

## ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: PERCEPÇÃO SOBRE A OBESIDADE NA INFÂNCIA

Alan de Souza<sup>1</sup>

Francisco José Fornari Sousa<sup>2</sup>

### RESUMO

**Introdução:** Sedentarismo, nutrição inadequada e falta de espaços adequados são entre outros interferências na adoção de hábitos saudáveis. A educação física na escola tem papel de incentivar a todos que adotem estilos de vida positivos, prevenindo o aparecimento de diversas doenças. **Objetivo:** pesquisar a percepção dos alunos em relação à atividade física e a obesidade. **Metodologia:** pesquisa de campo, descritiva e diagnóstica, onde fizeram parte da amostra 30 alunos, com cerca de 10 e 12 anos, da Escola Básica Municipal Nossa Senhora da Penha do município de Lages, Santa Catarina. Como instrumento de coleta de dados, foi utilizado um questionário. Os dados foram analisados através de estatística básica (f e %) e apresentados na forma de tabelas. **Resultados:** A maioria pratica algum tipo de atividade física, na maioria dos casos são atividades ligadas a esportes e que são trabalhados nas aulas de Educação Física. Todos concordam da importância da prática da atividade física e sua relação com a saúde. A maioria participa das aulas de educação física. Contatou-se que a maioria dos alunos não possuem conhecimento acerca da obesidade infantil. Para a maioria dos alunos o tema obesidade infantil não é abordado nas escolas, mas poderia ser. Os alunos dão ênfase na prática de atividades físicas e em um estilo de alimentação saudável como forma de contribuir para uma vida mais saudável. **Conclusão:** A percepção dos alunos em relação à atividade física e a obesidade é a de que todos concordam sobre a importância da prática de exercícios e sua relação com a saúde. Constatou-se que a maioria dos alunos não possuem conhecimento acerca da obesidade infantil e que gostariam que o tema fosse abordado nas escolas.

**Palavras-chave:** Educação Física. Atividade Física. Saúde.

---

<sup>1</sup> Acadêmico do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST.

<sup>2</sup> Prof. Coordenador de curso e da disciplina de TCC II do Centro Universitário UNIFACVEST.

## PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH: PERCEPTION ABOUT CHILD OBESITY

Alan de Souza<sup>1</sup>

Francisco José Fornari Sousa<sup>2</sup>

### ABSTRACT

**Introduction:** Physical inactivity, inadequate nutrition and lack of adequate spaces are among other interferences in the adoption of healthy habits. Physical education at school has the role of encouraging everyone to adopt positive lifestyles, preventing the onset of various diseases. **Objective:** To research students' perceptions regarding physical activity and obesity. **Methodology:** field research, descriptive and diagnostic, which included 30 students, aged 10 and 12 years, from the Municipal Primary School of Our Lady of Penha Lages, Santa Catarina. As a data collection instrument, a questionnaire was used. Data were analyzed using basic statistics (f and %) and presented as tables. **Results:** Most practice some type of physical activity, in most cases are activities related to sports and that are worked in physical education classes. Everyone agrees on the importance of physical activity and its relationship with health. Most participate in physical education classes. It was found that most students are unaware of childhood obesity. For most students the issue of childhood obesity is not addressed in schools, but it could be. Students emphasize physical activity and a healthy eating style as a way to contribute to a healthier life. **Conclusion:** Student's perception of physical activity and obesity is that they all agree on the importance of exercise and its relationship to health. It was found that most donated students are unaware of childhood obesity and would like to be addressed at school.

**Keywords:** Physical Education. Physical activity. Health.

## **1. INTRODUÇÃO**

Como futuros profissionais de Educação Física devemos acreditar que abordar o tema obesidade dentro das escolas pode contribuir para a prevenção desta e diversas outras doenças, além de ajudar na melhoria da qualidade de vida.

Após aprofundar-se sobre o assunto abordado, foi destacado que a obesidade é uma doença que afeta grande parte da população. Por isso, trabalhar a prevenção da Obesidade nas escolas, com a ajuda dos profissionais de educação física, pode ajudar a diminuir consideravelmente os números de crianças e adolescentes com sobrepeso no futuro.

O artigo em questão tem como finalidade tratar sobre a atividade física relacionada a saúde com ênfase no conhecimento sobre a obesidade infantil.

