

## PREVALENCE OF PHYSICAL ACTIVITY AMONG NORTHEASTERN SCHOOLCHILDREN: AN INTEGRATIVE REVIEW

ULISSES SOUSA LIMA  
RAUL OLIVEIRA GUIMARÃES  
NÉLIDA AMORIM DA SILVA  
EDÊNIA RAQUEL BARROS BEZERRA DE MOURA  
PATRÍCIA RIBEIRO VICENTE  
AYLA DE JESUS MOURA

CETI Maria de Carvalho (SEDUC-PI), Santo Antônio de Lisboa, Piauí, Brasil.

[ulisseslima00@hotmail.com](mailto:ulisseslima00@hotmail.com)

### Abstract

**Introduction:** Adopting an active lifestyle among adolescents remains a challenge. The regular practice of physical activity among school-aged youth, in an increasingly digital world, is progressively declining, especially in certain regions of the country, generally those with lower socioeconomic status. **Objective:** To identify the prevalence of physical activity among northeastern Brazilian schoolchildren through a integrative literature review. **Methods:** This is a descriptive study based on a integrative literature review. The descriptors used to construct the search strategy were extracted from MeSH/DeCS. The databases consulted were Medline via PubMed and SciELO via the Portal of the Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel (CAPES). The search and data extraction followed the recommendations of the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). **Results:** The results indicate a low prevalence of physical activity among adolescents in the Northeast region of Brazil, with high rates of physical inactivity and low physical fitness in this population. Furthermore, it was observed that male adolescents tend to be more physically active compared to female adolescents, with a high rate of physical inactivity among girls. **Conclusion:** The prevalence of physical activity among adolescents in the Northeast region of Brazil is low. It is essential to promote physical activity among adolescents in order to improve their health perception.

**Keywords:** Physical activity, students, health.

## PREVALENCIA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN ESCOLARES DEL NORDESTE: UNA REVISIÓN INTEGRATIVA

### Resumen

**Introducción:** La adopción de un estilo de vida activo entre los adolescentes sigue siendo un desafío. La práctica regular de actividad física entre los escolares, en un mundo cada vez más digital, está disminuyendo progresivamente, especialmente en algunas regiones del país, generalmente aquellas con menor poder adquisitivo. **Objetivo:** Identificar la prevalencia de actividad física en escolares del noreste de Brasil a partir de una revisión integrativa de la literatura. **Métodos:** Se trata de un estudio descriptivo de tipo revisión integrativa de la literatura. Los descriptores utilizados para la construcción de la estrategia de búsqueda fueron extraídos de MeSH/DeCS. Se consultaron las bases de datos Medline a través de PubMed y SciELO mediante el Portal de la Coordinación de Perfeccionamiento del Personal de Nivel Superior (CAPES). La búsqueda y extracción de datos siguieron las recomendaciones de la guía PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). **Resultados:** Los resultados indican una baja prevalencia de actividad física entre los

adolescentes del noreste de Brasil, con altas tasas de inactividad física y baja aptitud física en esta población. Además, se observó que los adolescentes varones tienden a ser más activos físicamente en comparación con las adolescentes mujeres, quienes presentan un alto índice de inactividad física. **Conclusión:** La prevalencia de actividad física entre los adolescentes de la región noreste de Brasil es baja. Es fundamental promover la práctica de actividad física entre los adolescentes con el fin de mejorar su percepción de salud. **Palabras clave:** Actividad física, escolares, salud.

## PREVALENCE DE L'ACTIVITE PHYSIQUE CHEZ LES ECOLIERS DU NORD-EST: UNE REVUE INTEGRATIVE

### Abstrait

**Introduction:** L'adoption d'un mode de vie actif chez les adolescents reste un défi. La pratique régulière d'une activité physique chez les élèves, dans un monde de plus en plus numérique, diminue progressivement, en particulier dans certaines régions du pays, généralement celles à plus faible pouvoir d'achat. **Objectif:** Identifier la prévalence de l'activité physique chez les élèves du nord-est du Brésil à partir d'une revue intégrative de la littérature. **Méthodes:** Il s'agit d'une étude descriptive de type revue intégrative de la littérature. Les descripteurs utilisés pour l'élaboration de la stratégie de recherche ont été extraits du MeSH/DeCS. Les bases de données consultées ont été Medline via PubMed et SciELO via le portail de la Coopération de l'Amélioration du Personnel de l'Enseignement Supérieur (CAPES). La recherche et l'extraction des données ont suivi les recommandations du guide PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). **Résultats:** Les résultats indiquent une faible prévalence de l'activité physique chez les adolescents de la région nord-est du Brésil, avec des taux élevés d'inactivité physique et une faible aptitude physique dans cette population. De plus, il a été observé que les adolescents de sexe masculin ont tendance à être plus actifs physiquement que les adolescentes, ces dernières présentant un taux élevé d'inactivité physique. **Conclusion:** La prévalence de l'activité physique chez les adolescents de la région nord-est du Brésil est faible. Il est essentiel de promouvoir la pratique d'une activité physique chez les adolescents afin d'améliorer leur perception de la santé.

