

Comportamentos de Risco à Saúde em adolescentes: uma associação entre o Tempo de Televisão e uso de álcool

Health Risk Behaviors in adolescents: an association between Time of Television and Alcohol use

Simone Silva Santos Nery¹, Wellington Lins de Souza², Joana Marcela Sales de Lucena³, José Carlos dos Santos⁴, Agda Pereira Nunes⁵, Márcia Cardoso Ferreira Guimaraes⁶, Aline de Freitas Brito^{1*}

ARTIGO ORIGINAL | ORIGINAL ARTICLE

RESUMO

O objetivo deste estudo foi descrever comportamentos de riscos para a saúde em adolescentes e verificar as possíveis associações entre estes. Tratou-se de um estudo transversal, realizado na cidade de Teresina/PI, com 540 adolescentes de 14 a 19 anos. O instrumento utilizado para o levantamento de dados foi uma adaptação do questionário do projeto "COMPAC". Cerca de 35% dos adolescentes relataram assistir televisão por quatro horas, apenas 22% relataram o uso do computador de uma a duas horas, enquanto 60% afirmaram usar o celular por mais de quatro horas durante a semana. O percentual de adolescentes considerados fisicamente inativos foi superior a 35%. Mais de 15% dos adolescentes consumia bebida alcóolica uma a duas vezes e 11% consumia até duas doses por semana. A quantidade de doses diárias de bebidas alcóolicas foi significativamente associada ao tempo assistindo televisão por semana (OR = 2,45; p = 0,040) e no fim de semana (OR = 2,05; p = 0,032). Foi encontrada alta prevalência de adolescentes fisicamente inativos e de tempo despendido em comportamentos sedentários. Além disso, o comportamento sedentário esteve associado ao consumo de bebidas alcóolicas, Assim, é importante repensar o uso da televisão e do uso álcool no cotidiano dos adolescentes.

Palavras-chaves: Adolescência, Estilo de Vida Sedentário, Consumo de Álcool por Menores.

ABSTRACT

The objective of this study was to describe health risk behaviors in adolescents and to verify the possible associations between them. It was a cross-sectional study conducted in Teresina / PI, with 540 adolescents aged 14 to 19 years. The instrument used for data collection was an adaptation of the "COMPAC" project questionnaire. About 35% of teens reported watching television for four hours, only 22% reported using their computer for one to two hours, while 60% reported using their cell phone for more than four hours during the week. The percentage of adolescents considered physically inactive was greater than 35%. More than 15% of adolescents consumed alcoholic beverages one to two times, and 11% consumed up to two doses per week. The amount of daily doses of alcoholic beverages was significantly associated with TV watching time per week (OR = 2.45, p = 0.040) and at the weekend (OR = 2.05, p = 0.032). It was found a high prevalence of physically inactive adolescents and time spent in sedentary behaviors. In addition, sedentary behavior was associated with alcohol consumption. Thus, it is important to rethink television and alcohol use in adolescents' daily lives.

Keywords: Adolescents, Sedentary lifestyle, Alcohol.

Artigo recebido a 15.07.2019; Aceite a 26.09.2019

¹ Universidade Federal da Paraíba, UFPB, João Pessoa, Brasil

² Programa de Pós-graduação em Educação, PE, Brasil

³ Universidade Federal do Tocantins, UFT, Tocantinópolis, Brasil

⁴ Universidade Federal do Triângulo Mineiro, UFTM, Uberaba, Brasil

⁵ Universidade Federal do Piauí, UFPI, Teresina, Brasil

⁶ Centro Universitário Santo Agostinho, UNIFSA, Teresina, Brasil

* Autor correspondente: Escola Superior de Educação Física - Universidade de Pernambuco - ESEF/UPE, R. Arnóbio Marquês, 310 - Santo Amaro, Recife - PE, 50100-130. E-mail: alineebrito@gmail.com

INTRODUÇÃO

Durante a adolescência ocorrem intensas transformações cognitivas, emocionais, sociais, físicas e hormonais que podem favorecer situações de risco para saúde (Sturman & Moghaddam, 2011). Assim, comportamentos de risco à saúde como uso de cigarro, bebidas alcoólicas, inatividade física e aumento do tempo em comportamentos sedentários tem sido cada vez mais frequentes nessa população (Lima, Fonseca, & Guedes, 2010). De fato, dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PenSe) (IBGE, 2012), realizada com escolares do 9º do Ensino Fundamental das 27 capitais do Brasil, constatou que a experimentação do cigarro foi de 19,6%. Estudo realizado em Alagoas/SE mostrou que a prevalência do excesso de peso em adolescentes foi de 24% (Ramires et al., 2014).

Estudos epidemiológicos demonstram também que a diminuição do tempo de atividade física e o aumento do tempo em comportamentos sedentários têm ocorrido com maior frequência entre os adolescentes (Castro, Nunes, & Silva, 2016; Farias et al., 2009), sendo este último um dos maiores responsáveis pelo aumentando das doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade, doenças cardiovasculares e diabetes (Schmidt et al., 2011).

Comportamentos sedentários podem ser considerados como atividades de baixo gasto energético (1-1,5 MET), realizados na posição sentada ou recostada, incluindo atividades como assistir televisão, usar o computador para trabalho ou navegar na internet, conversar com os amigos, falar ao telefone, ouvir música ou ler, dentre outras atividades (Owen, Matthews, & Dunstan, 2010; Pate & Lobelo, 2008).

