

UNIVERSIDADE DO ESTADO DA BAHIA
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS HUMANAS
COLEGIADO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

MARIA DE FATIMA JESUS DOS SANTOS

**COMPORTAMENTO DE ATIVIDADE FÍSICA DE
CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO CONTEXTO DA
PANDEMIA DA COVID-19**

JACOBINA
2024

MARIA DE FATIMA JESUS DOS SANTOS

**COMPORTAMENTO DE ATIVIDADE FÍSICA DE
CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO CONTEXTO DA
PANDEMIA DA COVID-19**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
à Universidade do Estado da Bahia, como
requisito parcial para conclusão do curso de
Licenciatura em Educação Física

Orientador: Professor Dr. Jorge Lopes
Cavalcante Neto

JACOBINA
2024

COMPORTAMENTO DE ATIVIDADE FÍSICA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19

MARIA DE FATIMA JESUS DOS SANTOS

Banca examinadora

Orientador Prof^o Dr^o Jorge Lopes Cavalcante Neto
Universidade do Estado da Bahia

Prof^o Dr^o Carlos Rafaell Correia Oliveira
Universidade do Estado da Bahia

Prof^a MSc. Denise Vasconcelos Fernandes
Faculdade AGES



Universidade do Estado da Bahia
Departamento de Ciências Humanas

25 de março de 2026, 16:33

Maria de Fatima Jesus dos Santos

Autorização da publicação do Trabalho de Conclusão do Curso

No dia 13 de dezembro de 2024 aconteceu a defesa do trabalho de conclusão de curso de Maria de Fatima Jesus dos Santos cadastrada no CPF nº01625495552 tendo como orientador Pro. Dr. Jorge Lopes Calvacanti Neto, fez-se presente na banca examinadora o orientador Pro. Dr. Jorge Lopes Calvacanti Neto da universidade do Estado da Bahia, o pro. Dr. Carlos Rafaell Correia de Oliveira da Universidade do Estado da Bahia e a Prof.^a Ms. Denise Vasconcelos Fernandes da Faculdade Ages, tendo trabalho de conclusao de curso aprovado pela banca examinadora.

Maria de Fatima Jesus dos Santos

Assinatura

Saúde - Bahia, 25. Março de 2026



SaberAberto

Repositório Institucional
Universidade do Estado da Bahia

**TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAÇÃO DE TRABALHO
DE CONCLUSÃO DE CURSO**

Monografia () Artigo () Dissertação () Tese

Na qualidade de titular dos direitos de autor da publicação, autorizo a Universidade do Estado da Bahia – UNEB, a disponibilizar por meio do Repositório Institucional Saber Aberto, endereço eletrônico: <http://saberaberto.uneb.br/>, sem ressarcimento dos direitos autorais, de acordo com a Lei nº 9610/98, o texto integral da obra supracitada, para fins de divulgação e de preservação digital da produção científica brasileira, a partir desta data.

Identificação:

Autor	Maria de Fátima Jesus dos Santos
E:mail	Hamellonjunior7740@gmail.com
Título	Comportamento da Atividade Física de Crianças e Adolescentes no Contexto da Pandemia do COVID-19
Orientador (a)	Serge Lopes Cavalcante Neto
Campus/Curso/ Programa	Campus II / Educação Física
Data de defesa	13 de dezembro 2024

LICENÇA DE DIREITO AUTORAL

Na qualidade de titular dos direitos de autor do conteúdo supracitado, autorizo a Universidade do Estado da Bahia a disponibilizar a obra, gratuitamente, de acordo com a licença pública Creative Commons, Licença 4.0 Unported por mim declarada sob as seguintes condições:

Permitir uso comercial da obra? Sim () Não

Permitir modificações em sua obra?

() Sim

Sim, contanto que outros compartilhem pela mesma licença

() Não

A obra continua protegida por direito autoral e/ou por outras leis aplicáveis. Qualquer uso da obra que não o autorizado sob esta licença ou pela legislação autoral é proibido.

Maria de Fátima Jesus dos Santos
Assinatura do Autor

25 / 03 / 2026
Data de autorização.