**Mots-clés:** Activité physique, élèves, santé.

## PREVALÊNCIA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES NORDESTINOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

### Resumo

**Introdução:** A adoção de um estilo de vida ativo entre os adolescentes ainda é um desafio. A prática de atividade física regular entre os escolares, em um mundo cada vez mais digital, está sendo cada vez menor, em especial em algumas regiões do país, em geral de menor poder aquisitivo. **Objetivo:** Identificar a prevalência de atividade física em escolares nordestinos a partir de uma revisão integrativa da literatura. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo revisão integrativa da literatura. Os descritores usados para a construção da estratégia de busca foram extraídos do Mesh/ DeCS e foram consultadas as bases de dados Medline via PubMed, e Scielo via Portal de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior. A busca e extração de dados foram baseadas nas recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses. **Resultados:** Os resultados apontam para a baixa prevalência de atividade física entre os adolescentes nordestinos, altas taxas de inatividade física e baixa aptidão física nessa população. Além disso, observou-se que adolescentes do sexo masculino tendem a ser mais ativos fisicamente em comparação com as adolescentes, constatando um alto índice de inatividade física entre as estudantes. **Conclusão:** A prevalência de AF entre adolescentes

da região nordeste do Brasil, é baixa. Torna-se importante promover a prática de atividade física entre os adolescentes, visando melhorar sua percepção de saúde.

**Palavras-chave:** Atividade física, escolares, saúde.

## Introdução

O termo atividade física (AF) é uma expressão abrangente para o movimento do ser humano, podendo ser praticada em casa, bairros, escolas, comunidades, organizações e cidades, com os mais inúmeros propósitos, englobando os movimentos corporais realizados no lazer, no trabalho ou estudo e no domicílio (International Society for Physical Activity and Health, 2020).

Com a evolução da ciência, é possível identificar os níveis de atividade e quais as suas classificações. Em constatação aos inúmeros benefícios à saúde ao longo da vida, a AF é indicada pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2010) como um dos principais determinantes de saúde pública. Segundo as Diretrizes da OMS (2020) para Atividade Física e Comportamento Sedentário, a prática de AF regular é crucial na proteção, prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), dentre elas as doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, obesidade e diversos tipos de câncer. A AF ainda auxilia a saúde mental, envolvendo a prevenção do declínio cognitivo e sintomas de depressão e ansiedade, podendo contribuir também para a manutenção do peso e do bem-estar geral.

Nesse contexto, os baixos níveis de AF em adolescentes escolares têm sido uma preocupação crescente em todo o mundo, devido aos efeitos negativos na saúde e bem-estar. Estudos indicam que adolescentes têm apresentado uma diminuição significativa na prática de AF nos últimos anos, o que pode estar relacionado a uma série de fatores, como o uso excessivo de dispositivos eletrônicos, o aumento do sedentarismo e a falta de estímulo e oportunidades para a prática de AF (Vilela; Nascimento, 2018; Milhomem et al., 2020).

No ano de 2016, aproximadamente 81% dos adolescentes com idades entre 11 e 17 anos não atendiam às recomendações mínimas de prática diária de atividade física, o que significa que, a cada cinco adolescentes, quatro eram fisicamente inativos, com maior prevalência desse comportamento entre as meninas (Guthold et al., 2020). Além disso, um estudo de Vasques et al. (2021) mostrou que a pandemia da COVID-19 piorou ainda mais essa situação, com os adolescentes diminuindo de forma significativa a prática de atividades físicas durante o período de isolamento social. Outro fator que contribui para os baixos níveis de AF em adolescentes escolares é a falta de incentivo e oportunidades para a prática de AF nas escolas. Um estudo de Silva et al. (2020) constatou que a maioria das escolas não oferece AFs de qualidade para seus alunos, o que pode levar à falta de interesse e motivação para a prática de exercícios.

