



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CAMPUS SAÚDE
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

MATHEUS SIMÕES SOBREIRA

**PERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E FATORES ASSOCIADOS
EM ESCOLARES DE TEMPO INTEGRAL**

Juazeiro do Norte
2021

MATHEUS SIMÕES SOBREIRA

**PERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E FATORES ASSOCIADOS
EM ESCOLARES DE TEMPO INTEGRAL**

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. Cícero Idelvan de Moraes

Juazeiro do Norte
2021

MATHEUS SIMÕES SOBREIRA

**PERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E FATORES ASSOCIADOS
EM ESCOLARES DE TEMPO INTEGRAL**

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 09 de Julho de 2021.

BANCA EXAMINADORA:

Prof^o Esp. Cícero Idelvan de Moraes
Orientador (a)

Prof^o Esp. Marcos Antônio Araújo Bezerra
Examinador (a)

Prof^a Esp. Jenifer Kelly Pinheiro
Examinador (a)

JUAZEIRO DO NORTE

2021

PERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E FATORES ASSOCIADOS EM ESCOLARES DE TEMPO INTEGRAL

¹Matheus Simões Sobreira;
²Cicero Idelvan de MORAIS

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

RESUMO

O presente estudo reflete sobre a percepção de peso corporal e fatores associados em escolares de tempo integral. Foi feito um estudo transversal. A amostra contou com 160 escolares do 2º e 3º ano do ensino médio pública estadual sendo 100(68,7 %) do sexo feminino e 60(41,3%) do sexo masculino, com média de idade de 16.07 (± 0.7142) anos, com objetivo de analisar a percepção de peso e os fatores associados foram coletadas informações sobre a imagem corporal, o estágio de mudança de comportamento, o tempo de tela e percepção de saúde. Todas as análises estatísticas foram realizadas através do SPSS for Windows (Versão 23.0, SPSS) por meio de estatística descritiva por distribuição de frequência. A amostra apresentou uma associação significativa ($p = < 0.001$) entre o sexo e o curso matriculado. O estudo mostrou que 79(54,3%) dos entrevistados tem a percepção que o seu peso ideal, mas quando associado com a percepção de imagem corporal, 40(25,0%) relataram que estão insatisfeitos por magreza. Conclui-se que maioria dos entrevistados tem uma percepção de peso ideal e que existe uma associação positiva entra as variáveis de Índice de massa Corporal – IMC (kg/m^2) e Percepção de Imagem Corporal – PIC com a Percepção de Peso corporal.

Palavras-chave: Percepção de peso; Escolares; Atividade física; Saúde.

ABSTRACT

The present study reflects on the perception of body weight and associated factors in full-time students. A cross-sectional study was carried out. The sample consisted of 160 students from the 2nd and 3rd year of state public high school, 100 (68.7%) female and 60 (41.3%) male, with an average age of 16.07 (± 0.7142) years, in order to analyze the perception of weight and associated factors information on body image, stage of behavior change, screen time and health perception were collected. All statistical analyzes were performed using SPSS for Windows (Version 23.0, SPSS) using descriptive statistics by frequency distribution. The sample showed a significant association ($p = < 0.001$) between sex and the enrolled course. The study showed that 79 (54.3%) of the interviewees have the perception that their ideal weight, but when associated with the perception of body image, 40 (25.0%) reported that they are dissatisfied due to thinness. It is concluded that most respondents have a perception of ideal weight and that there is a positive association between the variables of Body

Mass Index – BMI (kg/m²) and Perception of Body Image - PIC with the Perception of Body Weight.

Keywords: Perception of weight; Schoolchildren; Health.

INTRODUÇÃO

O estilo de vida é um fator determinante na formação de doenças crônico-degenerativas em jovens e adultos. A diabetes, hipertensão arterial e obesidade, resultam em um custo para o sistema de saúde. Por esse motivo, a melhora da saúde através da mudança do estilo de vida está associada às alterações dos hábitos alimentares e prática regular de atividade física (VINHOLES; ASSUNÇÃO; NEUTZLING, 2009).

