



**Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP
Escola de Educação Física da UFOP - EEFUFOP
Licenciatura em Educação Física**



TCC em formato de Monografia

**OS IMPACTOS DA PANDEMIA EM JOVENS ESCOLARES: O QUE A
EDUCAÇÃO FÍSICA NOS DIZ**

Hipsia Ferreira Alves

**Ouro Preto
2022**

Hipsia Ferreira Alves

**OS IMPACTOS DA PANDEMIA EM JOVENS ESCOLARES: O QUE A
EDUCAÇÃO FÍSICA NOS DIZ**

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de monografia, apresentado à disciplina Seminário de TCC (EFD-356) do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto, como requisito parcial para aprovação na mesma.

Orientador: Prof. Dr. Renato Melo Ferreira

**Ouro Preto
2022**

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

A474o Alves, Hipsia Ferreira.

Os impactos da pandemia em jovens escolares [manuscrito]: o que a educação física nos diz. / Hipsia Ferreira Alves. Hipsia Alves. - 2022.
43 f.: il.: , tab..

Orientador: Prof. Dr. Renato Ferreira.

Monografia (Licenciatura). Universidade Federal de Ouro Preto. Escola de Educação Física. Graduação em Educação Física .

1. Pandemias - COVID19. 2. Exercícios físicos. 3. Educação Física. I. Alves, Hipsia. II. Ferreira, Renato. III. Universidade Federal de Ouro Preto. IV. Título.

CDU 796

Bibliotecário(a) Responsável: Soraya Fernanda Ferreira e Souza - SIAPE: 1.763.787



FOLHA DE APROVAÇÃO

Hipsia Ferreira Alves

O impacto da pandemia em jovens escolares: O que a Educação Física pode nos falar

Monografia apresentada ao Curso de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Licenciada

Aprovada em 18 de outubro de 2022

Membros da banca

Prof. Dr. Renato Melo Ferreira - Orientador(a) (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof. Dr. Everton Rocha Soares - (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof. Ms. Maria Teresa Rocha - (Unipac - Lafaiete)

Renato Melo Ferreira, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 24/10/2022



Documento assinado eletronicamente por **Renato Melo Ferreira, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 24/10/2022, às 14:17, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0416561** e o código CRC **E52597BD**.

AGRADECIMENTOS

Primeiro, gostaria de agradecer a Deus pela minha vida e por me dar forças ao longo da minha trajetória acadêmica. Gratidão a minha mãe Marilusia, pai Waldeir e irmão Hugo que, em todos os aspectos, deram apoio para que pudesse concluir a graduação. Por mais que não esteja mais entre nós, a minha eterna gratidão a minha avó Fidelina, que infelizmente não pode acompanhar a minha trajetória acadêmica, mas acompanhou o processo árduo antes disso. Agradeço ao meu namorado Guilherme, por todo amor e companheirismo, além de sempre ter feito questão de mostrar que sou capaz, e aos meus sogros Junia e Marco Aurélio pelo carinho e por estarem dispostos a ajudar no que eu precisasse. O meu muito obrigada a todos os meus amigos de Belo Horizonte, que sempre estiveram disponíveis mesmo de longe, e em especial, agradeço às pessoas que pude conhecer em Ouro Preto e que se tornaram meus grandes amigos (Iasmin, Maria Clara, Jaine, Manuelle, Sabrina, Layla, Marlyelle, Ricardo e Wesley), pois foram essenciais para que pudesse seguir firme durante a graduação. Agradeço imensamente o meu orientador Renato, o qual sou muito grata por toda paciência e aprendizado, e ao professor Bruno e Denise, pois todos eles permitiram que eu pudesse vivenciar momentos importantes para o meu futuro. Por fim, gratidão à Universidade Federal de Ouro Preto.

“... Você é o único representante
do seu sonho na face da terra...” – Emicida

RESUMO

Por motivo de pandemia devido ao Covid-19 em 2020 e 2021, as aulas presenciais foram suspensas e isso causou alterações relacionadas às adaptações na educação de modo geral, mas as aulas de Educação Física foram impactadas diretamente por falta de espaço ideal para que as aulas ocorressem. Por esse motivo, houve limitação de suas atividades, o que influencia diretamente na quantidade de horas dedicadas pelos alunos para a prática de atividade física. O objetivo do trabalho foi verificar qual o impacto que o ensino remoto causou em alunos do Ensino Fundamental Anos Finais em relação ao nível de atividade física, tempo de tela, Índice de Massa Corporal - IMC e percepção da autoimagem. O estudo é de caráter quantitativo, corte transversal e descritivo, cuja amostra avaliou 23 alunos (7 homens e 16 mulheres) do Ensino Fundamental II de 10 a 15 anos do Centro Educacional Ouro Preto - CEOP em Ouro Preto. Os instrumentos utilizados foram a versão adaptada do *Global Student Health Survey*, a escala de silhuetas, e o cálculo do IMC. Os resultados foram decaimento do tempo voltado para a prática de atividade física, aumento da utilização de aparelhos tecnológicos, o que conseqüentemente reflete em crianças mais sedentárias, e do ponto de vista dos alunos, eles estão insatisfeitos com a própria imagem e percepção boa e regular da saúde do ponto de vista dos alunos. Conclui-se que, os estudantes estão, em sua maioria, classificados com IMC normal, são ativos fisicamente e, ao avaliarem a autoimagem, percebem que precisam reduzir o tamanho da silhueta.

Palavras Chaves: Pandemia; Educação Física; Atividade Física.

ABSTRACT

Due to the pandemic due to Covid-19 in 2020 and 2021, in-person classes were suspended and this caused changes related to adaptations in education in general, but Physical Education classes were directly impacted by the lack of ideal space for classes to take place. For this reason, there were limitations in their activities, which directly influences the amount of hours students dedicate to physical activity. The objective of this study was to verify the impact that remote teaching has had on students of the Elementary School Final Years in relation to the level of physical activity, screen time, Body Mass Index - BMI, and perception of self-image. The study has a quantitative, cross-sectional and descriptive character, whose sample evaluated 23 students (7 males and 16 females) of the Elementary School II, ages 10 to 15, from the Centro Educacional Ouro Preto - CEOP, in Ouro Preto. The instruments used were the adapted version of the Global Student Health Survey, the silhouette scale, and BMI calculation. The results were decline in the time spent on physical activity, increased use of technological devices, which consequently reflects in more sedentary children, and from the students' point of view, they are dissatisfied with their own image and good and regular perception of health from the students' point of view. It is concluded that, the students are mostly classified with normal BMI, are physically active, and when evaluating self-image, they perceive that they need to reduce the size of their silhouette.

Keywords: Pandemic; Physical Education; Physical Activity.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
2 METODOLOGIA.....	13
2.1 AMOSTRA.....	13
2.2 INSTRUMENTOS.....	13
2.3PROCEDIMENTOS.....	14
2.4 ANÁLISE ESTATÍSTICA.....	14
3 RESULTADOS.....	15
4 DISCUSSÃO.....	19
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
REFERÊNCIAS.....	23
ANEXO I – TALE.....	28
ANEXO II – TCLE.....	29
ANEXO III – QUESTIONÁRIO.....	31
ANEXO IV - ESCALA DE SILHUETAS	42

1 INTRODUÇÃO

Devido à pandemia em razão do coronavírus no ano de 2020 e 2021, em março de 2020 as atividades das instituições de ensino brasileiras foram impossibilitadas em forma presencial (MEC, 2020), sendo realizadas no formato remoto, visto que essa foi uma das estratégias adotadas por familiares, alunos e professores de Educação Física no combate a disseminação do vírus (BARRETO; ROCHA, 2020). Este formato direcionou uma nova adequação da educação no País, onde novos métodos e metodologias foram desenvolvidas para atender a necessidade da continuidade do ensino (MACEDO, NEVES, 2021) dando origem ao ensino remoto emergencial que é entendido como uma modificação provisória de aulas presenciais para aulas remotas APPENZELLER *et al.* (2020). Tal estratégia apresentou diferentes impactos no ensino, como a elaboração de atividades com abordagens à distância, disponibilidade em tempo integral aos alunos, atendimento das normas que regem a educação no País e ausência de muitos alunos durante as aulas *on-line* (CARVALHO SANTOS *et al.*, 2021).

