

ASSOCIAÇÃO ENTRE PRÁTICA ESPORTIVA, TEMPO DE TELA E APTIDÃO CARDIORRESPIRATÓRIA EM ADOLESCENTES

Lucas Vital Dantas¹, João Paulo Rodrigues dos Santos², José Damião Saraiva Gomes Junior³, Samuel Lira da Silva Barbosa⁴, Fabio Thiago Maciel da Silva⁵, André Igor Fonteles⁶ e Rodrigo Alberto Vieira Browne⁷

Eixo temático: Atividade Física e Saúde

INTRODUÇÃO: O tempo de tela (TT), uma atividade comum na adolescência, tem sido associado a diversos fatores de risco para a saúde, incluindo a baixa aptidão cardiorrespiratória (ACR). Em contraste, a prática esportiva tem sido correlacionada positivamente a esse desfecho. **OBJETIVO:** Este estudo tem como objetivo analisar a associação combinada da prática esportiva e do TT com a ACR em adolescentes. **MÉTODOS:** Foram incluídos 198 escolares (idade: $16,6 \pm 1,3$ anos; 65% meninas) do Instituto Federal da Paraíba, campus Sousa, neste estudo transversal. A prática esportiva foi avaliada por meio do Questionário de Atividade Física Habitual para Adolescentes. O TT da última semana foi medido pelo recurso "bem-estar digital" de smartphones, sendo classificado pela mediana como baixo ($<6,7$ h/dia) ou alto ($6,7+$ h/dia). Os participantes foram divididos em quatro grupos: G1= não-esportistas+alto TT; G2= não-esportistas+baixo TT; G3= esportistas+alto TT; G4= esportistas+baixo TT. A ACR foi avaliada pelo teste de corrida de resistência cardiovascular aeróbica progressiva (PACER), com consumo máximo de oxigênio ($VO_{2m\acute{a}x}$) estimado pela equação de Mahar. O $VO_{2m\acute{a}x}$ foi classificado em “zona de risco” e “zona saudável” de acordo com o FitnessGram. Utilizou-se a regressão de Poisson com variância robusta para analisar a razão de prevalência (RP) e intervalos de confiança (IC) de 95% para o $VO_{2m\acute{a}x}$ na “zona saudável” entre os grupos (G1 como referência), ajustando para idade, classificação socioeconômica, cor da pele e índice de massa corporal. **RESULTADOS:** A prevalência de $VO_{2m\acute{a}x}$ na “zona saudável” foi de 24,7% (IC 95% 18,7; 31,2). O G3 (RP 1,45; IC 95% 1,08; 1,96; $p=0,014$) e o G4 (RP 1,47; IC 95% 1,09; 1,98; $p=0,011$) apresentaram maior probabilidade de $VO_{2m\acute{a}x}$ na zona saudável em relação ao grupo de referência. **CONCLUSÃO:** A prática esportiva, independente do TT, demonstrou uma associação positiva com uma melhor ACR em adolescentes.

Palavras-chave: Aptidão física; Atividade física; Comportamento sedentário; Saúde escolar.

Apoio: IFPB–Campus Sousa e CNPq.

¹ Graduando em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: lucas.vital@academico.ifpb.edu.br

² Graduando em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: rodrigues.paulo@academico.ifpb.edu.br

³ Graduando em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: jose.damiao@academico.ifpb.edu.br

⁴ Graduando em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: samuel.lira@academico.ifpb.edu.br

⁵ Doutor em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: fabio.maciell@ifpb.edu.br

⁶ Doutor em Saúde Coletiva, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará, Campus Itapipoca, e-mail: andre.fonteles@ifce.edu.br

⁷ Doutor em Ciências da Saúde, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: rodrigo.browne@ifpb.edu.br