

COMPORTAMENTOS RELACIONADOS À SAÚDE DE CRIANÇAS QUE ESTUDAM EM PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL

Érico Pereira Gomes Felden¹, Manoella de Oliveira Santos², Andreia Pelegrini³, Diego Grasel Barbosa⁴.

¹ Orientador, Professor do Departamento de Educação Física do CEFID-UDESC – ericofelden@gmail.com.

¹ Acadêmico (a) do Curso de Licenciatura em Educação Física – CEFID-UDESC, bolsista de iniciação científica PROBIC/CNPq.

¹ Professor do CEFID-UDESC/Pesquisador da Instituição.

¹ Mestrando do Curso de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano – Centro-UDESC.

Palavras-chave: sono, atividade motora, crianças.

Objetivo: Objetivou-se investigar possíveis influências do período de estudo (integral ou parcial) em questões de saúde relacionadas ao sono, comportamento alimentar, *status* de peso e a prática de atividades físicas em crianças. **Método:** O estudo foi realizado com crianças de uma escola privada de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. A amostra foi selecionada por conveniência e foram enviados questionários e os termos para 78 crianças em que a taxa de resposta foi 78%. Sendo assim a amostra foi composta por 61 crianças com idade de 6 a 10 anos, sendo 33 do sexo masculino. Dessas 61 crianças, 20 permaneciam na escola em período integral (matutino e vespertino) e 41 em período parcial (vespertino). O sono foi avaliado por meio do questionário CSHQ (*Children's Sleep Habits Questionnaire*) respondido pelos pais. A atividade física e a alimentação foram avaliadas por meio de um questionário respondido pelas crianças, composto de figuras referentes aos hábitos de atividade física e alimentação da criança em um dia típico (Questionário Dia Típico de Atividade Física e Alimentação – DAFA). Foram coletadas medidas de massa corporal e estatura, para análise do *status* de peso. Os dados foram analisados no software SPSS versão 20.0. Foram realizadas análises de média, desvio padrão, distribuição de frequências, análise fatorial, correlação de *Spearman*, *Kruskal-Wallis*, Qui-quadrado e Exato de Fischer. **Resultados:** As crianças do período integral apresentaram média superior na pontuação do *Children's Sleep Habits Questionnaire* (CSHQ) indicando mais problemas com o sono ($p=0,014$) (Figura 1).

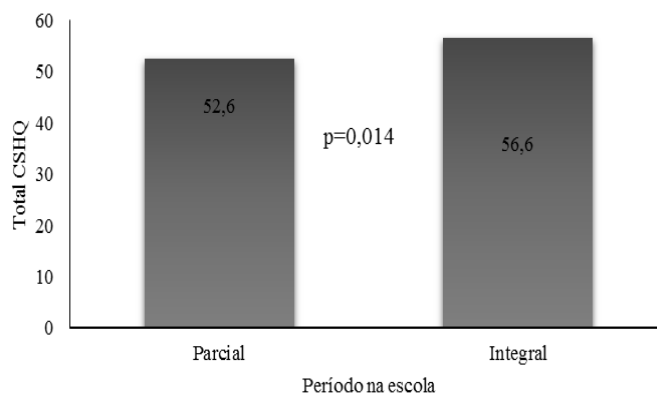
¹ Orientador, Professor do Departamento de Educação Física do CEFID-UDESC – ericofelden@gmail.com.

² Acadêmico (a) do Curso de Licenciatura em Educação Física – CEFID-UDESC, bolsista de iniciação científica PROBIC/CNPq.

³ Professor do CEFID-UDESC/Pesquisador da Instituição.

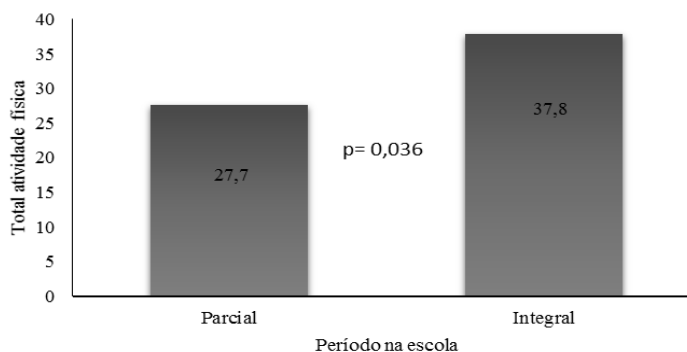
⁴ Mestrando do Curso de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano – Centro-UDESC.

Fig. 1 Médias da pontuação do CSHQ das crianças dos períodos parcial e integral.



As sub escalas “duração do sono” e “parassonias” foram os fatores mais importantes do CSHQ dentre as crianças do período integral. Já no período parcial, o fator mais importante foi composto pelos “despertares noturnos” e “parassonias”. Apesar disso, as crianças do período integral praticavam mais atividade física ($p=0,036$) (Figura 2). Não foram observadas diferenças no consumo de alimentos e *status* de peso entre os períodos.

Fig. 2 Pontuação da atividade física das crianças dos períodos parcial e integral.



Conclusão: As crianças do período integral apresentaram maior prática de atividade física e mais problemas relacionados ao sono quando comparados ao período parcial. Não foram encontradas diferenças entre os períodos quanto à adequação da alimentação. Assim, os dados sustentam a hipótese que o período de estudo pode influenciar na saúde das crianças. No entanto, a influência deste fator foi diferenciada de acordo com a variável investigada indicando a necessidade de avaliações, intervenções e acompanhamentos específicos de acordo com o período escolar. As parassonias se mostraram como um fator importante nas perturbações relacionadas ao sono, sendo isso comum na faixa etária estudada.