Cabe destacar que o período que abrange a adolescência é marcado por diversas alterações, sejam elas físicas, hormonais e mentais na vida do jovem, considerado o período mais importante para a definição de padrões comportamentais. Desse modo, todas essas questões podem contribuir decisivamente para a promoção da saúde em todas as fases da vida (Ortega et al., 2013). Além disso, o *Global Status Report on Physical Activity* (OMS, 2022) aponta que cerca de 500 milhões de pessoas desenvolverão doenças cardíacas, obesidade, diabetes ou outras doenças não transmissíveis devido à inatividade física em todo o mundo.

Desse modo, o presente estudo tem por objetivo identificar a prevalência de atividade física em escolares nordestinos a partir de uma revisão integrativa da literatura.

## Métodos

Trata-se de um estudo descritivo do tipo revisão integrativa da literatura. Assim, para realização deste estudo adotou-se os seguintes passos, com base no PRISMA: (1) identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa; (2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos; (3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; (4) avaliação dos estudos incluídos na revisão; (5) interpretação dos resultados e (6) apresentação da revisão.

Para estabelecer a hipótese de pesquisa e orientar a busca na literatura utilizou-se a estratégia PICO, adaptada para esta revisão (Stern et al., 2014), onde “P” será a população (Adolescentes escolares nordestinos), “I” o interesse (Prática de atividade física), e “Co” o contexto (Prevalência). Dessa forma, estabeleceu-se a seguinte pergunta de investigação: Qual a prevalência de atividade física em adolescentes escolares do nordeste do Brasil? O quadro 1 apresenta a estratégia PICO adaptada para este estudo.

**Quadro 1 – Estratégia PICO adaptada**

DESCRIÇÃO	ACRÔNIMO	TERMOS
População	P	Adolescentes; Adolescent
Interesse	I	Exercício físico; Physical exercise
Contexto	Co	Prevalência; Prevalence

Fonte: elaborado pelos autores.

Os descritores usados para a construção da estratégia de busca foram extraídos do MESH/ DECS, sendo eles: “Adolescentes”, “Exercício físico” e “Prevalência”. Para a seleção dos estudos, foram consultadas as bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) via *PubMed*, e *SCIELO* via Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). O quadro 2 apresenta os critérios de inclusão e exclusão aplicados.

## Quadro 2 – Critérios de inclusão e exclusão de artigos

Inclusão	Exclusão
Artigos com texto completo disponível.	Artigos duplicados.
Artigos publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol.	
Artigos publicados dentre os anos de 2019 a 2023.	
Estudos realizados com adolescentes escolares, com faixa etária de 10 a 18 anos.	Estudos de revisão (narrativa, sistemática ou de meta-análise).
Pesquisas desenvolvidas no Brasil, especificamente na região Nordeste.	

**Fonte:** elaborado pelos autores.

Após a execução da estratégia de busca nas bases de dados selecionadas, os estudos encontrados foram exportados e adicionados ao *Software Rayyan QCRI* (Ouzzani et al., 2016), software de gerenciamento de referências para estudos de revisão. Na sequência, foi realizada a identificação e a exclusão de eventuais estudos duplicados. Em seguida, realizou-se a leitura dos títulos e resumos, onde foram levados em conta os critérios de inclusão e exclusão pré-estabelecidos. Os estudos que permaneceram na seleção foram lidos na íntegra para definição dos artigos incluídos para análise desta revisão.

Para assegurar o rigor metodológico, a qualidade dos estudos incluídos foi avaliada por meio do checklist STROBE (*Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology*), instrumento validado para estudos observacionais. Foram aplicados os 22 itens do checklist, que abrangem aspectos como clareza do título e resumo, adequação dos métodos, descrição das variáveis, análise estatística e discussão das limitações. Considerando como critério pré-estabelecido apenas os estudos que atenderam a  $\geq 80\%$  dos itens do STROBE.

A busca e extração de dados foram baseadas nas recomendações do PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), onde informações importantes foram mapeadas, sendo elas: autor(es), ano de publicação, país de origem (onde o estudo foi publicado ou conduzido), objetivo, população e tamanho da amostra, método de pesquisa, temática e resultados. Por se tratar de uma pesquisa que utilizou dados secundários de estudos já publicados, este estudo não necessitou ser submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa.

