

**ATIVIDADES NO TEMPO DE LAZER ENTRE ADOLESCENTES ESCOLARES:
 ESTUDO DE BASE POPULACIONAL**

Renato Gomes Pereira¹, Nayra Suze Souza e Silva², Mariana Mendes Pereira³
 Desirée Sant'Ana Haikal⁴, Lucinéia de Pinho⁵, Rosângela Ramos Veloso Silva⁵

RESUMO

Objetivo: investigar as atividades no tempo de lazer entre adolescentes escolares. Materiais e métodos: Trata-se de um estudo transversal, realizado com estudantes do ensino médio da rede estadual de ensino. A amostra foi do tipo probabilística por conglomerados. Foi utilizado um questionário autoaplicável com variáveis referentes ao perfil sociodemográficos e atividades no tempo de lazer. Foi utilizado o teste estatístico qui-quadrado para a comparação entre os sexos. Resultados: Participaram do estudo 2.040 adolescentes distribuídos em 21 escolas, destes 54,4% eram do sexo feminino. Quase 50% dos adolescentes relataram assistir mais de duas horas de televisão. Verificou-se que 40,7% dos adolescentes sentem entediados a maior parte do tempo, com prevalência maior no sexo feminino (63,6%). Evidenciou-se que 15,8% dos adolescentes usam álcool ou drogas para se divertir. Conclusão: A maior parte dos adolescentes apresentaram práticas sedentárias nas atividades no tempo de lazer, usam álcool ou drogas para se divertir e saem à noite sem a permissão dos pais. Considerando os resultados, sugere-se o desenvolvimento de políticas públicas que estimulem a práticas de atividades de lazer consideradas mais saudáveis.

Palavras-chave: Atividades de lazer. Adolescentes. Saúde do adolescente. Estudantes.

ABSTRACT

Leisure activities among school teenagers: a population-based study

Objective: to investigate leisure time activities among school adolescents. Materials and methods: This are a cross-sectional study, carried out with high school students from the state school system. The sample was of the probabilistic type by clusters. A self-administered questionnaire with variables related to the sociodemographic profile and activities during leisure time was used. The chi-square statistical test was used to compare the sexes. Results: 2,040 adolescents in 21 schools participated in the study, of which 54.4% were female. Almost 50% of adolescents reported watching more than two hours of television. It was found that 40.7% of adolescents feel bored most of the time, with a higher prevalence in females (63.6%). It was evident that 15.8% of adolescents use alcohol or drugs to have fun. Conclusion: Most adolescents showed sedentary practices in leisure time activities, use alcohol or drugs for fun and go out at night without parental permission. Considering the results, it is suggested the development of public policies that encourage the practice of leisure activities considered healthier.

Key words: Leisure activities. Adolescent. Adolescent health. Students.

1 Graduando em Educação Física, Universidade Estadual de Montes Claros-Unimontes, Montes Claros-MG, Brasil.

2 - Doutoranda em Ciências da Saúde, Universidade Estadual de Montes Claros-Unimontes. Montes Claros-MG, Brasil.

3 - Mestranda em Cuidado Primário, Universidade Estadual de Montes Claros-Unimontes, Montes Claros-MG, Brasil.

4 - Doutora em Odontologia, Professora do Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde, Universidade Estadual de Montes Claros-Unimontes, Montes Claros-MG, Brasil.

5 - Doutora em Ciências da Saúde, Professora do Programa de Pós-graduação em Cuidado Primário, Universidade Estadual de Montes Claros-Unimontes, Montes Claros-MG, Brasil.

E-mail dos autores:

renattogp055@gmail.com

nayrasusy@hotmail.com

mariana.mendes05@yahoo.com.br

desireehaikal@gmail.com

lucineiapinho@hotmail.com

rosaveloso9@gmail.com

INTRODUÇÃO

A fase da adolescência envolve diversas transformações físicas, sociais, comportamentais e emocionais em um pequeno espaço de tempo (Malta e colaboradores, 2020).

Neste período ocorrem mudanças na forma como os adolescentes utilizam o tempo livre e o lazer, que incluem as atividades esportivas, culturais ou sociais, de descanso e diversão (Valle e Mattos, 2010; Guedes, 2013).

Em consequência disso, é um período no qual as escolhas sobre o uso do tempo podem fornecer importantes experiências de desenvolvimento que, por sua vez, afetam a transição para papéis adultos (Zick, 2010).

