



**UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

JOSÉ SUESLEY RIBEIRO SOUSA

**PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA: Revisão
sistemática**

**JUAZEIRO DO NORTE
2020**

JOSÉ SUESLEY RIBEIRO SOUSA

**PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA: Revisão
sistemática**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como requisito para obtenção do Grau de Licenciado em Educação Física, Artigo Científico.

Orientador: Prof. Esp. Marcos Antonio Araújo Bezerra

JUAZEIRO DO NORTE
2020

JOSÉ SUESLEY RIBEIRO SOUSA

**PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA: Revisão
sistemática**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Licenciatura em Educação Física
do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio,
Campus Saúde, como requisito para obtenção
do Grau de Licenciado em Educação Física.

Aprovada em _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Esp. Marcos Antônio Araújo Bezerra
Orientador

Prof. Esp. Cicero Rodrigo da Silva
Examinador

Prof. Cícero Idelvan de Moraes
Examinador

JUAZEIRO DO NORTE
2020

Dedico esse trabalho primeiramente a Deus, a minha família e ao meu orientador por todo o apoio e auxílio na construção desse artigo e por todos os ensinamentos.

AGRADECIMENTOS

Primeiro gostaria de começar agradecendo a Deus por ter me dado o dom da vida e por me proporcionar chegar até aqui. A minha família que sempre esteve comigo nessa caminhada que não foi nada fácil, por toda paciência e dedicação, dando uma contribuição de suma importância para tornar o meu caminho mais prazeroso por todos esses anos. Gostaria de agradecer também por alguns amigos que sempre me deram força para continuar nessa batalha dia após dia, em especial a dois colegas de faculdade que se tornaram família, Paulo Roberto e Tassiano Santana, foram eles que sempre estiveram comigo ao longo desse caminho, comemorando as vitórias, compartilhando as angústias, aprendendo com os erros. Os agradecimentos ainda se estendem a mais uma colega, Magna, obrigado pelos seus conselhos e alguns ensinamentos que irei levar para toda a vida. Não poderia deixar de agradecer a todos os meus professores que me ajudaram no decorrer de toda a graduação, em especial ao meu orientador Marcos Antônio Araújo Bezerra, obrigado por toda a paciência, por todo o conhecimento repassado, e por me tornar um futuro profissional melhor, por fim eu gostaria de agradecer a uma pessoa em especial, a minha esposa Karla, por sempre estar comigo, por ter me suportado em todo esse período, por passar noites acordadas estudando comigo, por chorar junto comigo. Obrigado a todos por tudo.

PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA: REVISÃO SISTEMÁTICA

¹ José Suesley Ribeiro SOUSA;
² Marcos Antônio Araújo BEZERRA;

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física-UNILEÃO, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física-UNILEÃO, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

RESUMO

Introdução: A adolescência é uma fase importante no que se diz respeito a prática de atividade física, que por sua vez está relacionada à proteção de futuras patologias, promoção e manutenção da saúde. **Objetivo:** A presente pesquisa buscou descrever as características metodológicas dos estudos selecionados e identificar a prevalência de inatividade física de adolescentes escolares. **Método:** O estudo em questão trata-se de uma revisão sistemática, formulada através de manuscritos científicos em formato de artigo. Buscaram-se artigos pertinentes a temática em duas bases de dados eletrônicas: Lilacs e SciELO, usando-se os descritores: comportamento sedentário, exercício e adolescente, combinados com o operador booleano “and”. Foram utilizados 13 artigos após critérios de inclusão e exclusão. **Resultados:** Os dados gerais de prevalência de inatividade física variaram entre 19,7% a 81,6%. Quando compilados de acordo com o sexo, os estudos revelam elevada prevalência de inatividade em ambos os sexos, atingidos picos de 86% em mulheres e 81,6% em homens. **Conclusão:** Conclui-se que os adolescentes têm elevada prevalência de inatividade física, fato esse evidenciado em ambos os sexos.

Palavras-Chave: Comportamento sedentário. Exercício. Adolescente.

ABSTRACT

Introduction: Adolescence is an important phase with regard to the practice of physical activity, which in turn is related to protecting future pathologies, promoting and maintaining health. **Objective:** This research sought to describe the methodological characteristics of the selected studies and to identify the prevalence of physical inactivity among school adolescents. **Method:** The study in question is a systematic review, relevant to the theme were searched for in two electronic databases: Lilacs and SciELO, using the descriptors: sedentary behavior, exercise and adolescent, combined with the Boolean operator “and”. 13 articles were used after inclusion and exclusion criteria. **Results:** The general data on the prevalence of physical inactivity ranged from 19.7% to 81.6%. When compiled according to gender, studies show a high prevalence of inactivity in both sexes, reaching peaks of 86% in women and 81.6% in men. **Conclusion:** It is concluded that adolescents have a high prevalence of physical inactivity, a fact evidenced in both genders

Key Words: Sedentary behavior. Exercise. Adolescent.

INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase importante no que se diz respeito a prática de alguma atividade física, sendo que nessa fase estes passam por muitas mudanças, e a prática de atividade física, pode auxiliar em torno de tudo que acontece no seu corpo e mente, o tornando uma pessoa ativa, protegendo de futuras patologias, promovendo uma manutenção da saúde, e por consequência prolongando esse comportamento por sua vida adulta. (SILVA et al., 2018).

A OMS (2018) aponta que no ranking dos principais fatores de risco da mortalidade mundial, a inatividade física ocupa o quarto lugar, sendo responsável por cerca de 3,2 milhões de morte anual. Estima-se que pessoas fisicamente inativas têm risco de mortalidade em torno de 20 a 30%, quando confrontadas as pessoas consideradas fisicamente ativas.

No período de 2009 a 2015 segundo os dados do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) evidenciaram a diminuição da prática de atividade física, concentrada em 300 minutos semanal. Ressalta-se também uma prevalência elevada de inatividade física global. (OLIVEIRA et al., 2017).

Warburton e Bredin (2017) propõem que atividade física apresenta diversas vantagens ao corpo humano, tanto na prevenção de doenças como no tratamento e reabilitação dessas patologias, quando praticada na infância, ainda apresenta outro grande benefício, tende a se delongar durante a vida adulta.

Alberto e Figueira Junior (2015) apontaram que índices de inatividade física em adolescentes escolares haviam tido elevado crescimento, onde se pode relatar que alguns fatores estão relacionados a esse crescimento, tais como: fatores demográficos/socioeconômicos, idade e sexo, citando também as questões de prevenção às DCNT (doenças crônicas não transmissíveis) e aos benefícios a saúde.

Segundo Marques et al. (2015) na adolescência a prevenção de DCNTs está ligada diretamente a prática de atividade física, onde a mesma pode influenciar na regulação da pressão arterial, reforço da estrutura óssea, além de prolongar esse comportamento ativo na vida adulta. Ainda relata que em relação à atividade física, é na adolescência o período considerado de maior importância, destacando, a necessidade de oportunidades e estímulos para que esses níveis de atividade física estejam cada vez mais adequados entre os jovens, assim verificou-se a carência de

realização de algumas políticas públicas em busca da redução das questões em torno da inatividade física dos adolescentes.

Assim, o objetivo da presente pesquisa foi descrever as características metodológicas dos estudos selecionados e identificar a prevalência de inatividade física de adolescentes escolares.

MÉTODO

O estudo em questão se trata de uma revisão sistemática, formulada através de manuscritos científicos em formato de artigo. Buscaram-se artigos pertinentes a temática em duas bases de dados eletrônicas: Lilacs e SciELO, usando-se os descritores: comportamento sedentário, exercício e adolescente, combinados com o operador booleano “and”. Ressalta-se que o objetivo do estudo foi verificar a prevalência de inatividade física em adolescente, onde o descritor “Comportamento sedentário” foi utilizado em substituição ao termo “inatividade física”, já que este não se encaixa como um descritor nos bancos de dados eletrônicos para se encontrar estudos onde ha prevalência de inatividade física.

Tabela 1 – Descrição das bases de dados, descritores, operador utilizados.

