

## *Adolescentes com sobrepeso, obesidade e sua motivação nas aulas de educação física*

*Adolescents with overweight, obesity and their motivation in physical education classes*

*Bruna Rocha Ramalho<sup>1</sup>  
Odvan Pereira de Góis<sup>1,2</sup>  
José Morais Souto Filho<sup>2</sup>  
Paulo Eduardo Carnaval Pereira da Rocha<sup>2</sup>  
Edilene dos Santos Araújo<sup>1</sup>  
Marcos Antonio Medeiros do Nascimento<sup>1,2</sup>*

**RESUMO: INTRODUÇÃO:** A obesidade vem sendo evidenciada nas últimas décadas nas pautas internacionais, pois seu aumento e crescimento é proporcional em todo mundo. **OBJETIVO** O estudo em tela teve como objetivo, identificar a motivação de estudantes com sobrepeso e/ou obesidade nas aulas de Educação Física a partir da realidade de uma Escola Particular de Teixeira-PB. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Trata-se de uma pesquisa de campo, do tipo descritiva, de abordagem quantitativa onde participou 10 (dez) adolescentes com sobrepeso e/ou obesidade, foi utilizado como instrumento de coleta de dados um questionário semiestruturado, contendo 07 (sete) questões fechadas e objetivas, elaborado pelos próprios pesquisadores. **RESULTADOS:** Os dados obtidos foram analisados e apresentados em média, desvio padrão e na forma de tabelas e gráficos. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a motivação dos escolares com sobrepeso e/ou obesidade as aulas de Educação Física, por meio dos resultados foram possíveis relacionar a participação nas aulas, como situações inerentes a turma que estar incluído e sua convivência social, como também, o professor, que apresenta um papel fundamental para adesão dos alunos com a aula, através da metodologia aplicada.

**Palavras-chave:** Sobrepeso. Obesidade. Motivação. Educação física escolar.

**ABSTRACT:** Obesity has been highlight in recent decades in international guidelines, as its increase and growth is proportional throughout the world. The present study aimed to identify the motivation of overweight and/or obese students in Physical Education classes based on the reality of a Private School in Teixeira-PB. This is a descriptive field research, with a quantitative approach, in which 10 (ten) overweight and/or obese adolescents participated. A semi-structured questionnaire was used as a data collection instrument; containing 07 (seven) closed questions and objective, prepared by the researchers themselves. The data obtained were analyze and presented as mean, standard deviation and in the form of tables and graphs. Concluded that the motivation of overweight and/or obese students in Physical Education classes, through the results, it was possible to relate participation in classes, as situations inherent to the class that is included and their social coexistence, as well as the teacher, which presents a fundamental role for students to adhere to the class, through the applied methodology.

**Keywords:** Overweight. Obesity. Motivation. School physical education.

1. UNIFIP – Centro de Ensino Superior de Patos – Pb
2. FIS – Faculdade de Integração de Serra Talhada - Pe

## INTRODUÇÃO

A obesidade vem sendo evidenciada nas últimas décadas nas pautas internacionais, pois seu aumento e crescimento é proporcional em todo mundo. No Brasil, se tem um crescimento de obesidade em todas as idades, sexos e classes sociais, tendo um aumento significativo em famílias com renda baixa (DIAS *et al.*, 2017).

De acordo com um novo estudo liderado pelo *Imperial College London* e pela Organização Mundial da Saúde (OMS) mostra que a quantidade de jovens obesos nas últimas quatro décadas aumentou dez vezes, podendo em até 2022, haver mais adolescentes com obesidade do que com desnutrição moderada (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE – OPAS, 2017)

Segundo Costa *et al.* (2017), a inatividade física ligada a uma alimentação com alta quantidade de gordura, pobre em frutas e fibras, ocasiona obesidade. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2020), a obesidade é o aumento anormal de gordura que traz riscos para saúde. Para chegar nessa definição, foram usando relação do peso e a altura ao quadrado do indivíduo, denominado de Índice de Massa Corporal (IMC).

