

Perfil de escolares adolescentes sobre a autopercepção de saúde e comportamentos de risco

Profile of adolescent students on self-perception of health and risk behaviors

 Maria Claudia Pereira Learte  Claudio Fernando Gomes Gonçalves  Adriana Machado Lima
 Irineu de Sousa Júnior  Cyntia Meneses de Sá Sousa

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), Teresina, Brasil

HISTÓRICO DO ARTIGO

Recebido: 28 setembro 2023

Revisado: 20 novembro 2023

Aprovado: 20 novembro 2023

PALAVRAS-CHAVE:

Saúde; Adolescentes;
Percepção de saúde;
Comportamento de risco.

KEYWORDS:

Health; Teenagers;
Health perception;
Risky behavior.

PUBLICADO:

23 novembro 2023

RESUMO

INTRODUÇÃO: A autopercepção de saúde refere-se à avaliação subjetiva que um indivíduo faz sobre o seu próprio estado de saúde, sendo utilizada como instrumento de avaliação global.

OBJETIVO: Analisar o perfil dos escolares do ensino médio do Instituto Federal do Piauí/Campus Teresina Zona Sul a respeito da percepção de saúde e dos comportamentos de risco à saúde.

MÉTODOS: Estudo descritivo de caráter transversal. A amostra foi composta por 133 escolares do ensino médio integrado ao técnico do Instituto Federal do Piauí, campus Teresina Zona Sul. As variáveis estudadas: estilo de vida, percepção de saúde, estresse e sono, comportamentos de risco e nível de atividade física. Utilizou-se um questionário com 72 perguntas adaptadas do questionário COMPAC, Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI) e a tabela de rendimento acadêmico de Duarte. Realizou-se análise descritiva assim como o teste do Qui-quadrado de Pearson e Exato de Fisher.

RESULTADOS: A percepção de saúde e estresse da maioria dos alunos foi positiva. Escolares entre 16 e 17 anos apresentaram associação positiva com a autopercepção negativa de estresse ($p=0,023$) e autopercepção de qualidade de sono negativa ($p=0,015$). A autopercepção da qualidade de sono negativa foi associada aos alunos que residem na zona urbana ($p=0,036$) e estudam nos anos iniciais do ensino médio ($p=0,004$). O baixo nível de atividade física foi associado aos escolares do sexo feminino ($p=0,001$) e àqueles que estudam no turno vespertino ($p=0,004$).

CONCLUSÃO: A percepção de saúde da maioria dos escolares foi positiva e o fator de risco que se encontra mais presente foi o baixo nível de atividade física semanal. É necessário o estímulo ao aumento da atividade física regular para esses estudantes, por meio da aula de educação física, projetos e ações que estimulem a prática de atividades físicas.

ABSTRACT

BACKGROUND: Self-perceived health refers to the subjective assessment that an individual makes about their own health status, being used as a global assessment instrument.

OBJECTIVE: To analyze the profile of high school students at the Federal Institute of Piauí/Campus Teresina Zona Sul regarding health perception and health risk behaviors.

METHODS: Descriptive cross-sectional study. The sample was made up of 133 high school students integrated with the technical department of the Federal Institute of Piauí, Teresina Zona Sul campus. The variables studied: lifestyle, perception of health, stress and sleep, risk behaviors and level of physical activity. A questionnaire with 72 questions adapted from the COMPAC questionnaire, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and the Duarte academic performance table was used. Descriptive analysis was carried out as well as Pearson's Chi-square test and Fisher's exact test.

RESULTS: The majority of students' perception of health and stress was positive. Schoolchildren between 16 and 17 years old showed a positive association with negative self-perception of stress ($p=0.023$) and negative self-perception of sleep quality ($p=0.015$). Negative self-perception of sleep quality was associated with students who live in urban areas ($p=0.036$) and study in the early years of high school ($p=0.004$). The low level of physical activity was associated with female students ($p=0.001$) and those who study in the afternoon ($p=0.004$).

CONCLUSION: The health perception of most students was positive, and the most common risk factor was the low level of weekly physical activity. It is necessary to encourage these students to increase regular physical activity, through physical education classes, projects and actions that encourage the practice of physical activities.

