



Tempo de tela e prática de atividades físicas de adolescentes do Norte do Brasil

Screen time and physical activity among adolescents in Northern Brazil

Tiempo de tela y práctica de actividades físicas de adolescentes del Norte de Brasil

Samuel Carvalho da Silva¹
Alesandra Araújo de Souza¹
Joana Marcela Sales de Lucena¹

Resumo

Objetivo: verificar a associação entre o comportamento sedentário e a prática de atividades físicas dos adolescentes. **Métodos:** estudo transversal, com amostragem por conglomerado de estágio único, devido à quantidade de escolas públicas com ensino médio na cidade, todas foram consideradas elegíveis para participação do estudo. As variáveis coletadas foram: prática de atividade física na semana anterior (minutos/semana), como variáveis independentes o tempo de televisão, tempo de videogames, uso do celular, uso do computador (escolar e lazer), em minutos por semana. Foram obtidas tabelas com as frequências absolutas e percentuais e para as variáveis quantitativas, foram obtidas medidas de descrição (mínimo, média, mediana, máximo e desvio padrão). Os *softwares* utilizados na execução das análises estatísticas descritivas foram o Microsoft Office Excel e o Stata 13.0. **Resultados:** A pesquisa foi realizada com um total de 162 estudantes, dentre esses 73 eram do sexo masculino, cerca de 60% da classe econômica C (classe média) e idade de 16 anos ($\pm 1,7$). O tempo de atividade física foi de 1.346,6 minutos/semana, enquanto o tempo de televisão, computador para lazer e videogames foi de 690,56, 435 e 151 minutos/semana, respectivamente. A análise de regressão linear multivariada demonstrou que o tempo usando o computador para lazer ($\beta = 1,515$, $p < 0,001$) e para tarefas escolares ($\beta = 0,147$, $p = 0,022$) foram positivamente associados à atividade física na semana anterior. **Conclusão:** possivelmente o tempo de uso de computador para lazer e para estudos está associado a um perfil de escolar que pratica atividades físicas regularmente entre os adolescentes das escolas de Ensino Médio.

Palavras-chave: Comportamentos sedentários. Tempo de tela. Atividade física. Adolescência.

Abstract

Objective: to verify the association between sedentary behavior and physical activity among adolescents. **Methods:** cross-sectional study, with single-stage cluster sampling, due to the number of public high schools in the city, all were considered eligible to participate in the study. The variables collected were: practice of physical activity in the previous week (minutes/week), as independent variables, television time, video game time, cell phone use, computer use (school and leisure), in minutes per week. Tables with absolute and percentage frequencies were obtained, and for quantitative variables, description measures were obtained (minimum, mean, median, maximum and standard deviation). The software used to carry out the descriptive statistical analyzes were Microsoft Office Excel and Stata 13.0. **Results:** The research was carried out with a total of 162 students, among which 73 were male, about 60% from economic class C (middle class) and aged 16 years (± 1.7). The

time of physical activity was 1,346.6 minutes/week, while the time spent watching television, computer for leisure and video games was 690.56, 435 and 151 minutes/week, respectively. Multivariate linear regression analysis showed that time using the computer for leisure ($\beta = 1.515$, $p < 0.001$) and for schoolwork ($\beta = 0.147$, $p = 0.022$) were positively associated with physical activity in the previous week. **Conclusion:** possibly the time spent using the computer for leisure and study is associated with a profile of students who regularly practice physical activities among high school adolescents.

Keywords: Sedentary behaviors. Screen time. Physical activity. Adolescence.

Resumen

Objetivo: verificar la asociación entre sedentarismo y actividad física entre adolescentes.

Métodos: estudio transversal, con muestreo monoetápico por conglomerados, debido a la cantidad de liceos públicos del municipio, todos fueron considerados elegibles para participar del estudio. Las variables recolectadas fueron: práctica de actividad física en la semana anterior (minutos /semana), como variables independientes, el tiempo de televisión, el tiempo de videojuegos, el uso del celular, el uso de la computadora (escuela y ocio), en minutos por semana. Se obtuvieron tablas con frecuencias absolutas y porcentuales, y para las variables cuantitativas se obtuvieron medidas de descripción (mínimo, media, mediana, máximo y desviación estándar). Los software utilizados para realizar los análisis estadísticos descriptivos fueron Microsoft Office Excel y Stata 13.0.

