

Resumo (1/2)

A necessidade de combater o excesso de peso e obesidade, transporta para as escolas uma preocupação acrescida de dar uma resposta aos alunos com necessidades educativas especiais de natureza comportamental. O papel da escola é tanto mais importante, quanto é sabido que a intervenção é tanto mais eficaz quanto mais cedo se concretizar.

Este estudo realizado numa escola secundária pública, teve como critério de inclusão o IMC dos alunos, tendo sido referenciados 218 alunos que revelaram uma prevalência de 15,8% com excesso de peso e 5,9% com obesidade. Destes, 193 alunos participaram no estudo (45,6% jovens do sexo masculino e 54,4% do sexo feminino), respondendo aos seguintes questionários – Inventário de Comportamentos relacionados com a Saúde dos Adolescentes – versão reduzida (Laboratório de Psicologia do Desporto, 2009), e versão traduzida e adaptada pelo Laboratório de Psicologia do Desporto (2008) dos questionários “Estados de Mudança” e “Balanço Decisivo”. O aluno mais novo tinha 12 anos e os mais velhos 20 anos, sendo a média de idade de 16,4 anos.

Principais resultados: As raparigas apresentavam os valores mais elevados de obesidade, a percentagem de obesidade aumentou nos alunos mais velhos; os mais novos e os do sexo masculino eram os que praticavam com maior regularidade desporto.

Mendes, M.J. (2009). *Conhecer o Comportamento dos Adolescentes com Excesso de Peso e Obesidade face à Prática Desportiva*. Dissertação de Mestrado com vista à obtenção do 2º Ciclo em Ciências do Desporto na área de especialização em Atividade Física Adaptada, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

Resumo (2/2)

Metade da amostra era Activa, maioritariamente masculina, dos escalões etários mais baixos e com excesso de peso. Um terço da amostra tinha intenção de começar a praticar exercício físico com regularidade, era predominantemente do sexo feminino, com uma percentagem elevada de obesos, situava-se nos 16-17 anos e apresentava uma prática irregular de actividades desportivas.

O balanço decisional da amostra era positivo e as barreiras mais frequentemente referidas foram “falta de tempo” e “preguiça/ falta de vontade”.

Concluimos assim que 20% da população da Escola tinha excesso de peso/ obesidade, sendo por isso urgente que a Escola dê resposta a estes alunos enquanto grupo com necessidades educativas especiais. Sendo metade da amostra Activa, e um terço com intenção de começar a praticar exercício físico com regularidade, é também papel da disciplina e do professor de Educação Física encontrar a resposta necessária.