Portanto, enfatizar sobre o tema Obesidade Infantil se faz importante, pelo intuito de alertar as crianças e adolescentes sobre os riscos que essa doença pode trazer a curto e longo prazo às suas vidas, e, visar uma contribuição significativa para a melhoria da qualidade de vida, objetivando a diminuição e prevenção dessa doença.

## **2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

No Brasil a Educação Física teve origem a partir da miscigenação cultural envolvendo os índios, os brancos, negros e demais imigrantes, segundo as necessidades e fontes aprimoradas das atividades físicas. Por outro lado há registros que a disciplina educação física teve início em nosso país lá pela metade do século XIX ainda no regime do Brasil império através da legislação que determinava a ginástica no desenho curricular do ensino escolar. Foi apenas da década de 90 do século XX foi que a atividade física passou a ter status ampliado no seio de nossa sociedade até os dias atuais (AGUIAR, 2016).

A Educação Física, no decorrer de sua história, passou por diversas mudanças no seu contexto educacional. Hoje em dia, diante da modernidade e dos avanços tecnológicos, a necessidade de se enfatizar sobre a prática de atividades físicas relacionadas à saúde toma um espaço importante a ser trabalhado no âmbito escolar.

A Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018, p. 213) enfatiza a Educação Física como: “[...] um meio de enriquecer experiências lúdicas, sociais e também emotivas, dando acesso a um vasto universo cultural, oferecendo aos alunos a experiência das práticas corporais, levando-os aos contextos de lazer e saúde a que estão inseridos [...]”.

A Educação Física constitui-se em diferentes objetivos, relacionados muitas vezes à

saúde, prática de atividades físicas e auxílio na qualidade de vida. Nesse caso, portanto, a Educação Física escolar tem o papel de auxiliar àquelas crianças que estão com sobrepeso, além de contribuir para que aquelas que não estão acima do peso engordem, partindo de atividades físicas orientadas, juntamente com uma reeducação alimentar (LOURENÇO, 2015).

A Educação Básica deve visar à formação e ao desenvolvimento humano global, o que implica compreender a complexidade e a não linearidade desse desenvolvimento, conforme destaca a Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

Segundo Meirelles e Gomes (2004), podemos caracterizar a obesidade como uma doença que se dá por um desequilíbrio entre a ingestão alimentar e o gasto energético, o que leva a entendermos que isso acontece pela pouca prática de atividade física relacionada ao consumo alimentar.

Essa doença vem sendo cada vez mais diagnosticada no mundo inteiro pelo fato de que as pessoas estão adquirindo um estilo de vida sedentário, e normalmente, está incluso nesse processo a alimentação inadequada. Esses fatores são grandes agravantes para o risco de se adquirir a Obesidade (SANCHO, 2006).

Na infância, essa doença vem crescendo cada vez mais, o que nos leva a refletir e discutir sobre a falta de informações desse tema entre as crianças e adolescentes. De acordo com Lourenço (2015), destacar os riscos que essa doença pode acarretar para eles e tratar sobre as melhores formas de prevenção e controle da obesidade são aspectos que podem ser desenvolvidos e colaborar para que os níveis dessa doença possam diminuir.

A Obesidade é um fator que vem aumentando descontroladamente no mundo inteiro. Estima-se que, no Brasil, uma a cada três crianças sofrem de sobrepeso. Esses dados revelam que a questão da obesidade se tornou um problema público de saúde (TOURINHO, 2018).

Gerar uma reflexão sobre o assunto para que os profissionais de Educação Física venham a utilizar seus conhecimentos de sua formação acadêmica no auxílio da comunidade e melhorando a qualidade de vida de seus alunos é muito importante, dado o crescente aumento dessa doença.

Então, compreender o cenário em que vivemos nos dias de hoje é relevante para que possamos reagir de maneira significativa a fim de colaborar para a prevenção de doenças e outros problemas como os destacados anteriormente.

Hoje, com base nos estudos sobre o tema, torna-se muito importante a intervenção do tema Obesidade nas escolas. Com o crescente aumento dessa doença na infância, enfatizá-lo e criar medidas alternativas com a intenção de prevenir a mesma, recomendando algumas

estratégias para desenvolver na sala de aula, deve ser ressaltado e abordado o mais depressa possível.

### **3. METODOLOGIA**

Segundo Gil (1999), podemos definir a palavra pesquisa como um processo no qual se tem por objetivo, a partir de um conteúdo específico, adquirir respostas para problemas definidos, baseados em métodos sistematizados e formal.