## Resultados

Ao acionar a estratégia de busca nas bases de dados selecionadas, foram resgatados os seguintes números de estudos: MEDLINE/PubMed 15.398 artigos e SCIELO 53 artigos, totalizando 15.451 estudos resgatados. Nos 15.451 estudos resgatados, ainda nas

respectivas bases de dados, foram aplicados os filtros personalizados para os estudos publicados nos últimos 05 anos, nos idiomas português, inglês e espanhol e tendo como população dos estudos adolescentes com idade entre 10 e 18 anos, restando 3.809 estudos.

Os 3.809 estudos resgatados foram exportados para o *Software Rayyan*. Na sequência, foi realizada a identificação e a exclusão de artigos duplicados e artigos que não foram desenvolvidos no Brasil, restando 189 estudos. Destes, após leitura dos títulos, 135 foram excluídos por não apresentarem relação com a temática da revisão, restando 54 artigos.

Após leitura dos resumos, 44 artigos foram excluídos por não atenderem ao objetivo desta revisão, restando 10 estudos. Os 10 estudos que permaneceram na seleção foram lidos na íntegra; destes, 04 foram excluídos. Dessa forma, um total de 06 artigos foram incluídos para sumarização dos resultados desta revisão. Os motivos mais frequentes que levaram a exclusão de estudos foram: pesquisas fora do recorte temporal estabelecido, pesquisas não desenvolvidas no Brasil, pesquisas não desenvolvidas na região nordeste do Brasil, pesquisas não realizadas com adolescentes e pesquisas não relacionada ao objetivo desta revisão.

A amostra final é caracterizada por artigos desenvolvidos no Brasil e que analisaram a prevalência de AF em adolescentes da região nordeste do país, publicados nos anos de 2019 (Silva et al., 2019) (16,6%), 2020 (Macêdo et al., 2020) (16,6%), 2021 (Souza Neto et al., 2021) (16,6%), 2022 (Confortin et al., 2022; De Jesus et al., 2022) (33,3%) e 2023 (Souza et al., 2023) (16,6%). Com relação ao método utilizado nos estudos selecionados, 100% da amostra é composta por estudos transversais de caráter quantitativo.

Sobre as características das amostras e locais dos estudos selecionados, Souza et al. (2023) analisaram 173 adolescentes escolares com idade entre 10 e 17 anos de diferentes cidades do estado do Ceará. Confortin et al. (2022) avaliaram 1.324 adolescentes de unidades escolares da cidade de São Luís do Maranhão com 18 anos de idade. Silva et al. (2019) acompanharam 6.259 estudantes de cidades do estado de Pernambuco com idade entre 14 e 18 anos. Souza Neto et al. (2021) analisaram 1.432 adolescentes com faixa etária entre 10 e 14 anos na cidade de João Pessoa, na Paraíba. Macêdo et al. (2020) avaliaram 386 adolescentes com idade entre 14 e 19 anos em Maceió, Alagoas. De Jesus et al. (2022) analisaram 2.477 adolescentes com faixa etária entre 12 e 18 anos na cidade de Feira de Santana na Bahia.

Sobre a prevalência de AF nos adolescentes dos estudos incluídos nesta revisão, Souza et al. (2023) evidenciaram que 53,8% dos indivíduos da amostra analisada eram fisicamente inativos, independentemente do sexo e estado nutricional. Além disso, 86,1% dos adolescentes apresentaram baixa aptidão física. No mesmo sentido, Confortin et al. (2022)

observaram que a prevalência de AF foi de 54,6% entre os adolescentes nordestinos pesquisados. Além disso, os dados mostraram que a prevalência de AF foi maior entre os mais jovens do nordeste do país em comparação com os demais adolescentes de outras regiões analisados. Ademais, a prevalência de AF foi maior entre os indivíduos do sexo masculino.

No estudo de Silva et al. (2019), evidenciaram prevalência de AF em 35,1% dos adolescentes pesquisados, sendo 64,9% classificados como insuficientemente ativos. Além disso, observou-se que os meninos que não praticavam AF no tempo livre e foram classificados como insuficientemente ativos, assim como as meninas que não praticavam AF no tempo livre e foram classificadas com excesso de peso, apresentaram maior chance de autopercepção negativa de saúde, avaliada por meio de uma versão adaptada do inquérito do *Global School-based Student Health Survey* (GSHS).