No que tange a alguns componente curriculares, Gois *et al.* (2021) ainda apontam a diferença entre a Educação Física Escolar (EFE) e as outras disciplinas, sendo que a EFE apresenta características únicas e depende de, invariavelmente, um ambiente espaçoso onde há grande movimentação de alunos durante as práticas corporais e uso de diferentes tipos de materiais (GODOI; KAWASHIMA; GOMES, 2020). Sendo assim, o ambiente deve ser adequado para a execução das aulas com segurança, como quadras ou salas de aulas (BIELAVSKI *et al.*, 2021). Mesmo sendo a única forma possível de dar continuidade às aulas, o ensino a distância não possibilita interação entre diferentes alunos, limitando a atividades individuais ou com a participação de algum familiar (GODOI, KAWASHIMA e GOMES, 2020).

Por motivo da pandemia, as crianças tiveram alterações no que se refere às suas práticas habituais, como: aumento no tempo gasto em tela, menor tempo gasto com atividades físicas, e, conseqüentemente, maiores níveis de sedentarismo (SIEGLE, 2021). Com o aumento do sedentarismo de jovens frente às atividades remotas, constatou-se aumento do número de casos de obesidade em diversas regiões do País devido à diminuição da prática de atividade física por causa da impossibilidade de utilização do ambiente escolar (SOUSA *et al.*, 2020). Um dos

objetivos das aulas de EFE de acordo com Oliveira e Costa (2016) está relacionado à prevenção da obesidade infantil por meio da influência da prática de exercícios físicos de forma regular e o entendimento da importância de se ter uma boa alimentação.

A atividade física é entendida como um movimento corporal causado pelos músculos esqueléticos gerando gasto de energia maior do que em repouso (ARAÚJO, 2019) e, em conformidade com Pinheiro *et al* (2017), o exercício físico pode ser visto como um ato que ocorre de forma elaborada, organizada, contínua e intencional que busca proporcionar benefícios à saúde. De acordo com as recomendações contidas nas Diretrizes da OMS (2020) para atividade física e sedentarismo, crianças e adolescentes precisam praticar atividade física, cuja intensidade tem que ser moderada ou mesmo vigorosa, em média um total de 60 minutos por dia ao longo da semana, com prevalência de atividades aeróbicas e atividades voltadas para o fortalecimento dos músculos e ossos totalizando 3 vezes por semana. As mesmas diretrizes ainda apontam que o sedentarismo causa danos à saúde como, piora na saúde cardiometabólica, aptidão física, causa distúrbios do sono e aumento de gordura corporal. Dessa forma, o sedentarismo aliado a uma alimentação inadequada tem sido umas das causas principais da obesidade infantil (SILVA e VENEZIANO, 2021) e juvenil.

Avaliar o nível de atividade física de escolares é de suma importância, pois ao se adotar, durante a infância e adolescência um estilo de vida mais ativo, este proporciona benefícios físicos, psicológicos e sociais (NAGORNY *et al.*, 2018), o que de acordo com as Diretrizes da OMS (2020), para atividade física e comportamento sedentário, podem ser considerados como, por exemplo, melhora na aptidão física, saúde óssea e mental, cognição e diminuição de gordura. Para mais, o Guia de atividade física para a população brasileira (2021) salienta que é por meio da prática de atividade física o indivíduo tem uma vida com qualidade, melhor humor, se sente mais disposto e tem uma melhora na sociabilização com outras pessoas e o meio que está inserido.

Desse modo, ser fisicamente ativo durante a infância levará a uma predisposição de se tornar um adulto fisicamente ativo e com menos episódios de doenças (LIMA *et al.*, 2020). Desse modo, Pussieldi, Jesus Silva e Pereira (2018) a EFE assume um papel fundamental já que contribui diretamente na manutenção do nível de atividade física em jovens, sendo uma boa influência, pois uma criança

considerada ativa obtém benefícios no que diz respeito a vários aspectos, como por exemplo, no desenvolvimento motor e cognitivo (LIMA *et al.*, 2020).

Dentre as mais diversas formas de se avaliar a saúde de um indivíduo, Guedes (2006) aponta um dos métodos não invasivos mais comuns é o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), que permite identificar se a pessoa está com o peso corporal elevado ou abaixo do que se considera ideal para a média populacional do que é considerado saudável, o que pode causar prejuízos à saúde. O IMC é calculado dividindo o peso (em kg) pelo quadrado da altura (em metros). Outra forma não invasiva utilizada é a escala de silhuetas, que está se tornando muito usual por ser barata e de fácil manuseio no intuito de analisar a autoimagem (MELO *et al.*, 2016), mais especificamente, é um método de avaliação composto por escalas de figuras de silhuetas de diversas variações em que cada indivíduo escolhe a imagem que reproduz o corpo que o caracteriza, deseja ou é considerado o modelo padrão em sua visão (KAKESHITA *et al.*, 2009).

O retorno às atividades presenciais pode proporcionar diversas contribuições positivas para o aluno, sendo uma delas, a prática de atividades físicas e exercícios físicos durante as aulas de EFE em condições adequadas e obedecendo os protocolos de higiene / segurança, pois por meio delas é possível mostrar aos alunos o quanto é importante praticar atividade física e ter uma vida saudável (PACHECO, 2022). Dessa forma, ao refletir sobre as aulas de Educação Física - EF como uma forma de manter a prática de atividade física, é de se esperar que, ao longo da pandemia, os alunos se tornassem mais sedentários, com um percentual de gordura acima do que é previsto para a idade. Por isso é importante avaliar o nível de atividade física e IMC dos alunos, já que o indivíduo inativo é considerado sedentário, com níveis de IMC altos, o que pode causar modificações fisiológicas (MARQUES, RAMOS, 2021), ainda é previsto que haja possíveis distorções da própria imagem e aumento no tempo de tela (próximo de 6 horas por dia), então, em razão disso, é importante analisar o tempo do uso de tela como forma de verificar como está a saúde dos alunos e o seu comportamento sedentário (MOURA VASCONCELOS, 2019).

Portanto, o objetivo do estudo foi verificar os impactos do ensino remoto em alunos do Ensino Fundamental Anos Finais, com relação aos níveis de atividade física, “tempo de tela”, IMC e percepção da autoimagem.

2 METODOLOGIA

O estudo é de caráter quantitativo de corte transversal e descritivo (THOMAS, NELSON, SILVERMAN, 2012).

2.1 AMOSTRA

A amostra inicial foi composta por 60 crianças com idade entre 10 a 15 anos, por conveniência, de estudantes do Ensino Fundamental Anos Finais do Centro Educacional Ouro Preto - CEOP localizada na cidade de Ouro Preto - MG. O estudo teve como critério de inclusão a participação das aulas presenciais, serem do Ensino Fundamental Anos Finais e ter assinado o Termo de Assentimento (ANEXO I) pelos alunos, e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (ANEXO II) pelos pais. Foram excluídas as crianças que não entregaram os termos assinados, totalizando 23 alunos (7 homens e 16 mulheres) participantes, com $12,65 \pm 1,30$ anos de idade. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFOP, sob parecer nº 5.348.379.

2.2 INSTRUMENTOS

Foi elaborado um questionário para a coleta dos dados (ANEXO III), este foi uma versão adaptada do “*Global Student Health Survey (2011)*” com validade em território nacional, e no Questionário sobre a realização da prática de exercícios físicos durante a quarentena da pandemia de Covid-19 da população do sul de Santa Catarina (RINALDI, ACCO, 2020). Foram excluídas as indagações que não tinham relação com o objetivo do estudo. A versão atual do questionário contém 29 perguntas, cujo objetivo é perceber os itens relacionados à atividade física e tempo de tela.