Revisão sistemática realizada com adolescentes brasileiros mostrou que em 60% dos estudos analisados, a prevalência de tempo excessivo de tela foi superior a 50% (Barbosa, Campos, & Lopes, 2014). Além disso, os comportamentos sedentários podem estar associados ao excesso de peso corporal (Allender et al., 2011; Kesztyus et al., 2013), devido à alimentação inadequada - enquanto estão assistindo à televisão ou sendo expostos a propagandas de *fast-foods* (Boyland & Halford,

2013) ao uso de álcool, que pode ocorrer entre grupos de amigos reunidos para socializar ou assistir jogos na televisão e, ainda, ao uso de cigarro, que pode ocorrer quando pessoas estão sentadas conversando com alguém ou num momento ocioso. Durante uma busca na base de dados Scielo se verificou que apenas nove estudos analisaram a relação entre atividade física, comportamentos sedentários e uso de cigarro e álcool, sendo a maioria dos estudos relacionados atividade física e obesidade. Desses estudos, um foi realizado na Espanha (González et al., 2016), três utilizaram banco de dados de pesquisas nacionais (Longo-Silva et al., 2016; Malta et al., 2014), três foram realizados na região Sul (Gonçalves & Silva, 2016; Romanzini, Pelegrini, & Petroski, 2011), Sudeste e Centro-Oeste (Ribeiro, Colugnati, & Taddei, 2009) e apenas um na região Nordeste (Griz et al., 2010), com a maioria destes estudos constatando associação entre fatores de risco (obesidade e álcool).

Assim, estes estudos indicam que o estilo de vida baseado em hábitos ruins como inatividade física, comportamentos sedentários, uso de álcool e cigarro tem relação direta com o comprometimento da saúde (Barbosa et al. 2014). É possível, assim, inferir que a associação entre essas variáveis incida danosamente na vida do público estudado, denotando comportamento de risco à saúde.

Em complemento, até o presente momento os subsídios científicos em estudos com adolescentes investigando a relação entre comportamento de riscos para saúde (álcool e cigarro), atividade física e comportamentos sedentários são escassos e a lacuna investigativa emergida desse cenário carece essencialmente de mais resultados. É importante destacar que o traçar indicativo obtido por essa possível associação toma grande validade e importância, uma vez que as variáveis elencadas são facilmente encontradas no dia a dia do público estudado. Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo descrever o perfil sociodemográfico, os comportamentos de riscos para a saúde (uso de álcool e cigarro) e o tempo em comportamentos sedentários e verificar as possíveis associações entre esses fatores em adolescentes do ensino

médio de escolas públicas da cidade de Teresina/PI.

MÉTODO

Essa é uma pesquisa de abordagem quantitativa, do tipo transversal com objetivo descritivo, realizada em escolas da rede pública da cidade de Teresina/PI.

Amostra

A população do estudo foi composta por adolescentes escolares do ensino médio da cidade de Teresina/PI. Os critérios de inclusão adotados foram: indivíduos de ambos os sexos, matriculados em instituições públicas cursando apenas o 3º do ensino médio. Essa faixa etária foi adotada considerando-se que nessa fase de vida a Educação Física assume papel fundamental na promoção da saúde e o bem-estar e é uma fase de determinação de escolhas e estilos de vida assumidos na idade adulta (Dessbesell et al. 2012).

Para seleção da amostra foram escolhidas 16 escolas, forma intencional, nas quatro zonas da cidade, zona leste, zona sul, zona sudeste, zona norte, no total de 4 escolas por região considerando a existência do maior número de discentes matriculados no terceiro ano do ensino médio. A seleção da amostra foi realizada com base no número total dos alunos matriculados no ensino médio, das escolas públicas da cidade de Teresina-PI (total = 16. 801 alunos no ensino médio). Dessa quantidade de alunos, 12.234 estavam matriculados no 1º e 2º ano do ensino médio e 4.567 no 3º ano do ensino médio. A amostra foi estratificada levando em consideração o critério de inclusão que incluiu os 4.666 correspondentes ao 3º ano do ensino médio, sendo uma amostra independente sem interferência entre os grupos. Para a seleção da amostra foi aplicado o seguinte cálculo estatístico: margem de erro de 0,5% e um percentual de 8,7% totalizando uma amostra de 540 alunos (Kazmier, 1982).

Inicialmente, foi contatada a Secretaria de Educação (SEDUC) de Teresina/PI, que forneceu a lista atualizada das escolas distribuídas por zonas, a fim de facilitar a busca pela a quantidade

de escolas e conseqüentemente a quantidade de alunos. A partir desses dados foram escolhidas, de forma intencional, as escolas que participaram da pesquisa. Em seguida foi realizado o primeiro contato em todas as escolas para apresentação da pesquisa, sendo solicitada a assinatura da carta de anuência. Os adolescentes matriculados na escola visitada eram informados dos objetivos e procedimentos da pesquisa, bem como dos possíveis riscos e benefícios, além da confidencialidade das informações a serem adquiridas. Concordando em participar, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Cada questionário utilizado continha apenas a identificação do gênero do adolescente, permitindo assim anonimato dos voluntários dos sujeitos. A pesquisa em questão foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Piauí, sob o parecer 50103115.7.0000.5214, atendendo aos requisitos da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil.

Instrumentos

O instrumento utilizado para o levantamento de dados foi uma adaptação do questionário utilizado no Estudo sobre Estilo de Vida e Comportamentos de Risco de Adolescentes Catarinenses (Silva et al., 2013). É preciso salientar que na adaptação foram reduzidas algumas questões do instrumento, as demais informações foram mantidas iguais ao do supracitado contendo 27 questões objetivas e organizadas nas seguintes seções: informações pessoais; atividades físicas e comportamentos sedentários; hábitos alimentares e controle de peso; consumo de álcool e drogas e a percepção do ambiente escolar e da educação física. A reprodutibilidade do questionário foi realizada em 25 escolas pelo mesmo aplicador e testada em apenas uma única vez em um tamanho amostral suficiente e prévio noutro estudo (Silva et al., 2013) para obter um índice Kappa igual ou superior a 0,27, com erro do tipo I de 5% e do tipo II de 20%. Realizou-se o procedimento de teste-reteste por um único avaliador, com intervalo de duas semanas entre as aplicações. Os valores de R por unidade temática variaram de 0,51 a 0,96.