Resultados: La investigación se realizó con un total de 162 estudiantes, de los cuales 73 eran del sexo masculino, aproximadamente el 60% de clase económica C (clase media) y con 16 años ($\pm 1,7$). El tiempo de actividad física fue de 1.346,6 minutos/semana, mientras que el tiempo dedicado a ver televisión, ordenador de ocio y videojuegos fue de 690,56, 435 y 151 minutos/semana, respectivamente. El análisis de regresión lineal multivariado mostró que el tiempo de uso de la computadora para el ocio ($\beta = 1,515$, $p < 0,001$) y para el trabajo escolar ($\beta = 0,147$, $p = 0,022$) se asoció positivamente con la actividad física en la semana anterior. **Conclusión:** posiblemente el tiempo dedicado al uso de la computadora para el ocio y el estudio esté asociado a un perfil de estudiantes que practica regularmente actividades físicas entre los adolescentes de secundaria.

Palabras clave: Comportamientos sedentarios. Actividad física. Adolescencia.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, tendo em vista o desenvolvimento da tecnologia e junto com a mesma os mais variados meios de entretenimento digitais, observou-se uma crescente preocupação com os comportamentos sedentários que podem ser ocasionados por conta do desenvolvimento dessas novas tecnologias. Tendo em vista que, com esse avanço tecnológico, o tempo gasto no uso das telas (computadores, televisão, celulares, videogames e outros) têm sido

os comportamentos sedentários mais prevalentes¹.

De acordo com estudos que levantam discussões sobre o tema, os comportamentos sedentários são tidos como atividades com pouco gasto energético que em sua maioria são realizados na posição sentado, reclinado ou deitado². Os comportamentos sedentários representam um grande problema para a saúde, tendo em vista os problemas cardiovasculares além de problemas metabólicos. Em

contrapartida, há cada vez mais evidências que a prática regular de atividades físicas regular contribui de forma efetiva na prevenção de problemas cardíacos e na regulação do metabolismo, tendo assim a diminuição da massa corporal, além de prevenir doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como diabetes, pressão alta e obesidade³.

Em um estudo realizado por Sila-Lima *et al* (2018)⁴, com 284 adolescentes brasileiros e 235 espanhóis para analisar os comportamentos sedentários dos mesmos, demonstrou que, os adolescentes brasileiros possuem um maior índice de comportamentos sedentários que os espanhóis, em contrapartida os adolescentes espanhóis tiveram maiores IMC (Índice de Massa Corporal) que os brasileiros. Já em outro estudo realizado por Lucena *et al* (2015)⁵, com 2.874, os estudantes demonstraram que aproximadamente oito a cada dez estudantes passam mais de duas horas por dia de tempo de tela, o que é acima do recomendado pelo manual da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP)⁶ e pela Organização Mundial da Saúde (OMS)⁷.

A partir da perspectiva de que as mídias digitais podem influenciar a prática da Educação Física, desenvolveu-se o interesse de ter mais detalhes sobre a influência das mídias digitais e seus comportamentos sedentários sobre a

prática de atividades físicas. Assim, este trabalho teve como objetivo analisar a prática de atividades físicas e os comportamentos sedentários causados pelo uso de mídias digitais de jovens estudantes do ensino médio da cidade de Tocantinópolis, Tocantins, Brasil.

MÉTODOS

Tipo de pesquisa

A presente pesquisa caracteriza-se como um estudo transversal, onde foi analisada a associação entre comportamentos sedentários (uso de computador, celular, videogame e televisão) e o tempo de prática de atividade física. Segundo Thomas, Nelson, Stephen (2012)⁸, os estudos transversais caracterizam-se por consumirem menos tempo para serem realizados, pois podem testar diversos grupos etários de forma rápida ao mesmo tempo, podendo fazer comparações de fatos que ocorreram ao longo de um determinado período de tempo. A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de ética e pesquisa com seres humanos da Universidade Federal do Norte do Tocantins - UFNT (CAAE: 91494418.3.0000.5519).