A prática de atividade física, habito associado a melhora da saúde, na infância até a fase adulta é essencial para o desenvolvimento do ser humano, sendo que a escola tem uma grande influência nesse quesito, contudo o estímulo a prática de atividades físicas não é apenas função da escola. Desse modo o estilo de vida dos pais também influencia na formação de hábitos dos jovens, pois eles tendem a imitar as ações dos pais ou os membros da família mais próximos. (JUNIOR; FERREIRA, 2008).

Do mesmo modo que a escola tem uma grande influência no estímulo a prática de atividade física, também é um espaço privilegiado para a construção de práticas alimentares saudáveis, principalmente em crianças, pois é um ambiente no qual atividades voltadas à educação em saúde podem apresentar grande repercussão dentro e fora da escola. Contudo os pais têm que ser inseridos nos projetos de práticas alimentares para que forneçam aos seus filhos uma alimentação saudável fora e, alguns casos, dentro das escolas (ACCIOLY, 2005).

A preocupação com a saúde da população brasileira se tornou alvo de avaliação e foco pelos governantes, para contribuir que as pessoas possam melhorar a saúde ao longo da vida, grande parte das doenças relacionadas a obesidade como diabetes, hipertensão e osteoporose estão associadas à alimentação imprópria e ao sedentarismo (CARDOSO et al., 2011).

Os adolescência estão mais sucessíveis as doenças mencionadas anteriormente, pois é um período crítico para o desenvolvimento humano, particularmente nos tempos atuais devido à predominância de atividades de lazer sedentárias e práticas alimentares inadequadas, como por exemplo o uso excessivo de aparelhos tecnológicos, computador, videogames e celulares. Assim como práticas alimentares inadequadas como consumo de alimentos industrializados aumentando o número de indivíduos sedentários e obesos (VARGAS et al., 2011).

Em todo e qualquer momento é de extrema importância identificar como os adolescentes se comportam e qual sua percepção e estado de mudança de comportamento quanto ao que diz respeito a prática de atividades saudáveis. Dito isso, o artigo teve como objetivo analisar a percepção de peso e os fatores associados em escolares de uma escola pública de tempo integral de uma cidade localizada no interior cearense.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa de campo, descritiva, quantitativa com corte transversal. A população do estudo foi composta por escolares que estudam em tempo integral em uma instituição localizada na zona urbana da cidade do Varzea Alegre – CE, com amostra selecionada por conveniência e composta por 160 indivíduos sendo 60 do sexo masculino e 100 do sexo feminino matriculados entre o 2º e 3º ano do ensino regular de acordo com a orientação do diretor da instituição.

Foram incluídos os alunos devidamente matriculados na referida escola e excluídos os alunos que se sentiram constrangidos em preencher o questionário, e os que os contatos telefônicos, não foram atualizados no cadastro da escola. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) aceitando participar da pesquisa de livre espontânea vontade.

Após a anuência da direção da escola, foi iniciado a coleta de dados, através de questionários adaptados para formulário do Google Forms que visam verificar, o nível de atividade física, a imagem corporal, o estágio de mudança de comportamento, o tempo de tela e percepção de saúde. Todos foram enviados para os contatos dos alunos, disponíveis nos grupos de WhatsApp oficiais das salas da escola. Para conhecer as características da amostra, foram verificadas as variáveis que seguem no quadro abaixo.

Quadro 1 - Variáveis socioeconômica de escolares de tempo integral.

Idade (em anos)			
Sexo	0 = Feminino		1 = Masculino
Raça	0 = Não Parda		1 = Parda
Renda Familiar	0 = Menor que 1 salário Mínimo		1 = Maior que 1 salário Mínimo
Escolaridade do Pai	0= Ensino Fundamental	1= Ensino Médio	2 = Ensino Superior
Escolaridade da Mãe	0= Ensino Fundamental	1= Ensino Médio	2 = Ensino Superior

Fonte: Elaborada pelo autor, 2021.