Procedimentos

Os questionários foram aplicados nas salas de aula, sendo cada questão explicada por um pesquisador responsável e respondida pelos adolescentes em forma de múltiplas escolhas para cada questão.

Análise estatística

Os dados foram tabulados no pacote computadorizado Microsoft Excel 97 – 2003 e analisados pelo pacote estatístico Stata 13.0. Para análise descritiva das variáveis numéricas, foi utilizado o cálculo da média e desvio padrão. Para as variáveis mensuradas em escala nominal e ordinal, foi utilizada a distribuição por frequências. Para todas as análises foi adotado um nível de significância de 0,05.

A regressão logística foi utilizada para avaliar a associação entre o tempo em comportamentos sedentários e as variáveis de risco à saúde (uso de bebida alcoólica e de drogas). Os modelos de análise tiveram como variáveis dependentes o tempo assistindo televisão durante a semana (0 = não assiste/menos de 1 hora, 1 = assiste 1 hora ou mais) e durante o fim de semana (0 = não assiste/menos de 1 hora/1 a 2 horas, 1 = assiste 3 a 4 horas ou mais de 4 horas). As variáveis independentes foram frequência de consumo de bebidas alcoólicas (Nenhum dia = 1, um a dois dias = 2 e três dias ou mais = 3), quantidade de doses de bebidas alcoólicas (nenhuma dose = 1, uma dose por dia = 2, duas doses por dia = 3, mais de 3 doses por dia = 4), experiência com drogas ilícitas (não = 1, sim = 2) e Frequência no uso de drogas (nunca usou = 1, usou pelo menos uma vez = 2). As variáveis “sexo”, idade, área de residência, situação ocupacional, estado civil, renda, tempo e frequência de atividade física de lazer foram tratadas como potenciais fatores de confusão em todos os modelos de análise. Todas as variáveis foram consideradas para a elaboração do modelo ajustado, independentemente do valor de p encontrado na análise bruta. O método de entrada das variáveis no modelo foi o *Backward*. Para todas as medidas, foi adotado um intervalo de confiança de 95% e um nível de significância de 0,05.

RESULTADOS

A tabela 1 apresenta o perfil sociodemográfico dos participantes do presente estudo. Cerca de 540 adolescentes foram entrevistados, todos cursando o terceiro ano do ensino médio, desse total 24 adolescentes foram considerados perdas, por ultrapassarem a idade delimitada no estudo de 14 a 19 anos, totalizando uma amostra final de 516 adolescentes.

Nos aspectos relacionados às variáveis sociodemográficas, mais da metade era do sexo feminino (58,7%), quase todos moravam com suas famílias (92,6%), residiam na área urbana (90,9%) e eram solteiros (93,8%). Mais de 80% dos adolescentes não trabalhava e tinha uma renda de até 2 salários mínimos.

Tabela 1
Características sociodemográficas de adolescentes matriculados no 3º do ensino médio de escolas públicas na cidade Teresina/PI no ano de 2016 (n= 516).

Variáveis	N	%
Total	516	100
Gênero		
Feminino	303	58.7
Masculino	213	41.3
Faixa Etária (anos)		
16 anos ou menos	99	19.3
17 anos	229	44.6
18 anos	141	27.5
19 anos	44	8.6
Moradia		
Com a família	519	96.7
Sozinho	1	0.2
Outros	20	3.1
Área de residencia		
Rural	46	9.1
Urbana	458	90.9
Situação ocupacional (HS)		
Não trabalho	435	85.8
Menos de 20h/s	60	11.8
Mais de 20h/s	12	2.3
Estado Civil		
Solteiro	471	93.8
Casado	9	1.8
Outros	22	4.4
Renda mensal (SM)		
Até 2 salários mínimos	396	81.3
3 ou mais salários mínimos	91	18.7

A tabela 2 apresenta as características da prática de atividade física, comportamentos sedentários e uso de bebida alcoólica e drogas dos adolescentes de escolas públicas de Teresina/PI.

Tabela 2

Características da prática de atividade física, comportamentos sedentários e uso de bebida alcoólica e drogas por adolescentes matriculados no 3º do ensino médio de escolas públicas na cidade Teresina/PI no ano de 2016 (n = 516).

Variáveis	N	%
Comportamentos Sedentários	516	
Televisão (dias de semana)		
Não assiste	60	11.7
Menos de 1 hora	84	16.4
1 a 2 horas	189	36.9
3 a 4 horas	179	35.0
Televisão (fim de semana)		
Não assiste	78	15.2
Menos de 1 hora	85	16.5
1 a 2 horas	120	23.4
3 a 4 horas	136	26.5
Mais de 4 horas	95	18.4
Uso de computador (dias da semana)		
Não usa	198	38.5
Menos de 1 hora	84	16.3
1 a 2 horas	115	22.3
3 a 4 horas	64	12.4
Mais 4 horas	54	10.5
Uso do celular		
Não usa	23	4.5
Menos de 1 hora	25	4.9
1 a 2 horas	67	13.1
3 a 4 horas	93	18.1
Mais de 4 horas	305	59.4
Frequência de prática de atividade física de lazer (semana)		
Nenhum dia	137	26.7
Um a dois dias	184	35.8
Três a quatro dias	126	24.5
Cinco dias ou mais	67	13.0
Tempo de prática de atividade física de lazer (por dia)		
Não pratica	183	35.7
Menos de 30 minutos por dia	138	27.0
30 a 50 minutos por dia	82	16.0
Mais de 60 minutos por dia	109	21.3
Frequência de consumo de bebida alcoólica		
Nenhum dia	401	79.1
Um a dois dias	84	16.6
Três dias ou mais	22	4.3
Quantidade de doses diárias de bebidas alcóolicas		
Nenhuma dose	352	70.4
Menos de uma dose por dia	53	10.6
Uma a duas doses por dia	55	11.0
Superior a 3 doses por dia	40	8.0
Já experimentou Drogas		
Não	464	91.9
Sim	41	8.1
Frequência de uso de drogas		
Nunca usou	460	92.7
Usou uma vez ou mais	36	7.3