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a minha mãe, pela mulher guerreira que ela é, por ter me criado com tanto zelo e dedicação, por ter me criado uma mulher que luta pelos objetivos de vida, dedico também a meu irmão Reinaldo (Nal), sem ele esse sonho não se tornaria realidade, e aos meus garotos Junior, Bole e Vitor por serem a minha base.

AGRADECIMENTOS

Quero aqui agradecer a Deus por ouvir minhas orações, meus pedidos e clamor, agradeço também aos meus orixás que me guiam, a meu orientador Professor Doutor Jorge Lopes Cavalcante Neto por acreditar em mim, não desistir de mim e me fazer acreditar que seria possível, ao meu irmão e irmãs que sempre estiveram junto a mim nessa jornada, ao meu filho e meu marido pelas noites acordados, a minha fiel escudeira Adriana, meu compadre Moraes e todos os familiares e amigos que estiveram presentes durante o processo.

Os de verdade eu sei quem são.

RESUMO

A pandemia da COVID-19 reduziram os níveis de atividade física de crianças e adolescentes, mas estudos acerca dessas implicações ainda são escassos. Os objetivos desse estudo foram descrever o comportamento de atividade física de escolares no contexto da pandemia da COVID-19 e analisar esse comportamento entre crianças e adolescentes participantes. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo e preliminar, realizado com 49 escolares, de nove a 14 anos, da rede pública municipal de ensino de Jacobina, Bahia. O comportamento de atividade física e as características sociodemográficas de crianças e adolescentes foram avaliadas por meio de questionário específico, elaborado pelos pesquisadores. **Resultados:** De forma isolada, adolescentes realizaram mais atividades no interior da casa e também mais atividades ao ar livre. Contudo, considerando a combinação de ambas as atividades, as crianças realizaram em frequência superior aos adolescentes ($p=0,04$). **Conclusão:** O comportamento de atividade física das crianças e adolescentes foi impactado pela pandemia, contudo de formas distintas para cada grupo etário. Mais estudos são necessários para elucidar esses achados.

Palavras-chave: Crianças. adolescentes COVID-19. Atividade física.

Sumário

Introdução.....	8
Métodos.....	12
Resultados.....	13
Discussão.....	19
Conclusão.....	20
Referências.....	21

1 INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2020) a COVID-19 é uma infecção respiratória, ocasionada pelo CORONAVIRUS SARS-COV-2. O vírus da COVID-19 espalha-se de pessoa para pessoa através das gotículas do nariz ou da boca, quando alguém infectado tosse ou espirra; a transmissão ocorre no período de incubação, que vai de 2 a 14 dias, sendo este o tempo em que comumente surgem os sintomas.

Em um curto espaço de tempo, a COVID-19 espalhou-se pelo mundo, e devido a sua gravidade em março de 2020 a OMS decretou oficialmente a COVID-19 como uma pandemia. A partir daí, medidas sanitárias foram tomadas, e restrições de contato físico entre as pessoas foram adotadas, na tentativa de minimizar a transmissão do vírus (Gomes e Florêncio Júnior, 2020). O que implica dizer, que as pessoas precisaram ajustar seus diversos comportamentos, inclusive com relação à prática de atividade física, pois, escolas, praças e parques estiveram fechados dificultando o engajamento às práticas regulares de atividades físicas, principalmente de crianças e adolescentes.

Embora os protocolos adotados nos anos de 2020 e 2021 tivessem objetivo de reduzir a transmissão viral, eles afetaram o acesso das crianças e adolescentes a oportunidades de atividade física. Devido ao declínio nos níveis de atividade física e aumento das atividades sedentárias, teme-se que essas mudanças de comportamento tenham efeitos duradouros nos comportamentos de saúde das crianças e adolescentes (Ostermeier e Ema, 2022).

O fechamento de escolas e instalações esportivas e o apelo ao distanciamento social tiveram um efeito negativo nos níveis de atividade física (AF) de crianças e adolescentes, reforçando a pandemia de inatividade física global. A inatividade física está associada a vários resultados negativos para a saúde, como, por exemplo, obesidade e pré-adiposidade, bem como má aptidão cardiovascular (Braksiek e Pahmier, 2022).

Sabe-se que atividade física tende a diminuir sintomas de ansiedade, melhora do sono e estresse, porém a redução do comportamento sedentário tem ligação com a saúde e a prática regular de atividade física, sendo essencial

importância durante o período de pandemia, mesmo que realizada dentro dos lares (Almeida, 2023).