INTRODUÇÃO

A saúde de uma população pode ser afetada por vários fatores, e seu conceito vai muito além da ausência de doenças, é necessário analisar o corpo, a mente e contexto social no qual o indivíduo faz parte para conceituar melhor o estado de saúde (Brasil, 2021). A percepção de saúde é um instrumento de avaliação global e leva em consideração a avaliação que o próprio indivíduo faz sobre sua saúde. Essa medida é amplamente utilizada em estudos populacionais e, em relação a adolescentes, tem sido adequada para verificar os níveis de saúde ou qualidade de vida dessa população (Bezerra *et al.*, 2011; Carvalho *et al.*, 2015).

Durante a adolescência o indivíduo sofre diversas mudanças biológicas, psicológicas e sociais, e adquire diversos hábitos de vida que podem ser nocivos à saúde, tais como inatividade física, má alimentação, fumo, início do comportamento sexual dentre outros (Anjos, 2022). A literatura mostra que vários problemas de saúde estão relacionados diretamente aos maus hábitos de vida, os chamados comportamentos de risco à saúde, e que muitas pessoas estão expostas a mais de um desses comportamento de risco, o que aumenta as chances de enfrentar problemas de saúde adicionais (Nery *et al.*, 2020).

Um estudo desenvolvido por Nery *et al.* (2020) com 540 adolescentes na cidade de Teresina, Piauí, identificou que 35% são fisicamente e inativos e 15% consumiam bebidas alcoólicas uma ou duas vezes por semana, e o comportamento sedentário esteve associado ao consumo de bebidas alcoólicas. Outros estudos realizados no sul do Brasil revelaram que cerca de 50% dos jovens iniciam as atividades sexuais na adolescência e 39,4% já experimentaram uma das três formas de tabagismo (cigarro, narguilé e/ou cigarro eletrônico/vape), sendo o hábito de fumar narguilé o mais frequente entre os estudantes (Rizzon *et al.*, 2021; Klein *et al.*, 2021).

Logo, ter a percepção de quais fatores prejudicam a saúde é importante para evitá-los e, assim, prevenir problemas relacionados. Tendo em vista que a adolescência é um período complexo, marcado por mudanças que refletem em atitudes relacionadas à saúde, nutrição, atividade física, sexualidade e corporeidade, torna-se essencial a realização de estudos que verifiquem a autopercepção de saúde dos adolescentes, a fim possibilitar a criação de estratégias de monitoramento e melhoria da saúde como um todo, além de permitir identificar os grupos de riscos e os fatores que podem comprometer a boa saúde nessa população (Almeida *et al.*, 2020).

A prevenção do comportamento de risco depende da identificação dos fatores que contribuem para ele. O levantamento de informações, o monitoramento e a intervenção sobre estes comportamentos em adolescentes escolares são prioridades da saúde pública, a fim de melhorar a condição de saúde nesse público (Campos *et al.*, 2020). Diante do exposto o estudo tem o objetivo de analisar o perfil dos escolares do ensino médio do Instituto Federal do Piauí, Campus Teresina Zona Sul, a respeito da percepção de saúde e dos comportamentos de risco à saúde.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo de caráter transversal, realizado com escolares que cursavam o ensino médio integrado ao técnico, do Instituto Federal do Piauí (IFPI), campus Teresina Zona Sul. Esta pesquisa é proveniente do projeto intitulado “Estilo de vida e percepção de comportamentos de risco à saúde dos escolares do Instituto Federal do Piauí, Campus Teresina Zona Sul”, uma pesquisa ampla, que investigou diversos fatores relacionados ao tema. O referido projeto foi concebido e conduzido por membros do corpo docente e discente vinculados ao Programa de Pós-graduação Lato Sensu em Educação Física e Saúde do IFPI, Campus Teresina Zona Sul.

A amostra do estudo foi do tipo não probabilística por conveniência, na qual os indivíduos são selecionados por estarem disponíveis e atenderem aos critérios de inclusão. Os escolares foram convidados a participar da pesquisa devido à sua relevância para a comunidade escolar, e a amostra final foi composta por 133 alunos de ambos os sexos.

Como critério de inclusão, os escolares deveriam estar regularmente matriculados nas séries do Ensino Médio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus Zona Sul, vestir-se adequadamente para a avaliação física e entregar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), quando necessário. Foram excluídos os adolescentes ausentes durante a coleta de dados ou que deixaram questões não respondidas.