Tabela 3

Resultado da análise de regressão logística bruta e ajustada entre tempo assistindo televisão por semana e no fim de semana e uso de bebida alcoólica e drogas entre adolescentes matriculados no 3º do ensino médio de escolas públicas na cidade Teresina/PI no ano de 2016 (n = 516).

	Tempo assistindo televisão durante a semana*				Tempo assistindo televisão durante o fim de semana**			
	OR bruta (IC)	p	OR ajustada (IC)	p	OR bruta (IC)	p	OR ajustada (IC)	P
Sexo								
Feminino	1				1			
Masculino	0.87	0.501			1.11	0.556		
Faixa etária								
≤ 16 anos	1				1			
17 anos	1.15	0.597			1.33	0.240		
18 anos	1.09	0.772			1.00	0.998		
19 anos	1.16	0.714			1.35	0.413		
Área de residência								
Rural	1				1			
Urbana	1.67	0.185			0.83	0.550		
Renda mensal								
Até 2 salários mínimos	1				1			
3 salários mínimos ou mais	0.63	0.059			0.78	0.299		
Frequência de prática de atividade física de lazer (semana)								
Cinco dias ou mais	1				1			
Três a quatro dias	0.89	0.736			0.55	0.051		
Um a dois dias	1.09	0.784			0.61	0.084		
Nenhum dia	0.83	0.577			0.71	0.254		
Tempo de prática de atividade física de lazer (por dia)								
Mais de 60 minutos por dia	1				1			
30 a 50 minutos por dia	0.60	0.119			0.66	0.156		
Menos de 30 minutos por dia	0.80	0.435			0.80	0.385		
Não pratica	0.81	0.447			0.92	0.719		
Frequência de consumo de bebida alcoólica								
Nenhum dia	1		1		1		1	
Um a dois dias	0.94	0.836	1.00	0.992	0.77	0.276	0.77	0.329
Três dias ou mais	0.81	0.657	1.10	0.856	0.45	0.107	0,50	0.190
Quantidade de doses diárias de bebidas alcólicas								
Nenhuma dose	1		1		1		1	
Menos de uma dose por dia	2.27	0.041	2.45	0.040†	2.21	0.009†	2.05	0.032†
Uma a duas doses por dia	1.44	0.289	1.44	0.312	0.73	0.290	0.73	0.325
Superior a 3 doses por dia	0.49	0.037	0.64	0.230	0.67	0.242	0.71	0.363
Já experimentou drogas								
Não	1		1		1		1	
Sim	0.72	0.341	0.77	0.485	0.67	0.243	0.69	0.314
Frequência de uso de drogas								
Nunca usou	1		1		1		1	
Usou uma vez ou mais	0.68	0.279	0.73	0.430	0.59	0.143	0.66	0.287

* 0 = não assiste/menos de 1 hora, 1 = assiste 1 hora ou mais. ** 0 = não assiste/menos de 1 hora/1 a 2 horas, 1 = assiste 3 a 4 horas ou mais de 4 horas. OR = Odds Ratio. † = valores estatisticamente significativos.

Cerca de 30% relataram assistir televisão por 4 horas e quase 20% assistiam à televisão por mais do que isso, durante a semana e o fim de semana, respectivamente. Em relação ao tempo usando aparelhos eletrônicos, apenas 22% relataram usar o computador de uma a duas horas durante a semana, enquanto quase 60% dos adolescentes afirmaram usar o celular por mais de 4 horas durante a semana. O percentual de adolescentes que praticava 30 minutos ou menos de atividade física de lazer por dia ou que não praticava atividade física durante a semana foi superior a 35%. O consumo de bebida alcoólica ocorria pelo menos em um dia, uma dose por dia em 16% e 10% dos adolescentes deste estudo, respectivamente.

Os resultados da análise de regressão logística bruta e ajustada entre tempo assistindo televisão por semana e no fim de semana e uso de bebida alcoólica e drogas entre adolescentes estão descritos na tabela 3.

Na análise bruta, a quantidade de doses diárias de bebidas alcoólicas (menos de uma dose por dia) foi associada ao tempo assistindo televisão por semana ($OR = 2.27$; $p = 0.041$) e no fim de semana ($OR = 2.21$; $p = 0.009$). A associação permaneceu após ajuste para variáveis de confusão, tanto entre quantidade de doses diárias de bebidas alcoólicas (menos de uma dose por dia) e tempo assistindo televisão por semana ($OR = 2.45$; $p = 0.040$) quanto no fim de semana ($OR = 2.05$; $p = 0,032$). Não foram encontradas diferenças entre os sexos com relação ao tempo de TV durante a semana ($p = 0.501$) e durante o fim de semana ($p = 0.556$).