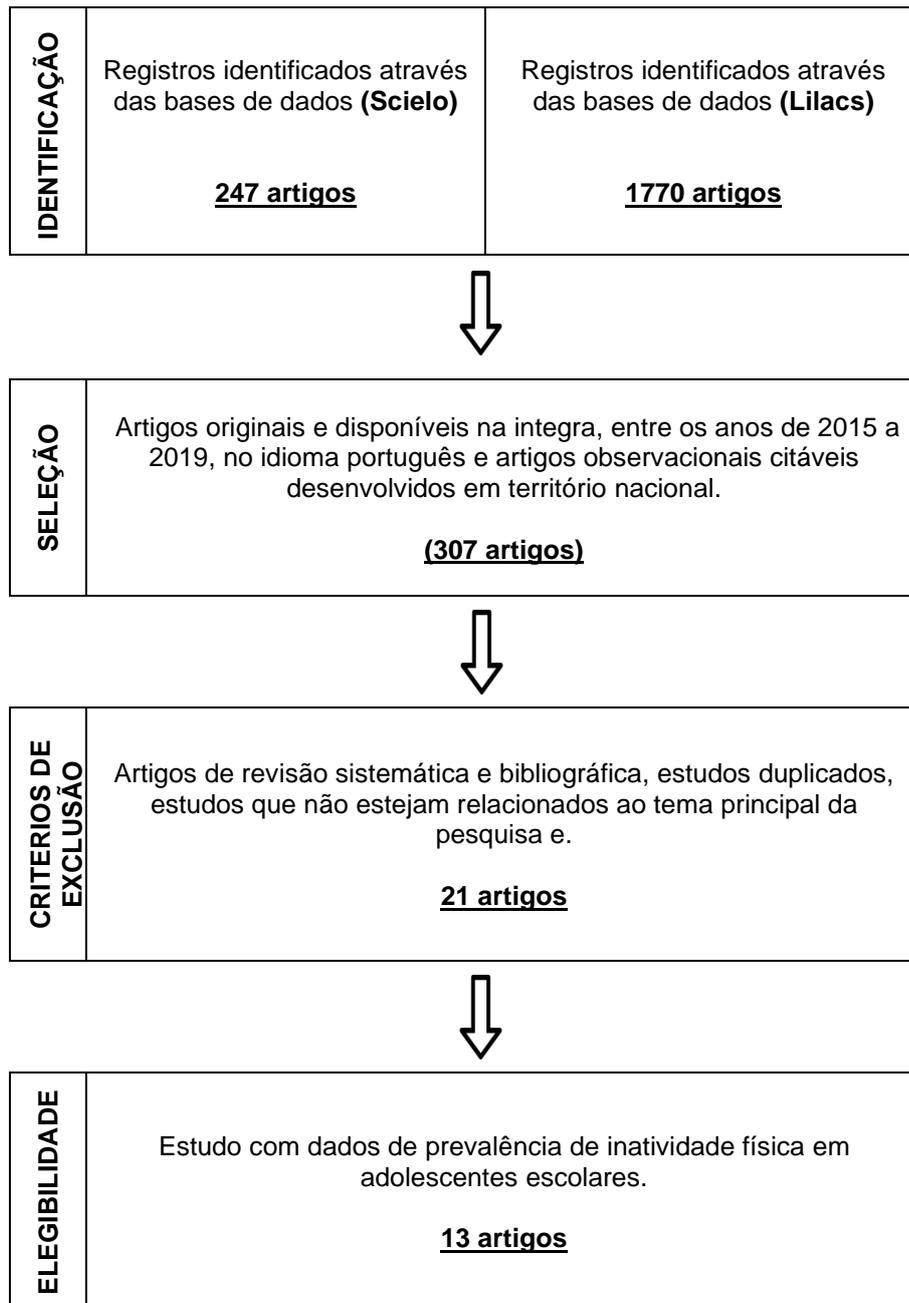
Base	Descritor	Op.	Descritor	Quantidade de artigos
SciELO	Comportamento sedentário	AND	Exercício	20
	Exercício	AND	Adolescente	173
	Adolescente	AND	Comportamento sedentário	54
Lilacs	Comportamento sedentário	AND	Exercício	197
	Exercício	AND	Adolescente	1331
	Adolescente	AND	Comportamento sedentário	242

Fonte: Próprio autor, 2020

Logo em seguidas foram aplicados os seguintes critérios de inclusão: artigos originais e disponíveis na íntegra, entre os anos de 2015 a 2019, no idioma português e artigos observacionais citáveis desenvolvidos em território nacional. Foram excluídos artigos de revisão sistemática e bibliográfica, estudos duplicados, estudos que não estejam relacionados ao tema principal da pesquisa e cujo objetivo da pesquisa não foi identificar as prevalências de inatividade física em adolescentes.

Foram encontrados a partir das bases de dados eletrônicas (n=2017) artigos, sendo (n=247) artigos na plataforma SCIELO, e (n=1.770) artigos na plataforma LILACS. Quando aplicados os filtros (critérios de inclusão) restaram 307 artigos, por fim foram excluídos 294 artigos de acordo com os critérios de exclusão, totalizando assim 13 artigos como amostra final da presente pesquisa. (Fluxograma 1).

Fluxograma 1 – Processo de triagem dos estudos da revisão sistemática



Fonte: Próprio autor, 2020

Tabela 2 - Síntese dos estudos acerca de prevalência de inatividade física em crianças e adolescentes.

