

RELAÇÃO ENTRE ESTILO DE VIDA E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE ADOLESCENTES

Ranielle Francisco da Silva¹
Andréia Fernanda Moletta²
Patricia Luciene de Carvalho³
Alisson Padilha de Lima⁴

SILVA, R. F. da; MOLETTA, A. F.; CARVALHO, P. L. de; LIMA, A. P. de. Relação entre o estilo de vida e índice de massa corporal de adolescentes. *Arq. Cienc. Saúde UNIPAR*, Umuarama, v. 24, n. 1, p. 15-20, jan./abr. 2020.

RESUMO: Esse estudo teve como objetivo avaliar a relação entre o estilo de vida e o índice de massa corporal de adolescentes. Realizou-se uma pesquisa quantitativa, descritiva de correlação, realizado com 160 adolescentes, com idade de 14 a 17 anos de uma escola pública da rede estadual de ensino, situada no município de Araquari, no estado de Santa Catarina. Para avaliar o estilo de vida foi utilizado o Perfil do estilo de vida (PEV), para o índice de massa corporal foi realizada a avaliação antropométrica da estatura e da massa corporal, e posteriormente a divisão da massa corporal pela estatura ao quadrado. Para verificar a relação entre o estilo de vida e o índice de massa corporal aplicou-se a regressão linear simples, assim obteve-se a correlação de Pearson, o coeficiente de determinação simples e ajustado, e o erro padrão da estimativa. O intervalo de confiança foi de 95,00% e o nível de significância de $p \leq 0.050$. A amostra apresentou como características: idade média de 14.32 ± 0.58 anos, estatura de 164 ± 0.07 centímetros, massa corporal de 57.13 ± 12.10 quilogramas e índice de massa corporal 21.17 ± 3.91 . Apresentou correlação apenas as variáveis: prática de atividade física ($r: 0.642$; $p < 0.001$) e comportamento preventivo ($r: 0.676$; $p < 0.001$). Pode-se afirmar neste estudo que o estilo de vida está relacionado positivamente com o IMC dos adolescentes por meio de dois componentes que são: a prática de atividade física e o comportamento preventivo.

PALAVRAS-CHAVE: Atividade Motora. Antropometria. Saúde do Adolescente.

RELATIONSHIP BETWEEN LIFESTYLE AND BODY MASS INDEX OF ADOLESCENTS

ABSTRACT: This study aimed at evaluating the relationship between lifestyle and body mass index of adolescents. A quantitative, descriptive correlation study was developed with 160 adolescents aged between 14 to 17 years old from a public school in the state education network located in the city of Araquari in the state of Santa Catarina. In order to evaluate the lifestyle, the Lifestyle Profile (PEV) was used. Body mass index was calculated using an anthropometric evaluation of stature and body mass, which was performed by the division of body mass by stature squared. In order to verify the relationship between lifestyle and body mass index, simple linear regression was applied, thus obtaining the Pearson correlation, the simple and adjusted coefficient of determination, and the standard error for the estimate. The confidence interval was 95.00% and the significance level of $p \leq 0.050$. The sample presented the following characteristics: mean age of 14.32 ± 0.58 years, height of 164 ± 0.07 centimeters, body mass of 57.13 ± 12.10 kg and body mass index 21.17 ± 3.91 . Only the following variables were correlated: physical activity ($r: 0.642$; $p < 0.001$) and preventive behavior ($r: 0.676$; $p < 0.001$). It can be concluded from this study that the lifestyle is positively related to the BMI of adolescents through two components, which are: the practice of physical activity and preventive behavior.

KEYWORDS: Motor Activity. Anthropometry. Adolescent Health.

Introdução

Atualmente a prática de atividade física e os hábitos alimentares adequados têm sido dois fatores essenciais na busca de um estilo de vida positivo e na melhora da qualidade de vida do ser humano (NAHAS, 2013). Contudo, é na adolescência que os valores e atitudes se formam, principalmente em relação aos hábitos saudáveis (ROLIM *et al.*, 2007). Além de ser importante manter hábitos alimentares saudáveis, existem outros fatores do estilo de vida que afetam negativamente à saúde como: consumo de bebidas alcoólicas, tabagismo, utilização de meios eletrônicos em excesso, comportamento sedentário, entre outros que devem ser prevenidos entre os adolescentes (CARDOSO *et al.*, 2016; REGIS *et al.*, 2016).