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo descrever o perfil sociodemográfico, tempo em comportamentos sedentários e os comportamentos de riscos para a saúde (uso de álcool e drogas), bem como verificar as possíveis associações entre os comportamentos de riscos para a saúde (uso de álcool e drogas) e o tempo em comportamentos sedentários de adolescentes do ensino médio de escolas públicas da cidade de Teresina/PI. Os resultados demonstraram que os

adolescentes investigados apresentaram alta prevalência de inatividade física e elevado tempo despendido com comportamentos sedentários, sendo este associado ao consumo de bebidas alcoólicas.

Sobre o perfil sociodemográfico verificamos que grande parte dos adolescentes morava com suas famílias, residia na área urbana, não trabalhava e tinha uma renda de até 2 salários mínimos. Além disso, a maioria dos participantes era do sexo feminino, fenômeno esse, também verificado em outros estudos realizados (Allender et al., 2011). De fato, Santos et al. (2015) apresentaram uma amostra constituída por 58,9% estudantes do sexo feminino do Ensino Médio no estado de Pernambuco. Outra pesquisa de base escolar com amostra representativa também identificaram um quantitativo maior de adolescentes do sexo feminino, podendo ser um indicativo de evasão escolar por parte dos adolescentes do sexo masculino que são mais suscetíveis à defasagem escolar que as meninas (Pontili & Kassouf, 2007). Por uma questão cultural, adolescentes do sexo masculino - de renda baixa a média - podem ser mais pressionados a conseguir empregabilidade, encontrar uma parceira, constituir família e/ou auxiliar a pagar as contas de casa, e tais fatores podem contribuir indiretamente para evasão escolar de adolescentes do sexo masculino (Ozella & Aguiar, 2008).

Acerca do tempo em comportamentos sedentários, estudos recentes realizados em adolescentes no Brasil têm demonstrado o aumento do tempo em comportamentos sedentários, principalmente para o tempo de tela, nesta população (Barbosa et al., 2014). E na nossa pesquisa não foi diferente, onde se constatou que 30% relataram assistir 4 horas de televisão durante a semana e quase 20% assistiam por mais tempo do que isso no fim de semana. Um estudo realizado na cidade de Pelotas com alunos matriculados no ensino médio e fundamental constatou que os adolescentes apresentavam um aumento do comportamento sedentário nos finais de semana (Ferreira, Rombaldi, Ricardo, Curi Hallal, & Azevedo, 2016). O aumento do tempo

despendido assistindo à televisão tem sido associado à classe econômica e a outras características sociodemográficas, como sexo e idade (Lucena, Cheng, Cavalcante, Silva, & Farias, 2015), perfil este identificado em nossa pesquisa, como citado anteriormente. Possivelmente, esses adolescentes saem menos de casa, devido à crescente insegurança dos centros urbanos e, uma vez que tem uma renda baixa, adotam como atividade de entretenimento assistir televisão em casa, podendo explicar o tempo despendido neste comportamento sedentário (Coombes, Jones, Page, & Cooper, 2014; Veitch et al., 2011).

O aumento do tempo assistindo televisão em relação à renda e local de moradia pode ser reforçado quando se observa o tempo de uso do computador e do celular (Tabela 2), onde apenas 22% relataram usar o computador por uma a duas horas durante a semana, enquanto quase 60% dos adolescentes usam o celular por mais de 4 horas durante a semana. Dado que o aparelho celular é um eletrônico mais acessível do que o computador, seu uso está cada vez mais fácil entre os adolescentes de renda baixa a média, assim como a televisão que é um item presente em quase todas as casas do país, se verifica que o comportamento sedentário adotado por adolescentes tem relação com condições socioeconômicas (Farias et al., 2009).

Ainda sobre os comportamentos sedentários, até pouco tempo, estudos consideravam comportamentos sedentários e inatividade física como sinônimos, mas é importante esclarecer que comportamentos sedentários são atividades em que o gasto energético é inferior a 1.5 MET's (equivalentes metabólicos), realizadas na posição deitada ou recostada (Owen et al., 2010), por outro lado, a atividade física refere-se a qualquer atividade que eleve o gasto energético acima dos níveis de repouso (Silva, Silva, Silva, Souza, & Tomasi, 2010). O estudo de Owen et al. (2010), demonstrou que, devido às características diferentes dessas atividades, uma pessoa pode manter um tempo elevado de comportamentos sedentários e, ainda assim, ser considerado fisicamente ativo, à medida que cumpre as recomendações atuais de 300 minutos/semana de

atividade física. De fato, estudos realizados na América Latina (Hidalgo-Rasmussen, Ramírez-López, & Hidalgo-San Martín, 2013), Austrália (Gopinath, Hardy, Baur, Burlutsky, & Mitchell, 2012) e Europa (Brodersen, Steptoe, Boniface, & Wardle, 2007) afirmam que adolescentes podem passar muito tempo em frente a tela, e ainda serem classificados como fisicamente ativos (Marques, Peralta, Martins, Sarmiento, & Costa, 2016; Rangel, Freitas, & Rombaldi, 2015).

No entanto, em Teresina, essa realidade tem sido diferente, uma vez que identificamos que apenas 35% dos adolescentes praticavam até 30 minutos, ou menos, de atividade física de lazer (brincadeiras fisicamente ativas realizadas em casa ou ao ar livre) por dia. Estudos realizados com amostras representativas de adolescentes brasileiros escolares no Nordeste demonstraram que mais de 50% dos adolescentes podem ser classificados como fisicamente ativos, e 80% também apresentaram tempo excessivo de tela (Lourenço, 2016; Lucena et al., 2015). Uma das possíveis explicações para o aumento do tempo em comportamentos sedentários e diminuição do tempo em atividades físicas pode ser por questões de segurança além de poucas opções por locais que despertem a atenção para a prática de exercício físico, o que pode favorecer a adesão a atividades de lazer passivo, mas para testar tal hipótese se fazem necessários mais estudos longitudinais e qualitativos.

