



Feira da qualidade de vida: efeitos de uma intervenção sobre hábitos de atividade física e saúde

AUTORES

Angelica de Almeida Pereira
Jardielly Alencar Vasconcelos Martins
André Pereira Triani
Neemias Elnatan Viana Serafim

Universidade Federal de Roraima, Boa Vista,
Roraima. Brasil.

CONTATO

angelicadeap@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):139

Resumo: A Educação Física é mediadora das ações de intervenção no ambiente escolar e dos fatores de atividade física e saúde que trazem benefícios para o equilíbrio da qualidade de vida. A pesquisa objetivou analisar os impactos das intervenções educativas da Educação Física em hábitos para atividade física e saúde na mudança do estilo de vida dos alunos do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Roraima/UFRR com foco qualidade de vida, para 48 alunos do 8º ano, com faixa etária de 12 a 14 anos. Estudo de característica analítica, com aplicação da versão brasileira do Questionário de Qualidade de Vida SF-36, antes e depois da realização da Feira da Qualidade de Vida do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Roraima. Esta feira foi a culminância de um projeto sobre qualidade de vida abordado com os alunos durante as aulas de Educação Física. Verificou-se as médias de cada um dos oito domínios do SF-36 para qualidade de vida entre o primeiro e segundo questionário, e estas foram comparadas por meio do Teste T. Nos resultados observaram-se mudanças significativas, principalmente nos domínios *saúde mental*, *capacidade funcional* e *dor*. Nos demais domínios como *estado geral de saúde* e *vitalidade*, também houveram diferenças, contudo estas foram menos acentuadas. Assim, uma educação com indicadores de intervenção baseada na promoção da saúde, motivando os alunos a terem e praticarem atividades saudáveis traz mudanças para promoção de um estilo de vida ativo saudável.

Palavras-chave: Atividade física; Saúde; Qualidade de vida



Este obra está licenciado com uma Licença
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-
CompartilhaIgual 4.0 Internacional.



XII CBAFS