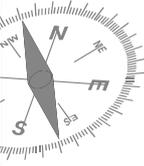


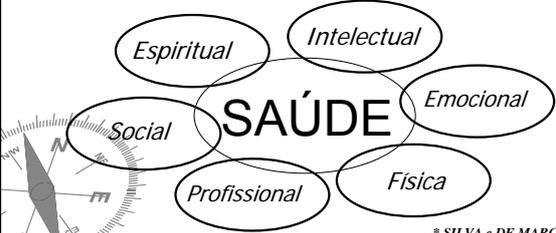
Qualidade de Vida: atividade física e saúde

População infanto-juvenil



Profª Drª Neiva Leite
neivaleite@gmail.com

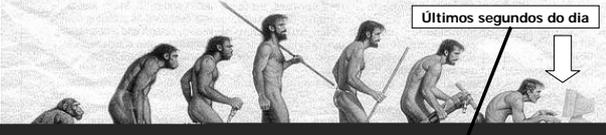
QUALIDADE DE VIDA



SAÚDE

* SILVA e DE MARCHI, 1997

ESTILO DE VIDA



Últimos segundos do dia

movimento ▶ Redução da amplitude ▶ Aumento da repetição

Desenvolvimento tecnológico + 

Utilização da Tecnologia



Jogos dentro de casa




Atividades físicas ao ar livre

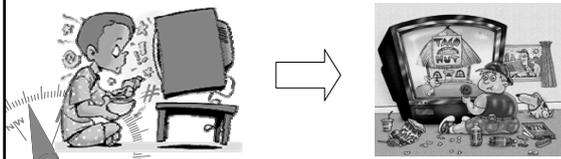



Excesso de Peso

| | |
|---|---|
| <p>Meninos</p> <p>↑ 146%</p> <p>NHANES I – III 1965-1995</p> | <p>Meninas</p> <p>↑ 69%</p> <p>NHANES I – III 1965-1995</p> |
| <p>↑ 359 %</p> <p>IBGE POF – 1974 – 2002/03</p> | <p>↑ 105 %</p> <p>IBGE POF – 1974 – 2002/03</p> |
| <p>EUA: 40% Brasil: 16,7 % Região Sul: 22,6%</p> <p>Curitiba – escolas públicas centrais: 16,8%</p> | |

LEITE et al. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. v. 9, supl 1, p. 561, 2003; LISSAU et al. Arquivos of Pediatrics & Adolescent Medicine. v. 158 . p. 27-33, 2004; IBGE POF 2002-2003; NHANES – National Health and Nutrition Examination Survey; TROIANO et al. Arquivos de Pediatrics & Adolescent Medicine. v. 149 . p. 1085-1091, 1995

Tempo de TV > 2 h/dia Excesso de peso

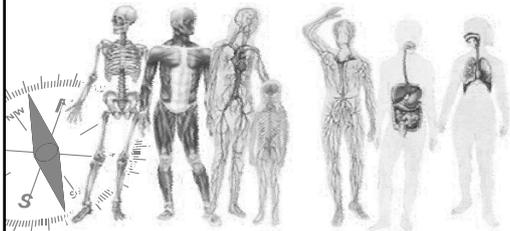


-BERKEY *et al.* Activity, dietary intake and weight changes in a longitudinal study of preadolescent boys and girls. *Pediatrics*, v. 105, n. 4, p. 1-9, 2000.
 -SLYPER The pediatric obesity epidemic: causes and controversies. *The Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, v. 89, p. 2540-2547, 2004
 -JANSSEN V., KATZMARZYK, P. T., BOYCE, W., KING, M.A., PICKETT, W. Overweight and Obesity in Canadian Adolescents and Their Associations with Dietary Habits and Physical Activity Patterns. *Journal of Adolescent Health*, v. 35, p.360-367, 2004
 -REILLY, J.J. Obesity in childhood and adolescence: evidence based clinical and public health perspectives. *Postgrad Med J.*, v. 82, p.429-437, 2006.

Ciclo Vicioso



Corpo Humano Problemas nos Sistemas

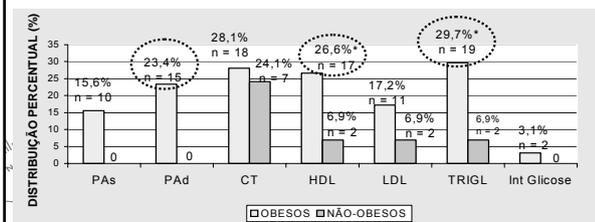


Hábitos Diários



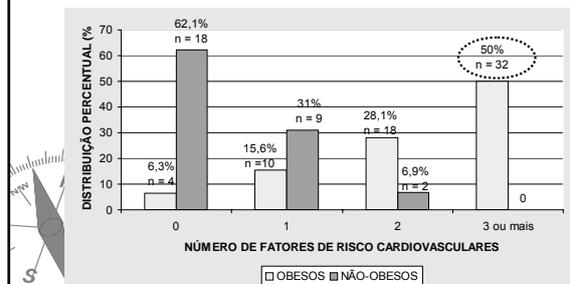
FERRANTI, S.D. *et al.* Prevalence of the Metabolic Syndrome in American Adolescents. *Circulation*, v. 110, p.2494-2497, 2004

Fatores de Risco Cardiovasculares em Adolescentes



LEITE, N. Obesidade infanto-juvenil: efeitos da atividade física e da orientação nutricional sobre a resistência insulínica. Tese de doutorado em Saúde da criança e do adolescente, Universidade Federal do Paraná, Curitiba (PR), 2005

Número de Fatores de Risco Cardiovasculares em Adolescentes



LEITE, N. Obesidade infanto-juvenil: efeitos da atividade física e da orientação nutricional sobre a resistência insulínica. Tese de doutorado em Saúde da criança e do adolescente, Universidade Federal do Paraná, Curitiba (PR), 2005

Atividade Física Regular

► Importância para crianças e adolescentes

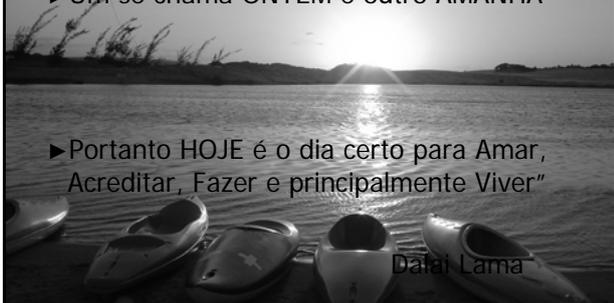
- Romper o ciclo vicioso do sedentarismo
- Prevenir e tratar doenças crônicas
- Promover a aptidão física e qualidade de vida
- Respeitar as características de acordo com a fase do desenvolvimento
- Evitar a especialização precoce (atletas)



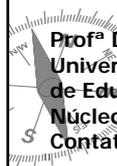
“Só existem dois dias no ano que nada pode ser feito:

► Um se chama ONTEM e outro AMANHÃ

► Portanto HOJE é o dia certo para Amar, Acreditar, Fazer e principalmente Viver”



Muito Obrigada!



Prof^a Dr^a Neiva Leite
Universidade Federal do Paraná – Departamento
de Educação Física
Núcleo de Pesquisa em Qualidade de Vida – NQV
Contato: neivaleite@gmail.com