Por fim, sobre possíveis associações entre os comportamentos de riscos à saúde, a quantidade de doses diárias de bebidas alcoólicas (menos de uma dose por dia) foi associada ao tempo assistindo televisão por semana ($OR = 2.45$; $p = 0,040$) e no fim de semana ($OR = 2.05$; $p = 0.032$) (Tabela 3). Este fator é preocupante, tendo em vista que consumir uma dose de bebida alcoólica por dia aumentou em 145% as chances de permanecer por mais de uma hora assistindo à televisão durante a semana e em 105% durante ao fim de semana entre os adolescentes escolares de Teresina/PI. É interessante observar que, ainda que não seja estatisticamente significativa, a razão de chances tende a diminuir à medida que se aumenta as doses de bebida alcoólica durante a semana e no fim de semana. Uma explicação

para essa associação seria considerar que pessoas que bebem menos podem ter a tendência a manter uma cultura mais caseira, o que diminui seu tempo de atividade física e aumenta o tempo em comportamento sedentário, especificamente assistindo à televisão, enquanto que pessoas que bebem mais doses de bebidas alcoólicas podem ser mais sociáveis, tendendo a sair mais de casa para festas, participar de grupos de amigos, inclusive de grupos que praticam algum esporte (Horta et al., 2014; Soldera, Dalgalarondo, Corrêa, & Silva, 2004).

Por isso, para manter um estilo de vida fisicamente ativo e fazer escolhas saudáveis são necessários outros fatores que suportem esse estilo de vida. Normas sociais para a adesão a um comportamento de risco, regras dos pais e apoio social dos amigos são fatores de extrema importância que podem determinar o estilo de vida de um adolescente (Martins et al., 2012). Ainda, estudos sobre os determinantes de saúde demonstram que o adolescente pode estar numa fase vulnerável de vida em que as escolhas podem se basear no que a maioria dos seus amigos adota como correto (Seabra, Mendonça, Thomis, Anjos, & Maia, 2008). Consumir pouco álcool e manter-se em comportamento sedentário, neste caso a televisão, pode ser um padrão de comportamento adotado em substituição à ausência de uma vida social ativa e aumento das regras protetoras dos pais para não sair de casa devido à fatores como violência urbana e má influência de amigos. Encontros com outros adolescentes dentro da própria casa para conversas informais parece ser uma saída encontrada por adolescentes que tem baixa renda, e que, por estarem na casa dos pais, consomem menos bebida alcoólica enquanto conversam e assistem à televisão com seus amigos. Uma alternativa para diminuir os comportamentos sedentários dentro de casa, como o tempo assistindo televisão, e, ao mesmo tempo, manter uma interação social, seria o uso de videogames ativos, os quais têm uma boa aceitação pelo público de adolescentes e permitem a prática de atividade física em locais fechados.

Os estudos sobre comportamentos sedentários têm avançado em termos de medidas

e quantificação desses comportamentos. No entanto, ainda são necessários estudos que avaliem qualitativamente as motivações, contexto cultural e socioeconômico que podem influenciar a manutenção de um estilo de vida cada vez mais sedentário. Adicionalmente, são necessárias estratégias de combate a esses comportamentos de riscos para a saúde dos adolescentes e a escola pode através das aulas de Educação Física conscientizar os adolescentes da importância de uma alimentação saudável, uma prática regular de exercícios físicos, fomentando assim a adesão e manutenção de um estilo de vida saudável.

Apesar dos resultados encontrados, este estudo apresenta algumas limitações. Por se limitar aos estudantes de escolas públicas de Teresina/PI não é possível extrapolar com acurácia esses resultados para estudantes de outras instituições ou cidades, considerando as diferenças culturais e socioeconômicas que cada estado do Brasil apresenta. Utilizar um questionário para medir atividade física e comportamentos sedentários pode superestimar os valores, uma vez que os adolescentes podem exagerar ao relatar o tempo em atividades físicas vigorosas e subestimar sua participação em atividades físicas moderadas. Adicionalmente, mesmo que o questionário tenha sido autorrespondido, existe o risco de viés de informação em relação a consumo de bebidas alcoólicas e consumo de drogas ilícitas, pois tais prevalências podem ser superiores às relatadas.

Como pontos fortes, este estudo utilizou um questionário testado e validado em adolescentes de Santa Catarina/RS. Além disso, foi realizado com uma amostra de tamanho adequado e representativa de adolescentes de escolas públicas de Teresina/PI e os avaliadores receberam treinamento para padronização da coleta de dados e aplicação do questionário nas escolas.

CONCLUSÕES

Os resultados do presente estudo mostraram elevada prevalência de adolescentes fisicamente inativos e elevado tempo despendido em comportamentos sedentários (tempo assistindo televisão, usando o computador e celular).

Quanto aos comportamentos de risco, o estudo mostrou que uma parte dos adolescentes pesquisados fazem o consumo de bebida alcoólica, por outro lado, uma maioria não havia experimentado o uso de drogas ilícitas.

O consumo de uma dose de bebida alcoólica por semana foi associado a passar mais de uma hora assistindo televisão na semana e no fim de semana, podendo ser uma questão dos diferentes estilos de comportamento, vida social ou mesmo de segurança urbana, que reduz as possibilidades de atividades de lazer ativo.

Agradecimentos:

A todos os alunos que se disponibilizaram a participar desta pesquisa e a todas as escolas que se disponibilizaram a colaborar com a pesquisa.

Conflito de Interesses:

Nada a declarar.