Para a coleta de dados, os autores utilizaram um questionário com 72 questões adaptadas de instrumentos utilizados no projeto de pesquisa principal, ajustadas para melhor adequação ao escopo da presente pesquisa, a saber: Questionário COMPAC (Silva *et al.*, 2013), O questionário de Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh – PSQI; (Lima *et al.*, 2018) e a tabela sobre o rendimento acadêmico de Duarte (2008).

Para este estudo, foram analisadas as questões referentes a autopercepção de saúde, estresse e sono dos adolescentes participantes, e relacionadas com variáveis sociodemográficas (sexo, idade, série, índice de massa corporal, turno de estudo, área de residência, situação conjugal dos pais, escolaridade dos pais e renda familiar mensal), comportamentos de risco (consumo de bebida alcoólicas, envolvimento em brigas) e nível de atividade física (participação em esportes, tarefas ocupacionais, atividades físicas de lazer e deslocamento ativo para a escola ou trabalho).

As variáveis relacionadas à autopercepção de saúde, estresse e sono foram baseadas nas seguintes perguntas: “a) em geral, como você considera a sua saúde? b) Como você descreve o nível de estresse em sua vida? c) Durante o mês passado, como você avaliaria a qualidade geral do seu sono?”. Todas as respostas “Excelente, boa e regular” foram classificadas como autopercepção positiva, enquanto as respostas “ruim e péssima” foram classificadas como autopercepção negativa.

Quanto aos comportamentos de risco, foram feitas as seguintes perguntas: “a) Você se envolveu em brigas nos últimos 12 meses? (sim, uma ou mais vezes; não); b) Independente da quantidade, você ingere bebidas alcoó-

licas? (sim; não)”. Em relação à prática de atividade física semanal, calculou-se o tempo gasto na participação em esportes, tarefas ocupacionais, atividades físicas de lazer e deslocamento ativo para a escola ou trabalho. Jovens que realizavam 300 minutos ou mais de atividade física de intensidade moderada a vigorosa por semana foram considerados suficientemente ativos.

Durante a coleta de dados, os escolares foram acompanhados pelos docentes e discentes responsáveis pela pesquisa até uma sala de aula para responder ao questionário, podendo solicitar ajuda a qualquer momento. Antes de responderem ao questionário, foram novamente explicados a importância e os objetivos da pesquisa, bem como o procedimento para o preenchimento. A coleta de dados ocorreu entre os meses de agosto e outubro de 2022, no turno de aula dos escolares.

A análise estatística foi realizada através do Microsoft Excel 2016 e *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 20.0. Foram empregados procedimentos convencionais de estatística descritiva, como distribuição de frequência absoluta (n) e relativa (%). Na análise bivariada, empregou-se o teste do qui-quadrado de Pearson e Exato de Fisher para associar as variáveis sociodemográficas com os comportamentos de risco, nível de atividade física e autopercepções dos escolares. O nível de significância adotado foi de 5% (p<0,05).

Todos os procedimentos éticos foram seguidos, de acordo com a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética do Instituto Federal do Piauí, com o Parecer nº 4.006.017 (CAAE: 28505219.4.0000.9207).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 133 escolares com idade entre 14 e 19 anos, sendo preponderante o sexo feminino (58,6%). A maior parte reside na zona urbana (88%) e com algum familiar (97%). Os pais são casados ou tem uma união estável (61,7%). Sobre a escolaridade dos pais, a maioria respondeu que ambos têm mais que 8 anos de escolaridade e a renda financeira da família é maior que um salário-mínimo para a maioria (83,5%) (Tabela 1).

A Tabela 2 mostra a associação entre a autopercepção de saúde, estresse e qualidade do sono dos adolescentes do IFPI, campus Teresina Zona Sul. Apesar da maioria dos escolares ter apresentado a autopercepção de saúde (59,4%), de estresse (73,3%) e a autopercepção da qualidade do sono (50,4%) positivas, alguns dados chamam a atenção: escolares entre 16 e 17 anos apresentaram associação positiva com a autopercepção negativa de estresse (p=0,023) e autopercepção de qualidade de sono negativa (p=0,015). A autopercepção da qualidade de sono negativa também foi associada aos alunos que residem na zona urbana (p=0,036) e estudam nos anos iniciais do ensino médio (p=0,004) (Tabela 2).