Outro instrumento utilizado foi a escala de silhueta (KAKESHITA *et al.*, 2009), composta por 11 silhuetas femininas e 11 masculinas (ANEXO IV) impresso em folha de ofício, mostrado aos alunos de forma individual para que cada um olhasse para as imagens e respondesse a três perguntas: 1- Qual a figura representa o seu corpo atualmente?; 2 - Qual a figura você considera um corpo saudável?; 3 - Qual a figura se refere ao que gostaria de ter?. Para o cálculo do IMC, foi necessário o uso de balança digital portátil (G-TECH GLASS) e estadiômetro adaptado. A classificação do IMC se deu a partir da tabela de classificação do Projeto Esporte Brasil - PROEP-BR

cujo objetivo é avaliar o crescimento corporal, estado nutricional e aptidão física de crianças e adolescentes (GAYA *et al.*2021).

2.3 PROCEDIMENTOS

Após autorização da direção e do professor de Educação Física, responsável pelas turmas do Ensino Fundamental II, foram agendados os dias para explicação do estudo e assinatura dos termos. Assim, foi agendada a data da coleta e recolhimento dos termos assinados. A coleta foi realizada em sala de aula de forma coletiva durante as aulas de EF.

No dia da coleta foi garantido aos alunos o anonimato. Os questionários foram impressos e distribuídos para que fossem preenchidos de forma coletiva. Depois da aplicação, cada aluno que finalizava o preenchimento era orientado a ir até uma sala isolada onde havia outra pesquisadora para coletar dados relativos ao cálculo do IMC e da Escala de Silhueta. Para coleta dos dados do IMC, foi solicitado ao aluno que subisse na balança (massa corporal), e logo em seguida, que se posicionasse de costas para uma parede para se medir a altura por meio de uma fita métrica. Para a escala de silhueta, foi impresso a Escala de Silhuetas para Crianças (KAKESHITA *et al.*, 2009), onde as crianças respondiam em uma sala separada.

2.4 ANÁLISE ESTATÍSTICA

O tratamento estatístico foi feito por meio de análise descritiva, média, desvio padrão e distribuição de frequência.

3 RESULTADOS

Os resultados apontam que 86,95% residem em casa e 13,05% residem em apartamento, além disso todos os alunos têm aulas de Educação Física na escola de 2 vezes por semana. Ao serem questionados sobre a percepção da própria saúde, em média os alunos classificaram a mesma entre regular e boa e nenhum aluno reportou ir para escola a pé ou de bicicleta. Em relação a atividade física 65,21% fazem algum tipo fora da escola e 34,79% não fazem nenhuma atividade fora do ambiente escolar. Ao considerar uma atividade de lazer da preferência, 43,47% apontaram uma tarefa relacionada ao movimento, 39,13% relacionada a utilização da tela e 17,39% relacionada a outros (como conversar com amigos). Por fim, a Tabela 1 apresenta os dados descritos sobre o tempo de atividade física, relacionada aos hábitos de vida, nos últimos 7 dias e em uma semana típica normal a qual o aluno executa todas as suas atividades programadas.

Tabela 1: Quantidade de tempo destinado a atividade física dos últimos 7 dias e em uma semana típica.

	60 min - 5x semana*	Últimos 7 dias, quantos dias - 60 min/dia de AF	Semana típica normal, quantos dias – 60/dia AF
0	4,34%	26,08%	13,03%
1	8,69%	17,39%	4,34%
2	21,73%	4,34%	26,08%
3	30,43%	4,34%	4,35%
4	34,78%	30,43%	30,43%
5	-	17,39%	21,73%

*Considera-se fisicamente ativo o indivíduo que acumula pelo menos 60 minutos de atividade física por dia ao longo da semana.

**Os números da primeira coluna referem-se à quantidade de vezes que o indivíduo pratica atividade física.

Ainda em relação a atividade física, com a pandemia e consequente isolamento social, os alunos foram questionados sobre a prática da atividade física antes de 2020 e 91,30% afirmaram que eram ativos fisicamente executando atividades entre moderada e alta intensidade. 86,95% dos participantes deste estudo ficaram menos ativos com a restrição social imposta pelo COVID-19 (isolamento social). E, com o

retorno gradual das atividades, 73,9% afirmaram que não praticam atividade física ou por falta de tempo ou por preguiça.

Em relação ao IMC a amostra apresentou 69,56% com classificação normal, 13,04% com excesso de peso e 17,9% foram classificados como obesos. Ao considerar os sexos, os homens foram classificados como: 71,42% normal, 14,28% excesso de peso e 14,28% obesos e as mulheres como 68,75% normal, 12,5% excesso de peso e 18,75% obesas. Em relação ao tempo de tela, destaca-se que os alunos declaram que em suas respectivas residências haviam os seguintes aparelhos, televisão (95,65), computador (95,65%), videogame (60,86%), celular (100%) e tablet (43,47%). Ainda, a Tabela 2 destaca a quantidade de horas gastas em uso de tela, assim como em tarefas que não houvesse a necessidade de movimentar pelos alunos em dias de semana e durante o final de semana.

Tabela 2: Quantidade de horas destinadas ao tempo de tela ou inatividade física durante a semana e nos finais de semana.

	Horas de TV por dia		horas por dia: computador, celular, tablet e/ou videogame		Horas por dia: sentado, conversando, lendo e/ou estudando	
	Semana	Final de semana	Semana	Final de semana	Semana	Final de semana
0	17,39%	8,69%	0	0	0	0
1	8,69%	17,39%	4,34%	0	13,04%	0
2	30,43%	13,04%	4,34%	4,34%	8,69%	17,39%
3	21,73%	17,39%	4,34%	8,69%	21,73%	17,39%
4	4,34%	17,39%	21,73%	13,04%	56,52%	65,21%
>4	17,39%	26,08%	65,21%	73,91%	-	-

*Os números da primeira coluna referem-se ao tempo gasto (em horas).

Ao direcionar o olhar para a percepção da autoimagem, por meio da escala de silhueta, foi conduzida a relação entre a percepção de “qual o corpo parece com o seu” menos “qual o corpo você gostaria de ter”, a partir desta relação obteve-se três resultados possíveis, onde 34,78% apresentaram a mesma percepção, estando satisfeitos com sua autoimagem, 17,39% apresentaram percepção negativa, onde se percebem com a necessidade de ter silhueta mais corpulenta e 47,82% apresentaram percepção positiva, onde se percebem com a necessidade de reduzir o tamanho da silhueta.

A Tabela 3 apresenta o resultado descrito individual dos participantes do estudo no que se refere a sexo, idade, ano escolar, nível de atividade física, tempo de tela, IMC e percepção de autoimagem.

Tabela 3: resultado descrito individual dos participantes do estudo no que se refere a sexo, idade, ano escolar, nível de atividade física, tempo de tela, IMC e percepção de autoimagem.

