



Trabalhos Científicos

Título: Estilo De Vida Na Adolescência

Autores: BEATRIZ ELIZABETH BAGATIN VELEDA BERMUDEZ (UFPR), JOHNNY GABRIEL DE OLIVEIRA, IOLANDA MARIA NOVADZKI, MARISE CORDELLINI DA SILVA, LUCIMARA GOMES BAGGIO, CAMILA MACIEL DE OLIVEIRA

Resumo: Introdução: O excesso de peso na adolescência é considerado um problema de saúde pública. Estudos demonstram que aproximadamente 10-20 dos adolescentes são obesos devido a fatores genéticos, fisiológicos, metabólicos e mudanças no estilo de vida. Objetivos: Determinar a prevalência e fatores associados ao excesso de peso em adolescentes atendidos no ambulatório específico de um hospital universitário. Metodologia: Estudo observacional, transversal, descritivo de dados contidos no formulário História do Adolescente (OMS/CLAP) aplicado na primeira consulta. Consideraram-se idade, gênero, hábitos de vida (alimentação, sono, tempo de atividade física semanal e tela diário (TV, computador, videogame, tablet e telefone celular) e exame físico. O Índice de Massa Corpórea (IMC) foi obtido pela divisão do peso (Kg) pelo quadrado da estatura (m), sendo o estado nutricional classificado em escore z, segundo a OMS. Analisado pelo SPSS. Aprovado pelo CEP. RESULTADOS: Entre 2008 e 2018, 1400 adolescentes entre 10 e 20 anos incompletos foram avaliados, sendo 61,9 do sexo feminino. Quanto à idade, 26,6 estavam na adolescência inicial, 58 média e 15,4 final. As inadequações alimentar e de sono foram observadas em 53,8 e 76, respectivamente. Quanto ao tempo semanal de atividade física, apenas 11 praticavam 7 ou mais horas, 21,4, 1 a 2 horas e 47, nenhuma hora. O tempo diário de tela superior a 2 horas ocorreu em 66,6. O índice de massa corporal foi normal em 72,7, sobrepeso 15,4, obesidade 11,1 e magreza 0,7. Não houve diferença entre os sexos quanto à alimentação, sono, tempo de tela e atividade física. A obesidade foi mais prevalente no sexo masculino. CONCLUSÃO: O sedentarismo e a alimentação inadequada são os principais fatores que contribuem para o excesso de peso na adolescência. Um estilo de vida saudável deve ser incentivado desde a infância pela família, profissionais de saúde e da educação com implementação de políticas públicas.