Corroborando com esses achados, Souza Neto et al. (2021) verificaram que 35% dos escolares analisados eram fisicamente inativos e 32,5% estavam acima do peso. Além disso, observou-se uma tendência linear na chance dos adolescentes apresentarem problemas com o sono em decorrência de fatores negativos simultâneos, como o sedentarismo, tempo excessivo de tela e o excesso de peso.

Outrossim, De Jesus et al. (2022) classificaram a prevalência de AF através da presença em aulas de educação física (EF) semanal, onde 9% da amostra relataram não frequentar nenhuma aula de EF. Além disso, os pesquisadores apontaram que a frequência de aulas de EF  $\geq 2$ /semana foi associada a maiores frequências de brincadeiras ativas e AF estruturada. Ademais, maior frequência em EF ( $\geq 2$ /semana) foi associada a AF geral e baixo comportamento sedentário.

Semelhante a esses resultados, Macêdo et al. (2020) observaram prevalência de inatividade física em 52,84% dos estudantes analisados, sendo mais frequente nos indivíduos do sexo feminino (62,7%) do que no sexo masculino (42,2%). O quadro 3 apresenta a caracterização dos principais resultados dos estudos selecionados.

**Quadro 3 – Principais características e resultados dos estudos que investigaram a prevalência de atividade física em adolescentes nordestinos.**

<b>Autor/ Ano/País</b>	<b>Local</b>	<b>Amostra</b>	<b>Idade</b>	<b>Principais resultados</b>
Silva, et al., 2019. Brasil.	Pernambuco.	6.259	14 a 18 anos.	Prevalência de AF em 35,1% dos adolescentes pesquisados, sendo 64,9% classificados como insuficientemente ativos. Após ajuste para possíveis fatores de confusão, observou-se que os meninos que não praticavam atividade física no tempo livre (RP=1,44, IC 95%: 1,15-1,81) e foram classificados como insuficientemente ativos (RP=1,27, IC 95%: 1,04 -1,56), assim como as meninas que não praticavam atividade física no tempo livre (RP=1,15, IC 95%: 1,02-1,29) e foram classificadas com excesso de peso (RP=1,27, IC 95%: 1,01-1,29) apresentaram maior chance de autopercepção (inquérito GSHS) negativa de saúde.
Macêdo et al., 2020. Brasil.	Maceió - Alagoas.	386	14 a 18 anos.	A inatividade física (menos de 300 min de atividade física por semana) foi mais frequente no sexo feminino (62,7%; 126/201) do que no sexo masculino (42,2%; 78/185; $p= 0,000$ ).
Souza Neto et al., 2021. Brasil.	João Pessoa - Paraíba.	1.432	10 a 14 anos.	Aproximadamente 35% dos adolescentes foram classificados como fisicamente inativos e 32,5% estavam acima do peso. A prevalência de sono curto duração e percepção negativa da qualidade do sono foram 12,6 (intervalo de confiança de 95% - IC 95% 10,9–14,4) e 21,0% (IC95% 18,9–23,1), respectivamente. Houve uma tendência linear na chance dos adolescentes apresentarem duração insuficiente do sono em decorrência de fatores negativos simultâneos (sedentarismo, tempo excessivo de tela, excesso de peso) (OR=4,31; IC95% 1,50-12,48).
Confortin et al., 2022. Brasil.	São Luís - Maranhão.	1.324	18 anos.	A prevalência de atividade física no lazer foi de 54,6% entre os adolescentes de São Luís. A prevalência de atividade física no lazer foi maior entre os mais jovens (54,6% em São Luís 1997), enquanto o mesmo não foi observado para a atividade física total. AFMV (3º tercil) foi maior nas coortes de Pelotas e São Luís. A prevalência de atividade física no lazer e AFMV foi maior nos homens. Os dados mostraram que a variação da atividade física esteve associada ao sexo e às condições sociodemográficas em todas as coortes.
De Jesus et al., 2022. Brasil.	Feira de Santana - Bahia.	2.477	12 a 18 anos.	A frequência de EF $\geq 2$ /semana foi associada a maiores frequências de brincadeiras ativas (meninas: RP = 1,40, IC 95% = 1,11-1,78; meninos: RP = 1,49, IC 95% = 1,15-1,94) e atividade física estruturada (meninas: PR = 2,11, IC 95% = 1,31-3,40; meninos: PR = 4,33, IC 95% = 1,63-11,52). Maior frequência em EF ( $\geq$



