

## RELAÇÃO ENTRE O ESTILO DE VIDA E O PERFIL ANTROPOMÉTRICO DOS ALUNOS DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO EM INFORMÁTICA DO IF-SC CAMPUS CHAPECÓ

Autores: MICHELON, Andrezza P. S. *andrezzamichelon@gmail.com*;  
LIMA, Eduarda A. L. de - *Bolsista PIBIC do Ensino Médio Integrado  
em Informática do Instituto Federal de Santa Catarina/Campus  
Chapecó. eduarda.antuneslins@gmail.com*

Orientador: FERRARI, Eder – Professor do IF-SC Campus  
Chapecó. *eder.ferrari@gmail.com*

O presente trabalho visa apresentar resultados sobre o estilo de vida dos alunos do Ensino Médio Integrado em Informática (EMI)-IFSC, do Campus Chapecó. O estilo de vida determina em grande parte a expectativa de vida e qualidade com que se vive, e também é uma estratégia para promoção da saúde e conquista do bem-estar.

Para delimitar o estudo objetivou-se analisar o perfil antropométrico dos alunos do EMI-IFSC, sendo assim, realizou-se um estudo descritivo e exploratório com 68 alunos do EMI-IFSC, Campus Chapecó, sendo 21 do sexo feminino e 45 do sexo masculino com a faixa etária de 15 + - 2 dos módulos I, II, III.

Este estudo foi dividido em duas partes: na primeira parte foi utilizado questionários para avaliação da saúde e atividade física, no qual, o Pentágulo do Bem-Estar (NAHAS, Et al, 2000) serviu de referência. Para medir o nível de atividade física foi utilizado o IPAC (International Physical Activity Questionnaire)-versão curta (OMS, 1998). Já na segunda parte foi realizada mensuração de dobras cutâneas, tríceps braquial (TB) e subscapular (SE), (LOHMAN, 1987).

Para a avaliação do Percentual de gordura, para criança e adolescente, dobras cutâneas, teve como base a equação proposta por Lohman (1987). Posteriormente foi analisado os dados dos questionários que resultaram em tabelas para cada módulo do EMI, a partir desses dados foi verificado o percentual de gordura e estilo de vida de cada aluno.

No grupo de estudantes do EMI encontrou-se a incidência de 25% classificados com o percentual de gordura alto, 4,41% muito alto, 48,5% ótimos, 19,11% moderadamente alto e 2,94% baixo. Esses resultados foram obtidos através da tabela

(LOHMAN 1987).

Segundo os resultados do Pentágulo do Bem-Estar (NAHAS, Et al, 2000) constatou-se que 26,8% do grupo de estudantes estão com o estilo de vida positivo, 2,98% negativo e 70,14% regular. Verificamos que o módulo I tem um estilo de vida menos ativa que os módulos II e III, com percentual de gordura maior, e que o módulo II se encontra como o módulo mais ativo e com percentual de gordura menor.

Os dados obtidos nesta primeira etapa da pesquisa apontam que os homens são mais ativos que as mulheres, apresentando percentual de gordura menor. No estilo de vida as mulheres apresentam um percentual maior de stress podendo interferir no peso, porém, as mulheres tem um cuidado maior na nutrição e no comportamento preventivo.

Os resultados dessa pesquisa são preliminares e serão conclusivos ao término do ano juntamente com os dados do IPAC-versão curta.

### REFÊRENCIAS

NAHAS, M. V. O **Pentágulo do Bem Estar**. Boletim do Núcleo de Pesquisa em Atividade Física & Saúde CDS/UFSC, v.2, n. 7, p.1-1, 1996.

Organização Mundial da Saúde. **IPAC** (International Physical Activity Questionnaire) - Versão curta.1998.

LOHMAN T.G. **Standard for fat percentage standard for children and adolescents**. Journal of Physical Education, Recreation and Dance, 58(9), 98-102.1987.