A percepção de peso e altura foi obtido pelo relato dos escolares e a partir dessa informação foi identificado o índice de massa corporal (IMC) e classificado de acordo com o Manual do Projeto Esporte Brasil 2015 (quadro 2), que estabelece pontos de corte ou valores críticos que estratificados por idade e sexo avaliar as crianças e adolescentes numa escala categórica de dois graus: Crianças e adolescentes na ZONA DE RISCO À SAÚDE ou na ZONA SAUDÁVEL.

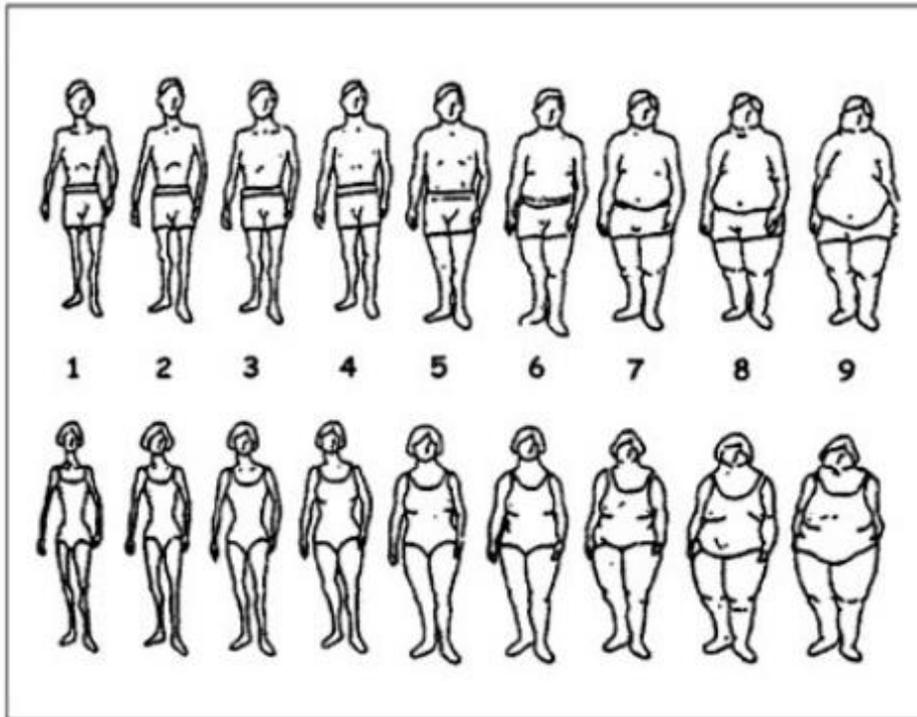
Quadro 2 – Valores críticos de IMC para a saúde.

Idade	Rapazes	Moças
6	17,7	17,0
7	17,8	17,1
8	19,2	18,2
9	19,3	19,1
10	20,7	20,9
11	22,1	22,3
12	22,2	22,6
13	22,0	22,0
14	22,2	22,0
15	23,0	22,4
16	24,0	24,0
17	25,4	24,0

Fonte: Manual do Projeto Esporte Brasil 2015

Para avaliar a imagem corporal foi utilizando a escala de valor numérico de 1 a 9, para a imagem corporal real e ideal, proposta por Stunkard et al. (1983), conforme a figura 1. Essa escala contempla da magreza (silhueta 1) à obesidade severa (silhueta 9), o indivíduo através de sua percepção de imagem, escolhe o número da silhueta que mais se semelha à sua aparência corporal atual e a que gostaria de ter.

Figura 01 – Conjunto de silhuetas masculinas e femininas.



Fonte: Stunkard; Sorensen; Schulsinger (1983).

Para avaliar os estágios de mudança de comportamento para atividade física, foi utilizado um questionário proposto por Marcus et al. (2001), onde o mesmo classificou os sujeitos em cinco categorias que compreende: 1 pré-contemplação, 2 contemplação, 3 preparação, 4 ação e 5 manutenção. Neste estudo agruparemos as categóricas das seguintes formas: os estágios de 1 pré-contemplação e 2 contemplação serão denominados inativos e os estágios de 3 preparação, 4 ação e 5 manutenção denominados de ativos.