Sexo#	Ano	Idade	Acumula 60min/dia de AF 5x/semana?*	Quantos dias de AF - 60min/dia?		Quantas horas/dia na semana você gasta?			Quantas horas/dia no fim de semana você gasta?			IMC**	Classificação***	Em relação os corpos das figuras****, qual deles:		
				Na última semana?	Em uma semana normal?	Assistir TV?	Computador, celular, tablet ou videogame?	Sentado, conversando, ler ou estudar?	Assistir TV?	Computador, celular, tablet ou videogame?	Sentado, conversando, ler ou estudar?			Parece com o seu	Considera saudável	Gostaria ter
2	6	11	3	5	5	3	4	4	5	5	3	17	N	4	5	4
2	6	11	4	4	4	4	7	3	5	5	4	24,6	O	5	4	4
2	6	12	0	0	0	5	1	1	1	2	3	15,1	N	3	5	3
1	6	10	4	5	4	5	5	4	5	5	4	16,2	N	3	4	4
2	6	11	3	1	1	2	2	1	3	3	2	15,7	N	4	5	4
2	6	11	4	1	2	3	3	3	5	4	4	22,1	EP	4	4	4
2	7	12	3	4	4	1	5	4	1	5	4	20,1	N	6	4	3
2	7	12	3	4	4	2	5	4	4	5	4	28,9	O	9	7	8
2	7	13	2	3	2	2	5	3	2	3	2	16,1	N	2	4	3
2	7	12	1	1	2	3	7	4	4	5	4	17,2	N	6	7	2
2	8	13	2	0	2	2	5	4	2	5	4	20,3	N	6	4	4
1	8	13	4	4	4	1	5	4	1	5	4	18,5	N	5	7	7
1	8	13	4	0	5	2	4	4	2	5	4	16,5	N	2	3	3
1	8	15	2	0	0	3	7	3	3	5	4	18	N	4	5	4
2	8	13	1	0	2	0	5	4	0	5	4	17,8	N	3	3	3
2	8	13	4	5	5	0	4	3	0	5	4	21,3	N	5	5	5
2	8	13	4	2	4	2	4	3	4	5	2	27	O	7	5	5
2	8	13	2	4	5	2	7	4	5	5	4	22,1	EP	9	4	5
1	8	13	3	4	5	3	5	1	3	5	2	21,6	EP	6	5	5
1	9	14	3	1	0	0	5	4	3	5	4	15,4	N	4	5	4
2	9	15	2	5	2	0	5	2	1	4	3	22,5	N	8	5	5
1	9	14	3	0	3	5	6	4	5	5	4	36,9	O	9	4	4
2	9	14	4	4	4	5	4	2	4	4	3	17,7	N	4	3	2

- 1 = Homem; 2 = Mulher

* - Sou fisicamente ativo há mais de 6 meses – 4; Sou fisicamente ativo há menos de 6 meses – 3; Não sou, mas pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 30 dias – 2; Não sou, mas pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 6 meses – 1; Não sou, e não pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 6 meses - 0

** - Tabela de classificação PROEP-BR (GAYA, GAYA, PEDRETTI e MELLO, 2021)

*** - N = Normal; EP = Excesso de Peso; O = Obeso

**** - Escala de Silhueta (KAKESHITA *et al.*, 2009).

4 DISCUSSÃO

O objetivo do estudo foi verificar os impactos do ensino remoto em alunos do Ensino Fundamental Anos Finais, com relação aos níveis de atividade física, “tempo de tela”, IMC e percepção da autoimagem. Com base nos resultados, notou-se uma divisão entre a preferência de uso do tempo de lazer, entre as atividades voltadas à movimentação e o interesse na utilização de algum aparelho tecnológico. O estudo constatou que grande parte dos alunos relataram estar menos ativos após a pandemia, mesmo com a classificação do IMC como normal para a maioria dos alunos. Em relação a percepção de autoimagem, aproximadamente metade dos alunos querem reduzir o tamanho da silhueta.

Crianças que habitam em casas, onde há mais espaço externo com relação àqueles que moram em lugares onde inexistem ou há um espaço reduzido, como em apartamentos, praticam mais atividade física (SIEGLE *et al.*, 2021) e possuem mais espaço para se divertir. No estudo observou-se que a maioria dos alunos moram em casas, e que eram mais ativos antes da pandemia do que durante e após a mesma, resultando em uma mudança nos hábitos das crianças. O estudo de Rocha *et al.* (2021) encontrou resultado similar sobre essa questão que, ao avaliar a percepção dos responsáveis, apontou que as crianças eram mais ativas antes da pandemia e, durante o isolamento social, poucas praticavam alguma atividade. Ao considerar, especialmente as crianças e a vida diária durante a pandemia, as mesmas foram afetadas no quesito de suspensão de aulas presenciais, atividades físicas de modo geral, a socialização com os colegas de escola e também com parentes (PAIVA *et al.*, 2021).

Nossos resultados mostram que 65,2% dos jovens consideram sua saúde boa e 34,8% regular, onde, provavelmente, um dos fatores associados a tal percepção para se classificarem desta forma pode estar relacionado a compreensão acerca do que se considera um indivíduo saudável, já que o estudo é constituído por alunos que praticam atividade física em diferentes locais e não somente nas aulas de Educação Física. Além disso, outra justificativa pode ser pelo que foi encontrado na classificação normal de 69,5% do IMC da maioria. Moreira e Dupas (2003) buscaram entender a

diferença entre saúde e doença para crianças e uma das conclusões foi que as crianças associaram saúde a ter cuidado com o corpo e alimentação adequada.

A partir dos resultados, é de suma importância destacar que nenhum dos alunos vai à escola a pé ou de bicicleta, e isso pode tornar a criança cada vez mais sedentária, principalmente, após a pandemia. Matos *et al.* (2015) compararam os benefícios de se ir caminhando até a escola vs. deslocar de carro e concluíram que há um aumento nos níveis de atividade física e maior gasto calórico devido ao acúmulo de cerca de 20 minutos durante o percurso até a escola. Ainda que seja uma minoria, algumas crianças relataram que só praticam atividade física durante as aulas de EFE, o que nos permite refletir sobre a sua relevância para estes alunos, visto que essas aulas têm um impacto positivo e direto no aumento do número de passos, proporcionando a prática continuada de atividade física (NAGORNY *et al.*, 2018).

Quando questionados sobre atividades de lazer, como, por exemplo praticar esportes, exercícios físicos, nadar, pedalar, assistir televisão, jogar *videogame*, usar o computador, conversar com os amigos e entre outros, observou-se a separação entre aqueles que preferem atividades relacionadas ao movimento e aos que tem preferência por algo com uso de tela. Isso pode ser efeito da insistência de aulas presenciais, que por motivo do isolamento social, há uma relação com o sedentarismo, posto que o uso dos aparelhos tecnológicos foi aumentado para que pudesse atender as aulas remotas, o que influenciou na ausência de atividades de movimento permitidas pelas aulas de EF (SANTOS *et al.*, 2021). Portanto, não há garantia de que o exagero na utilização de *internet* e aparelhos tecnológicos sejam minimizados ao findar a pandemia e isso pode ser danoso à saúde de crianças (LEMES *et al.*, 2021), devido a um novo hábito de vida ser estabelecido.

A maior parte dos participantes do estudo têm pelo menos um dos seguintes objetos: televisão (22 pessoas), computador (22 pessoas), *videogame* (60,9%), celular (100%) e *tablet* (39,1%), isso se deu, principalmente, com o avanço da tecnologia somado à pandemia, na qual todos deveriam ficar isolados em suas casas, o que refletiu no aumento no tempo gasto com esses aparelhos e no sedentarismo. Por mais que o uso desses aparelhos tenham seus benefícios em relação a tarefas do dia a dia, as crianças tem se tornado cada vez mais sedentárias ao preferirem passar o tempo frente a eles (GUEDES, 2015), em especial no tempo gasto utilizando o celular (ROCHA *et al.*, 2021).

A compreensão que uma pessoa tem do seu corpo pode ser entendida como imagem corporal (DUARTE et al., 2018) e em relação à essa isso, entende-se que, a partir dos achados na análise da escala de silhueta sobre a percepção da autoimagem, 34,7% dos alunos apontaram para a mesma imagem, indicando estarem satisfeitas com o próprio corpo, porém 17,39% apontaram estar insatisfeitas, onde se percebe a necessidade de ganho de massa corporal e 47,82% carece de perda de massa corporal, já que tiveram uma percepção positiva. A partir da análise, muitas podem ser as justificativas para insatisfação com a aparência física, visto que houve um aumento no número de crianças que têm tido uma visão negativa do próprio corpo pelo fato de se preocupar em estar de acordo com padrões de beleza apresentados por meio de redes sociais (COPETII e QUIROGA, 2018).

Por motivo do isolamento trazido pela pandemia, as pessoas se tornam menos ativas, aumentaram o tempo gasto com algum dispositivo eletrônico e isso pode ter feito com que o número de pessoas sedentárias tenha aumentado (SANTOS *et al.*, 2021), e conseqüentemente, isso influencia no ganho de gordura corporal. Por esse motivo, as conseqüências sociais advindas do COVID-19 geraram efeitos que interferem na forma de conter e prevenir a obesidade (OLIVEIRA *et al.*, 2022). Para mais, ainda que o IMC da maioria dos alunos tenha sido classificado como normal, muitos deles alegaram estar descontentes com a própria imagem. Isso foi similar ao encontrado em outra pesquisa que verificou qual é a satisfação de adolescentes com a imagem corporal, concluindo que mesmo com o peso considerado adequado estão insatisfeitos com a imagem corporal (MARQUES *et al.*, 2016).