O lazer pode ser compreendido como um conjunto de atividades às quais a pessoa pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou ainda, para ampliar sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua criatividade, após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais (Dumazedier, 2004).

O modo como os adolescentes utilizam e vivenciam seu tempo livre é uma das grandes preocupações dos pais (Pestana e colaboradores, 2016) e das políticas públicas voltadas para saúde e bem-estar dessa população (Lemos e colaboradores, 2017).

Os adolescentes, apesar de reconhecer a importância da atividade física no lazer, tais níveis tendem a ser reduzidos e o comportamento sedentário elevado, como o hábito de assistir televisão e/ou o uso de smartphones e aparelhos eletrônicos (Martins e colaboradores, 2018).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que o adolescente não ultrapasse mais que duas horas do tempo de lazer assistindo televisão (WHO, 2013).

Ocupações que promovam a saúde e o bem-estar dos adolescentes como o exercício físico e atividades esportivas, tem benefício maior quando comparado a comportamentos sedentários prolongados (Cureau e colaboradores, 2016).

Algumas atividades como natação, ler um livro, fazer uma caminhada ou brincar com o animal de estimação são mais saudáveis, para o corpo e mente (Pestana e colaboradores, 2016).

O interesse das atividades de lazer por parte dos adolescentes, sofre alterações, por se tratar de uma fase de transição e de um grupo heterogêneo, que buscam incessantemente a independência nas suas ações (Pratta e Santos, 2007).

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo investigar as atividades do tempo de lazer entre adolescentes escolares.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo faz parte da pesquisa intitulada: Fatores associados ao uso de drogas entre adolescentes da rede pública de ensino da cidade de Montes Claros-MG.

Trata-se de um estudo transversal, do tipo epidemiológico, analítico, realizado com estudantes do ensino médio da zona urbana do município de Montes Claros-MG.

A cidade tem 38 unidades de escolas públicas da rede estadual com ensino médio situadas na zona urbana, com 12.342 escolares matriculados no ano de 2017.

O tamanho amostral foi definido considerando os seguintes parâmetros: prevalência do evento de interesse em 50% (com a intenção de obter o maior tamanho amostral), nível de confiança de 95%, margem de erro de 3%, $Deff=1,5$, e acréscimo de 20% para compensar possíveis perdas. Assim, os cálculos evidenciaram um tamanho amostral de, no mínimo, 1768 escolares.

A seleção da amostra foi do tipo probabilística por conglomerados em dois estágios, sendo o primeiro constituído pelas escolas e o segundo pelas turmas das escolas selecionadas.

No primeiro estágio, as escolas foram selecionadas por amostragem probabilística proporcional ao tamanho (PPT).

No segundo estágio, foi definida por amostragem aleatória simples e selecionada uma fração amostral das turmas em cada uma das escolas sorteadas, estratificadas por turno (matutino, vespertino e noturno).

A fração amostral foi definida após o sorteio das escolas. Em cada escola sorteada para participar do estudo, foi levantada a quantidade de turmas do 1º, 2º e 3º ano e seus respectivos turnos. Todos os alunos das turmas sorteadas foram convidados a participar.

A coleta de dados ocorreu a partir de maio 2017 a março de 2018, com dias agendados em cada escola e foram feitas por

acadêmicos e professores de graduação, após treinamento e padronização dos protocolos.

A pesquisa incluiu alunos de ambos os sexos, com faixa etária entre 14 e 19 anos. Os adolescentes que concordaram em participar da pesquisa apresentaram o TALE (Termo de Assentimento Livre e Esclarecido) e TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) devidamente assinados pelos pais e/ou responsáveis.

Para a coleta de dados, utilizou-se um questionário autoaplicável. O questionário foi preenchido por cada adolescente individualmente. Para o presente estudo, o questionário abordou questões referentes ao perfil sociodemográfico e atividades no tempo de lazer.

Perfil Sociodemográfico: sexo (masculino; feminino); faixa etária (14/15 anos; 16/17 anos; 18/19 anos), escolaridade (1^a ano; 2^o ano 3^o ano), horário de aula (matutino; vespertino; noturno), cor da pele autodeclarada (branca; preta; parda; outras); estado civil (solteiro; casado; divorciado), renda familiar per capita, sendo categorizada referente ao salário mínimo do ano de 2018 (R\$954,00) (acima de R\$1500; de R\$955 a R\$1500; até R\$954) e se tem filhos (não; sim).