Foi realizado uma pesquisa de campo descritiva e diagnóstica, onde foi feito uma análise dos resultados obtidos e posteriormente um registro e uma interpretação nele aplicados.

A amostra dessa pesquisa, fez parte 30 alunos entre 10 e 12 anos do 5º ano da Escola Básica Municipal Nossa Senhora da Penha, situada no município de Lages, Santa Catarina. Essa amostra foi determinada de acordo com a facilidade de acesso à essa instituição e aos alunos para a fundamentação de tal pesquisa.

Para instrumento de coleta de dados, foi utilizado um questionário com seis questões fechadas e duas questões abertas, totalizando 8 questões embasadas no tema do projeto. Esse questionário foi aprovado por 3 profissionais docentes do Centro Universitário UNIFACVEST.

Os dados coletados nessa pesquisa foram então analisados e distribuídos através de estatística básica e os resultados demonstrados por meio de tabelas. Cada questão foi por fim analisada e salientada com base em autores do tema.

Este projeto é aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), número do parecer 3.706.108.

#### **3.1 Análise e discussão de dados**

Com base nas questões aplicadas no questionário, sobre o tema Obesidade Infantil na Educação Física Escolar, a amostra apresentou os seguintes resultados:

Questionados se praticavam atividade física regularmente, e quais seriam essas atividades, obteve-se as seguintes respostas: (cada aluno será representado pela letra A, seguindo de um número sequencialmente).

A1: “Jogar bola na rua, brincar de esconde-esconde, bicho pega.”

A2: “Não.”

- A3: “Caminhar.”
- A4: “Jogar futebol.”
- A5: “Sim, andar de bicicleta.”
- A6: “Sim, ando de bike.”
- A7: “Jogar futebol.”
- A8: “Sim, futebol.”
- A9: “Não.”
- A10: “Polichinelos, ando de bike, jogo bola.”
- A11: “Sim, vôlei, futebol, corrida.”
- A12: “Sim.”
- A13: “Não.”
- A14: “Ciclismo.”
- A15: “Sim, ando de bicicleta.”
- A16: “Ciclismo.”
- A17: “Sim, vôlei.”
- A18: “Sim, futebol.”
- A19: “Sim, andar de bike.”
- A20: “Sim, ando de bicicleta e jogar futebol.”
- A21: “Sim, futebol e vôlei.”
- A22: “Sim, andar de bicicleta.”
- A23: “Correr.”
- A24: “Caminhar.”
- A25: “Não.”
- A26: “Não.”
- A27: “Futebol e bicicleta.”
- A28: “Sim, agachamento e alongar.”
- A29: “Bicicleta e natação.”
- A30: “Sim, ando de bicicleta.”

Podemos observar, através das respostas levantadas na pesquisa, que a maioria pratica algum tipo de atividade física, na maioria dos casos são atividades ligadas a esportes e desses esportes muitos são trabalhados nas aulas de Educação Física.

Silveira (2017) destaca que: “[...] qualquer atividade física traz benefícios. O mais importante é que a criança se mexa e que a atividade física seja lúdica. Uma boa estratégia, para a formação deste hábito, associa-se às preferências expressas pelos praticantes [...]”

A tabela 1, referente à questão 2 do questionário, que questionava aos alunos se consideravam importante praticar atividades físicas nas aulas de Educação Física, todos (n=30; 100%) responderam “Sim.”

**Tabela 1. Na sua opinião, é importante praticar atividades físicas nas aulas de Educação Física?**

	f	%
Sim	30	100%
Não	0	0%
Parcialmente	0	0%
Total	30	100%

Fonte: Dados da pesquisa.

Os resultados da tabela 1 apontam que todos os alunos entrevistados acham importante praticar atividades físicas nas aulas de Educação Física.

A relação entre a atividade física e saúde em crianças e adultos levará a uma melhoria indireta da saúde no estado adulto. De acordo com Maia (2001), esta relação vai, assim, convergir no que foi referido anteriormente sobre o benefícios da atividade física na prevenção de várias doenças favorecendo a manutenção de um estado saudável.

De acordo com a questão 3 do questionário, apresentada na tabela 2, que indagava aos alunos se as atividades físicas poderiam ajudar para melhorar a sua saúde, mostrou os seguintes resultados: (n=30; 100%) responderam “Sim”,

**Tabela 2. Você acha que as atividades físicas podem ajudar para melhorar a sua saúde?**

	f	%
Sim	30	100%
Não	0	0%
Parcialmente	0	0%
Total	30	100%

Fonte: Dados da pesquisa.