Segundo Betty Pfeffer (2022) em geral, os dias em que a escola não está em funcionamento, crianças praticam menos atividade física e são mais sedentárias (ou seja, nenhum aumento no gasto de energia muito acima do repouso, como dormir, deitar, sentar e usar telas em dias não escolares). Para muitas crianças, o bloqueio pandêmico resultou em menos estrutura e supervisão e na perda de contatos sociais, afetando potencialmente o que podemos denominar de comportamento de atividade física, pois os níveis de atividade física tenderam a reduzir, enquanto o tempo de tela (a quantidade de tempo gasto olhando para dispositivos que exibem imagens eletrônicas, como televisores, telas de computador, telefones ou tablets com telas e monitores para consoles de jogos), a aumentar.

O confinamento pode ter efeitos adversos na saúde física e mental das crianças, pois elas não conseguem brincar com os amigos, ser ativas em seus grupos esportivos ou fazer exercícios regulares nas aulas de educação física (EF) escolar. Isso é um importante alerta de saúde pública, pois durante a pandemia a maioria das crianças e adolescentes não conseguiram atingir as recomendações mínimas de atividade física, que corresponde a 60 minutos diários (Krupa-Kotara et al., 2023; Dunton et al., 2020). Uma redução adicional da atividade física durante a pandemia pode ter efeitos prejudiciais, pois a AF durante a juventude é um determinante essencial à AF futura, é um antecedente para a saúde mental e ajuda a evitar futuros desafios de saúde, como obesidade e doenças cardiovasculares (Lea Rossi, 2021).

Acredita-se que adolescentes tenham tido melhor compreensão sobre as implicações da pandemia da COVID-19 e do isolamento social. Apesar disso, parece ser provável, que quando comparados às crianças, o comportamento de atividade física dessa população foi mais afetado, e as razões para isso ainda são controversas na literatura (de Figueiredo et al., 2021). É provável que o uso excessivo de telas, de exposição ao computador, celulares e demais dispositivos eletrônicos tenham acentuado os níveis de estresse e conseqüentemente elevado sintomatologias ansiosas e depressivas, tanto em crianças como em adolescentes. Contudo, por ser uma fase do desenvolvimento humano de muitas transições comportamentais, fisiológicas e emocionais, adolescentes parecem

ter sido mais negativamente impactados durante a pandemia da COVID-19 (Almeida, 2023; Orban et al., 2024).

A prática de atividade física é indicada em todas as faixas etárias, mas na infância e adolescência, seus efeitos são fundamentais para mediar mudanças comuns do desenvolvimento, e da transição para vida adulta. Portanto, a prática regular de atividade física nessa população oportuniza bem-estar e felicidade, aumento de autoestima e prazer. Contudo, à medida que a COVID-19 reduziu os níveis de atividade física, aumentou a exposição a telas em uma população, que justamente há um consenso e recomendações internacionais em nível de saúde pública (WHO, 2020) de mais níveis de atividade física e menor tempo de tela (Almeida, 2023).

Revisão recente da literatura (Virgara et al., 2020) mapeou diferentes recomendações existentes para prática regular de atividade física e tempo de tela durante a infância. Os autores (Virgara et al., 2020) constataram que as recomendações foram heterogêneas, mas enfáticas na restrição do tempo de exposição à tela de crianças de 5 a 12 anos de idade. Em síntese, os estudos revisados pelos autores (Virgara et al., 2020) permitiram gerar uma média de 30-60 minutos diários de atividades físicas, que possam variar de moderadas a intensas, e um tempo máximo de 60 minutos de exposição à tela, mas de maneira recreacional, diariamente.

O que parece estar de acordo com os as recomendações da Organização Mundial de Saúde (WHO, 2020) para crianças e adolescentes de 5 a 17 anos de idade, que indicam um mínimo de 60 minutos diários dispendidos com atividades físicas diversas, que possam atingir uma intensidade de moderada a vigorosa. Além disso, nesta faixa etária, devem-se acrescentar um mínimo de três sessões semanais de exercícios de força e resistência muscular, que muitas vezes podem ser realizados com pouca carga ou com o peso do próprio corpo. Além disso, a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2020) também indica que o tempo sentado, atualmente reconhecido como principal indicativo de comportamento sedentário, possa ser limitado ao máximo em atividades recreacionais na infância e adolescência.