Para a mensuração do tempo de tela foi averiguado quanto tempo em horas, em um dia normal de semana, o sujeito passa em frente a tela do smartphone, TV e computador, considerando como opção de resposta: “não assiste”, “1 hora”, “2 horas”, “3 horas”, “4 horas” e “5 ou mais horas”. Esta variável foi categorizada em “menor ou igual a 4 horas/dia” e “maior que 4 horas/dia” (VASCONCELLOS et al., 2013).

O instrumento de análise utilizado para avaliar a percepção de saúde foi um questionário semiestruturado, elaborado pelos pesquisadores, o qual indagou a questão “Como você classifica o seu estado de saúde?”. O questionário compõe-se cinco categorias que compreendem: ruim, regular, bom, muito bom e excelente, mas serão agrupadas para análise, e consideradas como percepção negativa de saúde

(ruim e regular) e positiva (bom, muito bom e excelente). (CURRIE; WELTGESUNDHEITSORGANISATION, 2008).

Todas as análises estatísticas foram realizadas através do SPSS for Windows (Versão 23.0, SPSS) por meio de estatística descritiva por distribuição de frequência. Para verificar a associação foi utilizada o teste de *qui-quadrado* (χ^2) de *Pearson*, utilizando-se um nível de significância de $p < 0,05$. Os resultados foram apresentados em tabelas para facilitar a compreensão dos mesmos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra contou com 160 escolares, sendo 100(68,7 %) do sexo feminino e 60(41,3%) do sexo masculino, com média de idade de 16.07 (± 0.7142) anos, teve uma predominância da raça parda com 115 (71,9%), tendo uma renda familiar menor que um salário mínimo 90 (56,3%), a amostra contou com 85 (53,1%) escolares matriculados no 2º ano, estando a maioria 53 (33,1%) matriculados no curso de Administração, em relação a escolaridade 103 (65,6%) dos pais e 71 (44,4%) cursaram apenas Ensino Fundamental. A amostra apresentou uma associação significativa ($p = < 0.001$) entre o sexo e o curso matriculado.

Tabela 1 – Distribuição das proporções das características sociodemográficas, estratificado por sexo. Varzea Alegre, CE, 2021

VARIÁVEIS	Feminino (n=100) n(%)	Masculino (n=60) n(%)	p-valor
Raça			
Pardo	72 (72,0)	43 (71,7)	0.964
Não Pardo	28 (28,8)	17 (28,3)	
Renda			
Menor que um salário-mínimo	59 (59,0)	31 (51,7)	0.365
Maior que um salário-mínimo	41 (41,0)	29 (48,3)	
Escolaridade do Pai			
Ensino fundamental	63(63,0)	42(70,0)	0.367
Ensino médio	33(33,0)	14(23,3)	
Ensino superior	4(4,0)	4(6,7)	
Escolaridade da Mãe			
Ensino fundamental	47(47,0)	24(40,0)	0.626
Ensino médio	36(36,0)	26(43,3)	
Ensino superior	17(17,0)	10(16,7)	
Ano Escolar			
2º ano	54(54,0)	31(51,7)	0.775
3º ano	66(66,0)	29(48,3)	

Curso			
Administração	45(45,0)	8(13,3)	< 0.001
Eletrônica	12(12,0)	12(20,0)	
Informática	33(33,0)	18(30,0)	
Mecânica	10(10,0)	22(36,7)	

Fonte: Elaborada pelo autor, 2021.

* Qui-Quadrado de Pearson.

A associação das variáveis com a percepção de peso (tabela 2), apresentou que relataram um peso ideal, 48(30,0%) das mulheres, 56(35,0%) da população parda, 79(49,4%) dos que tem uma renda familiar > que um Salário, 44(27,5%) dos escolares matriculados no 2º ano, 29(18,1%) do curso de administração, 34(21,3%) e 54(33,8%) da amostra que a mãe e o pai, respectivamente, cursaram o ensino fundamental.