Obteve-se na tabela 2 resultados que revelam que todos os alunos acreditam que as atividades físicas podem sim ajudar na melhoria da saúde dos mesmos.

Vieira (2013) dá ênfase que a atividade física regular promove o crescimento e o desenvolvimento saudável de crianças e jovens, assim como aumenta a confiança a autoestima e os sentimentos de realização.

A tabela 3, que discorre quanto à questão 4 do questionário, onde interrogava aos entrevistados se participavam regularmente das atividades propostas pelo professor, obteve-se

os seguintes resultados: (n=24; 80%) responderam “Sim” e (n=6, 20%) responderam “Parcialmente.”

**Tabela 3. Você participa regularmente das atividades propostas pelo professor durante as aulas?**

	f	%
Sim	24	80%
Não	0	0%
Parcialmente	6	20%
Total	30	100%

Fonte: Dados da pesquisa.

Podemos ver que dos alunos entrevistados na pesquisa, oitenta por cento participam regularmente das atividades propostas pelo professor durante as aulas, que revela que a maioria dos alunos está praticando as atividades impostas pelo professor, assim certamente levam uma vida mais saudável.

Afirma-se que o professor de Educação Física deve incentivar a prática constante, correta e regular do exercício físico por parte do aluno, e não somente no período em que esse se encontra na escola, mas, sim, sempre, para a sua vida toda (GOULART, 2017).

A tabela 4, referente à questão 5 do questionário, que questiona os alunos quanto à importância de praticar atividades físicas nas aulas de educação física, obteve-se os seguintes resultados: (n=5; 16,7%) responderam “Sim”, (n=21; 70%) responderam “Não”, e (n=4; 13,3%) responderam “Parcialmente”.

**Tabela 4. Você tem conhecimento sobre o tema obesidade infantil?**

	f	%
Sim	5	16,7%
Não	21	70%
Parcialmente	4	13,3%
Total	30	100%

Fonte: Dados da pesquisa.

Através do resultado da questão 5 a maioria, setenta por cento não tem conhecimento sobre o tema Obesidade infantil, representando um número significativo que leva a perceber o quanto está defasado a abordagem dos temas dentro do ambiente escolar.

Ademais, enfatizar os riscos que a Obesidade Infantil pode causar em crianças e adolescentes, além de salientar sobre as melhores formas de prevenção e controle dessa doença são aspectos que podem ser desenvolvidos e podem colaborar para que os níveis da

mesma possam diminuir (LOURENÇO, 2015).

A tabela 5 que se refere ao questionamento dos alunos quanto à importância de praticar atividades físicas nas aulas de educação física, obteve-se os seguintes resultados: (n=6; 20%) responderam “Sim”, (n=19; 63,3%) responderam “Não”, e (n=5; 16,7%) responderam “Parcialmente”.

**Tabela 5. No seu ponto de vista, a escola aborda o tema obesidade infantil junto aos alunos?**

	f	%
Sim	6	20%
Não	19	63,3%
Parcialmente	5	16,7%
Total	30	100%

Fonte: Dados da pesquisa.

Podemos ver através das respostas dos entrevistados que cerca de sessenta e três por cento não vê a escola abordando o tema obesidade infantil junto aos alunos. Isso pode revelar que provavelmente o tema abordado não vem sendo discutido de maneira satisfatória no ambiente escolar.

Conforme a Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018, p.14) retrata que:

[...] a Educação Básica deve visar à formação e ao desenvolvimento humano global, o que implica compreender a complexidade e a não linearidade desse desenvolvimento, rompendo com visões reducionistas que privilegiam ou a dimensão intelectual (cognitiva) ou a dimensão afetiva. Significa, ainda, assumir uma visão plural, singular e integral da criança, do adolescente, do jovem e do adulto – considerando-os como sujeitos de aprendizagem – e promover uma educação voltada ao seu acolhimento, reconhecimento e desenvolvimento pleno, nas suas singularidades e diversidades. Além disso, a escola, como espaço de aprendizagem e de democracia inclusiva, deve se fortalecer na prática coercitiva de não discriminação, não preconceito e respeito às diferenças e diversidades.

A tabela 6, referente à questão 7 do questionário, que questiona os alunos quanto à importância de praticar atividades físicas nas aulas de educação física, obteve-se os seguintes resultados: (n=28; 93,4%) responderam “Sim”, (n=1; 3,3%) responderam “Não”, e (n=1; 3,3%) responderam “Parcialmente.”

