



### **Continuidade da atividade física ao longo da adolescência: um estudo prospectivo**

**Autor(es):** NUNES, B. P.; Dumith, SC; MENEZES, A. M. B; ARAÚJO, CLP; HALLAL, P. C.

**Apresentador:** Bruno Pereira Nunes

**Orientador:** Pedro Rodrigues Curi Hallal

**Revisor 1:** Airton José Rombaldi

**Revisor 2:** Marcelo Cozzensa da Silva

**Instituição:** Universidade Federal de Pelotas

#### **Resumo:**

**Introdução:** As evidências dos benefícios da prática de atividade física na adolescência em curto e longo prazo estão bem documentadas na literatura científica. No entanto, existem poucos dados, especialmente em países de renda média ou baixa, sobre a continuidade da atividade física ao longo da adolescência. A necessidade de dados prospectivos é um dos principais desafios a esse tipo de estudo em países de renda média ou baixa. **Objetivo:** Avaliar a continuidade da atividade física dos 11 aos 15 anos de idade em adolescentes pertencentes à coorte de 1993 de Pelotas, RS. **Métodos:** Todos os nascidos vivos na cidade de Pelotas, em 1993, cujas famílias residiam no município foram elegíveis para um estudo longitudinal. Em 2004-5, 87,5% dos participantes da coorte foram avaliados, sendo aplicado um questionário detalhado sobre atividade física no período de lazer. O mesmo instrumento foi aplicado na visita de 2008, na qual foram localizados 85,2% dos membros da coorte. Um ponto de corte de 300 minutos por semana foi utilizado para classificar os adolescentes como ativos ou não, de acordo com as recomendações atuais de atividade física para adolescentes. A análise foi realizada utilizando-se coeficiente de correlação e análise de probabilidade. **Resultados:** A prevalência de adolescentes ativos na visita de 2008 foi de 38,2%. Tal percentual foi de 48,6% entre os classificados como ativos em 2004-5 e de 33,0% entre os classificados abaixo do ponto de corte ( $P < 0,001$ ). O coeficiente de correlação entre os escores contínuos de atividade física (min/sem) aos 11 e 15 anos foi de 0,15. Entre os classificados como ativos aos 11 anos, o escore médio de atividade física aos 15 anos foi 468,5 min/sem, enquanto tal valor foi de 304,9 entre os classificados abaixo do ponto de corte aos 11 anos. **Conclusão:** Existe uma clara continuidade nos níveis de atividade física durante a adolescência. Jovens classificados como ativos aos 11 anos apresentam maior probabilidade de serem ativos aos 15 anos e possuem um escore contínuo de atividade física mais de 160 min/sem maior do que aqueles classificados como sedentários aos 11 anos de idade.