Local de pesquisa;

A pesquisa foi realizada em três escolas (Centro de Ensino Médio Deputado Darcy Marinho, Colégio Dom Orione e Colégio Estadual Jose Carneiro de Brito) da rede de escolas públicas de

ensino médio da cidade de Tocantinópolis, a qual se encontra no norte do estado do Tocantins, a mesma também se localiza às margens do rio Tocantins. A cidade conta com uma população estimada de aproximadamente 22.820 pessoas, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE).

População/amostra

A pesquisa foi realizada com escolares do ensino médio da rede pública de ensino da cidade de Tocantinópolis/TO. Os critérios de inclusão foram idade de 13 a 17 anos e estar devidamente matriculado na escola. Os critérios de exclusão foram: ter menos de 13 anos ou mais de 17 anos ou não ter autorização dos pais para participar da pesquisa. A amostra foi selecionada por conglomerado de estágio único, devido à quantidade de escolas públicas com ensino médio na cidade, todas foram consideradas elegíveis para participação do estudo. No total, 3 escolas participaram do estudo.

Instrumentos/técnicas de coleta dos dados

A coleta de dados foi realizada por meio de questionário, que foram aplicados aos alunos na forma de entrevista estruturada, o qual continha as variáveis sociodemográficas, prática de atividade física e comportamentos sedentários. As variáveis

sociodemográficas incluíam perguntas sobre idade, sexo (feminino ou masculino), nome do indivíduo, nível de escolaridade dos pais (pai e mãe), juntamente com a variável de nível socioeconômico.

Para calcular a média da prática de atividades foi utilizado questionário, o qual foi testado em uma população similar, além do mesmo possuir um bom valor de “teste-reteste” (Coeficiente de Correlação Interclasse: CCI = 0,88, IC95%: 0,84 - 0,91), o mesmo também possui concordância moderada para a média da prática de atividade física em duas categorias (< 300min/sem vs. ≥ 300min/sem, índice 12 kappa: $k = 0,52$)⁹. Os adolescentes foram questionados sobre os seus hábitos de praticar atividades físicas (dia/sem) e tempo de duração (horas) das atividades realizadas durante a última semana, para a análise da prática de atividade física foram propostas 20 atividades diferentes, além da possibilidade de adicionar mais duas atividades, às quais também eram praticadas pelos alunos.

A média de tempo de tela (uso de computador, celular, videogame e televisão) foi calculado levando em consideração cada comportamentos separadamente, levando em conta o as práticas ocorridas na semana anterior a aplicação do questionário, onde foi criado um escore para cada tipo de prática

comportamental, o cálculo do tempo foi realizado da seguinte forma: “tempo, em minutos por dia da semana, multiplicado pelos dias da semana, somado ao tempo de minutos por dia de fim de semana, para obter o número médio de minutos/semana que os adolescentes passavam” na prática de comportamentos sedentários¹⁰.

Procedimentos de coleta dos dados

Após a aprovação da pesquisa pelo comitê de ética, o projeto foi levado à DRET (Diretoria Regional de Ensino de Tocantinópolis), a qual nos concedeu a autorização para entrarmos em contato com as escolas e realizar as pesquisas com os escolares. Foram realizadas visitas às escolas onde ocorreram as pesquisas para poder ter autorização das mesmas para a sua realização, após isso se a escola autorizar agendaremos um dia para fazer as visitas à escola para a distribuição dos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e Termos de Autorização Livre e Esclarecido (TALE), onde o TCLE esclareceu aos estudantes os termos do projeto e usos das informações coletadas, já o TALE é um termo de autorização para a participação dos alunos na pesquisa onde os pais ou responsáveis assinaram concordando com a participação do aluno ao qual é responsável, o mesmo teve um prazo de até três dias para sua devolução aos organizadores do projeto. Após esses

procedimentos agendamos com a escola um dia para aplicação dos questionários, os quais foram aplicados em uma sala preparada pela escola separada das demais salas de aula.

Procedimentos de análise dos dados

Foi realizada uma análise descritiva dos dados, de modo que, para as variáveis categóricas, foram obtidas tabelas com as frequências absolutas e percentuais e para as variáveis quantitativas, foram obtidas medidas de descrição (mínimo, média, mediana, máximo e desvio padrão). Os *softwares* utilizados na execução das análises estatísticas descritivas foram o Microsoft Office Excel e o Stata 13.0.