Através das respostas obtidas na questão 6, cerca de noventa e três por cento dos alunos acham importante o tema obesidade infantil no ambiente escolar ser trabalhado nas aulas de educação física.

O local para ser melhor abordado o tema obesidade infantil junto às crianças e adolescentes é a escola, pois é este o local mais acessível e onde deve-se oferecer educação direcionada à saúde. (CORNACHIONI; ZADRA; VALENTIM, 2011 apud MARQUES;

GAYA, 1999).

**Tabela 6. Na sua opinião, você acha o tema Obesidade Infantil importante para ser trabalhado no ambiente escolar e nas aulas de Educação Física?**

	f	%
Sim	28	93,4%
Não	1	3,3%
Parcialmente	1	3,3%
Total	30	100%

Fonte: Dados da pesquisa.

A última questão do questionário, onde perguntava sobre as formas que poderiam contribuir para ter uma vida mais saudável, os alunos responderam: (cada aluno será representado pela letra A, seguindo de um número sequencialmente).

A1: “Comer frutas, praticar esportes, fazer exercício.”

A2: “Fazendo exercício.”

A3: “Praticar exercício.”

A4: “Praticando atividade física e se alimentar bem.”

A5: “Exercício, boa alimentação.”

A6: “Fazer as atividade física.”

A7: “Fazer atividade física, comer saudavelmente.”

A8: “Praticar exercícios, comer fruta.”

A9: “Fazer exercícios, comer saladas frutas tudo que seja in natura.”

A10: “Fazer exercícios.”

A11: “Me alimentando melhor.”

A12: “Fazendo atividade física.”

A13: “Fazendo atividades físicas.”

A14: “Fazer atividades físicas.”

A15: “Praticando em atividades físicas.”

A16: “Praticando educação física, etc.”

A17: “Praticando atividades físicas, comer comidas saudáveis.”

A18: “Praticando atividades físicas.”

A19: “Fazer exercícios.”

A20: “Fazer atividades físicas.”

A21: “Fazendo atividades físicas e se alimentando bem.”

A22: “Fazendo atividade física e não comendo muita gordura.”

A23: “Fazer vários esportes e se alimentar bem.”

A24: “Exercício, comidas saudáveis.”

A25: “Praticar atividade física, comidas saudáveis.

A26: “Não comer muitos doces, comer coisas saudáveis.”

A27: “Atividade física.”

A28: “Sim.”

A29: “Comer menos alimentos ultraprocessados.”

A30: “Comer legumes, frutas, saladas e mais atividades físicas.”

Conforme os resultados obtidos nessa questão podemos observar que os alunos entrevistados dão muita ênfase na prática de atividades físicas e em um estilo de alimentação saudável.

Giugliano e Carneiro (2004, p.18): “[...] evidenciam que o aumento da atividade física é um fator importante para a diminuição da obesidade, onde auxilia no aumento da massa magra e na quebra da gordura corporal.”

#### **4. CONCLUSÃO**

A percepção dos alunos em relação à atividade física e a obesidade é a de todos concordam sobre a importância da prática da atividade física e sua relação com a saúde. A maioria participa das aulas de educação física e procura ter um estilo de vida ativo.

Constatou-se que a maioria dos alunos não possuem conhecimento acerca da obesidade infantil e que gostaria que o tema fosse abordado nas escolas.

Os alunos dão ênfase na prática de atividades físicas e em um estilo de alimentação saudável como forma de contribuir para uma vida mais saudável.

Pode-se concluir que o tema Obesidade Infantil ainda não é um assunto muito assíduo dentro do ambiente escolar, apesar de ter muita importância visando à qualidade de vida dos alunos, desde a fase inicial de suas vidas até a vida adulta.

Levando em consideração todos os benefícios que as atividades físicas juntamente com alimentação adequada podem proporcionar à saúde de crianças e adolescentes, e tendo em vista que este tema é de pouco conhecimento por parte do grupo de alunos entrevistados, faz-se necessário uma abordagem mais eficaz dentro das escolas, já que este é o local apropriado para oferecer educação para saúde.

