

ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES ESCOLARES

Poliana Santana Pereira, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

Franck Nei Monteiro Barbosa, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

Marcos Oliveira de Novaes, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

Giovanna Maria Nascimento Caricchio, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

Introdução: O estilo de vida na adolescência tem sido impactado pelo aumento do comportamento sedentário e pela inatividade física, fatores que potencialmente repercutem na percepção e satisfação com a imagem corporal nessa fase do desenvolvimento. **Objetivo:** Analisar a associação entre o nível de atividade física, o tempo de uso de telas e a classificação da imagem corporal em adolescentes. **Metodologia:** Estudo transversal com amostra de 145 adolescentes (14 a 19 anos), participantes do Projeto de Pesquisa Fatores Associados à Saúde Mental de Adolescentes Escolares em Jitaúna, Brasil. O nível de atividade física foi determinado pelo recordatório de atividades diárias em três dias da semana, classificando-se como inativos fisicamente os escolares com gasto energético $\leq 36,9$ kcal/ kg/ dia. O comportamento sedentário (tempo de tela por uso de celular ou tablet nos dias úteis e finais de semana) foi avaliado por meio de instrumento validado. Para a análise descritiva e de associação entre as variáveis, utilizou-se o teste de Qui-quadrado de Pearson. Foi considerado um intervalo de confiança de 95% para todas as análises. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o Número do Parecer:7.463.997. **Resultados:** Do total de adolescentes avaliados com dados válidos, observou-se uma elevada prevalência de inatividade física (74,5%) e de comportamento sedentário, visto que 70,5% dos jovens relataram utilizar celular ou tablet por mais de 2 horas diárias nos dias úteis. Ao analisar os fatores de estilo de vida, os indicadores de atividade física ($p = 0,857$) e o tempo de tela nos dias úteis ($p = 0,941$) e finais de semana ($p = 0,160$) comportaram-se de forma independente em relação à classificação da imagem corporal, evidenciando que os padrões de insatisfação com a silhueta se manifestaram de forma homogênea no grupo, independentemente do perfil de hábitos diários adotado pelos escolares. **Conclusão:** Os achados apontam para uma alta prevalência de inatividade física e exposição prolongada a telas entre os adolescentes estudados. Embora tais variáveis de comportamento não tenham demonstrado dependência estatística direta com a percepção corporal nesta amostra, a magnitude do comportamento sedentário reforça a urgência de intervenções escolares integradas voltadas à promoção de estilos de vida ativos e à conscientização sobre o uso saudável de tecnologias digitais.

Palavras-chave: atividade física, imagem corporal, comportamento sedentário