



Características do perfil do estilo de vida de escolares da rede estadual de ensino do município de Juazeiro do Norte - CE

Érica Rayanne Costa do Nascimento^{1,2}, Jéssyka Nobre Duarte^{1,2}, Eliney Dilianny da Silva^{1,2}, Marks Leonardo Pereira Nobre^{1,2}, Joamira Pereira Araújo³, Luciano das Neves de Carvalho³

¹Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física

²Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência – PIBID e-mail: cn_erica_er@hotmail.com, jessykand@hotmail.com

³Professor Especialista do Curso de Licenciatura em Educação Física IFCE

Resumo: Este trabalho objetivou caracterizar o perfil do estilo de vida de alunos do ensino médio da rede pública da cidade de Juazeiro do Norte - CE, quanto à condição de moradia, organização do cotidiano e participação em atividades sócio-culturais e desportivas. A amostra foi composta por 305 alunos regularmente matriculados em escolas da rede estadual de ensino da cidade de Juazeiro do Norte - CE, entre 14 e 24 anos de idade, dos sexos: masculino (150) e feminino (155). O instrumento da coleta de dados: Inventário EVIA - Estilo de Vida em Crianças e Adolescentes, dados analisados nos programas - Microsoft Office Excel 2007 e software SPSS, versão 13 for Windows. Os resultados mostraram que há o costume de acordar cedo, porém os horários de dormir são tardios, em períodos livres escolhem atividades como ver TV, ouvir música e conversar com amigos. Os materiais esportivos que possuem não são diversificados com prevalência de bicicleta e chuteira e menos da metade pratica atividade esportiva. Os hábitos de vida dos adolescentes demonstram que preferência por como conversas entre eles. A prática de atividades esportivas, não é algo relevante em seu cotidiano, por isso é importante que haja incentivo a uma vida mais ativa.

Palavras-chave: características, estilo de vida, adolescentes.

1.INTRODUÇÃO

Um tema bastante discutido pelos profissionais da saúde atualmente é o estilo de vida adotado pela população do século XXI, assunto este que segundo Pieron (2004) ganhou importância na última década.

O que mais preocupa aos que atuam na área da saúde é que mesmo diante de todo o avanço tecnológico, da comodidade e da praticidade do mundo globalizado, que leva muitos indivíduos a desenvolver o sedentarismo, citado por Pitanga (2002) como um fator diretamente ligado ao surgimento das doenças crônico-degenerativas, as pessoas consigam manter um estilo de vida, um conjunto de comportamentos e ações cotidianas do indivíduo que refletem seu modo de viver (OMS e NAHAS *apud* MEIRA, FONSECA e MAIA, 2003) que este seja aliado de elementos que favoreçam a saúde.

Gallahue e Ozmun (2005) afirmam que a adolescência é uma fase do desenvolvimento humano marcada por mudanças não só de ordem biológica, mas também sociocultural e psicológica, com a transição da infância para a vida adulta. E segundo a OMS, é nessa fase que estão as raízes de doenças graves vistas na idade adulta, enfermidades estas ligadas ao estilo de vida do indivíduo, das quais o uso de drogas, a falta de atividade física e a má alimentação são exemplos.

Com todas essas mudanças, torna-se importante pensar a saúde do adolescente nos seus diversos modos de viver a distinta fase e a vida de uma forma geral, como propõem Ferreira *et.al.* (2007). Com isso procurar alternativas para que os jovens apresentem estilos de vida mais saudáveis como com a presença da atividade física, citada por muitos autores como uma geradora de benefícios à saúde, para Pieron (2004) uma de suas contribuições a redução do nível de risco de desenvolvimento de determinadas doenças ao qual se está sujeito durante a vida.

É interessante observar que de acordo com Sousa *et. al.* (2012) para o bem-estar psicológico do jovem, características como "baixo nível socioeconômico e a baixa escolaridade dos pais [...], sedentarismo, tabagismo e a ingestão de bebidas alcoólicas estão associados a baixo nível de bem-



estar”, o que pode influenciar significativamente no seu estilo de vida, tanto de forma positiva como negativa.