É importante retratar o tema obesidade infantil baseado nos inúmeros riscos que esta doença pode acarretar na vida das crianças e adolescentes, buscando atentar sobre as formas

de prevenção e conscientização da mesma, com o intuito de minimizá-la com o auxílio do profissional de educação física.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, Francisco de Paula Melo. **Educação Física, Mídia E Obesidade Infantil-Juvenil.** Disponível em:

<<https://books.google.com.br/books?id=vQxyDwAAQBAJ&pg=PP70&dq=obesidade+infantil+e+educa%C3%A7%C3%A3o+fisica&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwiO7Nfztv71AhUqvlkKHfEjDo0Q6AEINzAC#v=onepage&q=obesidade%20infantil%20e%20educa%C3%A7%C3%A3o%20fisica&f=false>> Acessado em: 20 de Novembro de 2019.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular.** Disponível em:

<[http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_EI\\_EF\\_110518\\_versaofinal\\_site.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf)> Acessado em: 30 de abril de 2019.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais.** Disponível em:

<<https://cptstatic.s3.amazonaws.com/pdf/cpt/pcn/volume-10-5-temas-transversais-saude.pdf>> Acessado em 21 de Novembro de 2019.

CORNACHIONI, Tatiana Müller; ZADRA, Jiane Cristina Masson; VALENTIM, Andréia. **A obesidade infantil na escola e a importância do exercício físico.** Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd157/a-obesidade-infantil-na-escola.htm>> Acessado em: 26 de Novembro de 2019.

FARIAS, Gelcemar Oliveira; NASCIMENTO, Juarez Vieira do. **Educação Física, saúde e esporte: novos desafios à Educação Física.** Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=9Dt4DwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=educa%C3%A7%C3%A3o+f%C3%ADsica+e+sa%C3%BAde&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwiP7ua56bziAhXzDrkGHT7fB3UQ6AEINTAD#v=onepage&q&f=false>>. Acessado em: 25 de maio de 2019.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** São Paulo: Atlas, 1999.

GOULART, Antonio Roberto. **Atividades diversificadas na educação física escolar: aulas teóricas e ginástica localizada.** Disponível em:

<<https://books.google.com.br/books?id=jpxMDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=aulas+de+educa%C3%A7%C3%A3o+fisica&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwiRqJyC24jmAhWkA9QKHbsuAAUQ6AEIKDAA#v=onepage&q&f=false>> Acessado em 21 de Novembro de 2019.

GIUGLIANO, Rodolfo; CARNEIRO, Elizabeth C. **Fatores associados à obesidade em escolares.** Jornal de Pediatria. Disponível em: <<http://www.jped.com.br/conteudo/04-80-01-17/port.pdf>> Acessado em: 26 de Novembro de 2019.

LOURENÇO, Margarida. **Obesidade Infantil: prevenir é a melhor opção.** (2015) Disponível em:

<[https://books.google.com.br/books?id=kPDrCQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=OBESIDADE+INFANTIL&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwj4\\_ShofvhAhVLK7kGHZFeCpUQ6AEIKDAA#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.br/books?id=kPDrCQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=OBESIDADE+INFANTIL&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwj4_ShofvhAhVLK7kGHZFeCpUQ6AEIKDAA#v=onepage&q&f=false)> Acessado em: 18 Abril 2019.

MEIRELLES, M. C.; GOMES, C. S. P. **Efeitos agudos da atividade contra-resistência sobre o gasto energético:** revisitando o impacto das principais variáveis. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922004000200006>> Acessado em: 26 de maio de 2019.

RODRIGUES, Renato; GONÇALVES, José Correa. **Procedimentos de metodologia científica.** 8. ed. Lages, SC.: PAPERVEST, 2017.

SANCHO, Teresa Sofia. **Obesidade Infantil:** prevenção. 2006. Disponível em: [https://www.janela-aberta-familia.org/sites/janela-aberta-familia.org/files/publicacoes/texto\\_obesidade\\_infantil.pdf](https://www.janela-aberta-familia.org/sites/janela-aberta-familia.org/files/publicacoes/texto_obesidade_infantil.pdf). Acessado em: 26 de maio de 2019.

SILVEIRA, Maria das Graças Garcez. **Prevenção da obesidade e de doenças do adulto na infância.** Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=y9g1DwAAQBAJ&pg=PT151&dq=atividade+f%C3%ADsica+na+inf%C3%A2ncia&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwiOvMrju4vmAhWuIbkGHf6kBNMQ6AEIMDAB#v=onepage&q=atividade%20f%C3%ADsica%20na%20inf%C3%A2ncia&f=false>> Acessado em: 20 de Novembro de 2019.

