

A INFLUÊNCIA FAMILIAR PARA A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DURANTE A INFÂNCIA E SUAS CONSEQUÊNCIAS NA VIDA ADULTA DE ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

JUAN CARLOS FREIRE
JOSÉ LUIZ SILVA DE MOURA
DANIEL SANTOS NOGUEIRA
JOSÉ DEIVISON DE SOUZA

PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO.

*Universidade Federal de Pernambuco, Laboratório de Atividade Física e Saúde, Recife – Pernambuco – Brasil.
Juan.freire@ufpe.br*

Palavras-Chaves: Atividade Física, Adultos, Motivação, Crianças.

INTRODUÇÃO: Em crianças e adolescentes, é comprovado que um maior nível de atividade física contribui para melhoria do perfil lipídico e metabólico como também a redução da prevalência da obesidade, caracterizando assim que uma criança fisicamente ativa tenha chances de se tornar um adulto também ativo. Sendo assim, do ponto de vista de saúde pública, promover a atividade física na infância e na adolescência estabelece uma base sólida na redução da prevalência do sedentarismo na idade adulta, contribuindo para uma melhor qualidade de vida. **OBJETIVO:** Mostrar o estímulo familiar sobre a prática de atividade física na fase infantil e suas consequências na vida adulta em estudantes de Educação Física. **METODOLOGIA:** A presente pesquisa foi realizada com 31 estudantes do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco de ambos os sexos, através de uma amostra intencional e delineamento quantitativo, coletada com dois questionários um com perguntas fechadas e o outro o questionário internacional de atividades física (IPAQ), com o intuito de identificar uma relação entre a prática de atividade física quando criança e hoje adulto. Os resultados obtidos foram tabulados pelo SPSS 22.0. **RESULTADOS:** Foi identificado que do total 7 indivíduos não foram incentivados quando crianças, sendo que 14,3% em sua vida adulta não pratica atividade física e 85,7% continuam a pratica de atividade física. Ao serem relacionados com o IPAQ, atualmente 14,3% são considerados sedentários, 42,9% ativos, 42,9% muito ativos. Do total 24 estudantes foram incentivados a prática de atividades físicas, no entanto 16,7% não praticam e 83,3% praticam algum tipo de atividade física e ao serem relacionados ao IPAQ 4,2% dos estudantes são considerados sedentários, 20,8% são irregularmente ativos, 33,3% são ativos e 41,7% são muito ativos. **CONCLUSÃO:** O incentivo da prática de atividade física na infância é de grande importância para qualidade de vida e desenvolvimento humano, no entanto o estudo não demonstrou relativa significância na comparação de quem foi ou não incentivado a prática de atividade física quando criança, um erro metodológico que pode ter elevada magnitude nos resultados foi o número de entrevistados quanto aos que tiveram incentivo ou não.

Referências

- GUEDES, Dartagnan Pinto et al. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Rev Bras Med Esporte**, v. 7, n. 6, p. 187-99, 2001.
- LAZZOLI, José Kawazoe et al. Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v. 4, n. 4, p. 107-109, Aug. 1998.
- MARZINEK, Adriano; NETO, Alfredo Feres. A motivação de adolescentes nas aulas de Educação Física. **Lecturas: Educación física y deportes**, n. 105, p. 17, 2007.

OEHLSCHLAEGER, Maria Helena Klee et al. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. **Revista de Saúde Pública**, v. 38, n. 2, p. 157-163, 2004.

SEABRA, André F. et al . Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 24, n. 4, p. 721-736, Apr. 2008.