A maioria dos adolescentes declararam não consumir bebidas alcoólicas e não se envolver em brigas, porém, grande parte dos alunos não apresenta um nível de atividade física semanal adequado, ou seja, está com um nível de atividade física semanal abaixo de 300 minutos. O baixo nível de atividade física foi estatisticamente associado aos

escolares do sexo feminino (p=0,001) e àqueles que estudam no turno vespertino (p=0,004). O consumo de bebida alcoólica foi maior entre os escolares com idades mais elevadas (43,6%). Alunos filhos de pai ou mãe solteira tiveram maior envolvimento em brigas do que os filhos de pai ou mãe casados (Tabela 3).

Tabela 1. Caracterização dos escolares do Instituto Federal do Piauí (n=133), Campus Teresina Zona Sul, Teresina, Piauí, 2022.

Variáveis	n	%
Sexo		
Masculino	55	41,4
Feminino	78	58,6
Idade		
14-15	25	18,8
16-17	69	51,9
18-19	39	29,3
Série		
1º ano do ensino médio	47	35,3
1º ano do ensino médio	58	43,6
3º ano do ensino médio	6	4,5
4º ano do ensino médio	22	16,5
Turno		
Manhã	58	43,6
Tarde	75	56,4
Área que reside		
Urbana	117	88,0
Rural	16	12,0
Com quem reside		
Família	129	97,0
Outros	4	3,0
Situação familiar dos pais		
Casados/União Estável	82	61,7
Divorciados/Separados	29	21,8
Pai/Mãe solteira	22	16,5
Escolaridade da mãe		
< 8 anos	30	22,6
≥ 8 anos	103	77,4
Escolaridade do pai		
< 8 anos	48	36,1
≥ 8 anos	85	63,9
Renda mensal		
Menor que um salário-mínimo	22	16,5
Maior ou igual a um salário-mínimo	111	83,5

Fonte: os autores.

O presente estudo objetivou verificar o perfil dos escolares do ensino médio do Instituto Federal do Piauí, Campus Teresina Zona Sul, a respeito da percepção de saúde e dos comportamentos de risco. A percepção de saúde e estresse da maior parte dos alunos foi positiva. Ao analisar os comportamentos de risco constatou-se que quase todos os estudantes não consomem bebida alcoólica e não se envolveu em brigas, porém uma grande parte dos alunos apresentaram um nível de atividade física abaixo dos 300 minutos semanais recomendados pelas autoridades de saúde.

Tabela 2. Associação entre a autopercepção de saúde, estresse e qualidade do sono dos adolescentes do Instituto Federal do Piauí, Campus Teresina Zona Sul, Teresina (PI), 2022.

Variáveis	Autopercepção da saúde			Autopercepção de estresse			Autopercepção da qualidade do sono		
	Positiva n (%)	Negativa n (%)	p-valor	Positiva n (%)	Negativa n (%)	p-valor	Positiva n (%)	Negativa n (%)	p-valor
Total	79 (59,4)	54 (40,6)		98 (73,7)	35 (26,3)		67 (50,4)	66 (49,6)	
Sexo									
Masculino	36 (45,6)	19 (35,2)	0,232 ^a	45 (45,9)	10 (28,6)	0,074 ^a	31 (46,3)	24 (36,4)	0,246 ^a
Feminino	43 (54,4)	35 (64,8)		53 (54,1)	25 (71,4)		36 (53,7)	42 (63,6)	
Idade									
14-15	16 (20,3)	9 (16,7)	0,543 ^a	22 (22,4)	3 (8,6)	0,023 ^a	9 (13,4)	16 (24,2)	0,015 ^a
16-17	38 (48,1)	31 (57,4)		44 (44,9)	25 (71,4)		31 (46,3)	38 (57,6)	
18-19	25 (31,6)	14 (25,9)		32 (32,7)	7 (20,0)		27 (40,3)	12 (18,2)	
Série*									
1º ano	29 (36,7)	18 (33,3)	0,330 ^b	37 (37,8)	10 (28,6)	0,040 ^b	20 (29,9)	27 (40,9)	0,004 ^b
2º ano	30 (38,0)	28 (51,9)		36 (36,7)	22 (62,9)		25 (37,3)	33 (50,0)	
3º ano	5 (6,3)	1 (1,9)		5 (5,1)	1 (2,9)		6 (9,0)	-	
4º ano	15 (19,0)	7 (13,0)		20 (20,4)	2 (5,7)		16 (23,9)	6 (9,1)	
Turno									
Manhã	32 (40,5)	26 (48,1)	0,383 ^a	41 (41,8)	17 (48,6)	0,490 ^a	26 (38,8)	32 (48,5)	0,260 ^a
Tarde	47 (59,5)	28 (51,9)		57 (58,2)	18 (51,4)		41 (61,2)	34 (51,5)	
Área em que reside									
Urbana	69 (87,3)	48 (88,9)	0,788 ^a	84 (85,7)	33 (94,3)	0,236 ^b	55 (82,1)	62 (93,9)	0,036 ^a
Rural	10 (12,7)	6 (11,1)		14 (14,3)	2 (5,7)		12 (17,9)	4 (6,1)	