O estilo de vida sedentário é outro problema de saúde pública prevalente, em muitos casos devido às poucas oportunidades e à diminuição dos espaços para a prática de

atividades físicas, tanto aquelas ocupacionais quanto as de lazer. Nesta perspectiva, a escola continua sendo o ambiente mais propício para as realizações das atividades, usando principalmente as aulas de Educação Física para estimular um estilo de vida mais saudável (FLAUSINO *et al.*, 2012). A escola por meio da educação em saúde pode incentivar os alunos a praticar atividades físicas e orientar para se obter hábitos alimentares adequados (FRIEDRICH; SCHUCH; WAGNER, 2012). Um estilo de vida ativo é indispensável, principalmente em relação à saúde, melhorando o condicionamento físico, controle do peso e prevenção de doenças crônicas (CORSO *et al.*, 2012).

A obesidade e o sedentarismo estão entre as principais causas de mortes da sociedade atualmente (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2011). No Brasil os dados da pesquisa de orçamentos familiares (POF) de 2008/2009 identificou que a prevalência do excesso de peso aumentou de 16,6 para 21,7% em meninos e de 15,1 para 19,4% em

DOI: 10.25110/arqsaude.v24i1.2020.6690

¹Profissional de Educação Física, Professor da Rede Municipal de Educação de Araquari/SC, Email: ranielle16@hotmail.com

²Profissional de Educação Física, Doutora em Educação, Docente dos Cursos de Educação Física da Faculdade IELUSC. Email: andreia.moletta@ielusc.br

³Profissional de Educação Física, Mestre em Saúde e Meio Ambiente, professora da rede municipal de Joinville/SC, Email: patriciacarvalhoms@gmail.com

⁴Profissional de Educação Física, Mestre em Envelhecimento Humano, Docente dos Cursos de Educação Física da Faculdade IELUSC. Email: professor.alissonpadilha@gmail.com. Endereço para correspondência: Prof. Alisson Padilha de Lima, Faculdade de Educação Física do BOM JESUS/IELUSC, Rua Mafra, Bairro Saguauçu, nº 84, CEP: 89221-665, Joinville/SC, Email: professor.alissonpadilha@gmail.com

meninas (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2010). Segundo Kendzor, Caughy e Owen (2012), as crianças e os adolescentes obesos são mais propensas a desencadear sérios problemas de saúde e doenças crônicas como: a diabetes do tipo 2, hipertensão arterial, obesidade mórbida, arteriosclerose múltipla, osteoporose e câncer.

Nesse contexto de prevenção aos agravos à saúde de adolescentes, modificações de seu estilo de vida por meio de algumas avaliações diagnósticas iniciais como o índice de massa corporal (IMC), tem se mostrado uma ferramenta de avaliação eficaz e tem sido associado à comportamentos sedentários, relacionados ao uso demasiado de aparelhos eletrônicos e a um padrão alimentar inadequado (HILLS; KING; ARMSTRONG, 2007). Com maior frequência o IMC tem sido utilizado para avaliar o excesso de peso de diversas populações, por se tratar de um indicador antropométrico de simples execução e por auxiliar no diagnóstico da situação física real do ser humano (OLIVEIRA *et al.*, 2012). A utilização do IMC é prevalente em diversos estudos, devido ter baixo custo e por apresentar associações de riscos com algumas doenças crônicas como a hipertensão arterial (GUIMARÃES *et al.*, 2008).

