

FRANCISCO, Janaina Jurça. Fatores sociais relevantes que influenciam a inatividade física em adolescentes de 15 a 18 anos. Bragança Paulista, SP: FESB, 2017. (CD-ROM)

## RESUMO

O estilo de vida da população em geral, inclusive dos adolescentes tem sido modificado de forma negativa por diversos motivos, deixando evidente o crescimento de hábitos sedentários. Inúmeros problemas de saúde estão relacionados a esse estilo de vida menos ativo fisicamente, sendo assim é importante saber por quais motivos tem ocorrido estes tipos de comportamentos. O presente estudo teve como objetivo principal falar sobre aspectos relevantes aos quais influenciam os adolescentes a levarem uma vida com hábitos sedentários, além de citar a importância da atividade física e os riscos que o sedentarismo trás para a vida dessa população. A amostra foi composta por 22 adolescentes, de ambos os sexos, entre 15 e 18 anos, alunos de uma escola secundária e técnica de Bragança Paulista – SP. Os voluntários foram submetidos a responderem um questionário com questões reformuladas através de informações levantadas do questionário Ipaq versão curta ao qual foi adaptado. De forma quantitativa, foram utilizadas questões relacionadas a prática de atividade física, uso de aparelhos eletrônicos no dia a dia, estilo de vida dos pais, entre outras. A partir dos resultados obtidos, foi possível analisar que alguns fatores como o uso de aparelhos eletrônicos demais, aspectos relacionados a família como a falta de incentivo e encorajamento, grau de escolaridade, modo de agir dos pais em relação a não prática de atividades físicas e renda familiar, influenciam de forma negativa na inatividade dos adolescentes. De acordo com as respostas dos participantes, a pesquisa mostrou também que os principais motivos pelos quais eles não praticam atividade física são fator socioeconômico, falta de incentivo dos pais, falta de tempo e falta de vontade.