				2/semana) foi associada a AF geral alta (meninas: PR = 1,31, IC 95% = 1,06-1,62; meninos: PR = 1,42, IC 95% = 1,14-1,77) e baixo CS (meninas: PR = 0,80, IC 95% = 0,71-0,90; meninos: PR = 0,81, IC 95% = 0,68-0,97). Frequência em EF 1/semana também foi associada a uma menor frequência de CS diário entre meninas (RP = 0,73, IC 95% = 0,64-0,84) , maior AF geral e menor CS entre meninas e meninos.
Souza et al., 2023. Brasil.	Ceará.	173	10 a 17 anos.	72,3% dos adolescentes eram eutróficos e 24,3% tinham excesso de peso e 22,6% apresentavam alto risco para doença cardiovascular, sem diferença estatística entre os sexos ( $p > 0,05$ ). 53,8% eram fisicamente inativos, independentemente do sexo e estado nutricional. 86,1% dos adolescentes apresentaram baixa aptidão física.

**Fonte:** elaborado pelos autores.

## Discussão

A partir dos estudos analisados, observou-se baixos índices de atividade física (AF) entre os adolescentes nordestinos. Souza et al. (2023) encontraram que mais da metade dos participantes do estudo eram fisicamente inativos. Esses resultados estão em concordância com Malta et al. (2018), que também relataram altas taxas de inatividade física e baixa aptidão física em adolescentes brasileiros. Contudo, quando comparado com as demais regiões do Brasil, Confortin et al. (2022) constataram que a prevalência de AF entre adolescentes era maior na região Nordeste, sobretudo entre os indivíduos do sexo masculino. Esses achados indicam que os adolescentes do sexo masculino tendem a ser mais ativos fisicamente em comparação com as adolescentes do sexo feminino (Reis et al., 2019; Macêdo et al., 2020).

No contexto global, dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) apontam que aproximadamente 81% dos adolescentes em todo o mundo não atingem os níveis recomendados de atividade física, sendo a inatividade ainda mais preocupante em contextos socioeconomicamente vulneráveis. A prevalência elevada de sedentarismo na região Nordeste pode estar relacionada a fatores regionais, como desigualdades socioeconômicas, menor acesso a espaços públicos seguros para a prática de exercícios e menor oferta de programas estruturados de AF nas escolas e comunidades, refletindo um cenário semelhante ao descrito em outras regiões do mundo com desafios socioeconômicos similares (Guthold et al., 2020).

Além disso, Silva et al. (2019) revelaram que apenas um terço dos adolescentes pesquisados praticavam AF de forma adequada, apresentando ainda percepção negativa sobre sua saúde. Souza Neto et al. (2021) destacaram a coexistência de inatividade física e excesso de peso, indicando a necessidade de abordagens integradas para promoção da

saúde. A baixa participação em aulas de educação física nas escolas, conforme observado por De Jesus et al. (2022), ressalta a importância da inclusão e valorização dessas atividades como estratégia efetiva para estimular hábitos ativos (Tompsett et al., 2017; White et al., 2017).

Os benefícios da AF para a saúde mental, cognitiva e prevenção de doenças crônicas são amplamente evidenciados nos estudos analisados (Mendonça et al., 2020; Esteban-Cornejo et al., 2018; Lambrick et al., 2018). A prática regular de AF na adolescência contribui para redução do risco de obesidade, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e câncer na vida adulta (Santos et al., 2021; Merklinger-Gruchala e Wojnarowska-Skrobisz, 2020), reforçando sua relevância como uma importante estratégia de saúde pública.

Diante desse cenário, é fundamental que as políticas públicas priorizem a promoção da atividade física entre adolescentes, especialmente em regiões com maior vulnerabilidade socioeconômica, como o Nordeste. Isso inclui o investimento em infraestrutura adequada para a prática de AF em espaços públicos, a oferta e valorização das aulas de educação física nas escolas, e programas comunitários que incentivem a participação dos jovens, com atenção especial às adolescentes do sexo feminino, que apresentam menores índices de atividade física.

Além disso, a integração entre escolas, profissionais de saúde, famílias e gestores públicos é imprescindível para o desenvolvimento de estratégias eficazes que promovam a conscientização sobre os benefícios da AF, superem barreiras culturais e sociais, e criem ambientes seguros e motivadores para a prática regular de exercícios físicos. Programas educativos que promovam a saúde mental, o bem-estar e o combate ao sedentarismo devem ser implementados de forma contínua e adaptada à realidade local.