Conforme Beal *et al.* (2017a), a obesidade em adolescentes é uma temática que está sendo abordada nas escolas relacionando sua prevenção nas aulas de Educação Física Escolar. Dessa forma, o papel do professor de Educação Física é fundamental para um melhor desenvolvimento de habilidades motoras, buscando e aprimorando novas metodologias, fazendo com quem os estudantes aprendam usando sua própria criatividade através de aulas lúdicas, assim, fazendo a junção do corpo e da mente.

Sabendo que se tem mais cuidado, pois há grandes chances que permanecerem ao longo de sua vida, o professor de Educação Física assume o papel de estimular seus estudantes a prática de esportes e a consumir uma alimentação saudável. Contudo, o professor deve ter a sensibilidade de proporcionar atividades de movimento corporal para que possam ser praticadas não somente na escola (BEAL *et al.*, 2017).

A pesquisa justifica-se pela necessidade de colaborar para que os adolescentes com sobrepeso e/ou obesidade sejam motivados a participar das aulas de Educação Física, bem como, contribuir para novas pesquisas na área. No entanto, se observa que existem estudos sobre esse assunto, mas com o passar dos anos, novos conhecimentos sobre a temática vêm sendo abordados, a intenção é contribuir destacando as experiências dos estudantes com sobrepeso e/ou obesidade, identificando que essas aulas os atraem, buscando a inclusão de

todos. Logo, essa pesquisa tem motivações pessoais de colaborar para pesquisas futuras na área com um componente curricular que se refere a saúde e educação, o que muito irá colaborar para o desenvolvimento desses estudantes (SCHELLE, 2022).

O objetivo deste estudo tem como interesse, verificar a partir da concepção dos estudantes com obesidade de uma Escola Particular de Teixeira – PB como as aulas de Educação Física os motivam a participar das atividades realizadas.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

A pesquisa se caracteriza por uma pesquisa de campo, visto que procurou se aprofundar em uma realidade específica. Foi feita através da observação direta das atividades da equipe de pesquisa e da efetivação de entrevistas com informantes para compreender as explicações e concepções sobre o que está havendo na realidade (GIL, 2017).

Em relação aos objetivos da pesquisa, se refere a um estudo descritivo, pois de acordo com Gil (2017), teve como objetivo estudar as características de um grupo, quanto aos aspectos relacionados a idade, sexo, procedência, nível de escolaridade, estado de saúde física ou mental, dentre outros aspectos.

A pesquisa quantitativa é aquela que coleta e analisa variáveis, busca identificar a natureza da realidade, hábito de relações, a estrutura do seu processo, podendo indicar a força de associação e/ou correlação entre as variáveis, concluindo amostras que melhorem e esclareçam informações para uma população (ESPERÓN, 2017).

A população da amostra foram 10 (dez) pessoas com sobrepeso e/ou obesidade e foi realizada com 10 estudantes sendo 100% (cem por cento) da amostra, com idades entre 11 a 19 de uma Escola Particular da cidade de Teixeira – PB, a partir da identificação do Índice de Massa Corporal [IMC]. A amostra de pesquisa é caracterizada como não probabilística ou por julgamento, visto que a seleção dos itens não depende da probabilidade, mas das características do teste ou de quem compõe a amostra (SAMPIERI; COLLADO; LUCIO, 2013). Os critérios de inclusão foram ser de ambos os sexos e estar matriculado no Ensino Fundamental de uma Escola Particular de Teixeira-PB e os estudantes que responderam ao questionário incorretamente.

Foi utilizado um questionário semiestruturados, aplicado de forma presencial com os estudantes com sobrepeso e/ou obesidade de uma Escola Particular a partir de questões

objetivas, tomando os devidos cuidados de protocolos sanitários devido a pandemia da Covid-19.