A amostra apresentou ainda que 64(40,0%) dos sujeitos que estão em uma Zona Saudável do Índice de massa Corporal – IMC, 33(20,6%) dos que estão a face de Contemplação do Estágio de Mudança de Comportamento – EMC, 52(32,5%) dos que foram classificados como Ativos pelo Tempo de Tela e 30(18,8%) dos que tem uma Percepção de Saúde regular ou boa, relataram ter uma Percepção de Peso Ideal.

No entanto quando associada com a percepção de imagem corporal, 40(25,0%) relataram que estão insatisfeitos por magreza. A amostra apresentou uma associação positiva entre as variáveis de Índice de massa Corporal – IMC ($p = < 0.001$) e Percepção de Imagem Corporal – PIC ($p = < 0.001$) com a Percepção de Peso corporal.

Tabela 2 – Distribuição das proporções dos fatores associados. Varzea Alegre, CE, 2021

VARIÁVEIS	Percepção de Peso Corporal			p-valor
	Acima do peso	Abaixo do peso	Peso ideal	
Sexo				
Feminino	25(15,6%)	27(16,9%)	48(30,0%)	0.602
Masculino	17(10,6%)	12(7,5%)	31(19,4%)	
Raça				
Não Parda	11(6,9%)	11(6,9%)	23(14,4%)	0.944
Parda	31(19,4%)	28(17,5%)	56(35,0%)	
Renda familiar				
< Que um Salário	28(17,5%)	19(11,9%)	43(26,9%)	0.240
> Que um Salário	14(8,8%)	20(12,5%)	79(49,4%)	
Ano escolar				
2º ano	21(13,1%)	20(12,5%)	44(27,5%)	0.807
3º ano	21(13,1%)	19(11,9%)	35(21,9%)	
Curso				

Administração	13(8,1%)	11(6,9%)	29(18,1%)	0.606
Eletrônica	8(5,0%)	7(4,4%)	9(5,6%)	
Informática	10(6,3%)	13(8,1%)	28(17,5%)	
Mecânica	11(6,9%)	8(5,0%)	13(8,1%)	
Escolaridade da mãe				
Fundamental	21(13,1%)	16(10,0%)	34(21,3%)	0.674
Médio	17(10,6%)	15(9,4%)	30(18,8%)	
Superior	4(2,5%)	8(5,0%)	15(9,4%)	
Escolaridade do Pai				
Fundamental	29(18,1%)	22(13,8) %	54(33,8%)	0.712
Médio	11(6,9%)	15(9,4%)	21(13,1%)	
Superior	2(1,3)	39(24,4%)	18(11,2%)	
Índice de massa Corporal – IMC				
Zona de Risco	0(0,0%)	28(17,5%)	15(9,4%)	< 0.001 *
Zona Saudável	40(25,0%)	11(6,9%)	64(40,0%)	
Percepção de Imagem Corporal – PIC				
Ins.magreza	40(25,0%)	1(0,6%)	32(20,0%)	< 0.001 *
Ins.excesso de peso	1(0,6%)	35(21,9%)	29(18,1%)	
Satisfeito	1(0,6%)	3(1,9%)	18(11,3%)	
Estágio de Mudança de Comportamento – EMC				
Pré Contemplação	2(1,3%)	0(0,0%)	6(3,8%)	0.172
Contemplação	22(13,8%)	11(6,9%)	33(20,6%)	
Preparação	8(5,0%)	14(8,8%)	15(9,4%)	
Ação	6(3,8%)	8(5,0%)	11(6,9%)	
Manutenção	4(2,5%)	6(3,8%)	14(8,8%)	
Tempo de Tela				
Sedentário	9(5,6%)	12(7,5%)	27(16,9%)	0.344
Ativo	33(20,6%)	27(16,9%)	52(32,5%)	
Percepção de Saúde				
Ruim	5(3,1%)	5(3,1%)	3(1,9%)	0.711
Regular	18(11,3%)	13(8,1%)	30(18,8%)	
Boa	13(8,1%)	14(8,8%)	30(18,8%)	
Muito Boa	5(3,1%)	5(3,1%)	11(6,9%)	
Excelente	1(0,6%)	2(1,3%)	5(3,1%)	

Fonte: Elaborada pelo autor, 2021.

