Anais do II Congresso de Ciência e Tecnologia da PUC Goiás
Disponível em: http://pucgoias.edu.br/ucg/prope/pesquisa/anais/2016
ISSN: 2177-3327

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

GABRIELLA REIS DE BARROS RIBEIRO, IRACEMA GONZAGA MOURA DE CARVALHO
gabriellaa_ribeiro@hotmail.com

Objetivo: Avaliar a prática de atividade física entre os alunos de graduação em diferentes cursos da área da saúde, ressaltando os aspectos relevantes relacionados ao sexo. **Método:** Foi realizada uma revisão integrativa, as bases de dados utilizadas foram SCIELO, LILACS, MEDLINE para levantamento dos artigos. Os descritores utilizados nessa busca foram atividade física, estudantes, graduação. Os critérios de inclusão foram artigos publicados nestes bancos de dados nos últimos 10 anos, em inglês, espanhol e português, e que tratem do tema prática de atividades físicas entre estudantes da graduação. A revisão integrativa ocorreu em 6 etapas que envolveram: 1ª) a elaboração da questão norteadora da revisão; 2ª) a busca de artigos na literatura; 3ª) coleta de dados; 4ª) análise dos estudos abordados; 5ª) discussão dos resultados; 6ª) exposição da revisão integrativa. **Resultados:** A amostra final desta revisão foi composta por 12 artigos científicos e pode-se perceber uma maior prática de atividade física pelos alunos do sexo masculino em relação ao feminino e pelos calouros em relação aos formandos. Pode-se completar, também, que no decorrer do curso os estudantes mudam seu comportamento quanto à prática de AF devido à demanda de tempo para cumprir as atividades curriculares e extracurriculares, o que é preocupante, pois na fase adulto-jovem as doenças crônicas podem ser prevenidas por meio de mudanças de estilo de vida. Em relação à prática de AF entre os diferentes cursos de graduação, houve poucos estudos sobre o assunto sendo que nestes os alunos da área de ciências biológicas mostraram-se mais ativos do que os **Conclusão:** Logo, conclui-se que os estudantes do sexo masculino e os ingressantes das universidades praticam mais AF que as mulheres e os concluintes, respectivamente. Além do que estudos apontam para uma maior incidência de AF entre os alunos da área de ciências biológicas. Por fim, faz-se necessário a reflexão de novas formas de incentivar a prática de AF entre os estudantes da graduação, a fim de evitar futuras comorbidades advindas do sedentarismo.

Palavras-chave: Atividade Motora. Estudantes. Educação Superior.