A análise dos dados foi obtida através da análise de forma quantitativa, pelo programa Google Forms, com os resultados identificados por porcentagem e apresentados por meio de gráficos e tabelas.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos do Centro Universitário de Patos - UNIFIP, tendo como CAAE 52239521.0.0000.5181 e o número do Parecer 5.091.942, a pesquisa foi realizado conforme a Resolução nº 510/2016, elaborado e aplicado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), sendo assinados pelos responsáveis dos estudantes e pelos estudantes após a leitura e esclarecimento de forma detalhada a todos que participaram da pesquisa tendo os dados fornecidos para a pesquisadora a permaneceram em sigilo(PINTO, 2022)

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mediante a pesquisa realizada com 10 [dez] estudantes com sobrepeso e obesidade de uma Escola Particular da cidade de Teixeira/PB, a fim de identificar a sua motivação nas aulas de Educação Física, identifica-se os resultados conforme apresentados abaixo:

**Tabela 1 – Distribuição dos participantes de acordo com sexo e idade**

Idade	Masculino		Feminino	
	n	%	n	%
12 anos	2	20%	0	0%
13 anos	4	40%	1	10%
14 anos	1	10%	0	0%
15 anos	2	20%	0	0%
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>90%</b>	<b>1</b>	<b>10%</b>

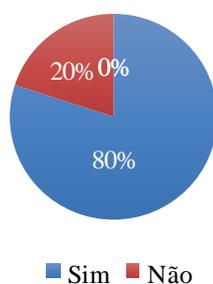
*Fonte:* Dados da pesquisa (2020).

A presente pesquisa foi realizada por meio de 01 [um] questionário com questões quali-quantitativas, tendo como base 10 [dez] participantes com sobrepeso e/ou obesidade,

correspondente a uma amostra de 100% de estudantes aptos a participar desse estudo, todos estudantes dos anos finais do Ensino Fundamental, de uma Escola Particular localizada no município de Teixeira-PB. Com relação ao sexo, foram 9 [nove] adolescentes do sexo masculino, inerentes a 90% e apenas 01 [um] do sexo feminino, que corresponde 10% da amostra, com faixas etárias entre 12 anos e 15 anos, sendo identificados 02 [dois] ou seja, 20% com 12 anos, 40% com 13 anos, 10% com 14 anos e 20% com 15 anos.

**Tabela 2 – Amostra do peso, altura e IMC dos estudantes**

Se sentem acima do peso?



Estudantes	Peso (KG)	Altura(M)	IMC (P x H <sup>2</sup> )
E1	80 kg	1,70 m	27,6
E2	89 kg	1,80 m	30,1
E3	66 kg	1,62 m	25,1
E4	68 kg	1,60 m	26,5
E5	70 kg	1,62 m	26,7
E6	69 kg	1,61 m	26,6
E7	90 kg	1,71 m	30,8
E8	88 kg	1,72 m	29,8
E9	70 kg	1,60 m	27,3
E10	70 kg	1,61 m	27

Legenda: . Sobrepeso ■ Obesidade ■

Fonte: Dados da pesquisa (2020).

A partir das informações tendo como base os dados coletados, estes asseguraram conforme identificado no Gráfico 01 e na Tabela 02, que corresponde a 100% da amostra, ou seja, todos os estudantes apresentam sobrepeso ou obesidade inerente ao grau I, conforme o

Índice de Massa Corporal (IMC), tratando-se de 08 [oito] ou seja, 80% com sobrepeso e 02 [dois], no tocante a porcentagem correspondente a 20% com obesidade grau I. No estudo de Anjos e Silveira (2017), o excesso de peso corporal atinge grande percentual de adolescentes em idade escolar, esse índice reforça recomendações e medidas preventivas para o desenvolvimento da obesidade e do sobrepeso em jovens que estão em sua fase física, cognitiva, emocional e social. Segundo o gráfico 01, dos 10 pesquisados, 08 [oito] que se refere a 80% da amostra dos adolescentes se consideram acima do peso e 02 [dois] ou seja, 20%, não se consideram.

**Tabela 3 – Por que participam das aulas de educação física**

Variáveis	N	%
Faz parte do currículo escolar	2	20%
Momento de estar com os amigos	6	60%
Tenho rendimento melhor que os demais	0	0%
Preciso tirar boas notas	2	20%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Fonte: Dados da pesquisa (2020).