* Qui-Quadrado de Pearson.

O estudo buscou avaliar a percepção do peso corporal dos alunos de escolas do ensino médio de tempo integral e os fatores associados. Os resultados encontrados revelaram que a maior parte dos entrevistados tem a percepção que o seu peso é o ideal, e os que estão acima do peso e estão abaixo do peso os números são aproximados. Entre os jovens que estão acima do peso, os que tem a renda familiar menor que um salário mínimo é aproximadamente o dobro dos que tem a renda familiar acima do salário mínimo, em contra ponto, os que estão listados com o peso ideal, em sua maioria, a renda familiar é acima do salário mínimo.

Em relação ao índice de massa corporal (IMC), minoria dos alunos estão na zona de risco, ou seja, esses indivíduos por falta ou excesso de peso são mais acessíveis a doenças e a complicações na saúde. Os que estão na zona saudável, mais de 70%, estão no peso normal ou próximo a ele, que é entre 18,5 e 24,9 como

resultado da fórmula $IMC=Kg/m^2$, que estão menos suscetíveis a enfermidades. (OMS, 1998). Em estudos realizados por Barbosa et al. (2016) e Bertollo (2021), que tiveram como base o manual de testes e avaliação do Projeto esporte Brasil, PROESP-BR (2016) como método para avaliar as zonas, foram encontrados números aproximados onde 75% e 64% dos adolescentes foram classificados como zona saudável, respectivamente.

Na percepção de imagem corporal (PIC) considerando a idade, as meninas tem a tendência de desejarem corpos mais magros e os meninos corpos mais fortes, essa diferença de pensamento pode estar relacionada a um fator cultural, pois atualmente, por causa de mídia e das redes sociais, os corpos atraentes são considerados magros ou musculosos. (PEREIRA et al.,2009). Nessa pesquisa foi identificado que a grande parte dos estudantes estão insatisfeitos com o seu corpo, 45,6% se acham magros em excesso e 40,6% se acham acima do peso, somente 13,7% estão satisfeitos com seu peso.

A prevalência de insatisfação elevada desses escolares é relativamente menor em comparação com os dados encontrados por Del Duca et al. (2010), no qual os adolescentes avaliados, 16,7% estavam insatisfeitos com seu peso, pois gostariam de aumentá-lo, e 36,2% gostariam de diminuir. E nos dados encontrados por Santos et al. (2011), que identificaram em escolares de ensino médio, 61,3% de insatisfação com o corpo. Este fato pode estar relacionado a quantidade de tempo nas redes sociais e a quantidade de aplicativos, que vem aumentando a cada ano, que tem o intuito de divulgar a imagem do corpo das pessoas, pericialmente dos jovens.

Os dados apresentados no parágrafo anterior, podem estar relacionados ao fato de a adolescência constituir um período crítico para o desenvolvimento da imagem corporal, devido às várias mudanças sociais, físicas e psicológicas que ocorrem nessa fase da vida (VOELKER, REEL, GREENLEAF, 2015). E também é provável que, pelos mesmos motivos apresentados anteriormente, 54,3% dos estudantes que, de acordo com os dados apresentam peso ideal, 38,1% não estão satisfeitos com o seu peso.

Analisando o EMC verificou-se, que na percepção de peso (tabela 2) o estágio prevalente foi a contemplação 41,3%, e em sua maioria se localiza no peso ideal 20,6%, enquanto acima e abaixo do peso foi de 13,8% e 6,9% respectivamente. No estágio preparação, os indivíduos não praticam atividade física regularmente, mas

pretendem se engajar. Indivíduos neste estágio tendem a apresentar aspectos comportamentais favoráveis à prática de atividade física (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006).