Outro documento que tem guiado as recomendações de atividade física, comportamento sedentário e tempo de tela, é o guia brasileiro de atividade física (Brasil, 2021). O documento foi desenvolvido por um grupo de trabalho de

pesquisadores brasileiros especialistas na área da atividade física e saúde, tendo como documento norteador as próprias recomendações de atividade física elaboradas pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2020).

Segundo o guia brasileiro de atividade física, para que crianças e adolescentes sejam fisicamente ativos, comportamentos ativos devem ser adotados desde a primeira infância, para que se torne um hábito e sejam adultos saudáveis (Brasil, 2021). Além disso, é na adolescência que a prática apropriada de atividade física se torna indispensável, pois será um mediador importante na prevenção de doenças na vida adulta (Silva et al., 2018).

Quando comparados a crianças, adolescentes parecem ter uma relação distinta em seus comportamentos de atividade física, pois seus corpos são mais desenvolvidos e fortes, conseqüentemente conseguem controlar melhor os movimentos, a intensidade e o volume do que é praticado (Dumith et al., 2021).

Segundo Silva et al. (2015) crianças e adolescentes que praticam atividades físicas regularmente tendem a ser menos acometidos por doenças do corpo e da mente. Contudo, ainda são populações com níveis de atividade físicas abaixo do esperado e recomendado. É provável que falem oportunidades e incentivos para disseminação da prática regular de atividade física, sobretudo em contexto de vulnerabilidade social, devido as mudanças arquitetônicas, violência e segurança dos espaços públicos de esporte e lazer.

O comportamento de atividade física em crianças e adolescentes está associado à rotina que irão ter no futuro, a prática de atividade física regular promove adultos ativos. Dessa forma, para além das práticas cotidianas de atividade física no dia a dia, crianças e adolescentes com tempo podem intensidade o gasto energético, inserindo outras atividades ao longo da semana (Silva, 2011). Portanto os objetivos destes estudos foram descrever o comportamento de atividade física de escolares no contexto da pandemia da COVID-19 e analisar esse comportamento entre crianças e adolescentes participantes.

2 MÉTODOS

Estudo transversal realizado com escolares da cidade de Jacobina, Bahia, que seguiu as recomendações éticas para pesquisa com seres humanos, sendo aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos da UNEB, com n. CAEE61172722.1.000.0057. Os pais/responsáveis assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e as crianças/adolescentes o termo de assentimento livre e esclarecido (TALE) previamente a coleta de dados.

A amostra foi composta por 49 escolares de 09 a 14 anos, sendo 26 meninos e 23 meninas, todos devidamente matriculados em uma escola da rede pública municipal de Jacobina, Bahia. A escola possui cerca 633 alunos matriculados do Ensino fundamental, sendo 205 anos iniciais e 428 anos finais e 35 da Educação especial.

Os pais/responsáveis preencheram um questionário padronizado e adaptado da literatura (Lesser; Niennuis, 2020) via Google forms, que permitiu avaliar o comportamento de atividade física dos escolares no contexto da pandemia. O instrumento possui 11 questões de múltipla escolha, com relação as barreiras e facilitadores para prática regular de atividade física durante a pandemia e atualmente. Os pais foram convidados a ir até a escola para uma reunião onde foi esclarecido como seria a coleta de dados, explicando as perguntas do questionário e logo em seguida aplicado o questionário com perguntas fechadas sobre a atividade física de seus filhos.

Os dados foram analisados inicialmente por meio da estatística descritiva, com distribuição de frequências relativas e absolutas do comportamento de atividade física antes e durante as restrições da pandemia da COVID-19, bem como sobre a realização de atividades física dentro e fora de casa. As frequências desses comportamentos foram comparadas entre crianças e adolescentes, usando o teste do qui-quadrado, com nível de significância $p < 0,05$. Todas as análises foram realizadas no pacote estatístico SPSS versão 29.0.

