



USO DE *SMARTPHONES* POR ESCOLARES QUE ATINGEM AS RECOMENDAÇÕES DE NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DURANTE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Giovanna Goes Sant'Ana¹
Ismael Forte Freitas Júnior²

Com a diminuição da prática de atividade física na adolescência devido ao crescente avanço das tecnologias e modernização da sociedade, surge a preocupação de seu impacto na saúde das pessoas e, em nosso caso, a preocupação também acontece com os escolares, já que grande destes, são adolescentes que não atingem níveis suficientes de atividade física e conseqüentemente não obtendo benefícios desejados para a saúde e o adequado desenvolvimento físico e motor. **Objetivo:** Verificar o nível de atividade física (NAF) moderada a vigorosa nas aulas de Educação Física e identificar sua relação com componentes do estilo de vida e uso de *smartphone* de alunos do Ensino Fundamental de quatro escolas públicas de Presidente Prudente – SP. **Métodos:** Foram avaliados 264 adolescentes de 9 a 15 anos e foram obtidos dados referentes ao NAF por meio de acelerômetro triaxial *Actigraph* que também serviram para caracterizar os pontos de corte para NAF. Variáveis de estilo de vida foram obtidas por questionário auto reportado denominado *Smartphone Inventory for Adolescents* (SIA). O *software SPHYNX Survey* versão 5.1.0.8. foi utilizado para tabulação das respostas do questionário. A associação das variáveis foi feita pelo teste Qui- quadrado (x²) e teste exato de Fisher e as comparações entre os grupos por teste t de Student para variáveis independentes. Todas as análises estatísticas foram feitas no programa SPSS para *Windows*, versão 25, e o nível de significância adotado de 5%. **Resultados:** Observou-se que 88,2% dos adolescentes possuem aparelho *smartphone* e 96,72% atenderam a recomendação de 50% do tempo das aulas de Educação Física (EF) em atividade física moderada a vigorosa (AFMV). Sobre o perfil dos usuários do *smartphone*, 84,4% dos escolares utilizam o *smartphone* durante sete dias da semana para o lazer e para estudo e 50,9% reportaram utilizar em um dia da semana. Ainda, 56,7% da amostra relatou utilizar o *smartphone* durante o período noturno. Além disso foi possível identificar uma relação entre o uso do *smartphone* e o nível de atividade física dos alunos, onde, aqueles que o utilizam mais tempo, apresentaram menor tempo em APMV. **Aplicações:** Vale ressaltar a importância da utilização desse um novo instrumento SIA de investigação para obtenção de dados referentes ao perfil de uso relacionado ao uso de *smartphone* que, até então, não se tinha conhecimento de nenhum outro questionário validado e aplicado para a população brasileira. **Conclusão:** apesar do uso diário pela maioria dos adolescentes investigados, o tempo de uso concentra-se no período noturno, o que pode estar influenciando para que os mesmos mantenham o NAF dentro das recomendações

¹ Mestranda do Curso de **Ciências do Movimento** da Universidade Estadual Paulista, Júlio de Mesquita Filho – Campus de Presidente Prudente, giovanna.goes@unesp.br;

² Professor orientador: Prof. Dr. Ismael Forte Freitas Júnior, Universidade Estadual Paulista, Júlio de Mesquita Filho – Campus de Presidente Prudente ismael.freitas@unesp.br

