vida - Será utilizado o questionário de qualidade de vida WHOQOL-bref. O WHOQOL-bref é uma versão abreviada composta pelas 26 questões que obtiveram os melhores desempenhos psicométricos extraídos do WHOQOL-100, é composto por quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. Fornece um perfil da qualidade de vida obtido através dos escores dos quatro domínios, onde quanto mais alto os escores, melhor é a qualidade de vida.

e. Estresse - Para entender o quão estressante pode ser a vida de estudantes será utilizado o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos – ISSL (Lipp, 2000): o ISSL tem sido utilizado em dezenas de trabalhos clínicos na área de estresse. Ele identifica o nível de estresse e sua sintomatologia, avaliando se a pessoa possui sintomas de estresse e a fase de estresse em que se encontra.

Análise de dados

Serão utilizados alguns recursos da estatística descritiva, com o objetivo de demonstrar melhor os dados coletados. Após estas análises, será realizada a comparação entre o estudo atual e o de 2002 para saber qual a tendência secular encontrada. Faz-se importante ressaltar que todas as análises serão realizadas utilizando os programas Excel® e Statistical Package for the Social Sciences (SPSS®) para Windows.

RESULTADOS ESPERADOS

Como metas estudar o nível de atividade física e prevalência do comportamento sedentário e as consequências ocasionadas durante a pandemia do Corona vírus (Covid-19) em estudantes do ensino médio de escolas integrais de Sergipe; promover reuniões educativas com o público-alvo do projeto; produção de folders educativos; produção de artigos e trabalhos científicos sobre a experiência do projeto; promover reuniões mensais de avaliação para planejamento técnico do projeto; propor atividades físicas acessíveis.

Além disto são esperadas ações de difusão, tais como: todos os resultados deste projeto serão apresentados em eventos relacionadas ao estudo, com o objetivo de divulgar os resultados obtidos; os dados obtidos serão divulgados junto aos participantes e responsáveis por meio de uma mostra nas Instituições; construção e divulgação em artigos e trabalhos científicos.

Haverá um plano de atividades para os bolsistas que irão contribuir de forma significativa em todas as etapas do estudo: Submissão ao Comitê de Ética, Reunião com Gestor da Escola/ Professores de Educação Física – alunos participantes, Revisão de literatura, Capacitação e Aperfeiçoamento, Capacitação e Aperfeiçoamento, Coletas de Dados, Análises dos Dados, Preparação dos Artigos, Relatório Final e Reuniões

CONCLUSÕES

Através do incentivo a pesquisa, os alunos participarão das coletas de dados, análise dos resultados. A participação dos estudantes da Educação Básica em pesquisas científicas apresenta-se significativamente para o crescimento intelectual, onde este poderá atuar como protagonista do conhecimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde do Brasil. O que você precisa saber o Corona Vírus. Acesso em 30 de setembro de 2020. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>

CHEN, P. M. A. O. L.; NASSIS, G. P.; HARMER, P.; AINSWORTH, B. E.; LI, F. Wuhan coronavirus (2019-nCoV): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *J Sport Health Sci.* 2020;9(2):103–4.

World Health Organization. (WHO). Novel Coronavirus (2019-nCoV): Situation Report-19. Acesso em 20 de dezembro de 2020. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/situation-reports/20200208-sitrep-19-ncov.pdf?sfvrsn=6e091ce6_2.

LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY AND PREVALENCE OF SEDENTARY BEHAVIOR IN SCHOOLS FROM SERGIPE DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

In the global context of the Coronavirus (Covid-19) pandemic, coping actions are necessary, in addition to the basic care to be followed, one of which is physical activity and sedentary behavior control in young people. In this sense, this article is the result of a project that was submitted to and approved by the Support Foundation for Research and Technological Innovation of the State of Sergipe - FAPITEC / SE, with the intent of stimulating research in full-time high school students (EMTI) in the State of Sergipe. The main objective is to assess the level of physical activity and prevalence of sedentary behavior during the pandemic period in EMTI students. The population will be composed of students enrolled in the 48 state schools that offer the EMTI modality in the

State of Sergipe. The main goal is to study the level of physical activity and the prevalence of sedentary behavior and the consequences caused during the pandemic of the Corona virus (Covid-19) in high school students from integral schools in Sergipe. The data collection method will be via the web, using an online platform to send the questionnaires. Therefore, all results will be presented at events with the objective of disseminating the results obtained, as well as in the dissemination of articles and scientific papers.

Keywords: COVID-19; School; Physical Education

NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y PREVALENCIA DE COMPORTAMIENTO SEDENTARIO EN ESCUELAS DE SERGIPE DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

RESUMEN

En el contexto global de la pandemia del Coronavirus (Covid-19) son necesarias acciones de afrontamiento, además de los cuidados básicos a seguir, uno de los cuales es el control de la actividad física y el sedentarismo en los jóvenes. En este sentido, este artículo es el resultado de un proyecto que fue presentado y aprobado por la Fundación de Apoyo a la Investigación e Innovación Tecnológica del Estado de Sergipe - FAPITEC / SE, con la intención de estimular la investigación en estudiantes de secundaria en tiempo completo. (EMTI) en el Estado de Sergipe. El objetivo principal es evaluar el nivel de actividad física y la prevalencia de comportamiento sedentario durante el período pandémico en estudiantes EMTI. La población estará compuesta por alumnos matriculados en los 48 colegios estatales que ofrecen la modalidad EMTI en el Estado de Sergipe. El objetivo principal es estudiar el nivel de actividad física y la prevalencia del sedentarismo y las consecuencias causadas durante la pandemia del virus Corona (Covid-19) en estudiantes de secundaria de escuelas integrales de Sergipe. El método de recogida de datos será a través de la web, utilizando una plataforma online para enviar los cuestionarios. Por tanto, todos los resultados se presentarán en eventos con el objetivo de difundir los resultados obtenidos, así como en la difusión de artículos y trabajos científicos.

Palabras clave: COVID-19; Colegio; Educación Física

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PREVALÊNCIA DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO EM ESCOLARES DE SERGIPE DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

RESUMO

No contexto mundial da pandemia Coronavírus (Covid-19) as ações de enfrentamento são necessárias, além dos cuidados básicos a serem seguidos, e uma delas é a atividade física e o controle do comportamento sedentários em jovens. Neste sentido, o presente artigo é fruto de um projeto que foi submetido e aprovado na Fundação de Apoio à Pesquisa e à Inovação Tecnológica do Estado de Sergipe – FAPITEC/SE, com o intuito de estimular a pesquisa em estudantes do Ensino Médio de Tempo Integral (EMTI) no Estado de Sergipe. O objetivo principal é avaliar o nível de atividade física e prevalência do comportamento sedentário durante o período da pandemia em estudantes do EMTI. A população será composta por estudantes matriculados nas 48 escolas estaduais que ofereçam a modalidade de EMTI no Estado de Sergipe. A meta principal é estudar o nível de atividade física e prevalência do comportamento sedentário e as consequências ocasionadas durante a pandemia do Corona vírus (Covid-19) em estudantes do ensino médio de escolas integrais de Sergipe. O método de coleta de dados será via web, com utilização de plataforma on line para envio dos questionários. Portanto, todos os resultados serão apresentados em eventos com o objetivo de divulgar os resultados obtidos, bem como na divulgação em artigos e trabalhos científicos.

Palavras-chave: COVID-19; Escolares; Educação Física