Financiamento:

Nada a declarar

REFERÊNCIAS

- Allender, S., Kremer, P., Sanigorski, A. S., Lacy, K., Millar, L., & Mathews, L. (2011). Associations between activity-related behaviours and standardized BMI among Australian adolescents. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 14(6), 512-521. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2011.05.010>.
- Barbosa Filho, V. C., Campos, W. d., & Lopes, A. d. S. (2014). Epidemiology of physical inactivity, sedentary behaviors, and unhealthy eating habits among brazilian adolescents. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(1), 173-194. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014191.0446>
- Boyland, E. J., & Halford, J. C. (2013). Television advertising and branding. Effects on eating behaviour and food preferences in children. *Appetite*, 62, 236-241. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.01.032>.
- Brodersen, N. H., Steptoe, A., Boniface, D. R., & Wardle, J. (2007). Trends in physical activity and sedentary behaviour in adolescence: ethnic and socioeconomic differences. *British Journal of Sports Medicine*, 41(3), 140-144. <https://doi.org/10.1136/bjism.2006.031138>.
- Castro, J. A. C., Nunes, H. E. G., & Silva, D. A. S. (2016). Prevalence of abdominal obesity in adolescents: association between sociodemographic factors and lifestyle. *Revista Paulista de Pediatria*, 34(3), 343-351. <https://doi.org/10.1016/j.rppede.2016.01.007>.
- Coombes, E., Jones, A., Page, A., & Cooper, A. R. (2014). Is change in environmental supportiveness between primary and secondary school associated with a decline in children's physical activity levels? *Health & Place*, 29, 171-178. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2014.07.009>.
- Dessbesell, D. R., Nascimento, B. B., Antunes, F.R. (2012). A importância da Educação Física no Ensino Médio para um estilo de vida ativo. In *Anais*, 15 Seminário Interinstitucional de Ensino, Pesquisa e Extensão, *Cruz Alta. Rio Grande do Sul*.
- Farias Júnior, J. C., Nahas, M. V., Barros, M. V. G., Loch, M. R., Oliveira, E. S. A., & Bem, M. F. L. (2009). Comportamentos de risco à saúde em adolescentes no Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 25(4), 344-352.
- Ferreira, R., Rombaldi, A. J., Ricardo, L. I. C., Curi Hallal, P., & Azevedo, M. R. (2016). Prevalência de comportamento sedentário de escolares e fatores associados. *Revista Paulista de Pediatria*, 34(1), 56-63. <https://doi.org/10.1016/j.rppede.2015.09.002>.
- Gonçalves, E. C. A., & Silva, D. A. S. (2016). Factors associated with low levels of aerobic fitness among adolescents. *Revista Paulista de Pediatria*, 34(2), 141-147. <https://doi.org/10.1016/j.rppede.2015.06.025>.
- González, J. I. Á., Ortega, F. Z., Garófano, V. V., Martínez, A. M., Sánchez, S. G., & Díaz, M. E. (2016). Actividad física de adolescentes: implicación de sustancias nocivas, modalidad practicada y familia. *Psicología Escolar e Educacional*, 20(1), 13-22. <https://doi.org/10.1590/2175-533920150201908>.
- Gopinath, B., Hardy, L. L., Baur, L. A., Burlutsky, G., & Mitchell, P. (2012). Physical activity and sedentary behaviors and health-related quality of life in adolescents. *Pediatrics*, 130(1), 167-174. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-3637>.
- Griz, L. H. M., Viégas, M., Barros, M., Griz, A. L., Freese, E., & Bandeira, F. (2010). Prevalence of central obesity in a large sample of adolescents from public schools in Recife, Brazil. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, 54(7), 607-611. <https://doi.org/10.1590/S0004-27302010000700004>.
- Hidalgo-Rasmussen, C. A., Ramírez-López, G., & Hidalgo-San Martín, A. (2013). Actividad física, conductas sedentarias y calidad de vida en adolescentes universitarios de Ciudad Guzmán, Jalisco, México. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(7), 1943-1952. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000700009>.

