

ASSOCIAÇÃO ENTRE APTIDÃO CARDIORRESPIRÁTORIA, FORÇA MUSCULAR E QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA À SAÚDE EM ADOLESCENTES

Bianca Lins dos Santos¹, Fabiola Estrela de Sousa², João Paulo Rodrigues dos Santos³, Samuel Lira da Silva Barbosa⁴, Fabio Thiago Maciel da Silva⁵, Yuri Alberto Freire⁶ e Rodrigo Alberto Vieira Browne⁷

Eixo temático: Atividade Física e Saúde

INTRODUÇÃO: Adolescentes com boa aptidão física, especialmente aptidão cardiorrespiratória (ACR) e força muscular (FM), tendem a desfrutar de uma melhor qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) na fase adulta. **OBJETIVO:** Avaliar a associação entre ACR e FM com a QVRS em adolescentes. **MÉTODOS:** Este estudo transversal incluiu 202 adolescentes (idade média: 16,6 ± 1,3 anos; 64% do sexo feminino) do Instituto Federal da Paraíba, campus Sousa. A ACR foi avaliada pelo teste PACER, categorizado em zona saudável, precisa melhorar e zona de risco. A FM foi avaliada pelo teste de flexão de solo do FitnessGram, classificado em zona saudável e precisa melhorar. A QVRS foi avaliada pelo questionário KIDSCREEN-27. Utilizou-se um modelo gama múltiplo generalizado, ajustado para idade, classe socioeconômica, nível de atividade física e índice de massa corporal, para analisar as estimativas do coeficiente (β) e do intervalo de confiança (IC) de 95% dos domínios da QVRS considerando a ACR e FM. **RESULTADOS:** No domínio físico, ACR na zona saudável (β = 11,2; IC 95% 5,9; 16,4; $p < 0,001$) e precisa melhorar (β = 8,8; IC 95% 2,4; 15,2; $p = 0,007$) exibiram valores superiores em comparação com a zona de risco, assim como FM na zona saudável teve escore mais alto em relação à precisa melhorar (β = 6,6; IC 95% 1,5; 11,8; $p = 0,012$). No domínio psicológico, ACR na zona saudável (β = 8,1; IC 95% 2,9; 13,2; $p = 0,002$) e precisa melhorar (β = 5,9; IC 95% 0,7; 11,1; $p = 0,027$) também mostraram valores superiores em comparação com a zona de risco, assim como FM na zona saudável teve escore mais alto em relação à precisa melhorar (β = 4,5; IC 95% 0,1; 8,8; $p = 0,043$). Não foram observadas associações significativas com outros domínios ($p > 0,05$). **CONCLUSÃO:** Níveis adequados de ACR e FM estão positivamente associados ao bem-estar físico e psicológico entre adolescentes.

Palavras-chave: Aptidão física; Consumo de oxigênio; Estilo de vida; Saúde; Adolescência.

Apoio: IFPB–Campus Sousa e CAPES.

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

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

³ Graduando em Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, e-mail: rodrigues.paulo@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 Doutorando em Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, e-mail: yuriadg@gmail.com

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