As limitações deste estudo foram o não contato direto com os pais, o que dificultou a entrega dos termos de compromisso e, coincidentemente, a aplicação da quantidade de questionários, não ter tido dados antes da pandemia e o entendimento dos alunos acerca de algumas questões do questionário. Ainda, o estudo foi realizado de forma transversal, devido a temporalidade do estudo, ainda em fase de preocupação com a questão da COVID-19. Sugere-se uma ampliação deste estudo para ser realizado de forma longitudinal, com a finalidade de se avaliar não somente o perfil dos alunos, mas sim propor estratégias que incentivem a maior aderência junto a prática de atividades físicas e os hábitos alimentares antes, durante e após a pandemia.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por motivo do isolamento causado pela pandemia do novo coronavírus, as aulas foram suspensas e todo o sistema de ensino precisou se adequar a uma nova forma de ensino, dando origem ao ensino remoto emergencial. Com base nesse cenário, as crianças se tornaram cada vez mais sedentárias, já que houve diminuição do tempo dedicado à prática de atividade física e ausência de aulas práticas de EFE, o que interfere diretamente no IMC e aumento no tempo gasto com aparelhos tecnológicos. Por mais que o IMC dos jovens participantes da pesquisa esteja classificado como normal, parte dos alunos estão insatisfeitos com a própria imagem e inúmeros podem ser as justificativas, como por exemplo, a obesidade. Precisamos destacar a importância que as aulas de EFE têm na vida de crianças e jovens, como por exemplo, influência positiva para que no futuro se tornem adultos/idosos fisicamente ativos o que condiz com um modo de viver saudável além de ser uma forma prevenir obesidade infantil e aumentar os níveis de atividade física.

REFERÊNCIAS

APPENZELLER, Simone; MENEZES, Fábio Husemann; DOS SANTOS, Gislaine Goulart; PADILHA, Roberto Ferreira; GRAÇA, Higor Sabino; BRAGANÇA, Joana Fróes. Novos Tempos, Novos Desafios: Estratégias para Equidade de Acesso ao Ensino Remoto Emergencial. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v.44, p.2-6, 2020.

ARAÚJO, José Roberto Alves. **Sedentarismo em adolescentes escolares: uma revisão sistemática com metanálise**. 2019. 77 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Pesquisa em Saúde, Centro Universitário CESMAC, Maceió, 2019.

BARRETO, Andréia Cristina Freitas; ROCHA, Daniela Santos. Covid 19 e educação: resistências, desafios e (im)possibilidades. **Revista encantar - educação, cultura e sociedade**, v. 2, p. 1-11, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília : Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. **Parecer CNE/CP 5/2020** - Conselho Nacional de Educação. Reorganização do Calendário Escolar e da possibilidade de cômputo de atividades não presenciais para fins de cumprimento da carga horária mínima anual, em razão da Pandemia da COVID-19. Brasília: MEC, 2020.

BIELAVSKI, Jennifer da Silva; FERNANDES, Nicolas; MEDEIROS, Francine Muniz; MACHADO, Roseli Belmonte; FONSECA, Denise Grosso da Fonseca. A educação física na área das linguagens e as relações com a BNCC em tempos de distanciamento social. **Conexões**, v.19, n.00, p.1-17, 2021.

DIRETRIZES DA OMS PARA ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO. 2020. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-por.pdf>. Acesso em: 28 dez. 2021.

DOS SANTOS, Pedro Afonso Pegoretti Matias; DOMINGUES, Natália Stéfane de Godoi; OLIVEIRA, Mariana Rabelo de; MARTELLI, Anderson; DELBIM, Lucas. Pandemia e sedentarismo: consequências para a infância e adolescência. **Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v.13, n.3, p.2-9, 2021.

DUARTE, Miguel Angelo; VOSER, Rogério da Cunha; HERNÁNDEZ, José Augusto Evangelho; GOULART, Cláudia Kátia Lee da Silva. A insatisfação corporal na infância e início da adolescência. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 21, n. 1, p.53-70, 2018.

GAYA, Anelise Reis; GAYA, Adroaldo; PEDRETTI, Augusto; MELLO, Júlio. **Projeto Esporte Brasil: Manual de medidas, testes e avaliações**. 5ª ed. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2021. 39 p.

GUEDES, Natan Pinheiro. **A influência da tecnologia para o sedentarismo de estudantes no ensino fundamental**. 2015. 22 f. Trabalho de conclusão de Curso (Graduação em Educação Física Licenciatura) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília – UniCEUB, 2015.

GODOI, Marcos; KAWASHIMA, Larissa Beraldo; GOMES, Luciene de Almeida. Temos que nos reinventar”: os professores e o ensino da educação física durante a pandemia de COVID-19. **Dialogia**, São Paulo, n.36, p. 86-101, 2020.

GOIS, Pamela Karina de Melo; BRUNETE, Patrícia Diógenes de Melo ; BRAGA, Fernanda Lira; BARBOSA, Rebecca Ruhama Gomes; COSTA, Dálete Rodrigues da. Reflexões sobre o impacto da pandemia na Educação Física Escolar. **Revista Com Censo: Estudos Educacionais do Distrito Federal**, v. 8, n. 3, p. 220-227, ago. 2021.

GUEDES, Dartagnan Pinto. Recursos antropométricos para análise da composição corporal. XI Congresso Ciências do Desporto e Educação Física dos países de língua portuguesa. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 20, n. 5, p. 115-119, 2006.

KAKESHITA, Idalina Shiraishi; SILVA, Ana Idalina Paiva; ZANATTA, Daniela Perocco; ALMEIDA, Sebastião Sousa. Construção e fidedignidade Teste-Reteste de Escalas de Silhuetas Brasileiras para adultos e crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v.25, n.2, p.263-270, 2009.

LEMES, Monike Alves; GARCIA, Giovanna Prezoto; SILVA, Vinicius Batista; MINNITI, Giulia; MACHADO, Maria Eduarda Monteiro; HABER, Jesselina Francisco dos Santos. Tempo de tela, crianças e pandemia de covid-19: uma revisão narrativa. III Congresso Internacional de Educação e Saúde da Universidade de Marília. *In: Anais... Marília/SP*, 2021. p.2-442.

LIMA, Luan Pereira; COELHO, Érica da Silva; XIMENEZ, João Paulo; FERNANDES DA SILVA, Ana Caroline; QUIXABEIRA, Alderise Pereira; ABRÃO, Ruhena Kelber. Breves considerações sobre educação infantil e a atividade física. **Revista Multidebates**, Palmas, v.4, n.2, p.48-54, 2020.

MACEDO, Laiz Mara Meneses; NEVES, Luiz Eduardo de Oliveira. Práticas de Educação Física na pandemia por Covid-19. **Ensino em Perspectivas**, Fortaleza, v. 2, n. 3, p. 1-5, 2021.

MARQUES, Maria Inês; PIMENTA, Joana; REIS, Sofia; FERREIRA, Lígia M; PERALTA, Lígia; SANTOS, Maria Inês; SANTOS SÓNIA; SANTOS ELISABETE. (In)Satisfação com a imagem corporal na adolescência. **Revista de Pediatria do Centro Hospitalar do Porto**, v.25, n.4, p.217-221, 2016.

MATOS, Ana Paula; PEREIRA, Beatriz; SOUZA, Sérgio; BASTOS, Diana; COSTA, José. Descrição do Trajeto Casa-Escola. **Estudo Com Crianças de Três Escolas Públicas**. *In: P. Pereira, S. Vale, & A. Cardoso (Eds.)*, Livro de Atas do XI Seminário Internacional de Educação Física, Lazer e Saúde (SIEFLAS). Perspetivas de

Desenvolvimento num Mundo Globalizado. Porto: Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico do Porto, 2015. p.12-21.

