

# ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE NA ESCOLA: UMA REVISÃO DE LITERATURA SOBRE A ATIVIDADE FÍSICA NA ESCOLAR E SÍNDROME METABÓLICA

XXV Encontro de Extensão

Antonio Dennis Sousa de Araujo, Carlos Eduardo de Melo Alves Coelho, Cyntia Emanuelle Souza Lima, Diana de Menezes Alves, Eliakim Maia Bessa, Carlos Alberto da Silva

**Introdução:** A Sociedade de Endocrinologia e Metabologia descrevem a síndrome metabólica como um transtorno representado por um conjunto de fatores de risco cardiovascular comumente relacionados a aspectos metabólicos como: a deposição de gordura e a resistência à insulina, fatores estes, que aumentam a chance de contrair doenças cardíacas, derrames, diabetes, dentre outras doenças crônicas não transmissíveis, somando a esta informação, a pesquisa nacional de saúde na escolar aponta determinados hábitos que influenciam a saúde dos escolares brasileiros, dentre estes temos a alimentação e a prática de atividade física. **Objetivo:** Compilar informações, de estudos, para averiguar se as atividades físicas proporcionadas no âmbito escolar tem relação positiva no controle da síndrome metabólica. **Metodologia:** Este estudo caracterizou-se por ser uma revisão de literatura sistematizada, utilizando as bases de dados, Scielo, Pubmed e Google Acadêmico. **Resultados:** Foram analisados 10 estudos, 5 fizeram referências positivas sobre a relação entre atividade física e melhora do IMC, circunferência cintura quadril, da taxa metabólica basal, da sensibilidade a insulina em indivíduos obesos e com diabetes tipos 1 e 2, na prevenção da diabetes tipo 2 e no aumento dos níveis de HDL e detrimento dos níveis de LDL e VDLL. Os demais 5 artigos tratam do nível de atividade física escolar, relatam porcentagens alarmantes, desde indivíduos considerados inativos, chegando 21% dos analisados, à indivíduos com os níveis de atividades físicas insatisfatórios, beirando os 75% no caso dos homens e 94% no das mulheres. **Conclusões:** A atividade física escolar tem papel importante na prevenção de muitos dos critérios utilizados pela OMS e Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia para caracterizar o quadro de Síndrome Metabólica, porém a intensidade e frequência dessas atividades devem ser levadas em conta, pois em baixos níveis seus benefícios acabam não sendo satisfatórios.

**Palavras-chave:** Saúde. Atividade Física Escolar. Síndrome Metabólica.