

RESUMO - EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E O TEMPO DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO.

Israel Souza (isra.sza@gmail.com)

Emilly Bandeira Fernandes Santiago (emillybandeira2011@hotmail.com)

Milleny Kristina Jeronimo De Souza (kristinamilleny12@gmail.com)

Vladimir Schuindt Da Silva (vladimirschuindt@hotmail.com)

Introdução: Estudos recentes têm associado o consumo de alimentos ultraprocessados com fatores de risco à saúde. Mesmo assim, seu consumo tem aumentado em diversos países, incluindo o Brasil. Por outro lado, a atividade física (AF) é constantemente associada como um fator protetor da saúde. Assim, o presente estudo busca verificar a associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e a prática de AF por estudantes do ensino médio no estado do Rio de Janeiro. Métodos: Foram utilizados os dados relativos ao estado do Rio de Janeiro da Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (2019), que indaga sobre o consumo de alimentos ultraprocessados (produtos industrializados como refrigerante, guloseimas e fastfood, na última semana) e o tempo semanal, em minutos, de AF acumulada. Foi utilizado o modelo linear generalizado para dados de amostragem complexa, com nível de significância de 5%, em que a variável dependente foi a AF e as variáveis independentes foram idade, sexo (masculino e feminino), raça/cor (branco, preto, pardo, amarelo e indígena), dependência administrativa da escola (pública e privada) e frequência do consumo de ultraprocessados. Resultados: Ao todo foram

avaliados 450890 estudantes do ensino médio, sendo 51,7% do sexo feminino e 75,8% da escola pública, com idade entre 14 e 18 anos (média de 16,6 anos). Os resultados mostram que meninas ($p < 0,01$) possuem tempo de AF inferior aos meninos e que estudantes da raça/cor preta apresentam maior tempo de AF que alunos da raça/cor branca ($p = 0,02$). Por fim, o consumo de alimentos ultraprocessados apresentou associação positiva e significativa com o tempo de AF ($p = 0,03$). Conclusão: O volume total de AF apresentou relação com o consumo de alimentos ultraprocessados, indicando que tais hábitos estão associados na amostra estudada, indicando que políticas públicas devem ser direcionadas para este público.

Palavras-chave: exercício; alimento ultraprocessado; estudantes; estilo de vida saudável.