Autores/Ano	Local	Tipo de estudo	Seleção	Amostra	Faixa etária	Instrumentos	Prevalência de inatividade física
Alberto e Junior (2015)	Macapá	Transversal	Conglomerado	1.060	10 a 15 anos	IPAQ – curto ¹	69,5%
Alberto e Junior (2016)	Macapá	Transversal	Conglomerado	1.060	10 a 15 anos	IPAQ – curto ¹	69,5%
Bezerra et al. (2015)	Pernambuco	Transversal	Aleatória	4.207	14 a 19 anos	GSHS ²	38,2%
Cureau et al. (2016)	Brasil	Transversal	Equiprobabilidade	74.589	12 a 17 anos	SAPAC20 ³	54,3%
Ferreira et al. (2016)	Pelotas	Transversal	Sorteio	8.661	12 a 16 anos	Helena	69,2%
Fonseca et al. (2019)	Montes Claros	Transversal	Conglomerado	633	10 a 16 anos	IPAQ – curto ¹	60%
Guedes et al. (2019)	Nordeste	Transversal	Conveniência	158	11 a 19 anos	NANDA	68,3%.
Guilherme et al. (2015)	Paranavaí	Transversal	Aleatória	566	10 a 14 anos	IBGE	56,1%
Lourenço et al. (2018)	Uberaba	Transversal	Conglomerado	1.009	14 a 19 anos	QCAC ⁴	81,6%
Menezes e Duarte (2015)	Sergipe	Transversal	Conglomerado	3.992	14 a 19 anos	GSHS ²	77,5%
Santana et al. (2017)	Pernambuco	Transversal	Conglomerado	6.039	14 a 19 anos	GSHS ²	79,3%
Tanaka et al. (2015)	São Paulo	Transversal	Aleatório	91	10 a 19 anos	FLORINDO	71,4%
Vitorino et al. (2015)	Goiânia	Transversal	Sorteio	132	14 a 18 anos	IPAQ – curto ¹	19,7%

Legenda: ¹Versão curta do questionário internacional de atividade física; ²Global School-based Student Health Survey; ³Self-Administered Physical Activity Checklist20; ⁴Questionário de comportamento do adolescente catarinense.

Fonte: Próprio autor, 2020

RESULTADOS

Na Tabela 2, apresenta-se a síntese dos resultados de estudos realizados em diversas cidades do Brasil, no período de 2015 a 2019, de forma a contribuir com informações relevantes ao tema. A maior proporção dos estudos selecionados foram realizados nas Regiões Nordeste e Sudeste. Trata-se de estudos de delineamento transversal, realizados com amostras que variaram de 91 a 74.589 adolescentes com idade entre 10 e 19 anos.

Tanaka et al. (2015) avaliaram em seu estudo 91 adolescentes com idade entre 10 e 19 anos no estado de São Paulo com o intuito de verificar a prevalência da inatividade física, empregou como parâmetro o questionário proposto por Florindo et al. Foram considerados inativos aqueles que praticavam um tempo abaixo de 300 minutos de exercício físico semanal, em seus resultados observaram o sexo feminino com maior prevalência em relação ao sexo masculino (80% e 61% respectivamente).

Santana et al. (2017) em seu estudo avaliaram 6.039 adolescentes, com idade entre 14 e 19 anos do estado de Pernambuco, com relação a coleta de informações, foi usado o questionário Global School-based Student Health Survey (GSSH), depois da coleta de dados, foi identificado uma prevalência de inatividade física maior nos meninos (81,6%) quando comparados as meninas (77,8%). Os autores ainda relatam que os adolescentes inativos apresentam uma pressão arterial elevada quando comparados a adolescentes ativos.

Menezes e Duarte (2015) usaram o questionário Global School-based Student Health Survey (GSSH), assim como (SANTANA et al., 2017), para avaliar o nível de atividade física, em seu estudo participaram 3.992 adolescentes do ensino médio da rede estadual de Sergipe, com idade entre 14 e 19 anos, a rede estadual foi escolhido, por conter cerca de 80% dos escolares do estado, onde a prevalência geral foi semelhante ao estudo de (SANTANA et al., 2017) 77,5%, porém em relação ao sexo as prevalências se contrariaram, onde neste o sexo feminino obtiveram maior prevalência 86%, quando comparada com o sexo masculino com 71,0%. Ressaltando ainda que a inatividade física foi mais prevalente em adolescentes residentes na zona urbana.