Nesse contexto de se conhecer o estilo de vida atual de adolescentes de uma localidade da região sul do Brasil e o atual estado de massa corporal em que se encontram, justifica este estudo por tentar entender os fatores que podem levar ao aumento prevalente do excesso de peso e dos hábitos de saúde negativos que vem ocorrendo com os adolescentes brasileiros como: as doenças crônicas, problemas psicológicos e sociais, haja vista que o excesso de peso e a obesidade podem desencadear diferentes tipos de problemas metabólicos à saúde e são um dos maiores problemas de saúde pública atualmente, o que poderá causar altos custos financeiros aos municípios e estados brasileiros futuramente. Portanto, esse estudo teve como objetivo avaliar a relação entre o estilo de vida e o índice de massa corporal dos adolescentes de uma escola da rede pública da cidade de Araquari/SC.

Materiais e Métodos

O presente trabalho adotou os procedimentos metodológicos no formato de um estudo quantitativo, descritivo de correlação (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012). E a técnica de seleção utilizada foi a de amostra não probabilística por conveniência (GIL, 2008).

Para realização do estudo, buscou-se respeitar os critérios éticos de pesquisa com seres humanos, com submissão ao comitê de ética do BOM JESUS/IELUSC e aprovação do parecer nº 1.980.768. A aplicação dessa pesquisa respeitou todos os critérios propostos pela resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, descritos no projeto aprovado. Após tomarem ciência dos objetivos do estudo, foi ofertado aos responsáveis pelos adolescentes, para assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e para os jovens o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), respeitando o consentimento de participação dos jovens.

O estudo foi aplicado em uma escola pública da rede estadual de ensino, situada no município de Araquari, no estado de Santa Catarina. A cidade de Araquari está localizada na região sul do Brasil e na norte de Santa Catarina, com

33.867 habitantes (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2015). A escola conta com 1.534 adolescentes matriculados na rede estadual de ensino médio nos três respectivos turnos: matutino, vespertino e noturno, dados obtidos por levantamento da secretaria da escola.

A cidade de Araquari possui três escolas estaduais. A escola foi selecionada por conveniência, por ser a única no centro da cidade e representar um número expressivo de adolescentes. O estudo foi aplicado no turno vespertino, por conter a maior parte dos adolescentes matriculados no ensino médio.

O grupo amostral foi constituído por 160 jovens, de ambos os sexos, estudantes do ensino médio da escola selecionada. Como critérios de inclusão do grupo participante foram considerados: a) Faixa etária de 14 a 17 anos;

b) Ambos os sexos;

c) Estarem devidamente matriculados no ensino médio;

d) Terem assinado e apresentado os termos de consentimento e com boa frequência nas aulas de Educação Física.

E como critérios de exclusão foram adotados: não atender as condições descritas, bem como os que possuem notas inferiores a 7,0 e aqueles que não aceitaram participar do projeto. Cabe ressaltar que as avaliações do estilo de vida e do indicador antropométrico IMC foram realizadas nos momentos das aulas de Educação Física.

Para avaliar o Estilo de vida foi utilizado o questionário Perfil do Estilo de Vida (PEV), adaptado para Adolescentes (NAHAS; BARROS; FANCALACCI, 2000). O questionário possui 15 itens de perguntas fechadas, os chamados hábitos de estilo de vida. Estes 15 hábitos constituem 5 componentes do estilo de vida: nutrição, estresse, atividade física, relacionamento social e comportamentos preventivos. As respostas correspondem a autoavaliação do tipo escalar, em que 0 (zero) absolutamente não faz parte do seu estilo de vida, 1 (um) às vezes corresponde ao comportamento, 2 (dois) quase sempre verdadeiro e 3 (três) completa realização do comportamento considerado (NAHAS; BARROS; FANCALACCI, 2000). Para a tabulação dos dados do estilo de vida, foi analisado os escores médios dos alunos. Um estilo de vida negativo foi considerado dentro do intervalo de 0 a 1,50, e o positivo de 1,51 a 3.

Para avaliar a condição de massa corporal dos estudantes, foi utilizado o Índice de Massa Corporal: (IMC= peso/altura²) (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2000), qualificando os adolescentes nas categorias de: abaixo do peso ideal, sobrepeso, obeso e peso normal para idade e sexo, sendo muito determinante para a investigação das condições de saúde em estudos epidemiológicos (CONDE; MONTEIRO, 2006; RODRIGUES *et al.*, 2012).