^a Qui-quadrado; ^b Exato de Fisher. *Ensino médio

Fonte: os autores.

Corroborando como os achados nessa pesquisa, o estudo de Barbiani (2019), também mostrou que a maioria dos adolescentes analisados apresentaram autopercepção de saúde positiva. O autor diz que devido à adolescência ser uma fase da vida onde ocorrem várias experimentações e mudanças, os estudos sobre a percepção de saúde nesse público são importantes e vem ganhando cada vez mais destaque, enfatizando assim a relevância desse estudo.

Sobre percepção de saúde e adolescência, Alencar

(2022) relata que nessa fase o indivíduo passa por várias transformações maturacionais e sociais, que podem vir associadas a riscos e vulnerabilidades, que podem ajudar o seu desenvolvimento, como também comprometer a vida, inclusive no que se refere às questões de percepção de saúde e qualidade de vida.

Um dado encontrado no atual estudo é que o sexo feminino apresentou uma percepção de saúde negativa mais alta que o masculino, corroborando com outros es-

Tabela 3. Associação entre nível de atividade física e os comportamentos de risco dos estudantes do Instituto Federal do Piauí quanto aos comportamentos de vida, Teresina (PI), 2022.

Variáveis	Nível de atividade física			Consumo de bebida alcoólica			Envolvimento em brigas		
	< 300 min n (%)	≥ 300 min n (%)	p-valor	Sim n (%)	Não n (%)	p-valor	< 1 n (%)	≥ 1 n (%)	p-valor
Total	101 (76,0)	32 (24,0)		37 (27,2)	96 (72,2)		125 (94,0)	8 (9,0)	
Sexo									
Masculino	32 (58,2)	23 (41,8)		13 (23,6)	42 (76,4)	0,366 ^a	51 (92,7)	4 (7,3)	0,717 ^a
Feminino	69 (88,5)	9 (11,5)	0,001 ^a	24 (30,8)	54 (69,2)		74 (94,9)	4 (5,1)	
Idade									
14-15	22 (88,0)	3 (12,0)	0,231 ^a	3 (12,0)	22 (88,0)	0,016 ^a	22 (88,0)	3 (12,0)	0,296 ^a
16-17	49 (71,0)	20 (29,0)		17 (24,6)	52 (75,4)		65 (94,2)	4 (5,8)	
18-19	30 (76,9)	9 (23,1)		17 (43,6)	22 (56,4)		38 (97,4)	1 (2,6)	
Turno									
Manhã	51 (87,9)	7 (12,1)	0,004 ^a	19 (32,8)	39 (67,2)	0,264 ^a	56 (96,6)	2 (3,4)	0,465 ^a
Tarde	50 (66,7)	25 (33,3)		18 (24,0)	57 (76,0)		69 (92,0)	6 (8,0)	
Situação familiar dos pais									
Casados/União Estável	61 (74,4)	21 (25,6)	0,857 ^a	18 (22,0)	64 (78,0)	0,061 ^a	79 (96,3)	3 (3,7)	0,006 ^a
Divorciados/Separados	23 (79,3)	6 (20,7)		13 (44,8)	16 (55,2)		29 (100,0)	-	
Pai/Mãe solteira	17 (77,3)	5 (22,7)		6 (27,3)	16 (72,7)		17 (77,3)	5 (22,7)	

^a Qui-quadrado; ^b Exato de Fisher.