Bezerra et al. (2015) usaram no seu estudo o questionário Global School-based Student Health Survey (GSSH) assim como nos estudos de (MENEZES e DUARTE, 2015 e SANTANA et al., 2017) para avaliar a inatividade física de 4.207 estudantes,

com variação de idade entre 14 e 19 anos, escolares da rede estadual de Pernambuco. Após análise de dados o resultado foi de 38,2% de estudantes inativos, considerado inferior aos resultados encontrados nos estudos de (MENEZES e DUARTE 2015; SANTANA et al., 2017). Em comparação ao sexo, a prevalência foi evidenciada em maior proporção entre estudantes do sexo feminino 48,9% em relação aos do sexo masculino 22,5%.

Guilherme et al. (2015) estudaram 566 escolares, com idade de 10 a 14 anos, da rede pública e privada da cidade de Paranaíba, o instrumento utilizado para examinar o nível de atividade física foi o questionário proposto pelo IBGE, onde se considerou inativo fisicamente os adolescentes com uma frequência de prática de atividade física menor que 300 minutos semanais, em seus resultados, observaram que em relação ao sexo, a maior prevalência foi encontrada no sexo masculino 53,3% de adolescentes inativos e que essa prevalência se mantém elevada em adolescentes com excesso de peso corporal quando comparados a adolescentes com peso adequado.

Cureau et al. (2016) realizaram um estudo com 74.589 adolescentes, com idades de 12 e 17 anos em todo o território nacional, para indicar o nível de atividade física dos adolescentes, foi empregada uma adequação do *Self-Administered Physical Activity Checklist*, onde o mesmo consegue determinar a frequência e o tempo em que os adolescentes praticaram alguma atividade física. Foram incluídos como inativos os adolescentes brasileiros que não acumularam pelos menos 300 min por semana de atividade física, em nível nacional a maior prevalência foi no sexo feminino 70,7% comparada a adolescentes do sexo masculino 38,0%, onde as maiores prevalências de inatividade física estiveram nas regiões Nordeste e Sudeste no sexo feminino e na região Sul entre os adolescentes do sexo masculino.

Ferreira et al. (2016) utilizaram no seu estudo, uma amostra composta por 8.661 escolares da cidade de Pelotas, com idades de 12 a 16 anos, para investigação do nível de atividade física, foi empregado o instrumento HELENA, para constatar o tempo em relação a prática de atividade física, após a coleta de dados, foi verificado a prevalência total de inatividade física de 69,2% nos adolescentes.

Vitorino et al. (2015) avaliaram 132 adolescentes, com idades de 14 a 18 anos, das escolas da rede estadual de Goiânia, utilizando o questionário IPAQ, para verificar o tempo gasto com prática de atividade física moderada e vigorosa, e com isso, foi

identificado a prevalência de inatividade física em 19,7% dos adolescentes, o estudo não mencionou qual a prevalência em relação ao sexo.

Alberto e Figueira Júnior (2015) usaram o IPAQ na sua versão curta, para avaliar 1.060 adolescentes escolares com idade de 10 a 15 anos da cidade Macapá, com a finalidade de identificar a prevalência de inatividade física, assim como (VITORINO et al., 2015). Em contra partida ao estudo de (VITORINO et al., 2015) a prevalência foi elevada chegando a 69,5%, sendo mais pronunciado entre as meninas com 70,3% em relação aos rapazes com 67,8%, demonstrando que 7 de cada 10 adolescentes entre 10 e 15 anos, de ambos os sexos não praticam atividade física em níveis adequados.

Alberto e Júnior (2016) também utilizaram o IPAQ na sua versão curta, como parâmetro para avaliação de 1.060 adolescentes com idade de 10 a 15 anos da cidade de Macapá, os resultados demonstram níveis altos de inatividade física entre os adolescentes avaliados, onde foi encontrada uma prevalência de inatividade física para ambos os sexos 69,5%. A prevalência foi parecida em ambos os sexos, porem demonstra uma pequena elevação em relação ao sexo feminino, destacando que os adolescentes com idade de 12 e 13 anos, de ambos os sexos foram considerados mais inativos.

Fonseca et al. (2019) o público alvo da análise foi constituída por 633 adolescentes escolares de 10 a 16 anos, matriculados na rede publica de ensino da cidade de Montes Claros, o instrumento utilizando para identificar a inatividade física na pesquisa foi o questionário IPAQ na sua versão curto assim como nos estudos de (ALBERTO E JUNIOR, 2015; VITORINO, 2015; ALBERTO E JUNIOR 2016) onde após a avaliação dos questionários, verificou-se uma prevalência de 60% em ambos os sexos, assemelhando-se aos resultados encontrados por (ALBERTO E JUNIOR, 2015; ALBERTO E JUNIOR, 2016) e contrariando os resultados obtido por (VITORINO, 2015).

