



## Trabalhos Científicos

**Título:** Estilo De Vida Em Adolescentes

**Autores:** ADRIANA REGINA GONÇALVES NASCIMENTO (HOSPITAL DE CLÍNICAS UFPR); IZABELLI LIMA PINTO (HOSPITAL DE CLÍNICAS UFPR); GIOVANA PALUDO (HOSPITAL DE CLÍNICAS UFPR); IOLANDA MARIA NOVADZKI (HOSPITAL DE CLÍNICAS UFPR); BEATRIZ ELIZABETH BAGATIN VELEDA BERMUDEZ (HOSPITAL DE CLÍNICAS UFPR); MARIANA FERREIRA KIENAST (HOSPITAL DE CLÍNICAS UFPR)

**Resumo:** Introdução: O estilo de vida dos adolescentes é fundamental para prevenção das doenças crônicas não transmissíveis. Objetivo: Avaliar o estilo de vida de adolescentes acompanhados em um ambulatório de hospital universitário. Métodos: Estudo observacional, analítico e transversal realizado por meio da revisão de dados da primeira consulta contidos no formulário História do Adolescente (Comitê Latino-americano de Pediatria/Organização Mundial da Saúde) . As variáveis examinadas foram padrão alimentar, sono e tempo semanal de atividade física. Definiu-se como alimentação adequada se composta por três refeições principais associadas a um ou dois lanches e contendo todos os grupos alimentares. O sono com duração de pelo menos 8 horas noturnas foi considerado normal e o tempo de atividade física adequado de 7 horas semanais. A análise estatística foi realizada pelo software Epi Info. Resultados: No período de 2004 a 2017 foram atendidos 1250 adolescentes entre 10 e 20 anos incompletos, sendo 789 (63,1%) do sexo feminino e 461 (36,9%) do sexo masculino. Destes, 514 (43,9) alimentavam-se inadequadamente, com maior frequência nas garotas ( $p = 0,01$ ). O sono foi adequado em 908 (76,8%) adolescentes, sem diferença entre os sexos. Em relação a atividade física, 771 (61,6%) formulários estavam preenchidos, sendo que apenas 130 (16,8%) tinham tempo adequado de atividade física, com predomínio nos garotos ( $p = 0,0000$ ). Conclusão: O estudo demonstrou que o sono foi um parâmetro que não influenciou negativamente no estilo de vida. Houve uma alta prevalência de inadequação alimentar entre os adolescentes, concordante com resultados de outros estudos<sup>1,2</sup>. Quanto à atividade física, evidenciou-se sedentarismo na amostra analisada. Os dados devem sensibilizar o profissional, família e sociedade para implementação de políticas públicas de incentivo ao esporte e educação alimentar.