Com a análise da tabela 2, foi identificado que mais de 50% da amostra são ativos, em relação a atividade física, onde a maior parte dos ativos se encontra no estágio de preparação que se localizam no peso ideal. Ao contrário dos dados apontados por SILVA et al. (2010), onde 65,8% da amostra analisada apresentavam um comportamento inativo. Também foi notado que 87,3% dos que se encontra com o peso ideal estão classificados como inativos, ou seja, a prática ou a não-prática de atividade física, aos escolares de tempo integral, que estejam classificados no peso ideal não é subjetivamente relevante.

Apesar de ser possível classificar os indivíduos em inativos e ativos ao agrupar os EMC (Estágio de Mudança de Comportamento), a análise dos estágios separadamente é interessante, visto que cada estágio apresenta intenção diferente em modificar o comportamento (MARCUS et al., 2001).

Em relação aos identificados com acima do peso, em sua maioria se encontram inativos, onde 22(52,4%) deles se encontram no estágio de contemplação, indicando que a maior parte da amostra que está acima do peso pretende realizar mais atividades físicas futuramente.

Ao tempo de tela da amostra, 30% apresentou sedentarismo, indicando que a minoria passa mais de 4 horas frente as telas. Deferente do que aponta De Lucena et al. (2015), com prevalência de tempo excessivo de tela de 79,5%. Esse fator possivelmente está relacionado a quantidade de horas a mais que os alunos passam realizando atividades relacionadas a escola, por ser de tempo integral.

De acordo com Bacil et al. (2016) sujeitos pós-púberes tem uma maior probabilidade de apresentarem elevado tempo de tela apresentando maiores riscos para comportamentos não saudáveis e, que embora fisicamente desenvolvido, os jovens podem ser psicologicamente imaturos para resistir à pressão social de seus amigos, os quais tendem a realizar um tempo maior em comportamentos sedentários no dia a dia.

Os alunos também foram questionados em relação a percepção da saúde, onde a maioria relatou que o estágio de sua saúde é regular 38,2%, e a minoria informou que era excelente 5,0%, comprovando que a amostra, mesmo entre os

identificados com o peso ideal, não estão satisfeitos com a próprio estado de saúde. Mais da metade dos entrevistados tem uma percepção positiva de saúde 53,7%, enquanto 46,2% tem percepção negativa três vezes maior do que um estudo feito por Azambuja et al. (2014), que realizou a pesquisa em 420 alunos do ensino médio de duas escolas públicas federais, que aponta a autopercepção negativa de saúde, 12,6% da amostra, mas que são semelhantes quando 87,4% dos estudantes referiram sua condição de saúde como positiva.

CONCLUSÃO

Conclui-se que maioria dos entrevistados tem uma percepção de peso ideal e que existe uma associação positiva entra as variáveis de Índice de massa Corporal – IMC e Percepção de Imagem Corporal – PIC com a Percepção de Peso corporal.

Com a dificuldade para mudança dos comportamentos dos jovens, se faz necessário a permanente discussão, quanto ao tema, a fim de informá-los da importância da manutenção ou mudança para um comportamento mais saudável. A elaboração de programas voltados para a saúde dessa população também deve ser algo mais presente no cotidiano da escola, com fim de incentiva-los a inclusão de hábitos saudáveis no seu cotidiano.

Sugere-se ainda que estudos futuros sobre a temática investiguem se a percepção do peso corporal em escolares de tempo regular e integral esteja relacionada a fatores estéticos ou de saúde, pois diferentes motivações para a forma como o indivíduo se percebem podem ter implicações distintas para sua saúde física e mental.

REFERÊNCIAS

ACCIOLY, E. **Nutrição em obstetrícia e pediatria**. 3^o reimpressão revisada e atualizada Cultura Medica, 2005.

AZAMBUJA, Cati Reckelberg et al. Educação em ciências: a influência do estilo de vida dos adolescentes de escolas públicas federais frente às ações preventivas de saúde. **Revista Ciências & Ideias ISSN: 2176-1477**, v. 5, n. 2, p. 81-99, 2014.