3 RESULTADOS

A amostra final foi de 49 escolares, na faixa-etária de 9 a 14 anos (Média: 11,31±1,47), ambos os sexos (26 meninos) de uma escola do ensino fundamental da rede pública municipal da cidade de Jacobina, Bahia, Brasil. A tabela 1 caracteriza o comportamento de atividade física dos escolares no contexto da pandemia da COVID-19.

Tabela 1 – Caracterização do comportamento de atividade física dos escolares

Variáveis	N	%
Desde o início das restrições devido à pandemia, a atividade física da criança/ adolescente		
Permaneceu a mesma	22	44,8
Aumentou	06	12,4
Diminuiu	21	42,8
Foi mais difícil a criança/adolescente se envolver em alguma atividade física desde a pandemia		
Sim	18	36,7
Não	31	63,3
Qual tipo de atividade física a criança/adolescente mais participava antes da pandemia		
Jogos	19	38,8
Artes	02	4,1
TV	14	28,6
Todas	09	18,4
Outros	05	10,2
Qual tipo de atividade física a criança/adolescente mais participava durante a pandemia		
Jogos	05	10,2
Artes	04	8,2
TV	25	51,0
Todas	06	12,2
Outros	09	18,4
Local onde a criança/adolescente realiza atividade física com maior frequência atualmente		
Interior da casa	08	16,3
Ar livre	25	51,0
Ambos	14	28,6
Outros	02	4,1
Local onde a criança/adolescente realiza atividade física com menor frequência atualmente		
Interior da casa	25	51,0
Ar livre	18	36,7
Ambos	03	6,1
Outros	03	6,1
Necessidade de mudança de local para realização da atividade física pela criança/adolescente durante a pandemia		

Sim	23	46,9
Não	26	53,1
Necessidade de mudança de atividade física pela criança/adolescente durante a pandemia		
Sim	24	49,0
Não	25	51,0
Com relação às contribuições para o desenvolvimento da criança/adolescente, a atividade física é um momento		
Não faz atividade física	01	2,0
Regular	03	6,1
Bom	11	22,4
Muito Bom	34	69,4
Quais fatores mais facilitam a realização da atividade física pela criança/adolescente		
Materiais	04	8,2
Transporte	03	6,1
Tempo	05	10,2
Dinheiro	03	6,1
Acessibilidade	10	20,4
Orientação	22	44,9
Outros	02	4,1
Quais fatores mais dificultam a realização da atividade física pela criança/adolescente		
Materiais	04	8,2
Transporte	10	20,4
Tempo	05	10,2
Dinheiro	07	14,3
Acessibilidade	10	20,4
Orientação	10	20,4
Outros	03	6,1

Fonte: Autoria própria (2024)

A tabela 2 apresenta a análise do comportamento de atividade física entre crianças e adolescentes. Nas comparações realizadas, somente o local onde a criança/adolescente realiza atividade física com maior frequência atualmente apresentou diferença significativa entre os grupos ($p = 0,04$).

Tabela 2 – Comportamento de atividade física entre crianças e adolescentes participantes do estudo

Variáveis	Faixa etária		Valor de p
	Crianças N (%)	Adolescentes N (%)	
Desde o início das restrições devido à pandemia, a atividade física da criança/adolescente (n=51)			

Permaneceu a mesma	12 (54,5)	10 (45,5)	0,37
Aumentou	02 (33,3)	04 (66,7)	
Diminuiu	13 (61,9)	08 (38,1)	
Foi mais difícil a criança/adolescente se envolver em alguma atividade física desde a pandemia (n=49)			
Sim	08 (44,4)	10 (55,6)	0,37
Não	19 (61,3)	12 (38,7)	
Qual tipo de atividade física a criança/adolescente mais participava antes da pandemia (n=49)			
Jogos	10 (52,6)	09 (47,4)	0,34
Artes	01 (50,0)	01 (50,0)	
TV	08 (57,1)	06 (42,9)	
Todas	07 (77,8)	02 (22,2)	
Outros	01 (20,0)	04 (80,0)	
Qual tipo de atividade física a criança/adolescente mais participava durante a pandemia (n=49)			
Jogos	03 (60,0)	02 (40,0)	0,26
Artes	03 (75,0)	01 (25,0)	
TV	15 (60,0)	10 (40,0)	
Todas	04 (66,7)	02 (33,3)	
Outros	02 (22,2)	07 (77,8)	
Local onde a criança/adolescente realiza atividade física com maior frequência atualmente (n = 49)			
Interior da casa	02 (25,0)	06 (75,0)	0,04
Ar livre	12 (48,0)	13 (52,0)	
Ambos	11 (78,6)	03 (21,4)	
Outros	02 (100)	00 (00,0)	
Local onde a criança/adolescente realiza atividade física com menor frequência atualmente (n = 49)			
Interior da casa	14 (56,0)	11 (44,0)	0,70
Ar livre	11 (61,1)	07 (38,9)	
Ambos	01 (33,3)	02 (66,7)	
Outros	01 (33,3)	02 (66,7)	
Necessidade de mudança de local para realização da atividade física			

