

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFACVEST
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
ALEX SANDRO DOS SANTOS JÚNIOR

**RELAÇÃO DO TEMPO DE EXPOSIÇÃO AS TELAS E O IMC EM ESCOLARES DE
6 E 7 ANOS DE IDADE**

LAGES, SC

2022

ALEX SANDRO DOS SANTOS JÚNIOR

**RELAÇÃO DO TEMPO DE EXPOSIÇÃO AS TELAS E O IMC EM ESCOLARES DE
6 E 7 ANOS DE IDADE**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Centro Universitário UNIFACVEST como parte dos requisitos para a obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Aluno: Alex Sandro dos Santos Júnior.

Coorientador: Francisco José Fornari Sousa.

LAGES, SC

2022

ALEX SANDRO DOS SANTOS JÚNIOR

**RELAÇÃO DO TEMPO DE EXPOSIÇÃO AS TELAS E O IMC EM ESCOLARES DE
6 E 7 ANOS DE IDADE**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Centro Universitário UNIFACVEST como parte dos requisitos para a obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Aluno: Alex Sandro dos Santos Júnior.

Coorientador: Francisco José Fornari Sousa.

Lages, SC __ / __ /2022. Nota: _____

(data de aprovação)

(assinatura do orientador do trabalho)

Coordenador Francisco José Fornari Sousa

RELAÇÃO DO TEMPO DE EXPOSIÇÃO AS TELAS E O IMC EM ESCOLARES DE 6 E 7 ANOS DE IDADE

SANTOS JÚNIOR, Alex Sandro dos¹

SOUSA, Francisco José Fornari²

RESUMO

Introdução: Foram investigadas as influências das tecnologias na inclinação dos alunos a obesidade infantil. **Objetivo:** Analisar a relação entre o tempo gasto em frente às telas e o IMC de escolares do Ensino Fundamental I. **Metodologia:** Pesquisa de campo descritiva e diagnóstica. Fizeram parte da amostra 3 turmas com faixa etária de 6 e 7 anos de idade, totalizando 38 alunos, na fase dos anos iniciais do Ensino Fundamental I em 3 escolas, sendo 2 municipais e 1 estadual em Lages SC. Como instrumento de coleta de dados foi aplicado um questionário previamente validado por 3 profissionais com experiência na área. Foram respeitados os protocolos de segurança da pandemia de Covid-19. Os dados foram analisados através de estatística básica (f e %) estão apresentados na forma de tabelas. **Resultados:** Os meninos possuem um percentual maior somando as idades e em cada idade que possuem TV no quarto. Levando em conta toda a amostra (n=38) 39,5% das crianças possuem TV no quarto. Em relação a toda a amostra 81,6% dos pais ou responsáveis responderam que controlam o tempo de exposição às telas. Levando em consideração toda a amostra, 47,4% praticam atividades extra curriculares. Os dados mostram que a maioria da amostra total não pratica atividades extra curriculares. Em relação a toda a amostra (meninos e meninas e independentemente da idade) a maioria (n=22, 58%) se encontra na ZS em relação ao IMC e (n=17, 42%) na ZR. **Conclusão:** O acesso as mídias e a participação em atividades de contra turno escolar sugerem uma relação com os resultados do IMC.

Palavras-chave: Obesidade escolar. Educação infantil. Tecnologia.

¹ Acadêmico do curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST. E-mail: alex.junior.aluno@unifacvest.edu.br.

² Prof. Orientador do curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST. E-mail: prof.francisco.fornari@unifacvest.edu.br.