BACIL, Eliane Denise Araújo et al. Biological maturation and sedentary behavior in children and adolescents: a systematic review. **Journal of Physical Education**, v. 27, 2016.

BARBOSA, Thaizi et al. Relação entre composição corporal e aptidão física em grupo de escolares do ensino médio no Brasil. **Revista da UI_IPSantarém-Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém**, p. 273-284, 2016.

BERTOLLO, Débora Regina Vieira. Aptidão física relacionada á saúde de escolares da EMEF Maria De Lourdes Freitas de Andrade Charqueadas–RS. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 2, p. 15892-15904, 2021.

CARDOSO, Letícia de Oliveira et al. Uso do método Grade of Membership na identificação de perfis de consumo e comportamento alimentar de adolescentes do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, p. 335-346, 2011.

COSTA, D. J. S.. **Prevalência de sedentarismo e fatores associados em escolares de Macapá/AP**. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Fundação Universidade Federal do Amapá, Macapá, 2016.

CURRIE, C.; WELTGESUNDHEITSORGANISATION (EDS.). Inequalities in young people's health: **HBSC international report from the 2005/2006 survey**. Copenhagen: WHO, 2008.

DEL DUCA, Giovâni Firpo et al. Insatisfação com o peso corporal e fatores associados em adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 28, n. 4, p. 340-346, 2010.

DE LUCENA, Joana Marcela Sales et al. Prevalência de tempo excessivo de tela e fatores associados em adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 33, n. 4, p. 407-414, 2015.

GUEDES, Dartagnan Pinto; SANTOS, CA dos; LOPES, Cynthia Correa. Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**, v. 8, n. 4, p. 5-15, 2006.

JUNIOR, Ailton JF; FERREIRA, Maria Beatriz Rocha. Papel multidimensional da família na participação dos filhos em atividades físicas: revisão de literatura. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 8, n. 2, p. 33-40, 2008.

MARCUS, Bess H. et al. As etapas e processos de adoção e manutenção de exercícios em uma amostra de canteiro de obras. **Psicologia da saúde**, v. 11, n. 6, pág. 386, 1992.

Organização Mundial de Saúde - OMS. **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Report of a WHO consultation, Geneva, 3-5 Jun 1997. Geneva: World Health Organization, 1998. (WHO/NUT/98.1.)

Projeto Esporte Brasil (Proesp). **Manual de testes e avaliação**. 2015. Disponível em: <<https://www.proesp.ufrgs.br/como-aplicar-o-PROESP.php>>. Acesso em: 26/06/2021.

PEREIRA, Érico Felden et al. Percepção da imagem corporal de crianças e adolescentes com diferentes níveis socio-econômicos na cidade de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 9, n. 3, p. 253-262, 2009.

SANTOS, Eduila Maria C. et al. Satisfação com o peso corporal e fatores associados em estudantes do ensino médio. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 29, n. 2, p. 214-223, 2011.

STUNKARD, A.J. SORENSON, T. SCHULSINGER, F. Use of Adaption Registry for the study of obesity and thinness. *The Genetics of Neurological and Pshychiatric Disorders*. **New York**, p.115-120, 1983.

VARGAS, Izabel Cristina da Silva et al. Avaliação de programa de prevenção de obesidade em adolescentes de escolas públicas. **Revista de Saúde Pública**, v. 45, p. 59-68, 2011.

Vasconcellos MB, Anjos LA, Vasconcellos MTL. Nutritional status and screen time among public school students in Niterói, Rio de Janeiro State, Brazil. **Cad. Saúde Pública** 2013;29(4):713-22.

VINHOLES, Daniele Botelho; ASSUNÇÃO, Maria Cecília Formoso; NEUTZLING, Marilda Borges. Frequência de hábitos saudáveis de alimentação medidos a partir dos 10 Passos da Alimentação Saudável do Ministério da Saúde: Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, p. 791-799, 2009

VOELKER, Dana K.; REEL, Justine J.; GREENLEAF, Christy. Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. **Adolescent health, medicine and therapeutics**, v. 6, p. 149, 2015