pela criança/adolescente durante a pandemia (n=49)	16 (69,6)	07 (30,4)	0,08
Sim	11 (42,3)	15 (57,7)	
Não			
Necessidade de mudança de atividade física pela criança/adolescente durante a pandemia (n=49)			
Sim	15 (62,5)	09 (37,5)	0,39
Não	12 (48,0)	13 (52,0)	
Com relação às contribuições para o desenvolvimento da criança/adolescente, a atividade física é considerada (n=49)			
Não faz atividade física	01 (100)	00 (00,0)	0,31
Regular	01 (33,3)	02 (66,7)	
Bom	04 (36,4)	07 (63,6)	
Muito Bom	21 (61,8)	13 (38,2)	
Quais fatores mais facilitam a realização da atividade física pela criança/adolescente (n=49)			
Materiais	01 (25,0)	03 (75,0)	0,12
Transporte	01 (33,3)	02 (66,7)	
Tempo	03 (60,0)	02 (40,0)	
Acessibilidade	00 (00,0)	03 (100)	
Orientação	08 (80,0)	02 (20,0)	
Outros	12 (100)	00 (00,0)	
Quais fatores mais dificultam a realização da atividade física pela criança/adolescente (n=49)			
Materiais	01 (25,0)	03 (75,0)	0,33
Transporte	05 (50,0)	05 (50,0)	
Tempo	03 (60,0)	02 (40,0)	
Dinheiro	03 (42,9)	04 (57,1)	
Acessibilidade	07 (70,0)	03 (30,0)	
Orientação	05 (50,0)	05 (50,0)	
Outros	03 (100)	00 (00,0)	

Fonte: Autoria própria (2024)

4 DISCUSSÃO

Os objetivos deste estudo foram descrever o comportamento de atividade física de escolares no contexto da pandemia da COVID-19 e analisar esse

comportamento entre crianças e adolescentes participantes. Nas comparações realizadas, os adolescentes apresentaram significativamente as maiores frequências no interior da casa, enquanto as crianças em ambos locais (interior da casa e ao ar livre). Significa dizer que no contexto da pandemia da COVID-19, os adolescentes parecem ter sido mais comedidos no comportamento de atividade física, restringindo a execução ao interior da casa. É provável que essas divergências no comportamento de atividade física entre as faixas etárias se deva a maior compreensão dos riscos de contágio por parte dos adolescentes, bem como a maior autonomia do gerenciamento das atividades físicas realizadas (Kovacevic et al., 2022). Portanto, a maior participação em atividades físicas é um preditor importante de menores chances de interferência à saúde mental de jovens, com menores indicativos de sintomas de ansiedade e depressão durante a adolescência (Li et al., 2023).

Um estudo realizado em Pernambuco, Nordeste do Brasil, destaca os benefícios da prática regular de atividade física, que em conjunto aos nossos achados, fortalece o consenso do papel mediador da atividade física na saúde física e mental, ao longo do ciclo da vida. Nossos achados também agregam à literatura prévia (Silva, 2022), o fato que à medida que as crianças vão chegando à adolescência diminuem consideravelmente seus níveis de atividade física. O que é preocupante e deve servir de alerta, para que diversos setores da educação e saúde possam atuar com políticas e ações específicas para termos adolescentes mais fisicamente ativos e saudáveis na sociedade. Isso a médio e longo prazo poderá reduzir significativamente e de maneira estratégica os impactos ainda desconhecidos da COVID longa nessa população.

