

ESTILO DE VIDA DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DA CIDADE DE CARIRIAÇU-CE

Pedro Carlos Silva de Aquino
Universidade Regional do Cariri,
Educação Física, NUPEF.

Maria de Fatima Oliveira Santos
Universidade Regional do Cariri,
Educação Física, NUPEF.

Jaiana Tavares dos Santos
Universidade Regional do Cariri,
Educação Física, NUPEF.

Maria Janaine Correia da Silva
Universidade Regional do Cariri,
Educação Física, NUPEF.

Naerton José Xavier Isidoro
Universidade Regional do Cariri,
Educação Física, NUPEF.

Introdução: O estilo de vida é um conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, valores e oportunidades na vida das pessoas. **Objetivo:** verificar o estilo de vida dos alunos do ensino médio das escolas públicas da cidade de Caririaçu/CE. **Metodologia:** Este estudo caracteriza-se com uma pesquisa descritiva, exploratória, transversal e de campo. A amostra foi composta por 338 escolares, sendo 171 do sexo masculino (idade= $17,0 \pm 1,3$) e 167 do sexo feminino (idade= $16,4 \pm 1,6$). O instrumento utilizado foi o Perfil do Estilo de Vida Individual (PEVI) que consiste em um questionário com 15 perguntas distribuídas em 5 componentes: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle do estresse. Cada questão contém uma escala de respostas que varia de 0 a 3 de acordo com a responsabilidade que o sujeito tem com o estilo de vida. Os dados foram analisados no programa Microsoft Excel 2010 para obtenção das médias e desvios padrão dos itens. Convencionou-se que abaixo de 2 o resultado seria julgado negativo e igual ou acima deste valor, determinou-se como positivo. **Resultados:** A componente nutrição apresentou as médias 1.8, 1.0 e 2.0; na componente atividade física foram encontrados os valores das médias 1.9, 1.8 e 1.5; no tocante à componente comportamento preventivo foram obtidas as médias 0.7, 2.4 e 2.3; na componente relacionamentos verificou-se as médias 2.5, 2.0 e 1.8 e por fim, na componente controle do estresse os valores das médias encontrados foram 2.2, 1.3 e 1.8. **Conclusão:** os componentes nutrição, controle do estresse e atividade física obtiveram na maioria dos itens pesquisados médias consideradas negativas, contrastando com comportamento preventivo e relacionamentos, aspectos estes nos quais se verificaram melhores resultados no tocante ao estilo de vida.

Palavras-Chave: Estilo de vida; Escolares; Ensino Médio.