MARQUES, Vitoria Alves Ribeiro; RAMOS, Gabrielly Craveiro. **Relação entre o nível de atividade física, IMC e pressão arterial em adolescente**
Nível de atividade física, IMC e pressão arterial em adolescentes. 2021.20 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Escola de Ciências Sociais e da Saúde. Setor universitário, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2021.

MOURA, Matheus Araujo; VASCONCELOS, Isadora Nogueira. Influência do tempo de tela no estado nutricional de escolares. In: **Conexão Unifametro 2019**, Fortaleza-CE, 2019

MOREIRA, Patrícia Luciana; DUPAS, Giselle. Significado de saúde e de doença na percepção da criança. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.11, n.6, p.757-62, 2003.

MELO, Priscila Evangelista; BARCELOS, Sérgio Cardoso; MANOCHIO, Marina Garcia; VASSIMON, Helena Siqueira; BRITTAR, Cléria Maria Lobo. Percepção da autoimagem corporal de universitários. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 17, n.3, p.208-213, 2016.

NAGORNY, Gabriel Alberto Kunst; AGUIAR, Priscilla Spindola; DIAS, Arieli Fernandes; MELLO, Júlio Brugnara; GAYA, Anelise Reis; GAYA, Adroaldo Cezar Araújo. Contribuição da educação física escolar para o nível de atividade física diária. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 12, n.72, p. 70-77, 2018.

OLIVEIRA, Luís Fernando de Lima; COSTA, Célia Regina Bernardes. Educação física escolar e a obesidade infantil. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo Do Conhecimento**, n.1; v. 10, p. 87-101, 2016.

PACHECO, Thiago da Veiga. Atividade física antes e durante a pandemia do covid-19 em estudantes de uma escola do município de Florianópolis. 2015. 50 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física Licenciatura) - Universidade Federal de Santa Catarina - Centro de Desportos, 2022.

PAIVA, Eny Dórea; DA SILVA, Luciana Rodrigues; MACHADO, Maria Estela Diniz; AGUIAR, Rosane Cordeiro Burla de; GARCIA, Karina Rangel da Silva; ACIOLY, Paloma Gonçalves Martins. Comportamento infantil durante o distanciamento social na pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, CIDADE, v. 74, n. Suppl 1, p. 1-7, 2021.

Prática de Atividades Físicas e Comportamentos de Risco à Saúde em Estudantes do Ensino Médio no Estado de Pernambuco. Versão Adaptada do Global Student Health Survey. Disponível em: https://www.gpesupe.org/imagens/downloads/Quest_Atitude_2011.pdf. Acesso em: 7 out. 2021.

PINHEIRO, Leandro Elvas; TRINDADE, Ruth França Cizino da; IOSSI SILVA, Marta Angélica; MACHADO, Dalmo Roberto Lopes; BENEDITA DOS SANTOS, Claudia. Prática de atividade física de escolares do 4º e 5º anos do ensino fundamental da rede pública estadual. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Campinas, v.23, n.4, p. 308-312, 2017.

PUSSIELDI, Guilherme de Azambuja; JESUS SILVA, Franciany de; PEREIRA, Deyliane Aparecida de Almeida. O impacto das aulas de educação física no nível de atividade física, estado de humor e qualidade de vida de adolescentes escolares. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 16, n. 2, p.73-83, 2018.

ROCHA, Maressa Ferreira de Alencar; VELOSO, Wanderson Gomes; BEZERRA, Rebeka Ellen de Alencar; GOMES, Laura de Almeida; MARCOLINO, Alinne Beserra de Lucena. O impacto da pandemia do covid-19 na saúde infanto-juvenil: um estudo transversal. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.1, p.3483-3497, 2021.

RINALDI, Carlos Daniel; ACCO, Luciane Lara. **Pesquisa sobre o nível da prática de exercícios físicos durante a quarentena da pandemia de covid-19 em 2020 da população da região “amurel” de santa catarina**. 2020. 13 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física Licenciatura) - Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, 2020.

CARVALHO SANTOS, Caio. Carvalho; FERNANDES, João Vitor Ferreira; SILVA, Amanda Karolayne Rodrigus; DIAS, Maria Heloisa Pinheiro; ALVES, Rahyan de Carvalho. Estágio curricular supervisionado em geografia: experiência do ensino remoto durante o período de isolamento social (covid-19). **Revista Verde Grande: Geografia e Interdisciplinaridade**, v. 3, n.2, p. 27-39 ,2021.

COPETTI, Aline Vieira Sá.; QUIROGA, Carolina Villanova. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, v.10, n.2, p.161-177, 2018.

SIEGLE, Cristhina Bonilha Huster. **O impacto do distanciamento social devido à COVID-19 na prática de atividade física e outros hábitos de crianças brasileiras**. 2021. 63 f. Dissertação (Mestrado Interdisciplinar em Ciências da Saúde) - Instituto de Saúde e Sociedade, Universidade Federal de São Paulo, Santos, 2021.

SIEGLE, Cristhina Bonilha Huster; POMBO, André; LUZ, Carlos; RODRIGUES, Luis Paulo; CORDOVIL, Rita; De Sá, Cristina dos Santo Cardoso. Influências das características familiares e domiciliares no nível de atividade física infantil durante o distanciamento social por covid-19 no brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.39, p.2-7,2021.

SILVA, Willian Vieira; VENEZIANO, Leonardo Squinello Nogueira. A importância da educação física na vida de crianças obesas. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**. São Paulo, v.7.n.10, p. 2675 –3375, 2021.

SOUSA, Graziela Cesar; LOPES, Clara Sobreira Dias; MIRANDA, Maria Constancio; DA SILVA, Vitor Augusto Alves; GUIMARÃES, Patrícia Regina. A pandemia de COVID-19 e suas repercussões na epidemia da obesidade de crianças e adolescentes. **Revista Eletrônica Acervo Saúde/Electronic Journal Collection Health**. v.12, n.12, p.1-8, 2020

THOMAS, Jerry R; NELSON, Jack K; SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. 6^o ed. CIDADE: Artmed, 2012. 478 p.

ANEXO I – TALE

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) para participar por vontade própria, de um estudo chamado: **"O IMPACTO DA PANDEMIA EM JOVENS ESCOLARES: O QUE A EDUCAÇÃO FÍSICA PODE NOS FALAR"**, sob a responsabilidade do Prof. Dr. Renato Melo Ferreira e orientação da discente: Hipsia Ferreira Alves. Após tirar todas as suas dúvidas sobre a pesquisa, caso você aceite participar do estudo, assine este documento. Fica garantido o segredo de todas as informações dadas por você. Não tem problema algum se você não quiser participar.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do projeto: **"IMPACTO DA PANDEMIA EM JOVENS ESCOLARES: O QUE A EDUCAÇÃO FÍSICA PODE NOS FALAR"**

Pesquisador responsável: Renato Melo Ferreira (Prof. Dr. da Escola de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto - EEF-UFOP). Telefone para contato: **31-3559-1517**

O estudo busca verificar qual o impacto que o ensino remoto causou em alunos do ensino fundamental II em relação ao nível de atividade física, tempo de tela, IMC e percepção da autoimagem por meio da escala de silhuetas.

As crianças terão que responder um questionário online sobre atividade física e tempo de tela. Além disso, terá um espaço reservado para coleta do peso e altura para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal e análise de uma silhueta de escalas. A coleta de dados será feita em local apropriado na própria escola, e por meio da plataforma *Google Forms*.

Riscos: Toda a pesquisa apresenta algum tipo de risco, este estudo apresenta dois especificamente: 1- Risco de exposição das respostas dos participantes, 2- desconforto em responder a algum item dos instrumentos e 3- Desconforto no momento da coleta do peso e altura para IMC. Tais riscos serão reduzidos por: 1- A coleta será realizada em um local próprio para o estudo, sem nenhum tipo de interferência, e caso o participante se sinta desconfortável ele tem a opção de não participar do estudo, 2- O questionário será realizado de forma *online*, e caso o participante se sinta desconfortável em responder algum item, ele pode deixar o mesmo em branco ou até mesmo não querer mais participar do estudo, o que não irá acarretar em nenhum tipo de prejuízo para o mesmo e 3. Cabe ressaltar que nenhum instrumento envolve questionamentos morais.