Com a finalidade de verificar a associação entre mídias digitais e atividade física, foi realizada a regressão linear múltipla. O modelo de análise teve como variável dependente a prática de atividade física na semana anterior (minutos/semana) e como variáveis independentes o tempo de televisão, tempo de videogames, uso do celular, uso do computador (escolar e lazer), em minutos por semana. Foram consideradas para a elaboração do modelo ajustado de regressão múltipla, as variáveis que tiveram um $p \leq 0,20$ na análise bivariada. O método de entrada das variáveis no modelo foi o *Backward*. As análises foram realizadas no programa estatístico Stata 13.0; para todas as análises, foi adotado

Z

Tabela 1. Características sociodemográficas, atividade física e comportamentos sedentários de adolescentes de Tocantinópolis (TO) em 2018/2019. Tabela 2.

Variáveis	n	%
Total	162	100
Gênero		
Rapazes	73	45.1
Garotas	89	54.9
Classe Econômica		
A/B	38	23.6
C	101	62.7
D/E	22	13.7
Escolaridade do pai		
Analfabeto / 4ª série do Ensino Fundamental	46	35.7
Ensino Fundamental ao Ensino Médio	77	59.7
Ensino Superior (completo e incompleto)	6	4.6
Escolaridade da mãe		
Analfabeto / 4ª série do Ensino Fundamental	53	34.9
Ensino Fundamental ao Ensino Médio	85	55.9
Ensino Superior (completo e incompleto)	14	9.2
	Média	DP
Idade	16.3	1.7
Estilo de vida		
Tempo de atividade física (min./semana)	1,346.6	1,502.9
Variáveis antropométricas		
Índice de massa corporal (kg / m ²)	20.9	3.89
Comportamentos sedentários (minutos/semana)		
Televisão	690.56	1070.82
Videogames	151.5	435.89
Uso do celular	1444.4	1347.75
Computador para escola	198.02	331.27
Computador para lazer	435.50	1766.95

DP = desvio padrão. Fonte: Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Doenças Crônicas - GPAFD, 2019. (Adaptado por: SOUSA, 2019)

um nível de significância menor que 5% ($p < 0,05$).

RESULTADOS

Os entrevistados tinham uma média de idade de 16,3 anos (DP de 1,7) , participaram desta pesquisa um total 162 estudantes, dentre estes 45,1% eram do sexo masculino e 54,93% eram do sexo feminino. A maioria dos pais tinham Ensino Fundamental II ou Ensino Médio (59,7%), Assim como os pais, a maior parte das mães tinham Ensino Fundamental II ou Ensino Médio (55,9%). Foi constatado que o tempo

médio de prática de atividades físicas foi 1.346,6 minutos (DP de 1.502,9), esse tempo equivale a vinte e duas horas e quarenta e quatro minutos, essa quantidade de tempo equivale a quase um dia inteiro por semana. Ver na tabela 2.

Na pesquisa também foi observado o tempo médio de comportamentos sedentários como assistir televisão, jogar videogame, usar o celular e utilizar o computador. Os seguintes resultados de tempo médio foram encontrados para esses

Tabela 2. Análise de regressão linear bruta e ajustada.

Variáveis	Atividade física na semana anterior				
	β	Erro padrão	t-valor	p	IC de 95%
Análise bivariada					
Televisão	-0,102	0,11	-0,86	0,392	-0,32 - 0,13
Videogames	0,349	0,276	1,27	0,207	-0,195 - 0,894
Uso do celular	-0,101	0,093	-1,09	0,279	-0,285 - 0,082
Computador para escola	1,572	0,340	4,62	<0,001	0,900 - 2,245
Computador para lazer	0,182	0,066	2,75	0,007	0,051 - 0,313
Análise ajustada					
Televisão	-	-	-	-	-
Videogames	-	-	-	-	-
Uso do celular	-	-	-	-	-
Computador para escola (R ² = 0,22)	1,515	0,338	4,48	<0,001	0,846 - 2,183
Computador para lazer (R ² =0,14)	0,147	0,064	2,32	0,022	0,022 - 0,273

Variáveis inseridas no modelo ajustado: sexo, idade, nível socioeconômico e IMC. IC: intervalo de confiança de 95%. (Adaptado por: SOUSA, 2019)

comportamentos sedentários, uso de televisão 690,59 minutos (DP de 1070,82), uso de videogames 151,5 minutos (DP de 435,89), usar o celular 1444,4 minutos (DP de 1347,75), usar o computador para a escola 198,02 minutos (DP de 331,27) e usar computador para o lazer 435,50 minutos (DP de 1766,95), conforme a tabela 1.

