

COMPORTAMENTO DE MOVIMENTO DE 24 HORAS E SUA RELAÇÃO COM A PERCEPÇÃO DE SAÚDE EM ADOLESCENTES

Cícero Glauber Alves Nunes¹, José Damião Saraiva Gomes Junior², Samuel Lira da Silva Barbosa³, José Silvestre da Silva⁴, João Victor Moraes do Nascimento⁵, Fabio Thiago Maciel da Silva⁶ e Rodrigo Alberto Vieira Browne⁷

Eixo temático: Atividade Física e Saúde

INTRODUÇÃO: A autoavaliação da saúde em adolescentes é uma métrica subjetiva que tem sido associada a indicadores de morbimortalidade e comportamentos de risco à saúde. No entanto, sua relação com os comportamentos de movimento em adolescentes é pouco explorada. **MÉTODOS:** Neste estudo transversal, 240 adolescentes escolares (17 ± 1 anos) do IFPB, Campus Sousa, foram incluídos. A atividade física moderada a vigorosa (AFMV), a duração do sono e a percepção de saúde foram mensuradas por meio do questionário da Pesquisa Global de Saúde Escolar. O tempo de tela (TT) da última semana foi medido através do recurso "bem-estar digital" do smartphone e categorizado como <5 h/dia e $5+$ h/dia. A AFMV foi categorizada como <60 min/dia (inativo) e $60+$ min/dia (ativo). A duração do sono foi categorizada como <7 h/dia e $7+$ h/dia. A percepção de saúde foi avaliada pela pergunta: "Em geral, você considera que sua saúde é?", com respostas em uma escala variando entre "excelente" e "ruim". A regressão de Poisson com variância robusta foi aplicada para analisar a razão de prevalência (RP) e intervalo de confiança (IC) de 95% para percepção de saúde "ruim/regular", considerando AFMV, TT e sono, com ajuste para fatores de confusão. **RESULTADOS:** A prevalência de percepção de saúde "ruim/regular" foi de 30,4% (IC95% 24,9; 36,3). A AFMV e o sono se associaram à percepção de saúde ($p < 0,05$). O grupo inativo apresentou maior probabilidade de percepção de saúde "ruim/regular" comparado ao grupo ativo (RP 1,27; IC95% 1,07; 1,51; $p = 0,007$). O grupo com sono <7 h/dia apresentou maior probabilidade de percepção "ruim/regular" comparado ao grupo $7+$ h/dia (RP 1,19; IC95% 1,00; 1,41; $p = 0,045$). O TT não se associou à percepção de saúde ($p = 0,621$). **CONCLUSÃO:** A inatividade física e o baixo tempo de sono estão independentemente associados a uma percepção de saúde insatisfatória em adolescentes.

Palavras-chave: Atividade física; Comportamento Sedentário; Sono; Saúde.

Apoio: IFPB–Campus Sousa e CNPq.

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

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

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

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

⁵ Graduando em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: victor.morais@academico.ifpb.edu.br

⁶ Doutor em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: fabio.maciell@ifpb.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