Atividades no Tempo de Lazer: para verificar as atividades no tempo de lazer dos adolescentes foi utilizado as questões da área 10 do questionário Drug Use Screening Inventory - DUSI-R validado para uso no Brasil (De Micheli e Formigoni, 2000).

As variáveis abordadas foram: “Comparado com a maioria dos jovens, você faz menos esportes?”, “Você normalmente sai à noite para se divertir, sem permissão?”, “Em um dia comum, você assiste mais do que duas horas de televisão?”, “Na maioria das festas que você tem ido os pais estão ausentes?”, “Você exercita-se menos do que a maioria dos jovens que conhece?”, “Nas horas livres você passa a maior parte do tempo com os amigos?”, “Você se sente entediado a maior parte do tempo?”, “Você realiza a maior parte das atividades de lazer sozinho?”, “Você usa álcool ou drogas para se divertir?”, “Comparado a maioria dos jovens você se envolve menos com "hobbies" ou outras atividades de lazer?”, “Você está insatisfeito com a maneira como passa seu tempo livre?”, “Você se cansa muito rapidamente quando faz algum esforço físico?”. Essas variáveis consideram as opções “não” e “sim” como respostas.

Os dados foram digitados, tabulados, auditados e analisados com auxílio do programa Statistical Package for Social Sciences (SPSS®), versão 22.0 (IBM, 2016).

As variáveis investigadas foram descritas por meio de sua distribuição de frequência absoluta e relativa. Foi utilizado o teste estatístico qui-quadrado para a comparação entre os sexos, assumindo nível de significância de $p \leq 0,05$.

Todas as análises foram corrigidas pelo efeito do desenho, utilizando o comando complex samples do programa estatístico SPSS®.

O projeto dessa pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes, com parecer substanciado nº 2.073.215. Todos os preceitos éticos da resolução 466 de 2012 foram devidamente respeitados.

RESULTADOS

A pesquisa foi realizada com 2040 adolescentes, distribuídos em 21 escolas, sendo que 54,4% (n=1103) dos participantes eram do sexo feminino.

Os dados da tabela 1 apresentam análise do perfil sociodemográfico geral e estratificada por sexo.

Entre os adolescentes estudados, 59,2% tinham idade entre 16 e 17 anos, 91% estavam matriculados no turno matutino, 58,2% eram pardos, 97,8% não tinham filhos e 47,6% apresentavam renda acima de 1500 reais.

A tabela 2 mostra as variáveis referentes as atividades no tempo de lazer, geral e estratificada por sexo. As variáveis “Comparado com a maioria dos jovens, você faz menos esportes? ($p=0,000$)”, “Você normalmente sai à noite para se divertir, sem permissão? ($p=0,000$)”, “Em um dia comum, você assiste mais do que duas horas de televisão? ($p=0,004$)”, “Você exercita-se menos do que a maioria dos jovens que conhece? ($p=0,000$)”, “Nas horas livres você passa a maior parte do tempo com os amigos? ($p=0,000$)”, “Você se sente entediado a maior parte do tempo? ($p=0,000$)”, “Você usa álcool ou drogas para se divertir? ($p=0,025$)”, “Comparado a maioria dos jovens você se envolve menos com "hobbies" ou outras atividades de lazer? ($p=0,004$)”, “Você está insatisfeito com a maneira como passa seu tempo livre? ($p=0,000$)”, “Você se cansa muito

rapidamente quando faz algum esforço físico? 5% (tabela 2).
 (p=0,000) apresentaram valor de p menor que

Tabela 1 - Análise do perfil sociodemográfico geral e estratificada por sexo entre adolescentes escolares. Montes Claros-MG, 2018 (n=2040, podendo variar de acordo com as variáveis).