RELATIONSHIP BETWEEN SCREEN EXPOSURE TIME AND IMC IN 6- AND 7-YEAR-OLD CHILDREN

SANTOS JÚNIOR, Alex Sandro dos
SOUSA, Francisco José Fornari

ABSTRACT

Introduction: The influences of technologies on students' inclination to childhood obesity were investigated. **Objective:** To analyze the relationship between the time spent in front of screens and the BMI of elementary school students. **Methodology:** Descriptive and diagnostic field research. Three classes with ages between 6 and 7 years old were part of the sample, totalizing 38 students, in the initial years of the Elementary I Teaching in 3 schools, being 2 municipal and 1 state school in Lages, SC. As an instrument for data collection, a questionnaire previously validated by three professionals with experience in the area was applied. The Covid-19 pandemic safety protocols were followed. The data were analyzed using basic statistics (f and %) and are presented in the form of tables. **Results:** Boys have a higher percentage summing the ages and at each age that have TV in the bedroom. Considering the whole sample (n=38) 39,5% of the children have TV in the bedroom. For the entire sample, 81,6% of parents or guardians responded that they control screen time. Taking the whole sample into consideration, 47,4% practice extra curricular activities. The data show that most of the total sample does not practice extra curricular activities. Regarding the whole sample (boys and girls and regardless of age) most of them (n=22, 58%) are in the SMZ in relation to BMI and (n=17, 42%) are in the RZ. **Conclusion:** Access to media and participation in after-school activities suggest a relationship with BMI results.

Keywords: School obesity. Child education. Technology.

1. Introdução

O assunto que foi abordado neste estudo foi escolhido levando em consideração os índices alarmantes de obesidade infantil que crescem cada vez mais em nossa sociedade. Outra esfera importante na seleção do tema é a sua relevância que no decorrer do curso de Educação Física foi dada, para que nós futuros educadores possamos auxiliar os alunos a transformar seus hábitos.

Foram investigadas as influências das tecnologias na inclinação dos alunos a obesidade infantil, onde de acordo com Martins e Carvalho (2010), a mídia gera uma inclinação ao consumo de industrializados, e o entretenimento da TV proporciona às crianças sedentárias uma vida menos ativa.

Pensar nessa linha de raciocínio só reforça os resultados já existentes, que descrevem o quanto a obesidade infantil vem se tornando cada vez mais alarmante segundo dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008, 2009 do Instituto Brasileiro de Geografia (IBGE).

Foi realizado um levantamento preliminar de artigos das bases de dados do Google acadêmico, Periódicos da Capes e Scielo, com as palavras-chave em português: obesidade escolar, educação infantil e tecnologia. Foram encontrados 25 artigos que falam de forma mais sucinta sobre o assunto, destes foram utilizados com base 21 e 4 foram descartados.

A presente pesquisa foi aplicada em alunos com faixa etária de 6 e 7 anos de idade, com a finalidade de verificar a relação entre o tempo gasto em frente às telas e o Índice de Massa Corporal (IMC) dos alunos. Como referência para o cálculo do IMC dos alunos foi utilizado o protocolo Proesp-BR (2021).

1.1 Objetivo geral

Analisar a relação entre o tempo gasto em frente as telas e o IMC dos alunos de 6 e 7 anos dos anos iniciais do Ensino Fundamental.

1.2 Objetivos específicos

Pesquisar sobre a educação física escolar e a saúde.

Conhecer como as tecnologias podem afetar o desenvolvimento motor dos

alunos.

2. Fundamentação teórica

Pensar em Educação Física traz a ideia de inserção, dificilmente iremos projetar as aulas sem reconhecer que é praticando que se aprende. Todos os momentos vividos naqueles minutos que já foram previamente planejados, seguem um intuito principal que é transformar as interações com o meio a partir do movimento.

Educação Física é o componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história. Nessa concepção, o movimento humano está sempre inserido no âmbito da cultura e não se limita a um deslocamento espaço-temporal de um segmento corporal ou de um corpo todo (BRASIL, 2018, p.213).

Para Souza (2014) - apud Coletivo de Autores (1992) o conteúdo trabalhado na disciplina de Educação Física escolar é oportunizado através de interações que a cultura do movimento proporciona, trazendo as realidades das vivências externas junto a sapiência da sociedade.

Nessa linha de raciocínio Ribas (2000) - ressalta a importância da interação professor e aluno onde o objetivo principal é acompanhar o desenvolvimento do educando. O orientador se torna o responsável por dar as coordenadas e incliná-los a pensar de maneira coerente, auxiliando o sujeito em sua autonomia.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) Brasil, (1998, p.37-38):

[...] O aprendizado das relações entre a prática de atividades corporais e a recuperação, manutenção e promoção da saúde deve incluir o sujeito e sua experiência pessoal ao considerar os benefícios, os riscos, as indicações e as contra-indicações das diferentes práticas da cultura corporal de movimento e as medidas de segurança no seu exercício. O cotidiano postural, o tipo de trabalho físico exercido, os hábitos de alimentação, sono, lazer e interação social, o histórico pessoal de relação com as atividades corporais constituem um sujeito real que deve ser considerado na formulação de qualquer programa de saúde que envolva atividade física.