Dessa forma, o objetivo desse estudo foi caracterizar o perfil do estilo de vida de estudantes do ensino médio da rede pública da cidade de Juazeiro do Norte – Ceará, nos aspectos relativos a condição de moradia, organização do cotidiano e participação em atividades sócio-culturais e práticas desportivas.

2.MATERIAL E MÉTODO

A pesquisa realizada é caracterizada como de campo, quantitativa e descritiva. Sua amostra foi constituída por 305 alunos regularmente matriculados em escolas de ensino médio da rede estadual de ensino da cidade de Juazeiro do Norte - CE, com faixa etária entre 14 e 24 anos de idade e sendo 150 (49,2%) do sexo masculino e 155 (50,8%) do sexo feminino.

A amostra foi selecionada seguindo o critério de sorteio, que se procurava escolher 10 alunos de cada sala. Assim, a amostra é definida como probabilística aleatória ou randômica, onde todos da população têm a mesma chance de serem escolhidos (FREITAS *et. al*, 2012).

O instrumento utilizado para a coleta dos dados foi o Inventário EVIA - Estilo de Vida em Crianças e Adolescentes, elaborado por Sobral (1992) modificado e adaptado à realidade brasileira por Torres (1998), que segundo Soares, Kroeff e Oelke (2007) analisa os aspectos sócio-econômicos e sócio-culturais, mais especificamente, o cotidiano dos alunos.

Para organização de parte dos dados utilizou-se o programa do Microsoft Office Excel 2007 e o pacote estatístico SPSS versão 16.0 para análise descritiva e de frequência dos dados.

3.RESULTADOS E DISCUSSÃO

Uma das primeiras características a ser observada é o grau de escolaridade dos pais desses alunos que se apresentou ainda baixo, com 37% deles não tendo concluído o primário e 38,4 % (Tabela 1) apresentado o ensino médio incompleto, indicadores que alertam para os riscos descritos pelo estudo realizado por Assis, Avanci e Oliveira (2009), que revela que a baixa escolaridade dos pais é um dos fatores que vem a comprometer o desenvolvimento da competência social das crianças e pode gerar consequências nas posteriores fases de desenvolvimento das mesmas.

Tabela 1 – Grau de escolaridade dos pais dos alunos

Escolaridade dos pais	%
Não estudou/primário incompleto	37,0
Primário completo/ginasial incompleto	38,4
Ginasial completo/universitário incompleto	16,1
Universitário completo	8,5

Dentre os aparelhos domésticos que os avaliados afirmaram possuir, então a TV e a geladeira como comum a 98% deles seguidos pelo rádio com 89,5%.

Dessa amostra, 80% apresenta casa com um número de cômodos entre 5 (31,1%), 6 (25,6%) e 7 (15,7%), em média 6,45 compartimentos para seus habitantes, valores que se assemelham aos estudos de Poletto (2001) e mais ainda com os de Soares, Kroeff e Oelke (2007), que indicam que isso pode ser um resultado positivo, de acordo com o número de residentes da casa. Uma única característica apresentada que ainda preocupa é a presença de banheiro que 4 avaliados afirmaram não ter, o que indica que 1 em cada 76 desses não foi atendido pela rede de saneamento básico da cidade, o que pode afetar a qualidade e o estilo de vida destes.

Os resultados para esses então foram que mesmo com os valores principais oscilando entre 3 e 6 pessoas, por residência, em média existem aproximadamente 5 pessoas convivendo em uma mesma casa, resultado que corrobora com os achados de Soares, Kroeff e Oelke (2007), que observam que



essas características, quando relacionadas percebe-se também que esses indivíduos têm alguma privacidade e uma mobilidade maior em casa.

Na Tabela 2, observa-se a descrição feita dos horários em que acordam, 80,3% dos avaliados afirmam acordar até as 7 horas, dado que pode justificável por apenas 36,4% destes estudarem no turno vespertino sendo o restante pertencer ao matutino e a escola de período integral.