Variáveis	Total n (%)*	Masculino n (%)*	Feminino n (%)*	p*
Idade				
14/15 anos	542 (25,7)	250 (45,6)	292 (54,4)	0,308
16/17 anos	1198 (59,2)	534 (44,4)	660 (55,6)	
18/19 anos	300 (15,1)	149 (50,1)	151 (49,9)	
Escolaridade				
1º ano	835 (40,6)	430 (51,1)	404 (48,9)	0,007
2º ano	613 (30,5)	264 (43,7)	346 (56,3)	
3º ano	592 (28,9)	239 (39,7)	353 (60,3)	
Horário de aula**				
Matutino	1857 (91,0)	842 (45,1)	1012 (54,9)	0,176
Vespertino	76 (3,7)	36 (47,8)	40 (52,2)	
Noturno	106 (5,3)	54 (51,2)	51 (48,8)	
Cor da pele**				
Branca	369 (18,2)	174 (47,1)	194 (52,9)	0,145
Negra	364 (18,0)	177 (48,2)	186 (51,8)	
Parda	1185 (58,2)	519 (43,5)	665 (56,5)	
Outras	114 (5,6)	56 (50,0)	57 (50,0)	
Estado civil**				
Solteiro (a)	1978 (97,1)	909 (45,8)	1065 (54,2)	0,466
Casado (a)	55 (2,8)	20 (35,7)	35 (64,3)	
Divorciado (a)	2 (0,1)	1 (50,0)	1 (50,0)	
Renda familiar**				
Acima de 1500 reais	896 (47,6)	483 (54,1)	411 (45,9)	0,000
De 955 a 1500 reais	489 (26,5)	200 (40,9)	289 (59,1)	
Até 954 reais	475 (25,9)	171 (35,7)	302 (64,3)	
Tem filho**				
Não	1995 (97,8)	924 (46,2)	1067 (53,8)	0,008
Sim	43 (2,2)	9 (19,8)	34 (80,2)	

Legenda: *modelo corrigido por efeito de desenho; **Variação no n=2040, devido à perda de informação; Negrito: valor de p≤0,05.

Tabela 2 - Atividades no tempo de lazer geral e estratificada por sexo entre adolescentes escolares. Montes Claros-MG, 2018 (n=2040, podendo variar de acordo com as variáveis).

Variáveis	Total n (%)*	Masculino n (%)*	Feminino n (%)*	p*
Comparado com a maioria dos jovens, você faz menos esportes? **				
Não	981 (48,0)	628 (63,8)	352 (36,2)	0,000
Sim	1041 (52,0)	294 (28,5)	744 (71,5)	
Você normalmente sai à noite para se divertir, sem permissão? **				
Não	1813 (89,5)	785 (43,1)	1024 (56,9)	0,000
Sim	208 (10,5)	136 (65,3)	72 (34,7)	
Em um dia comum, você assiste mais do que duas horas de televisão? **				
Não	1026 (50,6)	499 (48,7)	526 (51,3)	0,004
Sim	993 (49,4)	422 (42,2)	568 (57,8)	
Na maioria das festas que você tem ido os pais estão ausentes? **				
Não	1177 (58,4)	528 (44,5)	647 (55,5)	0,412
Sim	845 (41,6)	395 (46,8)	448 (53,2)	

Você exercita-se menos do que a maioria dos jovens que conhece? **				
Não	1176 (58,1)	643 (54,3)	533 (45,7)	0,000
Sim	845 (41,9)	279 (33,1)	562 (66,9)	
Nas horas livres você passa a maior parte do tempo com os amigos? **				
Sim	658 (32,4)	348 (53,0)	310 (47,0)	0,000
Não	1362 (76,6)	573 (41,8)	785 (58,2)	
Você se sente entediado a maior parte do tempo? **				
Não	1203 (59,3)	624 (51,6)	578 (48,4)	0,000
Sim	817 (40,7)	287 (36,4)	517 (63,6)	
Você realiza a maior parte das atividades de lazer sozinho? **				
Não	1330 (66,0)	613 (45,7)	716 (54,3)	0,686
Sim	688 (34,0)	308 (45,0)	377 (55,0)	
Você usa álcool ou drogas para se divertir? **				
Não	1696 (84,2)	754 (44,2)	939 (55,8)	0,025
Sim	322 (15,8)	165 (51,3)	156 (48,7)	
Comparado a maioria dos jovens você se envolve menos com "hobbies" ou outras atividades de lazer? **				
Não	1368 (67,4)	662 (48,3)	705 (51,7)	0,004
Sim	647 (32,6)	260 (40,1)	384 (59,9)	
Você está insatisfeito com a maneira como passa seu tempo livre? **				
Não	1309 (64,6)	656 (49,9)	652 (50,1)	0,000
Sim	710 (35,4)	264 (37,0)	443 (63,0)	
Você se cansa muito rapidamente quando faz algum esforço físico? **				
Não	1216 (59,9)	669 (54,9)	546 (45,1)	0,000
Sim	803 (40,1)	252 (31,3)	548 (68,7)	

Legenda: *modelo corrigido por efeito de desenho; **Variação no n=2040, devido à perda de informação; Negrito: valor de $p \leq 0,05$.