Em conformidade com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2018), pode se afirmar que os anos iniciais necessariamente precisam ter ênfase nas experiências lúdicas de aprendizagem, explorando ao máximo a imaginação dos alunos através de atividades que possam dar continuidade aos ensinamentos da educação infantil, dando espaço aos educandos no sentido de possibilitar as transições do aprendizado, explorá-las e proporcioná-las a oportunidade de conclusões. O comportamento lúdico está relacionado com as brincadeiras onde o aluno utiliza

elementos do ambiente externo para estimular a sua criatividade, imaginação e raciocínio lógico potencializando seu desempenho cognitivo.

A Atividade de ensino exige intencionalidade e busca aproximar os sujeitos de um determinado conhecimento. Tal aproximação não acontece no isolamento e no silêncio, mas sim, na interação e no diálogo.

Atividade física pode ser definida como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requer gasto de energia superior aos níveis de repouso, conforme definição do estudioso Caspersen (1985).

Para definição da Organização Mundial da Saúde (OMS), obesidade é o excesso de gordura corporal, em quantidade que determine prejuízos à saúde. O atual cenário em que vivemos é o da praticidade, tudo se tornou muito mais rápido, prático e cômodo desde que a internet foi inventada. As práticas de atividades ao ar livre, esportes e socialização estão cada vez mais limitadas, devido a inclinação que a publicidade proporciona. A questão não é utilizar, mas como utilizar sem se tornar refém da modernidade das tecnologias atuais. Crianças de 6 anos já sabem como navegar no mundo dos *apps* e jogos nos *smartphones* e *tablets*, o tempo gasto em frente às telas é o maior aliado do sedentarismo atual (*World Health Organization*, 2000).

De acordo com o Departamento Científico de Nutrologia Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) com a evolução tecnológica, crianças e adolescentes reduziram o tempo gasto em atividades com maior dispêndio energético, o que pode ter contribuído para o aumento da prevalência de obesidade nessa população. Assim, o tempo de lazer sedentário entre adolescentes, incluindo tempo em frente à televisão, vídeo game e computador, deve ser limitado a duas horas diárias, com o objetivo de evitar efeitos negativos no peso corporal e em outros desfechos de saúde (SBP, 2019).

Conforme a cartilha de prevenção a obesidade infantil proposta pelo Ministério da Saúde:

Para as crianças maiores de 2 anos de idade, a recomendação é pausar os eletrônicos e estimular brincadeiras ao ar livre. Incentivar a iniciação à leitura e a contos de histórias como estratégias dessa interação e desencorajar e evitar a exposição passiva em frente às telas digitais. Optar por brincadeiras, esportes e diversão (BRASIL. Ministério da saúde, 2021 p. 02).

Os autores Grego, (2017) apud Paes, Marins e Andreazzi (2015) analisaram a relação existente entre o funcionamento do metabolismo e a obesidade infantil chegando à conclusão de que seja qual for a modalidade do exercício praticado, o

indivíduo em questão irá promover a inclinação a homeostase, sendo assim equilibrando a composição corporal e se tornando mais ativo.

Desta forma o meio escolar deve através do PNAE:

[...] contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (BRASIL, FNDE, 2020).

Para Faria (2008) o sobrepeso é apontado como um fato epidêmico, logo profissionais da área da saúde já temem que os níveis de obesidade em países subdesenvolvidos como o Brasil, se tornam semelhantes aos dos Estados Unidos da América (EUA), onde o número de crianças e adolescentes obesos já dobrou nas últimas duas décadas (DECKELBAUM, WILLIAMS, 2001).

Para Pearson e Biddle (2011) o tempo gasto em frente à televisão está diretamente relacionado ao consumo de alimentos ricos em gordura hidrogenada, sendo assim o consumo desses produtos com alto teor calórico faz com que a procura por alimentos em natura seja reduzida gradativamente.

3. Material e métodos

Marconi e Lakatos (2003, p.155) referem-se: “[...] a pesquisa como um procedimento formal com método de pensamento reflexivo que requer um tratamento científico e se constitui no caminho para se conhecer a realidade ou para se descobrir verdades parciais.”

A pesquisa científica, em linhas gerais, visou encontrar soluções para problemas propostos, os quais são oriundos do: “[...] ambiente em que o homem vive e do próprio homem.” (LONGARAY et al, 2003 apud OLIVEIRA JÚNIOR, 2017, p.4).

