



Evento	Salão UFRGS 2018: SIC - XXX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2018
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Relação da atividade física moderada a vigorosa com o estado nutricional de crianças
Autor	VICTOR EBELING LEMOS
Orientador	ANELISE REIS GAYA

Relação da atividade física moderada a vigorosa com o estado nutricional de crianças.

Victor Ebeling Lemos, Anelise Reis Gaya

Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Introdução: A atividade física promove benefícios relacionados à saúde esquelética, muscular, cardiovascular e mental, além de reduzir os riscos de desenvolver sobrepeso e obesidade. O processo de instauração da obesidade parece estar intimamente ligado aos níveis de atividade física. Indivíduos que não possuem o hábito de praticar atividades físicas regularmente estão menos protegidos no que se refere aos fatores de risco relacionados à obesidade, como a diabetes tipo II, hipercolesterolemia, hipertensão arterial, dentre outros. Apesar disto, algumas evidências têm sugerido que na infância a intensidade da atividade física é um fator determinante para a diminuição dos riscos associados a um estado nutricional acima dos padrões recomendados, ou seja, sobrepeso e obesidade. Portanto, o objetivo desse estudo é identificar as possíveis associações entre a atividade física com intensidade moderada a vigorosa e o estado nutricional de crianças. **Método:** Trata-se de um estudo associativo com abordagem quantitativa. Esta pesquisa foi realizada com uma amostra por conveniência. Participaram do estudo crianças matriculadas do 1º ao 5º de uma escola parceira da ESEFID/UFRGS em diversos projetos. A atividade física foi avaliada pelo uso dos acelerômetros *Actigraph* (*wActiSleep-BT Monitor*) durante sete dias consecutivos, completando um ciclo semanal completo. O estado nutricional foi avaliado por meio do índice de massa corporal (IMC), onde se avaliou a estatura e a massa corporal para realizar a equação. Para análise dos dados foi utilizada análise descritiva (média e desvio padrão) e análise de regressão linear. As análises de regressão foram ajustadas para o sexo e a idade a partir das recomendações da literatura. O nível de significância adotado foi de 0,05. Os dados utilizados nesse estudo foram coletados no período de março a junho de 2017 e este projeto foi aprovado pelo CEP-UFRGS sob o número: 2.571.198. **Resultados:** Foram avaliadas 129 crianças com idade entre seis e 11 anos. A média de minutos semanais de AFMV dos meninos foi de $465,0 \pm 199,2$ (min:164,9 e máx:952,6), já a das meninas foi consideravelmente maior menor ($384,4 \pm 137,4$; min:141,8 e máx:827,1). Os meninos tiveram um IMC médio de $17,8 \pm 3,4$ (min:12,4 e máx:29,5) e as meninas $18,14 \pm 4,06$ (min:12,2 e máx:29,7). A análise de regressão linear demonstrou que a cada minuto a mais de AFMV durante a semana há uma diminuição de $0,041 \text{ kg/m}^2$ de IMC considerando o ajuste para sexo e idade ($\beta = -0,041$; $p = 0,007$; IC95: $-0,070 - -0,011$). **Conclusão:** Em crianças há indícios de que conforme o aumento do volume de atividade física com intensidade moderada a vigorosa ocorra uma diminuição nos valores de índice de massa corporal, independente do sexo e da idade.