A pesagem foi realizada com os adolescentes descalços, vestindo shorts e camiseta, em uma balança digital (Indústrias Fillizola S.A. - Brasil) com capacidade de 0-150 kg e precisão de 100 g. Para a coleta da estatura, os adolescentes foram colocados descalços, em posição ereta, encostadas numa superfície plana vertical, braços pendentes com as mãos espalmadas sobre as coxas, os calcanhares unidos e as pontas dos pés afastadas, formando ângulo de 60°, joelhos em contato, cabeça ajustada ao plano de Frankfurt e em inspiração profunda. A medida foi feita em triplicata, para o cál-

culo do valor médio, utilizando-se um estadiômetro tipo treina (Sanny Kirchner & Wilhelm, Medizintechnik, Germany) fixado à parede, com capacidade de 2 m e precisão de 0,1 cm.

Para a análise dos dados, inicialmente foi realizada a análise descritiva com média e desvio padrão. Para verificar a relação entre o estilo de vida e o índice de massa corporal aplicou-se a regressão linear simples, onde se obteve a correlação de Pearson, o coeficiente de determinação simples e ajustado e o erro padrão da estimativa. O intervalo de confiança foi de 95% e o nível de significância adotado foi de $p \leq 0.050$. Os dados foram tabulados no programa *Statistical Package for the Social Sciences - SPSS*, versão 22 em português.

Resultados

As características da amostra são apresentadas na tabela 1. A amostra dessa pesquisa foi composta por adolescentes de ambos os sexos, com maior prevalência do sexo

feminino com 51,9% (n=83) e obteve maior classificação no índice de massa corporal de peso normal (eutróficos) com 58,1% (n=93).

Tabela 1: Caracterização da amostra (n=160)

Variáveis	n	Média	Desvio padrão
Idade (anos)	160	14.32	0.58
Estatura (cm)	160	164	0.07
Massa corporal (Kg)	160	57.13	12.10
Índice de Massa Corporal (Kg)	160	21.17	3.91

Fonte: Dados da pesquisa.

Quanto à classificação do perfil do estilo de vida na tabela 2, esta foi feita com base nos questionários, sendo que um valor dentro do intervalo de 0 a 1,50 foi considerado negativo e de 1,51 a 3 positivo.

Tabela 2: Análise descritiva do perfil do estilo de vida dos adolescentes (n=160)

Perfil do estilo de vida	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão	Variância
Nutrição	160	0	3	1.08	0.85	0.73
Atividade física	160	1	3	2.03	0.48	0.23
Comportamento preventivo	160	1	3	2.12	.058	0.33
Relacionamento social	160	2	3	2.40	0.49	0.24
Controle do estresse	160	0	3	1.35	1.11	1,23

Fonte: Dados da pesquisa.

A tabela 3 mostra a correlação entre o índice de massa corporal e o perfil do estilo de vida dos adolescentes. As variáveis: prática de atividade física e comportamento

preventivo apresentaram uma boa correlação e significância com o IMC.

Tabela 3: Correlação entre IMC e o perfil do estilo de vida dos adolescentes (n=160)

Perfil do estilo de vida	r	r ²	r ² ajustado	EPE	P
Nutrição	0.066	0.004	0.002	0.526	0.410
Atividade física	0.642	0.412	0.408	0.404	<0.001
Comportamento preventivo	0.676	0.457	0.453	0.388	<0.001
Relacionamento social	0.058	0.003	0.003	0.526	0.463
Controle do estresse	0.015	0.000	-0.006	0.527	0.850

Fonte: Dados da pesquisa.

r: Correlação de Pearson; r²: Coeficiente de determinação. EPE: Erro Padrão da Estimativa.

Valor de p obtido por regressão linear simples $p \leq 0.050$.

Discussão

Diante de uma revisão prévia da literatura, por meio da busca de artigos científicos nas principais bases de dados como: Pubmed, Lilacs e Scielo, foram encontrados poucos estudos considerando a relação entre o estilo de vida e o IMC de adolescentes especificamente. Através dos resultados obtidos, o presente estudo contribui para o conhecimento científico nesta temática, demonstrando a boa correlação entre o estilo de vida e o IMC dos adolescentes nos componentes de prática de atividade física e comportamento preventivo.