Com base nos dados evidenciados na Tabela 03, que é inerente a participação nas aulas de Educação Física, nota-se que os estudantes pesquisados apresentaram uma melhor participação haja vista ser um momento de estar com os amigos. Tal resposta foi apresentada por 06 [seis], que se refere a 60% da amostra, sendo que os demais, inerente a 02 [dois] estudantes, ou seja, 20% asseguraram que: “*participam pelo fato de ser um componente curricular escolar*”, assim como, os demais que se refere a 02 [dois] estudantes, ou seja, 20% da amostra, pontuaram que participam: “*para tirar boas notas*”. A partir de tais observações, é importante que o professor de EF acredite que a escolha correta e adequada de sua abordagem deve ser pensada para a participação democrática, respeitando as habilidades físicas de cada indivíduo. (OLIVEIRA; MACEDO; SILVA, 2014; CRUZ, 2022).

**Tabela 4 – Situações que não gostam das aulas de educação física**

<b>Variáveis</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Não estou dentro do grupo	2	20%
Não simpatizo com o professor	1	10%
Professor compara meu rendimento com os dos outros colegas	1	10%
Zombam de minhas falhas	0	0%
Alguns colegas querem demonstrar que são melhores que os outros	2	20%
Tiro boas notas ou conceito baixo	2	20%
Minhas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor	2	20%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* Dados da pesquisa (2020).

Dos 10 [dez] estudantes que participaram da pesquisa, 02 [dois], que se refere a 20% da amostra não gostam das aulas quando não se sentem dentro do grupo, outros 02 [dois] também inerente a 20% da amostra, se desmotivam quando os colegas demonstram ser melhores que eles. Em relação ao professor e estudantes, 02 [dois] ou seja, 20% da amostra de estudantes destacaram que: *“não participam, pois, suas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor”*.

De acordo com Aniszewski *et al.* (2022) os alunos tendem ao comportamento de afastamento quando percebem a possibilidade de fracassar nas atividades ou de estarem expostos as críticas. Mais 01 [um], ou seja, 10% dos pesquisados destacou que: *“não simpatizam com o docente”*, mais 01, também correspondente a 10% da amostra, afirmou que: *“desaprova quando o professor compara seu rendimento com os dos outros colegas”*, e os demais, que fazem parte de 02 [dois] estudantes pesquisados, e correspondem a 20% de estudantes, destacou que: *“tiro boas notas ou conceito baixo”*.

**Tabela 5 – Tem mais atração nas aulas**

Variáveis	N	%
Aulas Práticas	9	90%
Aulas Teóricas	1	10%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Fonte: Dados da pesquisa (2020).

Ao questionar os estudantes pesquisados sobre a sua atração nas aulas de Educação Física, 09 [nove] que se refere a 90% dos participantes da pesquisa relataram que: *“preferem aulas práticas ao invés de aulas teóricas”*, tendo apenas 01 [um], ou seja, 10% com opinião distinta de optar pela aula teórica. Os estudantes tendem a associar a educação física ao lazer, prazer e diversão proporcionado pelas aulas práticas de EF (ALVES, 2021).

**Tabela 6 – Prática algum exercício físico fora da escola**

Variáveis	N	%
Sim	7	70%
Não	3	30%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

Fonte: Dados da pesquisa (2020).

Em relação a prática de exercícios físicos fora da escola, conforme está descrito na Tabela 06, dos 10 [dez] participantes dessa pesquisa, ou seja, inerente ao um percentual de 70%, dos estudantes afirmaram que *“praticam outros tipos de atividades”* que conforme Rosa (2016), escolares que praticam atividade extra escolar tendem a ter uma melhor convivência social e cognições emocional positivas. Os demais, em número de 03 [três] que se refere a 30%, destacaram que: *“só realizam atividades nas aulas de educação física escolar.”*

**Tabela 7 – Tempo que passa usando aparelhos eletrônicos**

Variáveis	N	%
1 a 2 horas	0	0%
3 a 4 horas	4	40%
5 a 6 anos	4	40%
Mais de 7 horas	2	20%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100%</b>

*Fonte:* Dados da pesquisa (2020).