Lourenço et al. (2018) realizaram o seu estudo com 1.009 adolescentes, de 14 a 19 anos das escolas publicas e privadas da cidade de Uberaba, foi utilizado o questionário de comportamento do adolescente catarinense para colher informações para o estudo, onde se pode observa que 8 em cada 10 adolescentes são inativos fisicamente , sendo esta prevalência mais elevada no sexo masculino 84,9%, os autores afirmam ainda que a serie de estudo, situações como estagio ou trabalho estão diretamente relacionada a alta prevalência.

Guedes et al. (2019) realizaram seu estudo na região nordeste do Brasil, com 158 adolescentes, cuja idade varia de 11 a 19 anos, utilizando o formulário NANDA, para medir o nível de atividade física dos estudantes, onde foi encontrado o valor para inatividade física de 68,3%, o estudo não demonstrou a prevalência em relação ao sexo, porém afirma que um dos principais fatores para a alta prevalência de inatividade encontrada no estudo foi o conhecimento deficiente dos adolescentes sobre os benefícios que a atividade física traz à saúde.

A prática de atividade é essencial para manutenção da saúde e qualidade de vida, e a falta da mesma pode ocasionar algumas patologias associadas à inatividade física, assim (OLIVEIRA et al., 2015) destacam em seu estudo a inatividade física como um dos problemas de saúde pública na atualidade, por conta de sua associação com as doenças crônicas não transmissíveis, como: diabetes, doenças respiratórias crônicas, cardiovasculares e câncer.

No Brasil, (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014) em seu último levantamento, verificou que a prevalência de inatividade física vem se elevando, atingindo 47,5% da população em 2015. Com isso, se a atividade física for oferecida durante a infância e adolescência, terá grande importância na construção da prática de atividade física no decorrer da vida, tornando as crianças e adolescentes mais ativos, e assim podendo levar esse comportamento para vida adulta.

De acordo com essas ocorrências, existe uma inquietação em relação à quantidade mínima necessária de atividade física capaz de incidir nos benefícios à saúde dos adolescentes, onde segundo a (OMS, 2010) recomenda que os adolescentes devam praticar atividade física de intensidade moderada a vigorosa, por pelo menos 60 minutos diário, acumulando 300 minutos semanais.

Cureau et al. (2016) relataram no seu estudo que existem uma série de pesquisas que utilizam a recomendação da prática de atividade física por pelo menos 300 minutos semanais, porém ainda trazem que já existem evidências que volumes menores podem beneficiar o indivíduo.

Dorneles et al. (2019) identificaram no seu estudo que a prática regular de atividade física, promove alterações benéficas ao organismo, causando efeitos centrais como: controle de ansiedade e controle emocional, além de efeitos periféricos como: a diminuição de dores. Relatam ainda que a atividade física tem efeitos positivos na qualidade do sono, humor e bem-estar físico e mental.

Silva et al. (2018) retrataram que a atividade física é utilizada para a valorização da promoção da saúde, ajudando principalmente na vigilância e controle de doenças cardiovasculares, perca de peso excessiva, e síndromes metabólicas, como forma de firma a pratica de hábitos saudáveis.

Diante dos dados apresentado nessa revisão, pode se enfatizado que a inatividade física é uma preocupação nacional, a sua prevalência, por mais que tenha variação de acordo com alguns estudos, é bastante significativa. Com esses dados tão elevados se faz necessário à intervenção dos profissionais de saúde, juntamente com a escola, para tentar fazer com que se obtenha uma redução desse problema.

CONCLUSÃO

Com base nos dados coletados nesse estudo, pode-se concluir que todos utilizam corte transversal e que a metodologia aplicada para verificar a prevalência de inatividade física, são as recomendações da OMS, mudando apenas o instrumento utilizado para verificação dos dados, verifica-se também uma alta prevalência de inatividade física em ambos os sexos, sendo mais prevalente no sexo feminino, com isso é preciso que a prática de atividade física seja estimulada desde a infância, reduzindo esses dados e por consequência a diminuição de futuras patologias causadas pela inatividade física.

Esses dados podem ajudar no desenvolvimento de futuras pesquisas, e elaboração de políticas publicas voltada para a promoção da atividade física no âmbito escolar, com a intenção de modificar de alguma forma esses dados tão elevados de inatividade física, tendo em vista, o melhoramento da saúde das crianças e adolescentes.