Na análise bivariada, apenas o tempo de computador para escola e para o lazer foram associados à prática de atividades físicas. Jogar videogames não foi associado à prática de atividade física. O tempo de computador para fins acadêmicos foi positivamente associado à prática de atividade física (tabela 2).

DISCUSSÃO

Ao analisar o uso da televisão, foi observado que o mesmo não chegou a atingir o tempo mínimo de duas horas por dia para ser considerado um tempo

preocupante para comportamentos sedentários, assim como o recomendado pela SBP e OMS^{6,7}. De forma semelhante, também aconteceu com o uso de computador e videogame. Esse foi um acontecimento fora do esperado tendo em vista que, normalmente, esse tipo de comportamento tende a ter uma grande demanda de tempo nesta faixa etária¹¹. Um ponto bastante peculiar sobre esse acontecimento é que muitos estudos trazem resultados totalmente opostos ao acontecido, como os de Vilela e Nascimento (2018) e Nery *et al* (2020)^{12,13}. Ao analisar estudos de Vilela e Nascimento (2018), foi observado que o tempo de comportamentos sedentários chegam a ser três vezes maior que o recomendado. Em estudos de Nery *et al* (2020), com jovens da cidade de Teresina/PI, foi observado que cerca de 30% dos adolescentes participantes da pesquisa assistiam televisão em média 4

horas por dia, e mais 20% relataram assistir ainda mais tempo.

De acordo com Ferreira (2018), a associação dos níveis de prática de atividade e comportamentos sedentários, tende a ser reflexo da realidade onde os adolescentes se encontram, sendo essa realidade efeito das condições de educação e saúde da região¹⁴. Logo, é possível que a realidade específica de uma cidade do interior, como Tocantinópolis, possa ter resultados diferentes dos encontrados nas capitais do Brasil¹⁴.

Os resultados da análise indicam que o uso do computador para fins escolares/educativos contribuiu de forma positiva para a prática de atividades físicas dos estudantes, possivelmente, as pessoas mais dedicadas aos estudos tem um maior acervo de conhecimento sobre o benefício da atividade física para a manutenção da saúde tanto física quanto mental, fazendo assim com que passem a valorizar a prática de atividade física para terem um estilo de vida mais saudável. Além disso, o comportamento “maior tempo de estudo”, pode estar relacionado a companhias com o mesmo comportamento. Isso pode ser explicado devido ao fato de que, dedicar-se mais aos estudos, alimentar-se corretamente com frutas e verduras e praticar atividades físicas são comportamentos conhecidos como fatores de proteção à doenças

cardiovasculares e que, em geral, são adotados por grupos de jovens que fazem as mesmas escolhas saudáveis, apoiando-se uns aos outros. Logo, ter comportamentos mais corretos pode fazer com que essas pessoas se apoiem adotando outros comportamentos corretos, como prática de atividade física^{15,16}.

O estudo de Cheng, Mendonça e Farias Júnior (2014)¹⁷ observou que pais e amigos têm uma influência social significativamente positiva na prática de atividade física dos adolescentes, tanto por meio da modelagem de comportamentos, quanto por meio dos suportes sociais. Ao mesmo tempo, Ferreira (2018) levanta a hipótese que os comportamentos sedentários tendem a ter uma diminuição com o passar do tempo, pois as pessoas se tornam mais informadas sobre os benefícios dos hábitos saudáveis o que leva a maior a índice de prática de atividade física.

É possível ainda, que os estudantes usem as atividades físicas como um modo de desestressar do tempo que passam estudando, tendo em vista que o conteúdo das disciplinas de Ensino Médio podem ser complicados, assim como muitos dos alunos nesse momento da vida estão se preparando para o vestibular, o que leva a passarem mais tempo estudando, fazendo assim com que eles encontrem na prática de

atividades físicas uma forma mais prazerosa de aliviar o estresse que pode ser causado pelos estudos^{18,19}. Em estudo realizado por Moljord *et al* (2011), pode ser observado que os adolescentes que praticavam atividade física em mais de dois dias durante a semana tinham menor nível de estresse.

