

Estado nutricional e prática de atividade física em adolescentes de um Colégio de Aplicação

Roberta Maria de Souza Moutinho, Sylvia do Carmo Castro Franceschini, Silvia Eloiza Priore, Carolina Toledo Fialho, Luiz Henrique Batista de Araújo, Gabriel Tavares Rodrigues, Ariene Ribeiro de Freitas Rocha, Emanuelle Valadares de Jesus Acácio, Deysimara de Cássia Santos

ODS 3 – Saúde e Bem-Estar

Adolescentes, Atividade Física, RCE, Risco Cardiometabólico

Introdução

A adolescência é uma fase caracterizada por intensas alterações físicas e hormonais, tornando-a propícia para a consolidação de hábitos alimentares e estilo de vida. Quando inadequados, esses hábitos contribuem para elevar o risco cardiometabólico. O índice de massa corporal (IMC) e a razão cintura-estatura (RCE) são utilizados para avaliar o estado nutricional e estimar o risco cardiometabólico, respectivamente, e junto com informações referentes ao estilo de vida, como a prática de atividade física, fornecem perspectiva mais abrangente das condições de saúde dos adolescentes, permitindo a identificação precoce de riscos e a implementação de ações preventivas.

Resultados

Figura 1: AVALIAÇÃO DO RISCO CARDIOMETABÓLICO
PRESENÇA DE RISCO, n=14

12%	AUSÊNCIA DE RISCO, n=103
88%	

Figura 2: AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL
EXCESSO DE PESO, n=23

19.7%	MAGREZA, n=1
79.5%	EUTROFIA, n=93



Objetivo

Investigar a associação entre o estado nutricional e a prática de atividade física em adolescentes de um Colégio de Aplicação.

Metodologia

Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa (CEP UFV, parecer 1.852.326)

Associação entre o Estado Nutricional e Atividade Física pelo teste exato de Fisher e SPSS (v.20.0)

Classificação do IMC por idade segundo a OMS (2007) e a RCE, Ashwell et all (2005)

Análise por Questionário Semiestruturado da Prática de Atividade Física

Apoio Financeiro e Agradecimentos



PIBEX PEC PCD

Apesar da ausência da associação entre o estado nutricional e a prática de atividade física, é importante o acompanhamento contínuo dos adolescentes, a fim de identificar comportamentos de risco, como o sedentarismo e a má alimentação, que prejudicam o estado nutricional e contribuem para o risco cardiometabólico. Nesse propósito, as ações de educação alimentar, nutricional e em saúde executadas pelo referido Projeto fazem-se importantes estratégias nesse acompanhamento, essenciais para promoção da saúde e prevenção das doenças dos adolescentes atendidos.

Referências

Organização Mundial da Saúde (OMS). *Adolescent health* [Internet]. Disponível em:

https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1.

Acesso em: 29 set. 2025.

Organização Mundial da Saúde (OMS). *Body mass index (BMI)* [Internet]. Disponível em:

<https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/topic-details/GHO/body-mass-index>. Acesso em: 29 set. 2025.