DISCUSSÃO

O presente estudo revelou que uma proporção significativa dos adolescentes apresentou atividades no tempo livre de lazer pouco saudáveis, como prática insuficiente de atividades físicas e esportivas e elevado tempo destinado a assistir televisão.

Os resultados apontaram que 52,0% dos adolescentes relataram praticar menos esportes quando comparado com a maioria dos jovens, esse percentual foi maior entre as meninas (71,5%).

Os dados também mostram que os adolescentes se exercitam menos, quando comparado com a maioria dos jovens que conhece (41,9%), esse valor também se encontra mais elevado entre as meninas (66,9%).

Corroborando com nossos resultados, estudo realizado com escolares na cidade de Florianópolis-SC também identificaram uma maior frequência de inatividade física entre as

meninas (43%) (Barros e colaboradores, 2009).

De acordo Hallal e colaboradores (2012) e Cureau e colaboradores (2016) o sexo feminino apresenta menores valores de prática de atividade física quando comparados com o sexo masculino no momento de lazer, associando-se principalmente ao nível socioeconômico.

Foi verificado no presente estudo, que 40,1% dos adolescentes se cansam muito rapidamente quando fazem algum esforço físico, observado um maior percentual entre as meninas (68,7%).

Segundo Matias e colaboradores (2012) os adolescentes preferem as atividades de lazer que não precisam de muito esforço físico, neste caso, atividades sem gastos energéticos como ler, usar o computador e assistir televisão.

Os dados do presente estudo apontaram que aproximadamente 50% dos adolescentes assistem mais de duas horas de televisão em um dia comum.

Esses resultados corroboram com a pesquisa da PeNSE (Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar), realizado com aproximadamente 60 mil adolescentes escolares, que apresenta prevalência de 65% de adolescentes que passam mais de duas horas do tempo livre e lazer assistindo televisão (Condessa e colaboradores, 2019).

De acordo com Matos, Gaspar e Ferreira (2013), o hábito de assistir televisão se destaca na ocupação das atividades no tempo de lazer dos adolescentes.

Com relação aos conteúdos culturais do lazer, Esculcas e Mota (2005), Pfeifer, Martins e Santos (2010), Sarriera e colaboradores (2007), e Matias e colaboradores (2012), apontam a grande preferência pelo vídeo game e assistir televisão por parte dos adolescentes, e a prática de atividade física como opção secundária.

Os achados de Camelo e colaboradores (2012) apresentaram que 65% dos adolescentes pesquisados passam tempo superior a duas horas em frente à televisão, e que esses hábitos estão associados ao maior consumo de alimentos considerados não saudáveis, como o consumo de guloseimas, refrigerantes, doces e embutidos.

De acordo com Bezerra e colaboradores (2015) as elevadas prevalências de adolescentes que passam a maior parte do tempo livre e lazer assistindo televisão pode ser explicada pela condição financeira deles, por serem menores de idade e por serem apenas estudantes e não trabalhar.

Esses resultados apresentam similaridade com os dados do presente estudo, onde aproximadamente 25% dos adolescentes apresentaram renda familiar de até 954 reais e 84,9% dos adolescentes apresentarem idade inferior a 18 anos.

Diante dos dados apresentados, considera-se importante pensar em investimentos políticos e em ações para o estímulo e incentivo da prática de atividade física e esportes tendo como espaço essencial a escola, por agregar um maior número de adolescentes, espaços ideais e profissionais capacitados na área, levanta-se como proposta a possibilidade de investir em programas extracurriculares, trazendo impactos positivos para os adolescentes no tempo destinado as atividades de lazer (Cureau e colaboradores, 2016).

Os dados do presente estudo também apontaram a insatisfação dos adolescentes referente a forma como passam o tempo livre, sendo que 40,7% dos adolescentes relataram se sentir entediados a maior parte do tempo e 35,4% estavam insatisfeito com a maneira em que passavam seu tempo livre.