Portanto, os resultados deste estudo podem orientar a formulação e implementação de políticas públicas e ações intersetoriais voltadas para a promoção da atividade física, contribuindo para a melhoria da saúde e qualidade de vida dos adolescentes nordestinos, assim como para a redução das desigualdades regionais no Brasil e o enfrentamento do problema em escala global.

#### Pontos fortes e limitações do estudo

Dentre os aspectos positivos desta revisão, destaca-se o conjunto de estudos incluídos, que, embora tenha apenas seis artigos, contemplou um total de 12.051 escolares. Esse volume de dados contribui para fortalecer a robustez das evidências apresentadas, permitindo uma compreensão mais abrangente do fenômeno investigado no contexto escolar.

Além disso, as pesquisas selecionadas eram do tipo transversal, o que favoreceu uma maior uniformidade entre os dados analisados. Os achados desta revisão são de grande

relevância, uma vez que oferecem informações iniciais sobre o envolvimento de escolares nordestinos com a prática de atividades físicas.

Contudo, para validar esses resultados, são necessárias novas pesquisas, especialmente revisões sistemáticas bem delineadas e estudos longitudinais, que possam trazer maior clareza a essa discussão. Destarte, é importante reconhecer a existência de algumas limitações, como perspectivas metodológicas distintas entre os estudos incluídos nesta revisão, a escassez de estudos publicados sobre a temática, e a possível falta de controle adequado de variáveis confundidoras entre os estudos analisados. Futuros estudos podem se beneficiar de um desenho amostral mais abrangente, que possam contemplar os estados que não foram encontrados nas bases de dados pesquisadas, que são eles o Piauí e Rio Grande do Norte.

### Considerações finais

Diante dos resultados analisados, fica evidente que é baixa a prevalência de AF de adolescentes da região nordeste do Brasil. Vários estudos apontaram altas taxas de inatividade física e baixa aptidão física nessa população. Ademais, os dados indicam que os adolescentes do sexo masculino tendem a ser mais ativos fisicamente em comparação com as adolescentes do sexo feminino, em que foi observado um alto índice de inatividade física entre as estudantes.

Esses achados ressaltam a importância de promover a prática de atividade física entre os adolescentes, visando melhorar sua percepção de saúde. Além disso, a inatividade física e o excesso de peso estão associados a problemas de sono e outros fatores de risco. Portanto, é essencial abordar esses fatores de forma integrada para promover um estilo de vida mais saudável.

### Declaração de conflito de interesses

Não há nenhum conflito de interesses no presente estudo.

### Referências

- Confortin, S. C., Barbosa, A. R., Menezes, A. M. B., Wehrmeister, F. C., Barros, F. C., & Victora, C. G. (2022). Physical activity in birth cohorts of three Brazilian cities (Ribeirão Preto, Pelotas, and São Luís): A cross-sectional study. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 25(2), e220015.
- De Jesus, G. M., Ferrari, G., Silva, D. A. S., Silva, K. S., Martins, R. C., & Del Duca, G. F. (2022). Attendance in physical education classes, sedentary behavior, and different forms of physical activity among schoolchildren: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 22(1), 1506.

- Esteban-Cornejo, I., Martinez-Gomez, D., Tejero-Gonzalez, C. M., Izquierdo-Gomez, R., Carbonell-Baeza, A., & Castro-Piñero, J. (2018). Parental exercise is associated with cognition and academic achievement in adolescents. *Sports Medicine*, 48(2), 1-11.
- Ferreira, R. W., Rombaldi, A. J., Ricardo, L. I., Hallal, P. C., & Azevedo, M. R. (2021). Prevalence and factors associated with physical inactivity in female adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Physical Activity and Health*, 18(4), 469-481.
- Gonçalves, H., Nunes, C., Lopes, C., Santos, A. C., & Barros, H. (2018). Association between physical activity, sedentary behavior, and sleep quality in young adolescents. *Sleep Science*, 11(2), 96-104.
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(1), 23-35.
- Lambrick, D., Stoner, L., Grigg, R., & Faulkner, J. (2018). The role of physical activity in reducing non-communicable disease risk factors: A narrative review. *BMC Public Health*, 18(1), 1-15.
- Lopes, A. S., Silva, K. S., Barbosa Filho, V. C., Bezerra, J., de Oliveira, E. S. A., & Nahas, M. V. (2017). Physical activity and adolescent health: A systematic review. *Sports Medicine*, 47(12), 2553-2568.
- Macêdo, M. I., Tahan, S., Melli, L. C. F. L., Morais, M. B., & Silva, G. A. P. (2020). Is there any association between overweight, physical activity, fat and fiber intake with functional constipation in adolescents? *Scandinavian Journal of Gastroenterology*, 55(4), 414-420.
- Malta, D. C., Silva, J. B., Barros, M. B. A., Lima, M. G., Almeida, W. S., & Stopa, S. R. (2018). Prevalence of physical inactivity and associated factors in Brazilian adolescents. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 21(Suppl 2), e180009.
- Mendonça, G., Cheng, L. A., & Mélo, E. N. (2020). Association between physical activity and mental health in Brazilian adolescents: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 20(1), 1-8.
- Merklinger-Gruchala, A., & Wojnarowska-Skrobisz, A. (2020). The association between physical activity during adolescence and obesity in adulthood. *International Journal of Obesity*, 44(9), 1821-1829.