Na literatura científica, está comprovado os benefícios da prática de atividade física para se obter um estilo de vida saudável, e os adolescentes analisados no presente

estudo apresentaram um estilo de vida positivo para a prática de atividade física, ou seja, adequado conforme avaliação do PEV. Resultados significativos também foram identificados na pesquisa de Luciano *et al.* (2016) ao avaliar o nível de atividade física de adolescentes da rede municipal de Taubaté/SP, onde foi constatado que os adolescentes de 15 a 17 anos estão mais ativos e com o IMC dentro da normalidade do que as demais faixas etárias. Enquanto, no estudo de Flausino *et al.* (2012) ao analisar o estilo de vida de 663 adolescentes da rede pública e particular de ensino, encontraram escores diferentes do presente estudo para a prática de atividade física e comportamento preventivo (cuidados a saúde no seu dia a dia), assim os adolescentes da rede pública obtiveram estilo de vida negativo.

No domínio atividade física dos adolescentes desse estudo apresentou uma estimativa positiva quando relacionados com o IMC. No entanto, resultados contrários têm sido apresentados na literatura como o estudo de Coelho e Santos (2006) ao analisar as respostas dos acadêmicos com relação aos seus hábitos de atividade física, pois constatou-se que apenas 11,97% deles apresentam todos os comportamentos de inatividade física mensurados pelo instrumento, e em média apenas 36,84% dos estudantes não são regularmente ativos no lazer.

No estudo de Sousa e Borges (2016) foram avaliados o estilo de vida, atividade física e coeficiente acadêmico de universitários do interior do Amazonas. Com referência ao nível de atividade física, verificou-se que 74,50% dos acadêmicos foram classificados como fisicamente ativos. E na pesquisa de Simon (2015) 97% das adolescentes do Ensino Médio e 87,5% do Ensino Fundamental foram identificadas com comportamento positivo, desta forma deu-se a maioria como ativa. Dados positivos para a componente de atividade física como apresentado nesse estudo, que obteve uma média de 2,03.

Muitos fatores relacionados ao estilo de vida podem influenciar a saúde das pessoas, como os fatores psicológicos, sociais e os comportamentais. O comportamento preventivo como elemento essencial do estilo de vida está relacionado com o IMC de forma positiva entre os adolescentes dessa amostra, devido em muitos casos serem estimulados desde a sua infância a praticar hábitos saudáveis como a atividade física que se apresentou positiva, podendo favorecer uma qualidade de vida na fase adulta.

Nesse contexto Nogueira *et al.* (2014) vem corroborar ao avaliar o estilo de vida de uma população diferente dessa pesquisa com acadêmicos dos cursos de Educação Física e Fisioterapia, que identificou o comportamento preventivo, em todos os cursos investigados apresentam índices positivos nos cuidados à saúde. Como no estudo de Simon (2015) que avaliou o perfil do estilo de vida e composição corporal em meninas do Ensino Médio e Fundamental de uma escola de Criciúma/SC, nesse contexto, o mesmo componente obteve resultados significativamente positivos.

Santos e Alves (2009) verificaram escores contrários ao dessa pesquisa, em uma amostra de acadêmicos de Irati/PR que os comportamentos preventivos representaram uma média negativa para hábitos de risco. Assim apresentando 45,31% de prevalência para hábitos inadequados, constatando a necessidade de cuidados à saúde dessa população.

Portanto, comportamento preventivo à saúde pode ser obtido por um estilo de vida saudável através da prática de atividade física como ferramenta de intervenção não farmacológica, podendo beneficiar a composição corporal e proporcionar uma melhor qualidade de vida adequado à diversas populações como adolescentes, acadêmicos, entre outros (SOUSA; BORGES, 2016).