Estudo de Meneses Gomes e colaboradores (2019), mostrou que 26,3% dos adolescentes pesquisados sentem entediados, dados estes que quase chegam quase o dobro de diferença, podendo destacar a associação aos riscos citados por Papalia e Feldman (2013) anteriormente, em que se fere ao estado físico e mental, podendo haver um aumento nas taxas de suicídio e início de depressão.

Bonato (2006) caracteriza o tédio como um estado de aborrecimento e mal-estar. Assim, o tempo de lazer deve ser bem conduzido, pois tem grande influência no bem-estar do adolescente, sendo eles capazes de escolher as atividades que os satisfaçam de acordo com o meio em que estão inseridos, das possibilidades e dos recursos (Pastor e colaboradores, 2002).

Quanto ao convívio com os amigos, o presente estudo mostrou que 76,6% dos adolescentes não passam a maior parte do tempo livre com os amigos, apresentando prevalência maior entre as meninas (58,2%).

Já nos achados de Sarriera e colaboradores (2007) mostram que uma pequena parte dos (9,63%) adolescentes saem com os amigos.

O estudo de Pfeifer, Martins e Santos (2010), identificaram que 81% dos adolescentes, dão grande importância para o ato de conversar com os amigos.

No presente estudo, também foi identificado comportamentos de risco entre os adolescentes, em que 15,8% relataram usar álcool ou drogas para se divertir e 10,5% disseram sair à noite para se divertir sem a permissão dos pais, ambos fatores de risco tiveram maior percentual entre o sexo masculino (51,3% e 65,3%, respectivamente). Resultados semelhantes ao estudo de Machado e colaboradores (2018) que revelou que os pais raramente estão cientes das atividades em tempo livre dos seus filhos.

A pesquisa mostra que dos interesses sociais dos adolescentes pesquisados, apesar de preferirem estar com os amigos, as atividades estão mais ligadas a família. Considerando que, quanto menor a supervisão dos pais, maior serão as chances de

prevalência no consumo de álcool (Matos, Gaspar e Ferreira, 2018).

No Brasil é proibido por lei (Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990) (Brasil, 2019) a venda de bebidas alcóolicas para menores de 18 anos e o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) determina como crime qualquer ação que conceda bebidas alcóolicas para crianças e adolescentes.

É necessário conhecer a realidade em que os adolescentes estão inseridos, suas preferências e o que pensam diante da realidade vivida para que ações de promoção sejam realizadas (Faria e Faria, 2007).

Já que, a fase da adolescência é marcada por diversas transformações e busca de aceitação, sendo necessário discutir essas mudanças (nos diversos lugares de convivência do adolescente), como no ambiente familiar, no contexto escolar (juntamente com os professores, colegas e direção) e nos serviços de saúde, fornecendo suporte para que eles façam as melhores escolhas e tomem decisões assertivas (Ceolin e colaboradores, 2015).

O estudo apresenta como limitações o uso do questionário auto aplicado, favorecendo o aparecimento de falhas e omissão de respostas, porém por ser anônimo, deixa o adolescente com uma maior confiabilidade para preenchimento dele corretamente.

Por outro lado, este estudo possibilitou conhecer a realidade em que os adolescentes escolares estão inseridos, suas preferências e o que pensam diante da realidade vivida para que ações de promoção de políticas públicas sejam realizadas. Já que, a fase da adolescência é marcada por diversas transformações e busca de aceitação, sendo necessário discutir essas mudanças (nos diversos lugares de convivência do adolescente), como no ambiente familiar, no contexto escolar (juntamente com os professores, colegas e direção) e nos serviços de saúde, fornecendo suporte para que eles façam as melhores escolhas e tomem decisões assertivas.

Espera-se que os resultados dessa investigação possam revelar um cenário que contribuirá para o desenvolvimento de políticas públicas voltada para a melhor utilização do tempo de lazer no cotidiano dos adolescentes da cidade de Montes Claros-MG.

CONCLUSÃO

Neste estudo foi identificado e analisado algumas atividades realizadas pelos adolescentes escolares durante as atividades no tempo livre de lazer, sendo possível concluir que os adolescentes pesquisados tem suas práticas de lazer consideradas, em sua maioria como sedentárias, pois percebe-se a pouca prática esportiva e de exercícios físicos, sobretudo para o sexo feminino, passando possivelmente uma boa parte do tempo só, em casa e envolvidos com televisão ou outros conteúdos do meio virtual, que os tragam poucos benefícios e os deixando possivelmente entediados.