- Horta, R. L., Horta, B. L., Costa, A. W. N., Prado, R. R., Oliveira-Campos, M., & Malta, D. C. (2014). Lifetime use of illicit drugs and associated factors among Brazilian schoolchildren, National Adolescent School-based Health Survey (PeNSE 2012). *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17(suppl.1), 31-45. doi: 10.1590/1809-4503201400050004.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2012). *Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE)*. Rio de Janeiro: IBGE.
- Kazmier, L. J. (1982). *Estatística aplicada a Economia e administração*. São Paulo McGraw-Hill.
- Keszytus, D., Wirt, T., Kobel, S., Schreiber, A., Kettner, S., & Dreyhaupt, J. (2013). Is central obesity associated with poorer health and health-related quality of life in primary school children? Cross-sectional results from the Baden-Württemberg Study. *BioMed Central Public Health*, 13, 260. doi: 10.1186/1471-2458-13-260.
- Lima, J. O., Fonseca, V., & Guedes, D. P. (2010). Comportamento de risco para a saúde de escolares do ensino médio de Barra dos Coqueiros, Sergipe, Brasil. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 32(2-4), 141-154. doi:10.1590/S0101-32892010000200010.
- Longo-Silva, G., Menezes, R. C. E., Souza, C. A. N., Marinho, P. M., Toloni, M. H. A., & Oliveira, M. A. A. (2016). Factors associated with regular consumption of obesogenic foods: National School-Based Student Health Survey, 2012. *Revista de Nutrição*, 29(5), 609-633. doi: 10.1590/1678-98652016000500001.
- Lourenço, C. L. M. (2016). *Fatores associados ao comportamento sedentário em adolescentes: uma análise do estudo de "Avaliação de Comportamentos em Saúde e Estilo de Vida dos Adolescentes em Uberaba-ACtVU"* (Dissertação de Mestrado) Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, Minas Gerais, Brasil. Disponível: <http://bdtd.uftm.edu.br/handle/tede/236>
- Lucena, J. M. S., Cheng, L. A., Cavalcante, T. L. M., Silva, V. A., & Farias Júnior, J. C. (2015). Prevalência de tempo excessivo de tela e fatores associados em adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria*, 33(4), 407-414. doi: 10.1016/j.rpped.2015.04.001.
- Malta, D. C., Andreazzi, M. A. R., Oliveira-Campos, M., Andrade, S. S. C. A., Sá, N. N. B., & Moura, L. (2014). Trend of the risk and protective factors of chronic diseases in adolescents, National Adolescent School-based Health Survey (PeNSE 2009 e 2012). *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17(suppl.1), 77-91. <https://doi.org/10.1590/1809-4503201400050007>.
- Marques, A., Peralta, M., Martins, J., Sarmiento, H., & Costa, F. C. (2016). Identificação de padrões de atividade física e comportamentos sedentários em adolescentes, com recurso à avaliação momentânea ecológica. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 34(1), 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.rpsp.2015.10.003>.
- Martins, M. d. O., Cavalcante, V. L. F., Santos, G. H. d., Oliveira, C. G. d., Maia, F. E. S., & Menezes Júnior, J. R. (2012). Associação entre comportamento sedentário e fatores psicossociais e ambientais em adolescentes da região nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 17(2), 143-150. <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.17n2p143-150>.
- Ozella, S., & Aguiar, W. M. J. (2008). Desmistificando a concepção de adolescência. *Cadernos de Pesquisa*, 38(133), 97-125. <https://doi.org/10.1590/S0100-15742008000100005>.
- Owen, N. H. G., Matthews, C. E., & Dunstan, D. W. (2010). Too much sitting: the population health science of sedentary behavior. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 38(3), 105-113. <https://doi.org/10.1097/JES.0b013e3181e373a2>.
- Pate, R. R. O'Neill J., & Lobelo, F. (2008). The Evolving Definition of "Sedentary". *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 36(4), 173-178. <https://doi.org/10.1097/JES.0b013e3181877d1a>.
- Pontili, R. M., & Kassouf, A. L. (2007). Fatores que afetam a frequência e o atraso escolar, nos meios urbano e rural, de São Paulo e Pernambuco. *Revista de Economia e Sociologia Rural*, 45(1), 27-47. <https://doi.org/10.1590/S0103-20032007000100002>.
- Ramires, E. K. N. M., Menezes, R. C. E., Oliveira, J. S., Oliveira, M. A. A., Temoteo, T. L., & Longo-Silva, G. (2014). Estado nutricional de crianças e adolescentes de um município do semiárido do Nordeste brasileiro. *Revista Paulista de Pediatria*, 32(3), 200-207. <https://doi.org/10.1590/0103-0582201432309>.
- Rangel, S. R. V., Freitas, M. P., & Rombaldi, A. J. (2015). Atividade física e comportamento sedentário: prevalência e fatores associados em adolescentes de três escolas públicas de Pelotas/RS. *Biomotriz*, 9(1), 186-202.
- Ribeiro, I. C., Colugnati, F. A. B., & Taddei, J. A. A. C. (2009). Fatores de risco para sobrepeso entre adolescentes: análise de três cidades brasileiras. *Revista de Nutrição*, 22(4), 503-515. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732009000400006>.
- Romanzini, M., Pelegrini, A., & Petroski, E. L. (2011). Prevalência e fatores associados à obesidade abdominal em adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria*, 29(4), 546-552. <https://doi.org/10.1590/S0103-05822011000400012>.
- Schmidt, M. I., Duncan, B., Silva, G., Menezes, A. M., Monteiro, C., & Barreto, S. (2011). Doenças crônicas não-transmissíveis no Brasil: carga e desafios atuais. *Lancet*, 377(9781), 1949-1962.

- [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60135-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60135-9)
- Seabra, A. F., Mendonça, D. M., Thomis, M. A., Anjos, L. A., & Maia, J. A. (2008). Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes Biological and socio-cultural determinants of physical activity in adolescents. *Cadernos de Saúde Pública*, 24(4), 721-736. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008000400002>
- Silva, K. S., Lopes, A. S., Hoefelmann, L. P., Cabral, L. G. A., De Bem, M. F. L., & Barros, M. V. G. (2013). Projeto COMPAC (comportamentos dos adolescentes catarinenses): aspectos metodológicos, operacionais e éticos. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 15(1), 1-15. <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2013v15n1p1>
- Silva, R. S., Silva, I., Silva, R. A., Souza, L., & Tomasi, E. (2010). Atividade física e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, 15(1), 115-120. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000100017>
- Soldera, M., Dalgalarondo, P., Corrêa Filho, H. R., & Silva, C. A. (2004). Uso de drogas psicotrópicas por estudantes: prevalência e fatores sociais associados. *Revista de Saúde Pública*, 38(2), 277-283. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102004000200018>
- Sturman, D. A., & Moghaddam B. (2011). The neurobiology of adolescence: changes in brain architecture, functional dynamics, and behavioral tendencies. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35(8), 1704-1712. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2011.04.003>
- Veitch, J., Timperio, A., Crawford, D., Abbott, G., Giles-Corti, B., & Salmon, J. (2011). Is the neighbourhood environment associated with sedentary behaviour outside of school hours among children? *Annals of Behavioral Medicine : a publication of the Society of Behavioral Medicine*, 41(3), 333-341. <https://doi.org/10.1007/s12160-011-9260-6>



Todo o conteúdo da revista **Motricidade** está licenciado sob a [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), exceto quando especificado em contrário e nos conteúdos retirados de outras fontes bibliográficas.