Além disso, a prática de atividades físicas está associada ao melhor desempenho acadêmico. Em um estudo realizado por So & Wi-Yong (2012), com 75.066 estudantes adolescentes, foi observado que a atividade física moderada ou intensa está correlacionada positivamente com o desempenho acadêmico, os estudantes que praticavam atividades físicas três ou mais dias da semana demonstraram desempenho médio ou acima da média.

Finalmente, uma explicação plausível é que os adolescentes, ao estudarem, adquiriram o conhecimento sobre os benefícios da prática de atividades físicas, o que os levou a adotarem essa prática e por perceberem que, a medida que adquiriram esse hábito, melhoraram a saúde, prevenção DCNT's, que podem surgir ao longo da vida, por falta da prática de atividades físicas.

Este estudo apresentou algumas limitações, como o uso de questionário para a medida de atividade física e comportamento sedentário e a

abrangência apenas de escolas públicas. Como pontos fortes, é um estudo que traz informações bem elucidadas sobre hábitos de adolescentes da região Norte do Brasil, apresentou um bom tamanho amostral e realizou medidas de tempo de tela de forma separada (TV, videogames e computador – lazer e tarefas escolares).

CONCLUSÃO

Objetivou-se nesta pesquisa investigar se os comportamentos sedentários interferiam na prática de adolescentes da cidade de Tocantinópolis-TO, além de fazer uma análise sobre o tempo de prática de cada um. Constatou-se que os comportamentos sedentários não provocaram um alto grau de interferência na prática de atividades físicas dos adolescentes pesquisados, os quais chegaram a ultrapassar o tempo mínimo recomendado, praticando três vezes mais atividade física. Pode-se constatar que o tempo de uso de computador para lazer e para estudos está positivamente associado à prática de atividades físicas entre os adolescentes das escolas de Ensino Médio da cidade de Tocantinópolis/TO.

REFERÊNCIAS

1. MARTINS, J. dos S. TORRES, M. G. R. OLIVEIRA, R. A. de. Comportamento sedentário associado ao tempo de tela em acadêmicos de educação física, Ciência em Movimento, Reabilitação e Saúde, n. 38, vol. 19, ano 2017.
2. LUCENA, J. M. S. de, *et al*. Prevalência de tempo excessivo de tela e fatores