É importante ressaltar que o trabalho do profissional de Educação Física juntamente com os pais, se faz essencial na busca de um estilo de vida saudável. Esse estudo apresentou algumas limitações como um maior controle de variáveis para que se pudesse afirmar com êxito a causa e os efeitos das relações positivas, bem como apresentou pontos positivos, como poucos trabalhos que visem essa relação e possa alertar aos adolescentes de hábitos inadequados de saúde. Acredita-

-se que essa relação pode ser explicada em partes pela hipótese que a prática de atividade física e comportamentos preventivos a saúde, podem proporcionar uma melhor qualidade de vida a esses adolescentes avaliados

Conclusões

Pode-se afirmar neste estudo que o estilo de vida está relacionado positivamente com o IMC dos adolescentes através de dois componentes que são: a prática de atividade física e o comportamento preventivo.

Observa-se que os benefícios de uma vida saudável, com prática de atividades físicas e comportamentos de prevenção, pode proporcionar uma melhor qualidade de vida futuramente a esses adolescentes. Entretanto, há necessidade de alterar a situação dos outros três componentes que foram negativos como: a nutrição, controle de estresse e relacionamento social, para que então não só adolescentes, mas a sociedade em si tenha um estilo de vida saudável.

Referências

CARDOSO, B. L. C. *et al.* Estilo de vida e nível de atividade física em docentes universitários. **Unimontes Científica**, Montes Claros, v. 18, n. 1, p. 15-23, jan/jun., 2016. Disponível em: <http://www.ruc.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/481>. Acesso em: 22 jan. 2018.

COELHO, C. W.; SANTOS, J. F. S. Perfil do estilo de vida relacionado à saúde dos calouros de um centro de ciências tecnológicas. **Revista digital, Lecturas Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v. 11, n. 97, jun., 2006. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd97/saude.htm>. Acesso em: 12 fev. 2018.

CONDE, W. L.; MONTEIRO, C. A. Valores críticos do índice de massa corporal para classificação do estado nutricional de crianças e adolescentes brasileiros. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro v. 82, n. 4, p. 266-272, 2006. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.2223/JPED.1502>. Acesso em 24 abr. 2020. .

CORSO, A. C. T. *et al.* Fatores comportamentais associados ao sobrepeso e à obesidade em escolares do Estado de Santa Catarina. **Revista Brasileira de Estudos de População**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 117-31, jan/jun., 2012. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-30982012000100008>. Acesso em: 22 jan. 2018.

FLAUSINO, N. H. A. *et al.* Estilo de vida de adolescentes de uma escola pública e de uma particular. **Revista Mineira de Educação Física**, Viçosa, Edição Especial, n. 1, p. 491-500, 2012. Disponível em: http://cepebr.org/upload/arquivo/%7B22A1360E-25F2-430D-B62E-E5925B15AFCA%7D_2012%20Flausino%20Rev%20Mineira%20Educ%20Fis.pdf. Acesso em: 10 dez. 2017.

FRIEDRICH, R. R.; SCHUCH, I.; WAGNER, M. B. Efeito de intervenções sobre o índice de massa corporal em escolares. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 3, p. 551-560, abr., 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>.

php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102012000300018. Acesso em: 10 dez. 2018.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GUIMARÃES, I. C. B. *et al.* Pressão arterial: efeito do índice de massa corporal e da circunferência abdominal em adolescentes. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Paulo, v. 90, n. 6, p. 426-432, jun., 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2008000600007. Acesso em: 12 jan. 2018.

HILLS, A. P.; KING, N. A.; ARMSTRONG, T. J. The contribution of physical activity and sedentary behaviours to the growth and development of children and adolescents: implications for overweight and obesity. **Sports medicine**, Auckland, v. 37, n. 6, p. 533-546, 2007. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.2165%2F00007256-200737060-00006>. Acesso em: 12 fev. 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estimativas da população residente no Brasil e unidades da federação com data de referência de 1 de julho de 2015**. Rio de Janeiro, IBGE: 2015. [Http://ftp.ibge.gov.br/Estimativas_de_Populacao/Estimativas_2015/estimativa_2015_TCU.pdf](http://ftp.ibge.gov.br/Estimativas_de_Populacao/Estimativas_2015/estimativa_2015_TCU.pdf). Acesso em: 15 de jun. 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009 (POF)**. Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil, 2010. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>. Acesso em: 15 jun. 2017.