Foi desenvolvida uma pesquisa de campo descritiva e diagnóstica. Descritiva por descrever as características de uma determinada população através de aplicação de questionário como instrumento de coleta de dados. Se enquadra na categoria pesquisa de campo, pois será através das informações obtidas pelo instrumento de coleta que os responsáveis irão contribuir com a análise dos dados (GIL, 2008)

Fizeram parte da amostra 38 alunos na faixa etária de 6 e 7 anos de idade de 3 escolas, sendo 2 municipais e 1 estadual. A amostra foi selecionada tendo em vista a facilidade de acesso do pesquisador.

Como instrumento de coleta de dados será utilizado um questionário eletrônico da plataforma Google Forms®.

Para participar da pesquisa o responsável pela criança assinará um termo disponível em duas vias que trata se do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido TCLE, que segue em anexo a este. Os dados serão analisados através de estatística básica (f e %) e apresentados em forma de tabela levando em consideração as obras dos autores da área.

A pesquisa foi enviada ao comitê de ética em pesquisa da instituição e aprovada, tendo como Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) 48680421.6.0000.5616, e protocolo parecer número 072066/2021.

4. Resultados e Discussão

Conforme a tabela 1, fizeram parte da amostra, meninos com 6 anos (n=5, 13,16%) e 7 anos (n=11, 28,95%), totalizando 42,11% da amostra total. As meninas com 6 anos (n=11, 28,95%) e 7 anos (n=11, 28,95%), totalizaram 57,89% da amostra.

Tabela 1. Amostra.

| | 6 anos | | 7 anos | |
|---------|--------|-------|--------|-------|
| | f | % | f | % |
| Meninos | 5 | 13,16 | 11 | 28,95 |
| Meninas | 11 | 28,95 | 11 | 28,95 |
| Total | 16 | 42,11 | 22 | 57,89 |

Conforme sugere se na BNCC (2018), podemos considerar que nos anos iniciais do ensino fundamental a valorização das vivências se propõe de forma planejada e gradativa. Apresentar escolhas e facilitar a tomada de decisão em relação aos processos que o mundo expõe, torna o desenvolvimento e maturação da aprendizagem algo mais sucinto e democrático.

Ainda para (BRASIL, 2018 p.58) define se que no ensino fundamental, anos iniciais:

[...] ao valorizar as situações lúdicas de aprendizagem, aponta para a necessária articulação com as experiências vivenciadas na Educação Infantil. Tal articulação precisa prever tanto a progressiva sistematização dessas experiências quanto o desenvolvimento, pelos alunos, de novas formas de relação com o mundo, novas possibilidades de ler e formular hipóteses sobre os fenômenos, de testá-las, de refutá-las, de elaborar conclusões, em uma atitude ativa na construção de conhecimentos. Nesse período da vida, as crianças

estão vivendo mudanças importantes em seu processo de desenvolvimento que repercutem em suas relações consigo mesmas, com os outros e com o mundo.

Questionados se tinham TV no quarto, em relação a toda a amostra, entre os meninos com 6 anos de idade (n=3, 7,9%) e com 7 anos (n=6, 15,8%) possuem, do total de meninos (n=9, 23,7%) possuem TV no quarto. Entre as meninas com 6 anos de idade (n=3, 7,9%) e com 7 anos (n=3, 7,9%) possuem TV no quarto, um total (n=6, 15,8%) da amostra de meninas.

Os meninos possuem um percentual maior do que as meninas somando as idades, das crianças que possuem TV no quarto. Levando em conta toda a amostra (n=38) 39,5% das crianças possuem TV no quarto.

Tabela 2. Alunos que possuem TV no quarto.

| | Meninos | | Meninas | |
|--------|---------|------|---------|------|
| | f | % | f | % |
| 6 anos | 3 | 7,9 | 3 | 7,9 |
| 7 anos | 6 | 15,8 | 3 | 7,9 |
| Total | 9 | 23,7 | 6 | 15,8 |

Em relação aos aspectos relacionados ao aparelho de televisão, conforme estudos realizados pelo autor Corner (2003) apud Freire Filho (2004, p.5): “5) A televisão como tecnologia, é um experimento científico que se tornou tanto um item doméstico como uma fonte crescentemente poderosa para uma mutação na estética social.”

Dito isto, a TV pode influenciar seus expectadores, no caso de crianças, conforme a citação acima o cuidado e atenção deve fazer parte da rotina dos pais e responsáveis.