Crianças e adolescentes estão em uma faixa etária de constantes mudanças, para construção de suas vidas e de suas identidades. Por essa razão, adequar o comportamento de atividade física a essas questões se torna algo desafiador, mas ao mesmo tempo extremamente necessário, e que necessita de atenção especializada. Pais, professores e profissionais de saúde e educação devem estar atentos ao comportamento das crianças e adolescentes, não sendo diferente àquele tipo de comportamento que envolve as diversas atividades físicas realizadas por essa população.

Cabe destacar algumas limitações observadas neste estudo. Devido a dificuldade de contatos com os pais das crianças e adolescentes, o projeto inicial

que teria como público alvo crianças e adolescentes com transtornos do neurodesenvolvimento, foi ajustado, e realizado com escolares com desenvolvimento típico. Além disso, observou-se baixa adesão dos adolescentes no estudo, alegando vergonha, timidez e receio de algum tipo de exposição das avaliações realizadas com os demais colegas. Todas essas implicações limitou o tamanho da amostra.

5 CONCLUSÃO

Observou-se que as crianças e adolescentes participantes tiveram impactos negativos no engajamento em atividades físicas no contexto da pandemia da COVID-19. Nas comparações realizadas, diferença significativa foi observada entre crianças e adolescentes somente no local de realização de atividade física. Contudo são necessários mais estudos, com uma maior amostra para melhor compreensão desse aspecto, bem como dos impactos a médio e longo prazo das restrições da pandemia no comportamento de atividades física de crianças e adolescentes.

REFERÊNCIAS

ALVES LAMOUNIER, Joel. Nutrição infantil, atividade física e a pandemia pelo coronavírus. **Revista Residência pediátrica**, v. 2, n. 2, p. 2, 2021.

BRAKSIEK, M.; LINDEMANN, U.; PAHMEIER, I. Physical Activity and Stress of Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic in Germany-A Cross-Sectional Study in Rural Areas, v. 19, n. 14, p. 8274, 2022.

BRASIL Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021. 54 p.: il.

DA SILVA, P. E. C. PERFIL DA ATIVIDADE FÍSICA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19 EM PERNAMBUCO. Sistema Integrado de Bibliotecas da UFPE. Biblioteca Setorial do CAV. Bibliotecária Ana Ligia F. dos Santos, CRB-4/2005: UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO, 13 maio 2022.

FLORÊNCIO JÚNIOR, P. G.; PAIANO, R.; COSTA, A. DOS S. Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e

adolescentes. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1–2, 2020.

FLORENCIO JÚNIOR, Públio Gomes; PAIANO, Ronê; COSTA, André dos Santos. Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v.25,p.1-2, 2020

KOVACEVIC, D. et al. Understanding Changes in Adolescent Physical Activity Behaviors and Cognitions Prior to and During the COVID-19 Pandemic. *Front Sports Act Living.*, v.8, n.4, 2022.

MATTOS, Samuel Miranda; PEREIRA, Déborah Santana; MOREIRA, Thereza Maria Magalhães; CESTARI, Virna Ribeiro Feitosa; GONZALEZ, Ricardo Hugo. Recomendações de atividade física e exercício físico durante a pandemia Covid-19: revisão de escopo sobre publicações no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S. l.], v. 25, p. 1–12, 2020. DOI: 10.12820/rbafs.25e0176. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14449>. Acesso em: 6 dez. 2024.

SIMÕES, A. P. Atividade física na criança e adolescente: da pandemia para a saúde! Disponível em: <<https://www.anapaulasimoes.com.br/nossos-artigos/atividade-fisica-na-crianca-e-adolescente/>>. Acesso em: 3 dez. 2024.

PITANGA, Francisco José Gondim; BECK, Carmem Cristina; PITANGA, Cristiano Penas Seara. Inatividade física, obesidade e COVID-19: perspectivas entre múltiplas pandemias. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S. l.], v. 25, p. 1–4, 2020. DOI: 10.12820/rbafs.25e0114. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14262>. Acesso em: 5 dez. 2024.

DUMITH, S. C. et al. Atividade física para crianças e jovens: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 26, p. 1–9, 2021.

