



## **ANÁLISES E ASSOCIAÇÕES DO NÍVEL DE APTIDÃO E ATIVIDADE FÍSICA, TEMPO DE TELA, SAÚDE MENTAL E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES**

Posser, Aline P.<sup>1</sup>; Barbosa, Igor M.<sup>1</sup>; Rech, Eliana C.<sup>1</sup>; Hamad, Kassem O.<sup>1</sup>; Barbosa, Ariadine R.<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Grupo de Estudos em Excelência Esportiva e Manutenção da Saúde – Centro de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Santa Maria

E-mail: alineposser@hotmail.com

**Introdução:** Na adolescência, os casos de obesidade e sobrepeso, entre as possíveis explicações para essas ocorrências estão o menor deslocamento ativo e o uso excessivo de telas. O uso excessivo de telas também está associado a problemas de saúde mental em adolescentes, de modo que o uso exacerbado de telas tem impactado negativamente tais desfechos de saúde física e mental. **Objetivo:** Apresentar uma proposta de projeto que tem por finalidade verificar e relacionar o nível de aptidão e atividade física, tempo de tela, saúde mental e composição corporal de adolescentes. **Método:** Trata-se de um projeto de pesquisa de delineamento longitudinal, observacional e quantitativo. A amostra será formada por estudantes do Ensino Médio de cidades do Rio Grande do Sul. Para coleta de dados, serão utilizados os seguintes questionários: Questionário de Atividade Física para Adolescentes; Questionário de tecnologias portáteis e acesso à internet móvel; Questionário de Capacidades e de Dificuldades; Questionário adaptado *System for Observing Play and Recreation in Communities*. Para caracterização do nível socioeconômico será aplicado o Critério de Classificação Econômica Brasil-2021. Também serão aferidas medidas de massa corporal, estatura e circunferência da cintura para identificar a composição corporal, através do Índice de Massa Corporal e relação cintura-estatura, bem como avaliação da aptidão física com teste de sentar e alcançar para analisar a flexibilidade, teste de caminhada de 6 minutos para aptidão cardiorrespiratória e

teste de arremesso de *medicineball* para força explosiva de membros superiores. Dentre os objetivos específicos estão: avaliar o nível de aptidão e atividade física de adolescentes; analisar a distribuição percentual de adolescentes nas distintas classificações de composição corporal e risco cardiometabólico; verificar a distribuição percentual de adolescentes quanto ao status de saúde mental; identificar o tempo de uso de tecnologias dos adolescentes; relacionar as variáveis de nível de aptidão e atividade física, uso de tecnologias, saúde mental e composição corporal dos adolescentes; comparar o nível de aptidão e atividade física, uso de tecnologias, saúde mental e composição corporal de adolescentes ao longo de sua permanência no ensino médio e a posteriori.

**Resultados Esperados:** A partir da pesquisa, espera-se que sejam obtidos dados para fundamentar novas ações relacionadas com a promoção da saúde integral de adolescentes, bem como guiar as existentes de maneira assertiva. Isso pode implicar no investimento de recursos públicos de maneira eficiente e, a médio e longo prazo diante da efetividade das ações, os valores que são investidos para o tratamento de doenças podem ser mitigados.

**PALAVRAS-CHAVE:** estudantes; aplicativos móveis; estilos de vida e comportamento sedentário.