- associados em adolescentes Rev. Paulista de Pediatria. V. 33(4) Pag. 407-414 Ano: 2015. Acesso em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0103058215000891?via%3DIihub>> Acessado em: 15 de OUT. de 2021.
3. SILVA K. S. da *et al.* Associações entre atividade física, índice de massa corporal e comportamentos sedentários em adolescentes. Rev Bras Epidemiol ; Vol. 11(1), Pág. 159-168, Ano: 2008
4. SILVA-LIMA S.B. *et al.* Comportamento sedentário e fatores associados em estudantes espanhóis e brasileiros. R. bras. Ci. e Mov 2018;26(1):116-123.
5. LUCENA, J. M. S. de, *et al.* Prevalência de tempo excessivo de tela e fatores associados em adolescentes Rev. Paulista de Pediatria. V. 33(4) Pag. 407-414 Ano: 2015.
6. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA [Internet]. Rio de Janeiro: SBP; Dezembro 2019 [acesso em 15 nov 2021]. Manual de orientação: Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital (2019-2021). Disponível em: [22246c-ManOrient - #MenosTelas #MaisSaude.indd \(sbp.com.br\)](#)
7. WHO. Global Health Risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risks Bulletin of the World Health Organization. [s.l.: s.n.].
8. THOMAS, J. R. NELSON J. K. STEPHEN J. S. Métodos de pesquisa em atividade física [recurso eletrônico]
9. FARIAS JÚNIOR, J. C. de *et al.* Validade e reprodutibilidade de um questionário para medição de atividade física em adolescentes: uma adaptação do Self-Administered Physical Activity Checklist. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 15, p. 198-210, 2012a. Disponível em: . Acesso em: 17 NOV. 2021.
10. SOUSA, R. C. de. Qualidade de vida relacionada à saúde, atividade física e uso de drogas lícitas por adolescentes do Ensino Médio de Tocantinópolis (TO). Ano: 2019 26 f. Monografia Graduação - Universidade Federal do Tocantins - Câmpus Universitário de Tocantinópolis - Curso de Educação Física, 2019.
11. SCHAAN, C. W. Tempo de tela excessivo em adolescentes brasileiros: Prevalência e associação com síndrome metabólica. pági. 132, Ano: 2018. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/199054>> Acessado em: 23 de NOV. de 2021.
12. VILELA, U. N. NASCIMENTO V. A. Análise do comportamento sedentário de estudantes em Ituiutaba, Minas Gerais, Intercursos, Ituiutaba, v. 17, n. 1, Jan-Jun. 2018 - ISSN 2179- 9059.
13. NERY, S. S. S. *et al.* Comportamentos de risco à Saúde em adolescentes: uma associação entre Tempo de Televisão e uso de álcool. Motricidade vol. 16, n. 2, Pág. 184-195 Ano: 2020, Acesso em: <<https://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/18278>> Acessado em: 21 de OUT. de 2021.
14. FERREIRA, R. F. Nível de atividade física, lazer sedentário e isolamento social em adolescentes. 2018. 65f. Dissertação (Mestrado em Saúde e Comunidade) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Piauí, Teresina-PI, 2018. Disponível em: <<https://repositorio.ufpi.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/2334/impress%C3%A3o%20capa%20dura%20arquivo%20pdf%20pdf.pdf?sequence=1>> Acesso em: 17 NOV. 2021.
15. TENÓRIO, M.C.M. *et al.* Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. Rev Bras Epidemiol, Vol. 13(1): pág.105-117, Ano: 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/vMMB43JSNFP3r8yVSQBhTHF/?format=pdf&lang=pt>> Acessado em: 24 de NOV. de 2021
16. TASSITANO, R. M. *et al.* Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática, **Rev. Bras. Cineantropom. Desempenho Hum.** v. 9, n. 1, p. 55-60, 2007. Disponível em: <<http://www.luzimarteixeira.com.br/wp-content/uploads/2010/04/atividade-fisica-em-adolescentes-brasileiros-uma-revisao-sistematica.pdf>>. Acesso em 15 de NOV. de 2021.
17. CHENG L. A. Mendonça G. Farias Júnior J. C. Physical activity in adolescents: analysis of the social influence of parents and friends. J Pediatr (Rio J). 2014;90:35--41. Disponível em: CCBY-NC-ND <http://dx.doi.org/10.1016/j.jped.2013.05.006>> Acessado em 19 de NOV. de 2021.
18. MOLJORD, I. E. O. *et al.* Stress and happiness among adolescents with varying frequency of physical activity. Perceptual and Motor Skills, Missoula, v. 113, no. 2, p. 631-646, 2011. Disponível em: <<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2466/02.06.10.13.PMS.113.5.631->

646?casa_token=GB0I3MwqSSEAAAAA%
3AXMJxyIj9pKXXyLMVbxWJj-
LkNyrqg4co3sDAVZxEJSYI1O-
i2c_ZCWTzXgjOTIvIHJHQY9-Haqc0&>

Acessado em: 18de NOV. de 2021

19. So, WY. Association between physical activity and academic performance in Korean adolescent students. *BMC Public Health* 12, 258 (2012).

Disponível em:

<<https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-258>>

Acessado em: 18 de NOV. de 2021.

Informação deste artigo/Information of this article:

Recebido: 29/06/2021

Aprovado: 05/06/2022

Publicado: 29/12/2022

Received: 29/06/2021

Approved: 05/06/2022

Published: 29/12/2022

Conflito de interesses/Conflicting Interests

The authors declare that they have no conflicting interests.

Joana Marcela Sales de Lucena

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4060-942X>

Como citar esse artigo / How to cite this article:

Silva SC, Souza AA, Lucena JMS. **Tempo de tela e prática de atividades físicas de adolescentes do Norte do Brasil.** Arq. Bras. Ed. Fis., Tocantinópolis, v. 5, n. 2, Ago./Dez. p. 95 - 105, 2022.