TOURINHO, Hugo Filho. **Jornal da USP.** Disponível em: <<https://jornal.usp.br/atualidades/obesidade-atinge-35-das-criancas-brasileiras/>>. Acessado em: 30 de abril de 2019.

VIEIRA, Alexandre. **Manual da saúde:** 150 perguntas e respostas sobre exercício e vida saudável. Summus Editorial. 2014. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=WCLNAAQBAJ&pg=PT41&dq=atividade+fisica+auxiliando+na+saude&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwj7pYeQ1YjmAhXMFLkGHQ5TAEgQ6AEIKDAA#v=onepage&q&f=false>> Acessado em: 21 de Novembro de 2019.

Bom dia,

Sou acadêmico(a) do Centro Universitário UNIFACVEST, do Curso de Educação Física e venho através desta convidá-lo (lá) para participar de uma pesquisa científica intitulada “**Obesidade Infantil na Educação Física Escolar**”.

A justificativa da realização da mesma é desenvolver uma pesquisa com fins de TCC II (Trabalho de Conclusão de Curso II). A participação na pesquisa não trará nenhum risco ou desconforto para o participante.

Sua participação é voluntária e caso você aceite participar, solicita-se a permissão para a realização de um questionário que se realizará nesta unidade de ensino, sendo que apenas (o) a pesquisador (a) terá acesso direto aos dados. Também, informa-se que a qualquer momento o (a) senhor (a) pode desistir da participação da mesma. Os responsáveis pela pesquisa estarão sempre à disposição para tirar dúvidas, em qualquer etapa da pesquisa.

No mesmo pedido, requerer-se a autorização para o uso dos dados para elaboração de artigos técnicos e científicos. A privacidade será mantida através da omissão dos dados pessoais nas publicações.

#### TERMO DE CONSENTIMENTO

Eu, \_\_\_\_\_ aceito participar da pesquisa intitulada “**Obesidade Infantil na Educação Física Escolar**” Considero-me informado(a), e declaro que recebi de forma clara e objetiva todas as explicações pertinentes ao projeto, e que todos os dados a meu respeito serão mantidos em sigilo. Declaro também que fui informado(a) sobre a possibilidade de desistir da participação da referida pesquisa a qualquer momento, sem prejuízo ou dano.

Assinatura \_\_\_\_\_ Lages, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**Orientador:** Prof. Msc Francisco José Fornari Sousa CREF 3978G-SC

E-mail: fsfornari@gmail.com

Tel – (49) 998363150

**Acadêmico:** Alan de Souza

Rua: Euclides da Cunha N°: 163 Bairro: Caravaggio CEP: 88509-490

E-mail: alandesouza1996@outlook.com

Tel – (49) 999627113

#### QUESTIONÁRIO – Obesidade Infantil na Educação Física Escolar

1- Você pratica alguma atividade física regularmente? Qual?

2- Na sua opinião, é importante praticar atividades físicas nas aulas de Educação Física?

( ) Sim ( ) Não ( ) Parcialmente

3- Você acha que as atividades físicas podem ajudar para melhorar a sua saúde?

( ) Sim ( ) Não ( ) Parcialmente

4- Você participa regularmente das atividades propostas pelo professor durante as aulas?  
(  ) Sim                    (  ) Não                    (  ) Parcialmente

5- Você tem conhecimento sobre o tema obesidade infantil?  
(  ) Sim                    (  ) Não                    (  ) Parcialmente

6- No seu ponto de vista, a escola aborda o tema obesidade infantil junto aos alunos?  
(  ) Sim                    (  ) Não                    (  ) Parcialmente

7- Na sua opinião, você acha o tema Obesidade Infantil importante para ser trabalhado no ambiente escolar e nas aulas de Educação Física?  
(  ) Sim                    (  ) Não                    (  ) Parcialmente

8- De que forma você acha que pode contribuir para ter uma vida mais saudável?

---

**ATA DE APRESENTAÇÃO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II – TCC II  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA 2019/2**

Aos 18 dias do mês de Dezembro de 2019 foi realizada sessão de apresentação de TCC II (artigo científico) do Curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST, habilitação em Licenciatura, com o acadêmico(a): ALAN DE SOUZA  
Com o título: ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: PERCEPÇÃO SOBRE A OBESIDADE

NA INFÂNCIA

Professor orientador: Francisco José Fornari Sousa CREF 3978G/SC.