Tabela 2 – Porcentagem dos alunos em seus respectivos horários que costumam acordar

Costuma acordar	%
Antes das 6 horas	46,6
Entre 6 e 7 horas	33,8
Entre 7 e 8 horas	8,2
Entre 8 e 9 horas	7,2
Entre 9 e 10 horas	4,3

Quanto ao horário de dormir, descrito na Tabela 3, 93,4% dos alunos respondeu ser até a meia-noite. Esses dados vêm de encontro com a análise feita por Mathias, Sanchez e Andrade (2004) que ao realizarem pesquisa sobre os hábitos de sono de adolescentes com horários parecidos com os achados do presente artigo, perceberam que um das queixas dos mesmos é a sonolência diurna, que segundo estes autores pode ser causada pelos horários tardios de dormir.

Tabela 3 - Porcentagem dos alunos em seus respectivos horários que costumam dormir

Costuma dormir	%
Antes das 21 horas	10,5
Entre 21 e 22 horas	31,1
Entre 22 e 23 horas	30,5
Entre 23 e 24 horas	21,3
Depois da 24 horas	6,6

Dentre as alternativas propostas para o que os entrevistados habitualmente faziam quando estavam em casa, as opções mais escolhidas, com a opção “muitas vezes”, foram ver TV (52,8%), escutar música (72,8%) e conversar com os amigos (52,1%), dados estes corroborados com os achados de Burgos *et. al.* (2009) que afirmam que as principais atividade desenvolvidas em casa pelos jovens são as mesmas descrita neste trabalho. Porém, levando-se em consideração a tabela anterior e as afirmações do estudo de Mathias, Sanchez e Andrade (2004), o fato de se ver TV configurou-se como um dos principais fatores, alegados pelos seus entrevistados pela hora de dormir excedida. O que pode apresentar certa relação neste caso também. Entre as atividades fora de casa a escolha da conversa com amigo foi prevalecente (62%), seguida de passeio a pé (49,5%) as outras opções foram vistas como hábitos raros ou mesmo inexistentes no cotidiano do entrevistado.

Em relação aos materiais que estes alunos têm em sua casa, percebe-se na Tabela 4 que os artigos que mais se destacaram foram a bicicleta (53,4%), a bola de futebol (43%) e a chuteira (36,1%) esses valores indicam que a diversidade de materiais esportivos é pouca, se comparado com estudo de Soares, Kroeff e Oelke (2007), porém é interessante observar que mesmo em poucas quantidades, existem alunos que possuem materiais culturalmente diferentes da região que habitam, como é o caso da raquete de tênis, contudo fica evidente que é a cultura que ainda determina os materiais e esportes a serem escolhidos, no caso do futebol.

Tabela 4 – Materiais esportivos que os alunos possuem a sua disposição em casa

Material	Não (%)	Sim (%)
-----------------	----------------	----------------



Patins/roller	93,4	6,2
Bicicleta	45,9	53,4
Skate	94,4	5,2
Bola de futebol	56,7	43
Bola de vôlei	85,6	13,8
Bola de plástico	76,7	23
Bola de basquete	94,4	5,2
Bola de handebol	93,8	5,9
Chuteira	63,6	36,1
Raquete de tênis	96,4	3,3
Prancha de surf/morey	98,4	1,3

As atividades de prática esportiva desses alunos, em sua grande parte são realizadas na quadra da escola (26,9%) ou em um campo ou terreno perto de casa (19,7%), porém os alunos também alternam esses lugares, eles escolhem mais de uma ou duas opções de onde executar sua prática esportiva. Interessante observar que em estudo de Bergman (2006), o autor define o pátio de casa como uma das principais preferências para a prática esportiva de crianças e adolescentes, resultados este que não foi confirmado aqui já que esta opção foi escolhida por apenas 8,2% dos entrevistados.

Quanto às atividades sócio-culturais preferidas pelos avaliados, percebeu-se que quase 30% da amostra não se adequou a nenhuma das opções apresentadas, porém foi visto também que muitos têm como principal atividade cultural a religião e as atividades na escola em turno oposto que aparecem como escola para 17% e 12,8% dos casos porém são mencionadas como atividade junto com outras como a outras, do clube, do teatro e de dança. Isso revela que uma característica desta amostra é o bem estar psicológico, já que segundo estudo de Sousa et. al. (2012) sobre o tema, a religiosidade está associada a um maior nível de bem-estar psicológico e satisfação com a vida.