Na tabela 3 podemos observar que no que se refere ao controle do tempo de exposição às telas por parte dos pais ou responsáveis (em relação a toda a amostra), entre os meninos com 6 anos de idade é de (n=5, 13,2%), com 7 anos (n=7, 18,4%), totalizando 31,6% da amostra total. Entre as meninas com 6 anos de idade é de (n=9, 23,7%), com 7 anos (n=10, 26,3%), totalizando 50% da amostra total.

O controle maior fica entre as meninas de maneira geral. Em relação a toda a amostra 81,6% dos pais ou responsáveis responderam que controlam o tempo de exposição às telas.

Tabela 3. Controle do tempo das telas por parte dos pais.

| | Meninos | | Meninas | |
|--------|---------|------|---------|------|
| | f | % | f | % |
| 6 anos | 5 | 13,2 | 9 | 23,7 |
| 7 anos | 7 | 18,4 | 10 | 26,3 |
| Total | 12 | 31,6 | 19 | 50,0 |

Como afirma Borzekowski e Robinson (2001) apud Almeida, Nascimento e Quaioti (2002, p.1): “[...] Sabe-se que uma exposição de apenas 30 segundos a comerciais de alimentos é capaz de influenciar a escolha de crianças a determinado produto [...]”, posto isto, predeterminar o tempo de acesso ao equipamento em questão torna se uma forma de amenizar os danos que os *fast food* e os alimentos hidrogenados proporcionam aos hábitos saudáveis.

Em relação a prática de atividades extra curriculares (tabela 4), em relação a toda a amostra, entre os meninos com 6 anos de idade é de (n=4, 10,5%) e com 7 anos (n=7, 18,4%) praticam, totalizando 28,9%. Entre as meninas com 6 anos de idade (n=4, 10,5%) praticam atividades extra curriculares e com 7 anos (n=3, 7,9%), totalizando 18,4%.

Tabela 4. Alunos que praticam atividade extra curricular.

| | Meninos | | Meninas | |
|--------|---------|------|---------|------|
| | f | % | f | % |
| 6 anos | 4 | 10,5 | 4 | 10,5 |
| 7 anos | 7 | 18,4 | 3 | 7,9 |
| Total | 11 | 28,9 | 7 | 18,4 |

A prática de atividades extra curriculares é maior entre os meninos do que entre as meninas. Levando em consideração toda a amostra, 47,4% praticam atividades extra curriculares. Os dados mostram que a maioria da amostra total não pratica atividades extra curriculares.

Conforme sugere Silva e Silva (2013) os programas de contra turno na maioria das vezes proporcionam aos estudantes um lugar para ficar, sendo assim enquanto seus respectivos responsáveis estão em jornada de trabalho, essas crianças desfrutam de um aprendizado que de forma auxiliar aos ensinamentos transmitidos pela escola os inclinam a um saber mais amplo de diversas situações do seu cotidiano e os torna mais ativa.

Conforme a tabela 5, em relação a toda a amostra, os meninos com 6 anos de

idade que se enquadram na ZS (zona saudável) representaram (n=2, 5,3%) e os com 7 anos (n=8, 21,1%); em relação a todos os meninos independentemente da idade, a maioria está na ZS (n=10, 26,4%). Já os meninos que se encontram na ZR (zona de risco) e tem 6 anos representaram (n=3, 7,9%), e os de 7 anos (n=3, 7,9%), totalizando em (n=6, 15,8%).

Tabela 5. Classificação do IMC.

| | Meninos | | | | Meninas | | | |
|--------|---------|------|----|------|---------|------|----|------|
| | ZS | | ZR | | ZS | | ZR | |
| | f | % | f | % | f | % | f | % |
| 6 anos | 2 | 5,3 | 3 | 7,9 | 6 | 15,8 | 5 | 13,2 |
| 7 anos | 8 | 21,1 | 3 | 7,9 | 5 | 13,2 | 6 | 15,8 |
| Total | 10 | 26,4 | 6 | 15,8 | 11 | 29 | 11 | 29 |

Em relação às meninas que têm 6 anos de idade e estão na ZS representaram (n=6, 15,8%), e as de 7 anos (n=5, 13,2%), totalizando (n=11, 29%) da amostra total. As meninas com 6 anos de idade que estão na ZR contabilizam (n=5, 13,2%) e as de 7 anos de idade representaram (n=6, 15,8%), totalizando (n=11, 29%).