Banca professor: ADRIANA LETICIA RODRIGUES FAGUNDES<sup>1</sup>

Banca professor: \_\_\_\_\_<sup>2</sup>

*Adriana Fagundes*

CRITÉRIOS PARA AVALIAÇÃO DA REDAÇÃO DO ARTIGO			
ITENS	PONTOS OU CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	PESO	NOTA
1	Importância do tema e justificativa	0,5	0,5
2	Definição dos propósitos - objetivos do trabalho	0,5	0,5
3	Nível de levantamento dos dados, bem como os procedimentos para levantamento de dados e sua análise e conclusão	1,0	1,0
4	Embasamento teórico e utilização de conceitos e propostas de outros estudiosos e autores	1,0	1,0
5	Aplicabilidade prática do estudo e prováveis resultados	3,0	2,5
6	Conclusões e recomendações (dos acadêmicos)	3,0	2,5
7	Bibliografia consultada	0,5	0,5
8	Metodologia e obediência às normas	0,5	0,5
<b>NOTA GLOBAL DO TRABALHO ESCRITO</b>		<b>10</b>	<b>9,0</b>

CRITÉRIOS PARA AVALIAÇÃO DA APRESENTAÇÃO - DEFESA ORAL			
ITENS	PONTOS OU CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	PESO	SUA NOTA
1	Planejamento, organização e sequência da apresentação do conteúdo do trabalho/relatório	2,5	2,5
2	Concatenação e argumentação lógica uso de citações e exemplos.	2,5	2,5
3	Clareza e segurança nas respostas à indagações.	2,5	2,5
4	Domínio de recursos audiovisuais e controle do tempo de duração	2,5	2,5
<b>NOTA GLOBAL DO TRABALHO</b>		<b>10</b>	<b>10</b>

SOMÁTORIA DAS AVALIAÇÕES DA REDAÇÃO E DEFESA ORAL		
TRABALHO ESCRITO (REDAÇÃO)	APRESENTAÇÃO (DEFESA ORAL)	<sup>3</sup> NOTA FINAL DO ARTIGO
NOTA X 0,6 = <u>5,4</u>	NOTA X 0,4 = <u>4,0</u>	$\Sigma$ RED + APRES ORAL = <u>9,5</u>

*[Assinatura]*  
 Coordenador do Curso de Educação Física  
 Centro Universitário UNIFACVEST  
 Prof. Francisco José Fornari Sousa CREF 3978-G/SC

*Alan de Souza*  
 Acadêmico(a)



<sup>1</sup> Os professores participantes das bancas estão em seus horário de aula, conforme horário (2019\_2) e são convidados a participarem da apresentação.

<sup>2</sup> Os professores participantes das bancas estão em seus horário de aula, conforme horário (2019\_2) e são convidados a participarem da apresentação.

<sup>3</sup> A nota final da disciplina de TCC II leva em consideração as fases de sua construção, os prazos de entrega e as orientações recebidas durante todo o semestre.



centro universitário  
**unifacvest**

---

### DECLARAÇÃO DE INEXISTÊNCIA DE PLÁGIO

(Prática ilegal de apropriar-se da obra de terceiros sem autorização e sem a referência devida)

TÍTULO: Atividade Física e Saúde: Percepção sobre a Obesidade na Infância

ALUNO: Alan de Souza

ORIENTADOR: **Francisco José Fornari Sousa**

Eu Alan de Souza, CPF 093-647-019-41,  
CI \_\_\_\_\_, declaro que, com exceção das citações diretas e indiretas  
claramente indicadas e referenciadas, este trabalho foi escrito por mim e portanto  
não contém plágio. Eu estou consciente que a utilização de material de terceiros  
incluindo uso de paráfrase sem a devida indicação das fontes será considerado  
plágio, e estará sujeito as sanções legais.

Lages, 25 de novembro de 2019

Alan de Souza

**DECLARAÇÃO DE RECEBIMENTO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE  
CURSO (TCC) PELA BIBLIOTECA CENTRAL**

**Aluno:** Alan de Souza

**Curso:** Educação Física

**Título do Trabalho:** Atividade Física e Saúde: Percepção sobre a Obesidade na Infância

**Local:** Lages, SC.

**Data:** 05 de Dezembro de 2019.

Declaro que autorizo a disponibilização on-line de meu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) na Base de Dados de TCCs da UNIFACVEST.

Alan de Souza

Alan de Souza

Data 05 / 12 / 19