KENDZOR, D. E.; CAUGHY, M. O.; OWEN, M. T. Family income trajectory during childhood is associated with adiposity in adolescence: a latent class growth analysis. **BMC Public Health**, Reino Unido, v. 12, n. 1, p. 611, ago., 2012. Disponível em: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-12-611>. Acesso em: 15 jan. 2018.

LUCIANO, A. D. P. *et al.* Nível de atividade física em adolescentes saudáveis. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 22, n. 3, p. 191-194, maio/jun. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v22n3/1517-8692-rbme-22-03-00191.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2017.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 6. ed. Londrina: Midiograf, 2013.

NAHAS, M. V.; DE BARROS, M. V. G.; FRANCALACCI, V. O pentágulo do bem-estar-base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, v. 5, n. 2, p. 48-59, 2000. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/view/1002>. Acesso em: 02 dez. 2017.

NOGUEIRA, A. P. *et al.* O estilo de vida dos universitários da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da UFAM. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, s1A, p.689-701, 2014. Disponível em: http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/RPCD_2014-3_1.pdf. Acesso em: 03 fev. 2018.

OLIVEIRA, L. P. M. D. *et al.* Índice de massa corporal obtido por medidas autorreferidas para a classificação do estado antropométrico de adultos: estudo de validação com residentes no município de Salvador, estado da Bahia, Brasil. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 21, n. 2, p. 325-332, jun., 2012. Disponível em: http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742012000200015. Acesso em: 12 fev. 2018.

REGIS, M. F. *et al.* Estilos de vida urbano *versus* rural em adolescentes: associações entre meio-ambiente, níveis de atividade física e comportamento sedentário. **Einstein**, São Paulo, v. 14, n. 4, p. 461-467, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/eins/v14n4/pt_1679-4508-eins-14-04-0461.pdf. Acesso em: 24 abr. 2020.

RODRIGUES, P. R. M. *et al.* Fatores associados a padrões alimentares em adolescentes: um estudo de base escolar em Cuiabá, Mato Grosso. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 662-674, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2012000300019. Acesso em: 17 de jun. 2017.

ROLIM, M. K. S. B. *et al.* A. Estilo de vida de adolescentes ativos e sedentários. In: FÓRUM INTERNACIONAL DE ESPORTES, 6., 2007, Florianópolis. **Anais...** Florianópolis: UNESPORTE, 2007. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/266893280_ESTILO_DE_VIDA_DE_ADOLESCENTES_ATIVOS_E_SEDENTARIOS. Acesso em: 03 dez. 2017.

SANTOS, J. F. S.; ALVES, V. D. S. Perfil do estilo de vida relacionado á saúde dos acadêmicos da Unicentro, Campus Irati/PR. **Revista digital, Lecturas Educación Física y Deportes**, Buenos Aires v. 13, n. 129, fev., 2009. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd129/perfil-do-estilo-de-vida-relacionado-a-saude-dos-academicos.htm>. Acesso em: 12 fev. 2018.

SIMON, D. M. **Perfil do estilo de vida e composição corporal em meninas do ensino médio e fundamental de uma escola de Criciúma-SC**. 2015. 19f. Trabalho de conclusão de curso (Bacharel em Educação Física) - Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), Criciúma, 2015. Disponível em: <http://repositorio.unesc.net/handle/1/3101>. Acesso em: 03 dez. 2017.

SOUSA, K. J. Q.; BORGES, G. F. Estilo de vida, atividade física e coeficiente acadêmico de universitários do interior do amazonas-brasil. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, João Pessoa, v. 20, n. 4, p. 277-284, 2016. Disponível em: <http://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/24000/16075>. Acesso em: 10 dez. 2017.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed Editora, 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global status report on noncommunicable diseases 2010**. Geneva: World Health Organization, 2011.

_____. **Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a Who Consultation**. (WHO Technical Report Series, 894). Geneva: WHO; 2000.

Recebido: 23-03-2018
Aceito: 03-02-2020