Destaca-se como limitação da presente pesquisa a dificuldades relacionadas aos estudos para essa revisão foi o período de publicação de cada artigo, utilizando estudos publicados apenas nos últimos cinco anos, o ponte de corte e os instrumentos utilizado para realização de cada pesquisa, onde falta de padronização de um único questionário, pode influenciar no resultado, ou ate mesmo a falta de compromisso do aluno ao respondê-los.

Novos estudos devem analisar qual a influência que a inatividade física tem sobre os adolescentes, relacionando a diversas variáveis, tais como: o lugar que mora, a renda familiar, a relação da pratica na escola. Outro ponto importante seria a

padronização de um questionário específico para avaliar a inatividade física, onde as variabilidades dos resultados possam esta atribuída aos diferentes instrumentos utilizados, tendo assim resultados mais fidedignos.

REFERENCIAS

ALBERTO, A. A. D; FIGUEIRA JUNIOR, A. J. Prevalência de inatividade física e sua associação com variáveis sociodemográficas em adolescentes do Município de Macapá/AP. **Revista Brasileira. Ciência. e Movimento** 2015;23(4): 80-93.

ALBERTO, Alvaro Adolfo Duarte; FIGUEIRA JUNIOR, Aylton José. Prevalência de inatividade física em adolescentes e sua associação com variáveis socioculturais. **Pensar A Prática**, v. 19, n. 4, p.801-813, 28 dez. 2016. Universidade Federal de Goiás. <http://dx.doi.org/10.5216/rpp.v19i4.35317>.

BEZERRA, J.; LOPES, A.s.; HARDMAM, C.m.; TASSITANO, R.m.; TENÓRIO, M.c.m.; BARROS, M.v.g. de. Consumo de bebidas alcoólicas e tabagismo: associação com inatividade física no lazer e comportamento sedentário. **Revista Andaluza de Medicina del Deporte**, v. 8, n. 1, p.1-6, mar. 2015. Centro Andaluz de Medicina del Deporte. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ramd.2014.08.002>.

Brasil. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística — IBGE. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2015. Rio de Janeiro: **IBGE**; 2015.

Brasil. Ministério da Saúde. VIGITEL BRASIL 2014. vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília (DF): **Ministério da Saúde**; 2014. [citado 2017 Jul 4]. Disponível em: bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2014.pdf.)

CUREAU, Felipe Vogt; SILVA, Thiago Luiz Nogueira da; BLOCH, Katia Vergetti; FUJIMORI, Elizabeth; BELFORT, Dilson Rodrigues; CARVALHO, Kênia Mara Baiocchi de; LEON, Elisa Brosina de; VASCONCELLOS, Mauricio Teixeira Leite de; EKELUND, Ulf; SCHAAN, Beatriz D. ERICA: leisure-time physical inactivity in Brazilian adolescents. **Revista de Saúde Pública**, v. 50, n. 1, p.1-11, 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s01518-8787.2016050006683>.

DORNELES, Rui; BERGMANN, Gabriel; SILVA, Marcelo. RISK FOR EXERCISE DEPENDENCE IN HEALTH CLUBS. **Psicologia, Saúde & Doença**, [s.l.], v. 20, n. 1, p. 137-148, 31 mar. 2019. Sociedad Portuguesa de Psicologia da Saude. <http://dx.doi.org/10.15309/19psd200111>.

FERREIRA, Rodrigo Wiltgen; ROMBALDI, Airton José; RICARDO, Luiza Isnardi Cardoso; HALLAL, Pedro Curi; AZEVEDO, Mario Renato. Prevalence of sedentary behavior and its correlates among primary and secondary school students. **Revista Paulista de Pediatria (english Edition)**, v. 34, n. 1, p.56-63, mar. 2016. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2015.09.002>.

FONSECA, Adélia Dayane Guimarães; CUNHA, Franciele Ornelas; BARBOSA, Isabelle Arruda; SILVA, Júlia Oliveira; ARAËJO, Diego Dias de; SILVA, Carla Silvana de Oliveira e. Quality of life in adolescents related to sex, family income and physical activity. **Reme Revista Mineira de Enfermagem**, v. 23, p.1-7, 2019. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20190093>.

GUEDES, Nirla Gomes; LOPES, Marcos Venícios de Oliveira; SILVA, Viviane Martins da; FARIAS, Lara Jales Rodrigues; SILVA, Leonardo Alexandrino da; BESSA, Cristina Costa. Clinical validation of factors associated with sedentary lifestyle in adolescents. **Revista Rene**, v. 20, p.1-8, 16 maio 2019. Rev Rene - Revista da Rede de Enfermagem de Nordeste. <http://dx.doi.org/10.15253/2175-6783.20192040395>.