DUMITH, Samuel Carvalho et al. Atividade física para crianças e jovens: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S. l.], v. 26, p. 1–9, 2021. DOI: 10.12820/rbafs.26e0214. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14567>. Acesso em: 7 dez. 2024.

SILVA, D. A. S.; SILVA, R. J. DOS S. Associação entre prática de atividade física com consumo de frutas, verduras e legumes em adolescentes do Nordeste do Brasil. *Revista paulista de pediatria: orgao oficial da Sociedade de Pediatria de Sao Paulo*, v. 33, n. 2, p. 167–173, 2015.

SILVA, D. A. S. et al. Nível de atividade física e comportamento sedentário em escolares. *Brazilian Journal of Kinanthropometry and Human Performance*, v. 11, n. 3, 2011.

ALMEIDA, J. G. M. **PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA, COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E HÁBITOS DE JOGOS ELETRÔNICOS DE ADOLESCENTES PÓS PANDEMIA DA COVID-19.** [s.l.] UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA, 3 jan. 2023.

SILVA, J. DA et al. Níveis insuficientes de atividade física de adolescentes associados a fatores sociodemográficos, ambientais e escolares. **Ciencia & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 12, p. 4277–4288, 2018.

Desigualdades sociodemográficas na prática de atividade física de lazer e deslocamento ativo para a escola em adolescentes: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE). [s.l: s.n.].

LESSER, I. A.; NIENHUIS, C. P. The Impact of COVID-19 on Physical Activity Behavior and Well-Being of Canadians. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 17, n. 11, p. 3899, 2020.

LI, B. et al. Physical activity and mental health in children and youth during COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*, v. 17, n.92, 2023.

NASCIMENTO, A. A. do; BRITO, D. F. F.; VILANOVA-CAMPELO, . R. C. Prática de atividade física entre adolescentes durante a pandemia da covid-19. *Boletim de Conjuntura (BOCA), Boa Vista*, v. 15, n. 44, p. 20–32, 2023. DOI: 10.5281/zenodo.8206940. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/1778> . Acesso em: 23 jul. 2024.

OSTERMEIER, E. et al. Parents' perceptions of their children's physical activity during the COVID-19 pandemic. *Public Health BMC*, v. 22, n. 1, 2022.

PFEFFERBAUM, B.; VAN HORN, R. L. Physical activity and sedentary behavior in children during the COVID-19 pandemic: Implications for mental health. **Current psychiatry reports**, v. 24, n. 10, p. 493–501, 2022.

KRUPA-KOTARA, K. et al. Impact of the COVID-19 Pandemic on Nutrition, Sleep, Physical Activity, and Mood Disorders of Polish Children. **Nutrients**, v.15.n.8, p.1928, 2023.

DUNTON, G.F.; DO B, W.S.D. Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity and sedentary behavior in children living in the U.S. **BMC Public Health**, v.20, n.1, p.1351, 2020.

DE FIGUEIREDO, C.S. et al. COVID-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: Biological, environmental, and social factors. **Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry**, v.2, n.106, p.110171, 2021.

ORBAN, E. et al. Mental health and quality of life in children and adolescents during the COVID-19 pandemic: a systematic review of longitudinal studies. **Front Public Health**, v.11, p.1275917, 2024.

ROSSI, L.; BEHME, N.; BREUER, C. Physical Activity of Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic—A Scoping Review. **International journal of environmental research and public health**, v. 18, n. 21, p. 11440, 2021.

SANTI, N.M. M. et al. Prevalência e incidência da prática insuficiente de atividade física em adolescentes brasileiros durante a pandemia: dados da ConVid Adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 26, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720230049.2>. Acesso em: 2 out. 2024.

SILVA, R. S. et al. Atividade física e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. 1, p. 115-120, jan. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1413-81232010000100017>. Acesso em: 4 out. 2024.

VIANA BIACHINI, L.; CORREA NASCIMENTO, M. Impacto na saúde mental de crianças e adolescentes pós pandemia. **Seven**, v. 50, n. 2, p. 18, 2023.

VIRGARA R. et al. A scoping review of physical activity and screen time guidelines for use in Outside School Hours Care. **BMC Pediatr**, v.20, n.1, 463, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Coronavirus disease (COVID-2019) situation reports, 2020.

WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance. Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.