- Milhomem, H. M., Silva, A. B., Oliveira, C. D., Santos, L. M., & Pereira, R. S. (2020). Características sociodemográficas e estilo de vida de adolescentes de Tocantinópolis/TO. *Capim Dourado: Diálogos em Extensão*, 3(1), 95-102.
- Organização Mundial da Saúde. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241599979>
- Organização Mundial da Saúde. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
- Organização Mundial da Saúde. (2022). *Global status report on physical activity 2022*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240059153>
- Ortega, F. B., Ruiz, J. R., & Castillo, M. J. (2013). Physical activity, physical fitness, and overweight in children and adolescents: Evidence from epidemiologic studies. *Nutrición Hospitalaria*, 28(5), 27-33.
- Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan - a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5(1), 210.
- Reis, R. S., Hino, A. A. F., Cruz, D. K. C., da Silva Filho, L. E. B., Malta, D. C., & Hallal, P. C. (2019). Physical activity in Brazil: Leisure and commuting behaviors in the country and between major regions. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 24, e0065.
- Santos, R., Mota, J., Okely, A. D., Pratt, M., Moreira, C., Coelho-e-Silva, M. J., Vale, S., & Marques, A. (2021). Daily physical activity and risk of non-communicable diseases in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Physical Activity and Health*, 18(5), 547-557.
- Silva, A. O., Silva, M. V., Pereira, P. F., Rocha, E. D., & Franceschini, S. C. C. (2019). Health self-perception and its association with physical activity and nutritional status in adolescents. *Jornal de Pediatria*, 95(4), 458-465.
- Silva, K. S., da Silva Lopes, A., Dumith, S. C., Garcia, L. M. T., Bezerra, J., & Nahas, M. V. (2020). The role of schools in promoting physical activity in adolescents in the context of the Brazilian health system: A review. *Health Promotion International*, 35(1), 14-22.
- Souza Neto, J. M., da Silva, R. C. R., dos Santos Figueiredo, F. W., de Oliveira, L. P., da Conceição, S. V., & Adami, F. (2021). Physical activity, screen time, nutritional status and sleep in adolescents in northeast Brazil. *Revista Paulista de Pediatria*, 39, e2020089.

- Souza, G. A. C., Silva, A. B., Oliveira, R. M., Santos, L. P., Pereira, T. S., & Lima, C. A. (2023). Evaluation of the relationship between nutritional status, levels of physical activity and physical strength in adolescents. *Clinical Nutrition ESPEN*, 53, 182-188.
- Tompsett, C., Sanders, R., Taylor, C., & Cobley, S. (2017). Pedagogical approaches to and effects of fundamental movement skill interventions on health outcomes: A systematic review. *Sports Medicine*, 47(9), 1795-1819.
- Vasques, D. G., Silva, K. S., Garcia, L. M. T., Del Duca, G. F., & Nahas, M. V. (2021). Impact of COVID-19 pandemic on physical activity in Brazilian children and adolescents: A cross-sectional study. *Journal of Physical Activity and Health*, 18(4), 412-417.
- Vilela, U. N., & Nascimento, V. A. (2018). Análise do comportamento sedentário de estudantes em Ituiutaba, Minas Gerais. *Intercursos*, 17(1), 37-47.
- White, R. L., Babic, M. J., Parker, P. D., Lubans, D. R., Astell-Burt, T., & Lonsdale, C. (2017). Domain-specific physical activity and mental health: A meta-analysis. *American Journal of Preventive Medicine*, 52(5), 653-666.