Benefícios: O estudo apresenta 3 principais benefícios: 1- identificar e verificar o impacto que o ensino remoto causou em alunos ao nível de atividade física, o que pode classificá-los como sedentário ou não, 2 - cálculo do Índice de Massa Corporal para identificar excesso de gordura corporal, 3- analisar possíveis distorções da própria imagem, 4 - aumento da utilização do tempo de tela, 5- será uma forma de levar este conhecimento para pais, professores, estudantes da área e até mesmo as próprias crianças.

Esta pesquisa atende todas as especificações da **Resolução 466/12 e 510/16**, que aprova as diretrizes e

normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. O sujeito da pesquisa é o (a) participante pesquisado (a), individual ou coletivamente, de caráter voluntário, vedada qualquer forma de remuneração. Estamos à disposição caso você tenha alguma dúvida durante a pesquisa.

Pesquisador responsável: Renato Melo Ferreira (Prof. Dr. da Escola de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto - EEFUFOP).

Telefone para contato: **31-3559-1517** – E-mail: **renato.mf@hotmail.com**

Comitê de Ética em Pesquisa- UFOP. Centro de Convergência, Campos Universitário, UFOP. Ouro Preto, MG. Telefone: **(31) 3559-1368**. E-mail: **cep.propp@ufop.edu.br**

Por favor, preencha seu nome a seguir.

Assinatura do participante

ANEXO II – TCLE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você e seu filho (a), estão sendo convidados a participar, como voluntários, da pesquisa intitulada:

“IMPACTO DA PANDEMIA EM JOVENS ESCOLARES: O QUE A EDUCAÇÃO FÍSICA PODE NOS FALAR” sob a responsabilidade do Prof. Dr. Renato Melo Ferreira e orientação da discente: Hipsia Ferreira Alves (Escola de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto – EEF-UFOP). Após os devidos esclarecimentos sobre a pesquisa, caso você aceite colaborar com o estudo, assine ao final deste documento que está em duas vias. Fica garantido o sigilo de todas as informações dadas por você e pela criança. Em caso de recusa, não serão penalizados de forma alguma.

O trabalho busca verificar qual o impacto que o ensino remoto causou em alunos do ensino fundamental II em relação ao nível de atividade física, tempo de tela, IMC e percepção da autoimagem por meio da escala de silhuetas.

Com auxílio dos pesquisadores, as crianças terão que responder um questionário online sobre atividade física e tempo de tela. Além disso, terá um espaço reservado para coleta do peso e altura para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal e análise de uma silhueta de escalas. A coleta de dados será feita em local apropriado na própria escola, e por meio da plataforma *Google Forms*.

Segundo a Resolução 466/12 e 510/16, os aspectos éticos da pesquisa com seres humanos, implica em:

respeito ao participante da pesquisa em sua dignidade e autonomia, reconhecendo sua vulnerabilidade,

assegurando sua vontade de contribuir e permanecer, ou não, na pesquisa, por intermédio de manifestação expressa, livre e esclarecida; ponderação entre riscos e benefícios; a garantia de que danos

previsíveis serão evitados. Em qualquer momento da pesquisa existe a possibilidade de revogação do seu consentimento sem qualquer tipo de penalização e sem prejuízo por parte do voluntário. Além disso, ao final da pesquisa, os dados serão publicitados por meio de um artigo científico. Caso aceite participar

deste estudo, o mesmo não proporcionará nenhum tipo de gasto por parte do voluntário. Além disso, os pesquisadores são responsáveis por eventual necessidade de indenização.

Riscos: Toda a pesquisa apresenta algum tipo de risco, este estudo apresenta dois especificamente: 1- Risco de exposição das respostas dos participantes, 2- desconforto em responder a algum item dos instrumentos e 3- Desconforto no momento da coleta do peso e altura para IMC. Tais riscos serão reduzidos por: 1- A coleta será realizada em um local próprio para o estudo, sem nenhum tipo de interferência, e caso o participante se sinta desconfortável ele tem a opção de não participar do estudo, 2- O questionário será realizado de forma *online*, e caso o participante se sinta desconfortável em responder algum item, ele pode deixar o mesmo em branco ou até mesmo não querer mais participar do estudo, o que não irá acarretar em nenhum tipo de prejuízo para o mesmo e 3. Cabe ressaltar que nenhum instrumento envolve questionamentos morais.

O estudo apresenta 3 principais benefícios: 1- identificar e verificar o impacto que o ensino remoto causou em alunos ao nível de atividade física, o que pode classificá-los como sedentário ou não, 2 - cálculo do Índice de Massa Corporal para identificar excesso de gordura corporal, 3- analisar possíveis distorções da própria imagem, 4 - aumento da utilização do tempo de tela, 5- será uma forma de levar este conhecimento para pais, professores, estudantes da área e até mesmo as próprias crianças.

Cabe destacar que todos os dados serão armazenados no computador do pesquisador responsável, localizado na sala 23 do Centro Desportivo da UFOP (Sala do pesquisador responsável), estes dados serão mantidos durante o período de 5 anos e após tal período, os mesmos serão deletados e/ou incinerados. Qualquer dúvida em relação ao caráter ético deve

ser esclarecida junto ao Comitê de Ética e Pesquisa da UFOP, e as condizentes à pesquisa devem ser esclarecidas com o pesquisador.

Pesquisador responsável: Renato Melo Ferreira

Telefone para contato: **31-3559-1517** – E-mail: **renato.mf@hotmail.com**

Comitê de Ética em Pesquisa- UFOP. Centro de Convergência, Campos Universitário, UFOP.

Ouro Preto, MG. Telefone: **(31) 3559-1368**. E-mail: **cep.propp@ufop.edu.br**

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, portador (a) do documento

de identidade de nº: _____, abaixo assinado, aceito a minha participação

e autorizo a participação do meu filho(a) na pesquisa **“IMPACTO DA PANDEMIA EM JOVENS ESCOLARES: O QUE A EDUCAÇÃO FÍSICA PODE NOS FALAR”**, conforme devidamente informado pelo pesquisador. Foi-me esclarecido todas as informações referentes à pesquisa, ao método que será utilizado e aos possíveis riscos e benefícios decorrentes da nossa participação na pesquisa. Além disso, foi-me também garantido o sigilo das informações pessoais que possam assegurar a minha identificação e da criança, bem como possíveis informações que possam vir a nos comprometer. Diante do exposto, estou de acordo que li e compreendi todas as informações aqui presentes e eventuais dúvidas que eu tinha me foram esclarecidas, portanto, aceito plenamente contribuir com o estudo através da utilização de todos os dados que possam servir para os fins da pesquisa científica da qual estamos contribuindo.

Local e data: _____, ____/____/20__.

Nome do responsável: _____

Contato: _____

Assinatura do participante

Assinatura do responsável pela pesquisa;

ANEXO III - QUESTIONÁRIO

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E TEMPO DE TELA.

*Obrigatório

1. Qual é o seu nome?

2. Qual o seu sexo? *

Feminino

Masculino

3. Em que série (ano) você está? *

6º Ano

7º Ano

8º Ano

9º Ano

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

4. Qual a sua idade?

- 11
- 12
- 13
- 14
- 15

5. Em que tipo de habitação você mora (reside)?

- Casa
- Apartamento
- Outro: _____

6. Na sua casa tem quais dos itens abaixo?

- Televisão
- Computador
- Videogame
- Celular
- Tablet

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

7. Em geral, você considera que a sua saúde é:

- Excelente
- Boa
- Regular
- Ruim

ATIVIDADES FÍSICAS

8. Durante uma semana típica ou normal, em quantas aulas de Educação Física você participa?

- 0
- 1
- 2
- 3 ou mais

9. Você realiza, regularmente, algum tipo de atividade física no seu tempo livre, como exercícios, esportes, danças ou artes marciais?