Em relação a toda a amostra a maioria (n=22, 58%) se encontra na ZS em relação ao IMC e (n=16, 42%) na ZR.

Ketola et al. (2000) apud Bergmann (2009, p.20):

[...] Como as doenças DCV³ iniciam seu desenvolvimento já na infância é recomendável que sua prevenção inicie também neste período. A prevenção às DCV deve englobar a aquisição de hábitos e comportamentos que estejam associados à redução no risco de desenvolvimento e o afastamento daqueles que estejam associados ao aumento no risco de desenvolvimento das DCV.

5. Conclusão

No decorrer desta pesquisa foi analisado a relação entre o tempo gasto em frente às telas e o IMC de escolares do Ensino Fundamental I, algo que reflete na importância do controle ao acesso as telas por crianças de 6 e 7 anos de idade, onde os responsáveis tem um papel crucial no manejo das informações acessadas e pela inatividade física de seus respectivos filhos, dito isto, a influência das telas e do meio onde esses sujeitos estão inseridos se torna uma das esferas para compreender os hábitos de cada aluno e relacionar ao contexto estudado.

³ Doenças cardiovasculares.

O conteúdo exposto na amostra permitiu o contato com algumas fragilidades nos hábitos dos responsáveis e conseqüentemente de suas crianças, e possibilitou a percepção de detalhes básicos que podem fazer a diferença no bem estar dos participantes. A pesquisa mostra também que menos da metade das crianças entrevistadas possuem TV no quarto e o controle ao acesso as telas é algo que já está sendo pensado de forma mais relevante pelos responsáveis.

Podemos grifar que os meninos estão mais envolvidos com atividades no contra turno do que as meninas, e que ainda existe um percentual simbólico de crianças que não participam de atividades extra curriculares. Em relação ao IMC os meninos têm um percentual mais inclinado a zona saudável se comparado as meninas.

O acesso as mídias e a participação em atividades de contra turno escolar sugerem uma relação aos resultados obtidos no índice de massa corporal, ou seja, conforme a amostra as meninas se encontram mais inativas em relação aos meninos, isso significa que o IMC dos estudantes destas faixas etárias, estão evidentemente sendo influenciados não só pelo tempo gasto em frente as telas, mas também, pela falta de atividades extra curriculares.

Referências

ALMEIDA, Sebastião de Sousa, NASCIMENTO, Paula Carolina BD; QUAIOTI, Teresa Cristina Bolzan. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. **Revista de Saúde Pública** [online]. 2002, v. 36, n. 3 [Acessado 20 Abril 2022], pp. 353-355. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102002000300016>. Epub 17 Jul 2002. ISSN 1518-8787. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102002000300016>.

BERGMANN, Gabriel Gustavo. Aptidão Física relacionada à saúde cardiovascular: proposição de pontos de corte para escolares brasileiros. 142 f. Tese (Doutorado). Escola de Educação Física, **Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, 2009. Disponível em; <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/15960>. Acesso em: 07 maio. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_sit_e.pdf. Acessado em: 01/05/2021.

BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de atenção primaria à saúde. Departamento

de promoção a saúde. Guia de atividade física para a população brasileira - Brasília: Ministério da saúde, 2021. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf Acessado em:23/06/2022.

BRASIL. Ministério da saúde.PNAE - Programa Nacional de alimentação escolar (2020). Disponível em: <https://www.fn-de.gov.br/programas/pnae/pnae-eixos-de-atuacao/pnae-educacao-alimentar-nutricional>. Acessado em: 20/04/2022

BRASIL. **Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN)**. 1998. <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/fisica.pdf> . Acessado em: 18/04/2022

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **10 passos para combater a obesidade infantil**. Disponível em: (<http://portalarquivos.saude.gov.br/campanhas/obesidadeinfantil/>). Acessado em: 24/05/2021.

CASPERSEN CJ, POWELL KE, CHRISTENSON GM. *Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research*. **Public Health Rep**. 1985 Mar-Apr;100(2):126-31. PMID: 3920711; PMCID: PMC1424733.

DECKELBAUM RJ; WILLIAMS CL. *Childhood obesity: the health issue*. **Obes Res**. 2001 Nov;9 Suppl 4:239S-243S. Disponível em: (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11707548/#affiliation-1>) Acessado em: 24/05/2021.