Ao serem questionados em relação a quantidade de horas em aparelhos eletrônicos, conforme os dados apresentados na Tabela 07, dos 10 [dez] participantes, 04 [quatro], ou seja, 40% da amostra, usam de 3 a 4 horas diárias, mais 04 [quatro] ou seja, também 40%, utilizam 5 a 6 horas por dia e os demais, correspondente a um número de 02 [dois] participantes, inerente a 20% da amostra, utilizam mais de 7 horas. Nenhum deles destacou que utilizam os aparelhos eletrônicos por menos de 2 horas diárias. Segundo Guerra, Farias Júnior e Florindo (2016), o uso de aparelhos eletrônicos tem associação a menor aderência nas aulas de EFE, aumentando o comportamento sedentário em adolescentes que passam mais de duas horas utilizando os aparelhos eletrônicos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Mediante o estudo desenvolvido, analisou-se os dados e identificou-se que, a motivação dos escolares com sobrepeso e/ou obesidade as aulas de Educação Física, por meio dos resultados, foram possíveis relacionar a participação nas aulas, como situações inerentes a turma que estar incluído e sua convivência social. Além de analisar a metodologia aplicada pelo professor da disciplina a fim de identificar a adesão dos estudantes através da organização didática, tendo o professor papel fundamental para adesão dos alunos com sobrepeso e/ou obesidade a aula. Sendo importante destacar que apesar da maioria praticar outros tipos de exercícios físicos fora da escola, muitos ainda utilizam aparelhos eletrônicos, excessivamente, possibilitando ainda mais a ingestão inconsciente de alimentos.

Por fim ressalta-se a importância da realização de estudos capaz de contribuir para uma melhor participação e motivação de adolescentes com sobrepeso e/ou obesidade através

das aulas de Educação Física, a fim de proporcionar uma melhor qualidade de vida a esses estudantes, estimulando-os a praticar exercícios físicos e terem uma alimentação saudável.

## **REFERÊNCIAS**

ALVES, C. Educação física e ensino médio: a experiência de um currículo. **Universidade de futebol e ciências do esporte**, v. 1, p. 185, 2021.

ANISZEWSKI, E. *et al.* A satisfação das necessidades dos alunos e o afastamento das aulas de educação física no ensino fundamental. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 21, n. 01, p. 7-16, 2022.

ANJOS, L. A.; SILVEIRA, W. D. B. Estado nutricional dos alunos da Rede Nacional de Ensino de Educação Infantil e Fundamental do Serviço Social do Comércio (Sesc), Brasil, 2012. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 5, p. 1727, 2017.

CRUZ, Isabela Cecília Costa. **Prática de atividade física, síndrome metabólica e seus fenótipos em adolescentes com excesso de peso**. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. 2022 41p.

GUERRA, P. H.; FARIAS JÚNIOR, J. C.; FLORINDO, A. A. Comportamento sedentário em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática. **Rev. Saúde Pública**, v. 50, n. 9, 2016.

OLIVEIRA, F.; MACEDO, F.; SILVA, A. Fatores associados a participação das alunas nas aulas de educação física: uma questão de gênero? **Rev. Acta Brasileira do Movimento Humano**, v. 4, n. 5, p. 76, 2014.

PINTO, Lucas Campos. O conteúdo lazer e recreação como estímulo para a prática de atividade física para adolescentes com sobrepeso e obesidade Projeto de pesquisa apresentado para obtenção da nota na disciplina de monografia II do Curso de Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás 2022. 28p.

ROSA, V. A. G. **Impacto da prática de exercício físico em adolescentes: bem-estar, autoestima e rendimento escolar**. 2016. 102f. Dissertação (Mestrado em psicologia da educação) – Universidade de Évora, Évora, 2016.

SCHELLE, Caio França Lira. Sobrepeso e obesidade em adolescentes do 6º ao 9º ano do ensino fundamental. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Licenciatura em Educação Física pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás 2022. 31p.