Os comportamentos de risco também estão envolvidos nessas atividades, como o consumo de álcool ou drogas para se divertir e sair de casa à noite sem a permissão dos pais, especialmente entre os meninos.

Diante dos dados apresentados é necessário um maior direcionamento para com esses adolescentes como elaboração de programas que incentivem mais a prática de atividades esportivas fora do horário de aula.

A elaboração e efetivação de campanhas e palestras nas escolas juntamente com órgãos de saúde e com o apoio da comunidade, buscando orientar, conduzir e informar melhor esses adolescentes sobre como organizar adequadamente as atividades do tempo de lazer, visando um melhor rendimento escolar, diminuição do sedentarismo e a prática de hábitos rotineiros mais saudáveis.

Entende-se que há necessidade de que sejam feitas mais pesquisas a respeito do devido assunto de forma mais aprofundada associando as práticas desses adolescentes com os prováveis motivos dos comportamentos de risco.

Observa-se a importância das escolas em se preocupar com ações voltadas ao lazer dos adolescentes, dando o estímulo e podendo até mesmo apresentar novas e diversas formas de aproveitamento do tempo livre, com um bom e seguro direcionamento.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES pela concessão de Bolsas.

REFERÊNCIAS

1-Barros, M.V.; Nahas, M.V.; Hallal, P.C.; Farias, J.J.C.; Florindo, A.A.; Barros, S.S.H. Effectiveness of a school-based intervention on physical activity for high school students in Brazil: the Saude na Boa project. *Journal of Physical activity and Health*. Vol. 6. Num. 2. 2009. p. 163-169.

2-Bezerra, J.; Lopes, A.S.; Hardmam, C.M.; Tassitano, R.M.; Tenório, M.C.M.; Barros, M.V.G. Consumo de bebidas alcoólicas e tabagismo: associação com inatividade física no lazer e comportamento sedentário. *Revista Andaluza de Medicina Esportiva*. Vol. 8. Num. 2015. p. 1-6.

3-Bonato, T.N. Hábitos de lazer e autoconceito em adolescentes. Dissertação de Mestrado. PUCRS. 2006.

4-Brasil. Lei n. 8.069 de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. *Diário Oficial da União*. 2019. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L8069.htm.

5-Camelo, L.D.V.; Rodrigues, J.F.D.C.; Giatti, L.; Barreto, S.M. Lazer sedentário e consumo de alimentos entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. *Cadernos de Saúde Pública*. Vol. 28. 2012. p. 2155-2162.

6-Ceolin, R.; Dalegrave, D.; Argenta, C.; Zanatta, E.A. Situações de vulnerabilidade vivenciadas na adolescência: revisão integrativa. *Revista Baiana de Saúde Pública*. Vol. 39. Num. 1. 2015. p. 150.

7-Condessa, L.A.; Chaves, O.C.; Silva, F.M.; Malta, D.C.; Caiaffa, W.T. Fatores socioculturais associados à atividade física de meninos e meninas: PeNSE 2012. *Revista de Saúde Pública*. Vol. 53. Num. 25. 2019.

8-Cureau, F.V.; Silva, T.L.N.; Bloch, K.V.; Fujimori, E.; Belfort, D.R.; Carvalho, K.M.B.

ERICA: inatividade física no lazer em adolescentes brasileiros. *Revista de Saúde Pública*. Vol. 50. Num. Supl 1. 2016.

9-De Micheli, D.D.; Formigoni, M.L. Screening of drug use in a teenage Brazilian sample using the drug Use Screening inventory (DUSI). *Addict Behav*. Vol. 25. Num. 5. 2000. p. 683-91.

10-Dumazedier, J. Lazer e cultura popular. São Paulo. *Perspectiva*. 2004.

11-Esculcas, C.; Mota, J. Atividade física e práticas de lazer em adolescentes. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. Vol. 5. Num. 1. 2005. p. 69-76.

12-Faria, E.V.F.; Faria, E.C.G.V. Lazer e educação da criança e do adolescente: reflexões sobre políticas públicas. *Estação Ciência Online*. Vol. 4. Num. 1. 2007. p. 1-10.

13-Guedes, M.G.T.B. As atividades de enriquecimento curricular e a pedagogia do lazer. Porto. Dissertação de Mestrado. Instituto Politécnico do Porto. 2013.