GUILHERME, Flávio Ricardo; MOLENA-FERNANDES, Carlos Alexandre; GUILHERME, Vânia Renata; FÁVERO, Maria Teresa Martins; REIS, Eliane Josefa Barbosa dos; RINALDI, Wilson. Inatividade física e medidas antropométricas em escolares de Paranavaí, Paraná, Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 33, n. 1, p.50-55, mar. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1016/j.rpped.2014.11.009>.

LOURENÇO CLM, ZANETTI HR, AMORIM PRS, MOTA JAPS, MENDES EL. Comportamento sedentário em adolescentes: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira. Ciência. e Movimento** 2018;26(3):23-32.

MARQUES, Adilson et al. Health complaints among adolescents: Associations with more screen-based behaviours and less physical activity. **Journal Of Adolescence**, v. 44, p.150-157, out. 2015. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.07.018>.

MENEZES, Aldemir Smith; DUARTE, Maria de Fátima da Silva. Condições de vida, inatividade física e conduta sedentária de jovens nas áreas urbana e rural. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 21, n. 5, p.338-344, out. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220152105145322>.

OLIVEIRA, Max Moura de et al. Características da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - PeNSE. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 26, n. 3, p.605-616, jul. 2017. Instituto Evandro Chagas. <http://dx.doi.org/10.5123/s1679-49742017000300017>.

OLIVEIRA, Marcos Renato de; SILVA, Viviane Martins da; GUEDES, Nirla Gomes; LOPES, Marcos Venícios de Oliveira. Clinical Validation of the "Sedentary Lifestyle" Nursing Diagnosis in Secondary School Students. **The Journal Of School Nursing**, v. 32, n. 3, p. 186-194, 7 jun. 2015. SAGE Publications. <http://dx.doi.org/10.1177/1059840515588956>.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. OMS. **Physicalactivity**. fevereiro. 2018. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>>. Acesso em: 28 de março. 2020

SANTANA, Fábio da Silva; PALMEIRA, Aline Cabral; SANTOS, Marcos André Moura dos; FARAH, Breno Quintella; SOUZA, Bruna Cadengue Coêlho de; RITTI-DIAS, Raphael Mendes. Association between active commuting and elevated blood pressure in adolescents. **Einstein (São Paulo)**, v. 15, n. 4, p.415-420, dez. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082017ao4093>.

SILVA, Juliana da; ANDRADE, Alexandre; CAPISTRANO, Renata; LISBOA, Tailine; ANDRADE, Rubian Diego; FELDEN, Érico Pereira Gomes; BELTRAME, Thais Silva. Níveis insuficientes de atividade física de adolescentes associados a fatores sociodemográficos, ambientais e escolares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 12, p. 4277-4288, dez. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320182312.30712016>.

SILVA, Kely Vanessa Leite Gomes da; GONÇALVES, Gleice Adriana Araújo; SANTOS, Shayane Bezerra dos; MACHADO, Maria de Fatima Antero Sousa; REBOUÇAS, Cristiana Brasil de Almeida; SILVA, Viviane Martins da; XIMENES, Lorena Barbosa. Training of adolescent multipliers from the perspective of health promotion core competencies. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, n. 1, p. 89-96, fev. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0532>.

TANAKA, Luana Fiengo; LATORRE, Maria do Rosário Dias de Oliveira; SILVA, Aline Medeiros; KONSTANTYNER, Thais Claudia Roma de Oliveira; PERES, Stela Verzinhasse; MARQUES, Heloisa Helena de Sousa. Alta prevalência de sedentarismo em adolescentes que vivem com HIV/Aids. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 33, n. 3, p.326-331, set. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1016/j.rpped.2014.12.003>.

VITORINO, Priscila Valverde de Oliveira; BARBOSA, Maria Alves; SOUSA, Ana Luiza Lima; JARDIM, Paulo César Brandão Veiga; FERREIRA, Suyá Santana. Prevalência de estilo de vida sedentário entre adolescentes. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 28, n. 2, p.166-171, abr. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201500028>.

WARBURTON, Darren E. r.; BREDIN, Shannon S. d.. Health benefits of physical activity. **Current Opinion In Cardiology**, v. 32, n. 5, p.541-556, set. 2017. Ovid Technologies (WoltersKluwer Health). <http://dx.doi.org/10.1097/hco.0000000000000437>.