Dentre as práticas esportivas desses alunos, 42% de toda a amostra afirmam praticar esporte fora da escola e com orientação. Deste total, 17,9% pratica futsal, 8,6% lutas, 4,8% basquete, 3,1% natação, 2,4% atletismo, 30,5% futebol, 13,3% musculação, 3,1% pedalar, 2,4% ginástica, 4,8% vôlei, 3,8% caminhada, 2,4% dança e 3,8% handebol. As principais modalidades, como o percebido, foram o futebol, o futsal e a musculação vêm ganhando espaço, isso pode ser justificado pelas causas destes praticarem, que estão relacionados ao gosto pelo esporte, como é o caso de 66,2%, mas a saúde e a estética também foram citadas, com 14,8% e 8,6% de escolha, respectivamente. Mais uma vez se confirmando que as influências culturais atingem as escolhas dos adolescentes praticantes de esporte. Em relação à frequência semanal destes, a maioria (66,2%) pratica 3 ou mais vezes por semana aquele esporte, o que pode ser ocasionado pelos fatores anteriormente descritos de justificativas de escolha do esporte e também da orientação que eles têm.

4. CONCLUSÕES

Este artigo tratou das questões referentes ao estilo de vida de adolescentes da cidade de Juazeiro do Norte, Ceará, procurando identificar quais as principais características desse estilo de vida.

A primeira característica observada foi o grau de escolaridade dos pais, onde se percebeu que mais de 75% dos alunos possuem pais que não completaram o ensino médio, o que pode comprometer o desenvolvimento social dos filhos, segundo estudos, mas este resultado, quando comparado às questões de atividades feitas dentro e fora de casa, a conversa com os amigos foi uma das alternativas mais citadas, o que indica que o desenvolvimento social não está sendo tão afetado no caso, uma provável justificativa pode ser o acesso a aparelhos de comunicação, como a TV e o rádio, presentes em quase 90% das casas.

Quanto à moradia, percebe-se que de acordo com o número de cômodos e de pessoas que vivem na mesma casa, esses dispõem de certa privacidade, o que lhes dá espaço para a prática de atividades individuais como são ver TV, ouvir música e momentos para conversar com amigos, esta última alternativa escolhida como a principal atividade feita fora de casa.



Quando observado o tipo de material esportivo que possuem em casa, vê-se que a bicicleta e a chuteira são os mais frequentes, provavelmente por questões mais ligadas à cultura.

Em relação aos espaços mais utilizados pelos jovens, a escolha pela quadra da escola pode estar ligada ao acesso mais fácil e à estrutura disponível que aí encontram.

Esse resultado se confirma quando comparado com as atividades sócio-culturais que praticam, onde a opção pela escola em turno oposto foi uma das maiores, ficando atrás apenas da atividade religiosa, a qual muitos se dedicam.

Quando observado o número de adolescentes que praticam algum esporte com orientação, o resultado mostra que menos da metade da amostra o fazem, com principal escolha pelo futebol e futsal seguidos pela musculação, e ainda têm como justificativa fundamental para a prática esportiva o prazer de executar alguma atividade física, seguidos pelos cuidados com saúde e estética.

De uma maneira geral, os seus hábitos de vida demonstram que as preferências ficam por conta de atividade como conversas, sendo pouco comuns as atividades esportivas e outras práticas sócio-culturais, nessa fase são mais variadas. Porém em relação à prática de atividades esportivas, fica claro que essa se torna menos relevante em seu cotidiano e com relação a isso é importante que esses sejam incentivados a uma vida mais participativa nesse termo.

Uma sugestão além do incentivo à prática de atividade física para os alunos dessa fase, é que a pesquisa seja feita com alunos de escolas dos diferentes bairros da cidade de Juazeiro do Norte para que se confirme se tais resultados são característicos da sua localização ou se são a observação de uma única região.