- Sim
- Não

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

10. "Eu gosto de fazer atividades físicas"! O que você diria desta afirmação:

- Discordo totalmente
- Discordo em partes
- Nem concordo, nem discordo
- Concordo em parte
- Concordo totalmente

11. Considera-se fisicamente ativo o jovem que acumula pelo menos 60 minutos diários de atividades físicas em 5 ou mais dias da semana. Em relação aos seus hábitos de prática de atividades físicas, você diria que:

- Sou fisicamente ativo há mais de 6 meses
- Sou fisicamente ativo há menos de 6 meses
- Não sou, mas pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 30 dias
- Não sou, mas pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 6 meses
- Não sou, e não pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 6 meses

12. Durante os últimos 7 dias, quantos dias você foi fisicamente ativo por um total de pelo menos 60 minutos por dia?

- 0 (nenhum dia)
- 1 dia
- 2 dias
- 3 dias
- 4 dias
- 5 dias
- 7 dias

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

13. Durante uma semana típica ou normal, em quantos dias você é fisicamente ativo por um total de pelo menos 60 minutos ao dia?

- 0 (nenhum dia)
- 1 dia
- 2 dias
- 3 dias
- 4 dias
- 5 dias
- 6 dias
- 7 dias

14. Qual a atividade de lazer de sua preferência? (marcar apenas uma)

- Praticar esportes
- Fazer exercícios
- Nadar
- Pedalar
- Assistir TV
- Jogar videogame
- Usar o computador
- Conversar com os amigos
- Outras atividades
- Jogar cartas

15. Como você normalmente se desloca para ir para escola?

- a pé
- de bicicleta
- de carro
- de moto
- de ônibus

16. Durante os últimos 7 dias, em quantos dias você andou a pé ou de bicicleta para ir e voltar da escola?

- 0 (nenhum dia)
- 1 dia
- 2 dias
- 3 dias
- 4 dias
- 5 dias
- 6 dias
- 7 dias

17. Em um dia típico (normal), quanto tempo você gasta sentado, assistindo televisão, jogando no computador ou conversando com amigos?

- Menos de 1 hora por dia
- 1 a 2 horas por dia
- 3 a 4 horas por dia
- 5 a 6 horas por dia
- 7 a 8 horas por dia
- Mais de 8 horas por dia

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

18. Nos dias de aula (segunda a sexta-feira), quantas horas por dia você assiste TV?

- Eu não assisto TV em dias de semana
- Menos de 1 hora por dia
- 1 hora por dia
- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 ou mais horas por dia

19. Nos finais de semana (sábado e domingo), quantas horas por dia você assiste TV?

- Eu não assisto TV em dias de final de semana
- Menos de 1 hora por dia
- 1 hora por dia
- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 ou mais horas por dia

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

20. Nos dias de aula (segunda a sexta-feira), quantas horas por dia você usa computador, celular, tablet e/ou joga videogame?

- Eu não uso computador e não joga videogame em dias de semana
- Menos de 1 hora por dia
- 1 hora por dia
- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 horas por dia ou mais
- Videogame em dias de semana
- Celular e tablet todos os dias

21. Nos finais de semana (sábado e domingo), quantas horas por dia você usa computador, celular, tablet e/ou joga videogame?

- Eu não uso computador e não joga videogame em dias de final de semana
- Menos de 1 hora por dia
- 1 hora por dia
- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 horas por dia ou mais
- Videogame apenas nos finais de semana

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

22. Nos dias de aula (segunda a sexta-feira), quanto tempo você gasta sentado, conversando com amigos, jogando cartas, usando o celular ou tablet, lendo ou estudando (não considerar o tempo assistindo TV e usando computador)?

- Menos de 1 hora por dia
- 1 hora por dia
- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 horas por dia ou mais

23. Nos finais de semana (sábado e domingo), quanto tempo você gasta sentado, conversando com amigos, jogando cartas, usando o celular ou tablet, lendo ou estudando (não considerar o tempo assistindo TV e usando computador)?

- Menos de 1 hora por dia
- 1 hora por dia
- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 horas por dia ou mais

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DURANTE A PANDEMIA DO CORONA VÍRUS (COVID-19)

24. Antes da pandemia do Corona Vírus (COVID-19) você praticava algum tipo de atividade física?

- Sim. Qual?
- Não

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

25. Se a resposta for "Sim" na questão anterior, qual era seu nível de atividade física?

- Muito intensa
- Intensa
- Moderada
- Leve

26. Após o decreto de pandemia e quarentena você ficou menos ativo fisicamente?

- Sim
- Não

27. Qual o nível de atividade física que atualmente você está tendo durante a pandemia? (Tenha em mente que varrer a casa, organizar os cômodos e algumas outras tarefas domésticas são consideradas atividades física leves).

- Muito intenso
- Intenso
- Moderado
- Leve
- Nenhuma atividade física relevante durante esse período

18/07/2022 15:35

RETORNO A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL: NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA ...

28. Se você não pratica alguma atividade física leve ou moderada, qual o principal motivo desta decisão?

- Preguiça
- Limitação física
- Falta de tempo
- Medo de algo ruim acontecer
- Saúde

29. Você ficou motivado a praticar alguma atividade física, por ter respondido do este questionário?

- Sim
- Não

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários

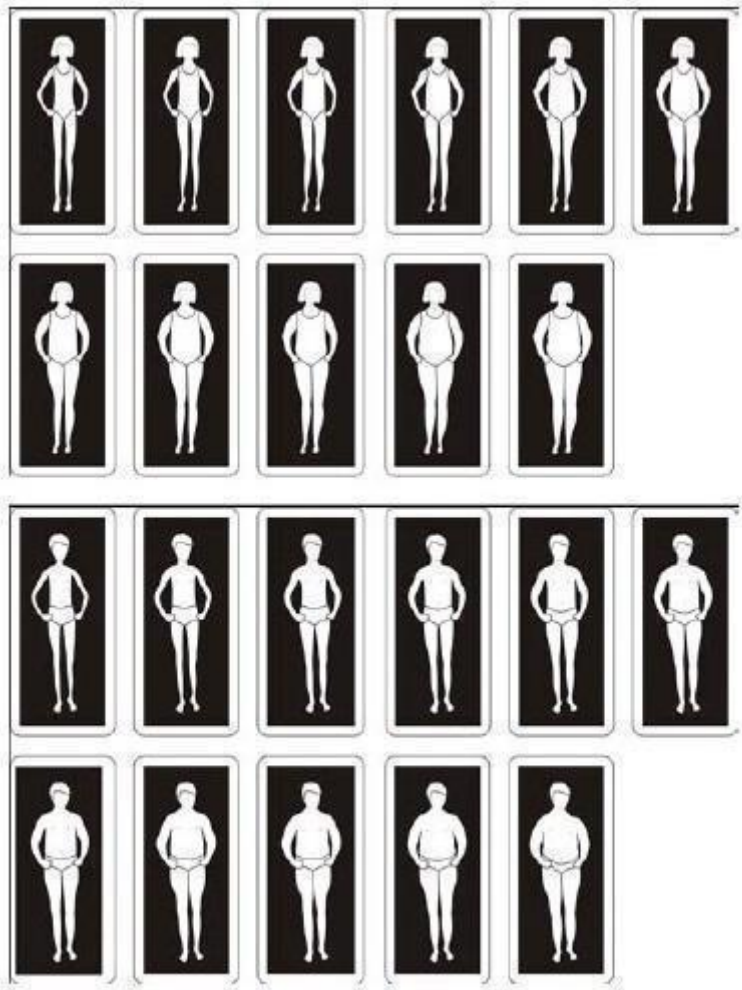
ANEXO IV – ESCALA DE SILHUETAS (Kakeshita et al, 2009)

Figura 2: Escala de Silhuetas para crianças (Fonte: Kakeshita et al, 2009)