14-Hallal, P.C.; Andersen, L.B.; Bull, F.C.; Guthold, R.; Haskell, W.; Ekelund, U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet*. Vol. 380. Num. 9838. 2012. p. 247-57. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60646-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60646-1)

15-International Business Machines Corporation. *Statistical Package for Social Sciences*. Version 22.0. Chicago. IBM. 2016.

16-Lemos, F.C.S.; Galindo, D.C.G.; Brito Neto, J.A.D.; Reis Júnior, L.P.; Nogueira, T.; Arruda, A.B. Práticas de esporte, lazer e cultura do UNICEF. *Revista de Psicologia*. Vol. 29. Num. 1. 2017. p. 2-8. Doi: <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v29i1/1009>

17-Machado, T.S.; Silva, J.T.; Vieira, S. Vinculação na relação professor aluno como fator de sucesso acadêmico. Apresentação no Congresso Internacional de Psicologia da Criança e do Adolescente. 2018. p. 68-69.

18-Malta, D.C.; Sardinha, L.M.V.; Mendes, I.; Barreto, S.M.; Giatti, L.; Castro, I.R.R.D. Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultados da Pesquisa

Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento

ISSN 1981-9919 versão eletrônica

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br - www.rbone.com.br

Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), Brasil, 2009. Ciência e Saúde Coletiva. Vol. 15. 2010. p. 3009-3019.

19-Martins, J.; Anacleto, F.; Ramos, M.; Torrado, P.; Marques, A.; da Costa, F.C. Estilos de vida e atividade física: identificação de perfis das representações e práticas de lazer em adolescentes. Instituto Universitário de Lisboa. Vol. 2. 2018. p. 251-260.

20-Matias, T.S.; Rolim, M.K.S.B.; Schmoelz, C.P.; Andrade, A. Hábitos de atividade física e lazer de adolescentes. Pensar a Prática. Vol. 15. Num. 3. 2012.

21-Matos, M.G.; Gaspar, T.; Ferreira, M. Aventura Social no CED: Intervenção numa comunidade educativa. Psychology. Vol. 52. 2013. p. 1-26.

22-Meneses Gomes, Á.A.A.; Alves, N.F.T.; Oliveira Teixeira, S.M. Tédio em jovens contemporâneos. ECOS. Vol. 9. Num. 1. 2019. p. 64-74.

23-Papalia, D.E.; Feldman, R.D. Desenvolvimento humano. Artmed Editora. 2013.

24-Pastor, Y.; Valcárcel, P.; García-Merita, M. La escuela y el tiempo libre en la adolescência temprana. In I. Balaguer, Estilos de vida en la adolescencia. Valencia. Promolibro. 2002.

25-Pestana, L.; Duarte, J.; Coutinho, E.; Chaves, C.; Nelas, P.; Amaral, O. Repercussões das atividades domésticas e de lazer no rendimento escolar dos adolescentes. INFAD Revista de Psicologia. Vol. 1. Num. 2. 2016. p. 347-357.

26-Pfeifer, L.I.; Martins, Y.D.; Santos, J.L.F. A influência socioeconômica e de gênero no lazer de adolescentes. Psicologia: Teoria e Pesquisa. Vol. 26. Num. 3. 2010. p. 427-432.

27-Pratta, E.M.M.; Santos, M.A. Lazer e Uso de Substâncias Psicoativas na Adolescência: Possíveis Relações. Psicologia: Teoria e Pesquisa. Vol. 23. Num. 1. 2007. p. 043-052.

28-Sarriera, J.C.; Tatim, D.C.; Coelho, R.P.S.; Bücker, J. Uso do tempo livre por adolescentes de classe popular. Psicol Reflex Crit. Vol. 20. Num. 3. 2007. p. 361-367.

29-Valle, L.E.L.R.; Mattos, M.J.V.M. Adolescência: as contradições da idade. Rio de Janeiro. Wak Editora. 2010.

30-WHO. World Health Organization. Global school-based student health survey (GSHS). Geneva. WHO. 2013. Disponível em: <http://www.who.int/chp/gshs/en>

31-Zick, C.D. The shifting balance of adolescent time use. Youth & Society. Vol. 41. 2010. p. 569-596.

Autor correspondente:
Nayra Suze Souza e Silva.
nayrasusy@hotmail.com
Av. Dr. Ruy Braga, S/N.
Vila Mauriceia, Montes Claros-MG, Brasil.

Recebido para publicação em 12/12/2020
Aceito em 20/03/2021