FARIA, Carolina Perim de. **Sobrepeso em crianças de 7 a 10 anos e fatores associados**: um estudo de base escolar em Vitória/ES. Vitória: UFES / Centro de Ciências da Saúde, 2008. Disponível em: https://repositorio.ufes.br/bitstream/10/5371/1/tese_685.pdf Acessado em: 04/05/2021.

FREIRE FILHO, J. **História da Televisão**: Teoria e Prática. 2004. Disponível em: <http://www.portcom.intercom.org.br/pdfs/56417371890411331793879466512287276583.pdf>. Acessado em: 20/04/2022.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6.ed. São Paulo: Editora Atlas, 2008. Disponível em: <https://ayanrafael.files.wordpress.com/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9nicas-de-pesquisa-social.pdf>. Acessado em: 04/05/2021.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2010. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>. Data de acesso: 25/04/2021.

MARCONI, Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MARTINS, Cecília; CARVALHO, Djalma. **Estresse infantil e o conteúdo programático da televisão**: um desafio para o desenvolvimento cognitivo e emocional. Disponível em: <https://periodicosonline.uems.br/index.php/interfaces/article/view/634>. Data de acesso: 01/05/2021.

OLIVEIRA JÚNIOR, Eloir Lázaro de. **Pesquisa científica na graduação**: um estudo das vertentes temáticas e metodológicas dos trabalhos de conclusão de curso. 2012. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/20939/3/Pesquisacientificagraduacao.pdf>. Acessado em: 03/05/2021.

PAES, Santiago Tavares; MARINS, João Carlos Bouzas; ANDREAZZI, Ana Eliza. Efeitos metabólicos do exercício físico na obesidade infantil: uma visão atual. **Rev. paul. pediatr.** [online]. 2015, vol.33, n.1 Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0103-05822015000100122&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acessado em: 04/05/2021.

PEARSON, N; BIDDLE, SJ. **Sedentary behavior and dietary intake in children, adolescents, and adults. A systematic review.** Am J Prev Med. 2011. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21767726/>. Acessado em: 04/05/2021.

RIBAS, M. H. Construindo a competência: processo de formação de professores. São Paulo: Olho d'água, 2000.

RODRIGUES, Renato; GONÇALVES José Correa. **Procedimento de metodologia científica**. 9. ed. Lages, SC. PAPERVEST. 2020.

ROVER, C.; FIN, G.; SCHALY, D.; SILVA, L. C. B.; DE AQUINO, J. N. Q.; NODARI JUNIOR, R. J. Força em crianças ativas e inativas em um intervalo de seis meses. **Evidência**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 75–82, 2012. Disponível em: <https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/evidencia/article/view/1305> . Acesso em: 2 maio. 2022.

SANTOS, Daiane. **Aptidão física: Alternativas de controle ao sobrepeso e obesidade na população brasileira**. Disponível em: https://books.google.com.br/books?id=VxbNDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false. Data de acesso: 15/03/2021.

SILVA, Jamerson Antonio de Almeida da; SILVA Katharine Ninive Pinto. A hegemonia às avessas no Programa Mais Educação. **Rev. bras. Estud. pedagog.** (online), Brasília, v. 94, n. 238, p. 701-720, set./dez. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbeped/a/VwQM67XLX8szZ7yktvkMVFg/?format=pdf&lang=pt>. Acessado em: 22/04/2022.

Sociedade Brasileira de Pediatria. **Obesidade na infância e adolescência** – Manual de Orientação / Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. 3.ed. São Paulo: SBP. 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Manual_de_Obesidade_-

[_3a_Ed_web_compressed.pdf](#). Acessado em: 18/04/2022.

SOUZA JUNIOR, Marcílio et al . **Coletivo de autores**: a cultura corporal em questão. 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32892011000200008&lng=en&nrm=iso. Acessado em: 03/05/2021.

WHO Consultation on Obesity (1999: Geneva, Switzerland) & World Health Organization. (2000). *Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation*. World Health Organization.

SANTOS JÚNIOR, Alex Sandro dos. Relação do tempo de exposição as telas e o IMC em escolares de 6 e 7 anos de idade. **TCC Curso de Licenciatura em Educação Física**. Lages, SC, Centro Universitário UNIFACVEST, 2022. Orientador SOUSA, Francisco José Fornari Sousa. Defesa em 11 de julho de 2022.