5.REFERÊNCIAS

ASSIS, Simone G; AVANCI, Joviana Quintes; OLIVEIRA, Raquel de Vasconcellos Carvalhaes de. **Desigualdades socioeconômicas e saúde mental infantil.** Rev. Saúde Pública vol.43 supl.1 São Paulo Aug. 2009.

BERGMAN, Gabriel Gustavo. **Crescimento somático, aptidão física relacionada a saúde e estilo de vida de escolares de 10 a 14 anos: um estudo longitudinal.** Rio Grande do Sul– UFRGS, 2009, Dissertação e Tese Programa de Pós Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS, 2009.

BURGOS, Miria Suzana; MULLER, Ademir; BURGOS, Leandro Tibiriçá; POHL, Hildegard Hedwig; REUTER, Cézane Priscila; GAYA, Adroaldo Cezar; MALFATTI, Carlos Ricardo Maneck. **Estilo de vida: lazer e atividades lúdico-desportivas de escolares de Santa Cruz do Sul.** Rev. bras. Educ. Fís. Esp. v.23 n.1 São Paulo mar. 2009

FERREIRA, Márcia de Assunção; ALVIM, Neide Aparecida Titonelli; TEIXEIRA, Maria Luiza de Oliveira; VELOSO, Raquel Coutinho. **Saberes de adolescentes: estilo de vida e cuidado à saúde.** Texto Contexto Enfermagem, Florianópolis, 2007 Abr-Jun; 16(2): 217-24.

FREITAS, Henrique; OLIVEIRA, Mírian; ZANELA, Amarolinda Costa; MOSCAROLA, Jean. **Método de pesquisa survey.** Disponível em: <http://sphinxbrasil.net.br/revista/wp-content/blogs.dir/7/files/2011/12/AR-GT-A-metodo-pesquisa-survey.pdf>. Acesso em 20 de junho de 2012.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, adolescentes e adultos.** 3ª edição, São Paulo: Editora Phorte – 2005.

MADUREIRA, Alberto Saturno; FONSECA, Silvio Aparecido; MAIA, Maria de Fátima M.. **Estilo de vida e atividade física habitual de professores de educação física.** Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, volume 5 Número1 p. 54-62 2003.



MATHIAS, Augusto; SANCHEZ, Renata Palma; ANDRADE, Miriam Mendonça Morato. **Incentivar hábitos de sono adequados: um desafio para os educadores.** Disponível em: <http://www.unesp.br/prograd/PDFNE2004/artigos/eixo10/incentivarhabitodososono.pdf>. Acesso em: 24 de junho de 2012.

Organização Mundial da Saúde. **Saúde do Adolescente.** Disponível em: http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/. Acesso em: 07 de Junho de 2012.

PIERON, Maurice. **Estilo de vida, prática de atividades físicas e esportivas, qualidade de vida.** Fitness & Performance Journal, volume 3, número 1, p. 10-17, 2004.

PITANGA, Francisco José Gondim. **Epidemiologia, atividade física e saúde.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v.10, n. 3, Julho 2002.

POLETTTO, Ângela Regina. **Hábitos de vida, estado nutricional, perfil de crescimento e aptidão física referenciada à saúde: subsídios para o planejamento de educação física e esportes na Escola Cidadã.** Rio Grande do Sul – UFRGS, 2001, Dissertação Programa de Pós Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS, 2001.

SOARES, Kelvin Nunes; KROEFF, Marcia Silveira; OELKE, Simone Adriana. **Perfil de desenvolvimento e hábitos de vida de crianças de 10 a 12 anos da rede municipal de ensino de Joinville – SC.** Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - N° 107 - Abril de 2007.

SOUZA, Luciano Dias de Mattos; MARAGALHONI, Tauana da Costa; QUINCOSES, Maiara Tavares; JANSEN, Karen; CRUZEIRO, Ana Luara Sica; ORES, Liliane; SILVA, Ricardo Azevedo da; PINHEIRO, Ricardo Tavares. **Bem-estar psicológico de jovens de 18 a 24 anos: fatores associados.** Cad. Saúde Pública vol.28 no.6 Rio de Janeiro jun. 2012.