

02, 03 e 04
SETEMBRO
2025



ISSN: 2526-3250

Relação entre atividade física, comportamento sedentário e imagem corporal em estudantes do PROEJA do IFRS Campus Canoas: uma análise de covariância.

Integrantes:

- Bruno de Souza Pacheco (Autor)
- Carlos Alencar Souza Alves Junior (Orientador)
- Alexandre Tadachi Morey (Coorientador)

Nível de Ensino: Ensino Médio e Ensino Médio Técnico

Área do Conhecimento: Pesquisa - Ciências da Saúde

Resumo:

Introdução: A percepção que uma pessoa possui sobre o próprio corpo, denominada imagem corporal, é resultado de interações complexas entre fatores individuais, socioculturais e estilo de vida. Entre esses, destacam-se o nível de atividade física e os comportamentos sedentários. **Objetivo:** Comparar os níveis de prática de atividade física e o comportamento sedentário, conforme a imagem corporal de estudantes do PROEJA do IFRS – Campus Canoas. **Justificativa:** Em grupos de jovens e adultos inseridos em contextos educacionais voltados à formação profissional e à conclusão da educação básica, como no Programa Nacional de Integração da Educação Profissional com a Educação Básica na Modalidade de Educação de Jovens e Adultos (PROEJA), compreender como essas variáveis se interrelacionam pode oferecer subsídios mais eficazes em saúde. **Metodologia:** Trata-se de investigação quantitativa, de delineamento transversal, descritivo e comparativo, com 25 participantes com idades entre 18 e 60 anos. A avaliação da imagem corporal foi realizada por meio de escala de silhuetas, na qual o participante indicou sua silhueta atual e a ideal. A diferença entre ambas resultou em um escore que variou de -7 a +7, sendo valores negativos; considerados insatisfação por magreza, positivos; insatisfação por excesso de peso e zero; satisfação corporal. A prática de atividade física foi mensurada considerando horas semanais de exercício, enquanto o comportamento sedentário foi estimado pelo tempo gasto com televisão, computador, videogame e dispositivos móveis. Idade, cor da pele e renda foram incluídas como covariáveis. A comparação entre os grupos foi realizada por Análise de Covariância (ANCOVA) em três modelos, variando conforme as covariáveis inseridas. As análises foram realizadas com nível de significância de 5%. **Resultados:** Houve diferença estatisticamente significativa apenas entre os homens, quando o modelo foi ajustado para idade, cor da pele e renda. Nesse grupo, os insatisfeitos por magreza apresentaram maior média de horas semanais em comportamento sedentário (52,52 h/sem $\pm$ 6,48) em relação aos satisfeitos (20,41 h/sem $\pm$ 5,52) e aos insatisfeitos por obesidade (36,55 h/sem $\pm$ 4,14). **Considerações Finais:** Conclui-se que, entre os homens, a insatisfação por

magreza esteve associada a maior tempo de comportamento sedentário.

Referências:

MANZANO-SÁNCHEZ, David et al. Analysis of adolescent physical activity levels and their relationship with body image and nutritional habits. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 19, n. 5, p. 3064, 2022. MIRANDA, Valter PN et al. Body image disorders associated with lifestyle and body composition of female adolescents. *Public health nutrition*, v. 24, n. 1, p. 95-105, 2021. ROSENBERG, Morris. The measurement of self-esteem, society and the adolescent self-image. Princeton, p. 16-36, 1965.

Disponível em <https://moexp-2025.osorio.ifrs.edu.br/uploads/anai/2025/Anais MoExp 2025.2586.pdf>

Anais da Mostra de Ensino, Extensão e Pesquisa do Campus Osório - MoExP.
<https://moexp.osorio.ifrs.edu.br/anais>