



## ESTILO DE VIDA, FATORES DE RISCO E BALANÇO ENERGÉTICO EM ADOLESCENTES OBESOS

Juliana Ewelín dos Santos<sup>1</sup>; Rafaela Pilegi Dada<sup>2</sup>; Sérgio Roberto Adriano Prati<sup>3</sup>

**RESUMO:** O estilo de vida sedentário pode levar pessoas a graves conseqüências à saúde. Sendo a obesidade originada principalmente pelo balanço energético positivo (menor gasto e maior ingestão calórica) acredita-se que o estilo de vida sedentário esteja associado ao problema. Assim quando crianças e adolescentes apresentam estado de obesidade riscos maiores poderão se desenvolver ao longo da vida como diabetes, hipertensão arterial, doenças cardíacas, assim como baixa auto-estima, depressão entre outros distúrbios psico-comportamentais. Dessa forma, a pesquisa tem o objetivo de analisar as características de estilo de vida, fatores de risco e balanço energético em adolescentes obesos. Os sujeitos da pesquisa serão voluntários participantes da Pesquisa Docente “Influência do exercício físico programado e da ingestão de nutrientes nos níveis de adiposidade de adolescentes obesos” realizada no CESUMAR. Poderão participar até 30 adolescentes na faixa etária de 13 a 17 anos que apresentarem níveis de IMC (índice de massa corporal) entre 25 e 30kg/m<sup>2</sup>. Os sujeitos serão selecionados a partir de divulgação em meios de comunicação no município de Maringá. Para identificar estilo de vida será usado o instrumento Pentáculo do Bem-estar proposto por NAHAS, BARROS e FRANCHINI (2001) composto de 5 dimensões de estilo de vida. Os fatores de risco serão coletados após bateria de testes e entrevista com os adolescentes e seus pais sendo composto por histórico familiar de doenças, níveis de massa corporal e gordura corporal, pressão arterial em repouso, glicemia em jejum e lipídios sanguíneos. Por fim, para analisar características de balanço energético será utilizado o instrumento recordatório de atividades físicas de BOUCHARD et al (2003) e, como instrumento para análise de ingestão alimentar será utilizado o registro alimentar de 24 horas durante 4 dias da semana. Os dados serão analisados através da estatística descritiva e correlação de Pearson. Acredita-se que serão identificadas associações entre fatores de risco, estilo de vida negativo e balanço energético positivo nos adolescentes.

**PALAVRAS – CHAVE:** Adolescência Obesa; Balanço Energético; Estilo de Vida

<sup>1 2</sup> Acadêmica do Curso de Educação Física, Departamento de Educação Física, Centro Universitário de Maringá - CESUMAR, Maringá- PR, Bolsista do Programa de Bolsas de Iniciação Científica PIBIC/CNPq – Cesumar (PIBIC-Cesumar). [jewelín@hotmail.com](mailto:jewelín@hotmail.com) e [dadarafa@hotmail.com](mailto:dadarafa@hotmail.com)

<sup>3</sup> Docente Mestre CESUMAR, Departamento de Educação Física do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR, Maringá – PR [srap@bol.com.br](mailto:srap@bol.com.br)