Fonte: os autores.

tudos que mostraram que os escolares do sexo masculino apresentam uma autopercepção de saúde positiva maior que o sexo feminino e sobre esse fato estudiosos citam que as meninas tem acesso mais cedo e com uma maior frequência que os meninos ao consultório médico, o que pode estar relacionado a uma maior percepção dos fatores que podem afetar a saúde, implicando nas respostas dadas no questionário, além disso elas são mais sensíveis a perceber alterações fisiológicas que os meninos (Xavier et al., 2022; Almeida et al., 2020; Sousa et al., 2010).

Com relação aos comportamentos de risco, o estudo mostrou que uma grande parte dos escolares não tem um nível de atividade física semanal adequado, ou seja, estão com um nível abaixo de 300 minutos e foi estatisticamente associado aos escolares do sexo feminino e àqueles que estudam no turno matutino. Resultados semelhantes foram encontrados por Moura et al. (2021) que ao avaliar 95 estudantes entre 15 e 18 anos constatou que 80% dos escolares não atendem às recomendações de atividade física, classificados como insuficientemente ativos.

A associação do baixo nível de atividade física com o sexo feminino, pode ser observada em vários estudos. Desde o surgimento das sociedades, é imposto às meninas uma forma de criação, onde as atividades domésticas são mais frequentes o que pode acarretar o fato de a inatividade física ser maior, acrescenta-se a isso a forma do brincar diferenciada para meninos e meninas passadas de geração a geração, tendo para elas atividades mais calmas, por exemplo (Piola et al., 2020).

De acordo com a OMS a inatividade física é um dos principais fatores de risco para a mortalidade global sendo responsável por cerca de 3,2 milhões de morte por ano. Estima-se que pessoas fisicamente inativas têm risco de mortalidade aumentado em torno de 20 a 30%. Em adolescentes, a falta de atividade física regular é mais preocupante, pois a regularidade nos níveis de atividade física pode trazer benefícios para o corpo e a mente, promover a manutenção da saúde, melhorar o cognitivo e proteger contra diversas doenças (Bezerra, 2019). Dessa forma é imprescindível o aumento do nível de atividades físicas dos escolares participantes da pesquisa, para que possam usufruir de uma melhor qualidade de vida.

Nessa investigação foi possível constatar que alguns alunos (16-17 anos) apresentaram uma autopercepção de estresse negativa, ou seja, eles conseguem perceber que estão estressados e, segundo Langrafe Junior et al. (2022), é importante o aluno ter essa percepção do que pode ser estressante e como deve agir diante de uma situação estressora, pois existe uma grande probabilidade dessas situações surgirem novamente na fase adulta e aquele adolescente que é frágil a essas situações ou que não consegue percebê-las, pode se tornar um adulto despreparado também. Os autores ressaltam ainda a importância de existir os programas de promoção da saúde e prevenção de estresse dentro do ambiente escolar, devido a escola ser o local em que os adolescentes passam mais tempo hoje em dia, devem existir programas de acolhimento para as diversas situações de estresse que podem surgir no cotidiano desses alunos.

A percepção da qualidade do sono, foi outra variável analisada, por estar relacionada diretamente à qualidade de vida dos indivíduos, e pôde-se verificar que a autopercepção da qualidade de sono negativa foi associada

aos alunos que residem na zona urbana e estudam nos anos iniciais do ensino médio. O ambiente como um todo é rodeado de sons e ruídos que podem afetar a vida da população, e na zona urbana existem ruídos, chamados indiretos que podem interferir em diversas atividades do indivíduo como na hora de dormir ou descansar, podendo causar danos à saúde em geral (Nunes; Ribeiro, 2008).

É importante destacar que, geralmente, os adolescentes apresentam distúrbios relacionados ao sono, seja pelas mudanças no desenvolvimento devido a questão hormonal, estilo de vida informatizado, no qual o adolescente está envolvido em muitas atividades que incluem as tecnologias e informações constantes, seja pelas cobranças advindas da família ou sociedade, por estarem entrando em uma fase com mais responsabilidades, sendo essas as possíveis razões pelas quais os adolescentes das séries mais baixas tenham uma percepção do seu sono negativa, pelas inúmeras cobranças da nova fase de vida (Oliveira; Silva; Oliveira, 2019). Sobre o assunto, Batista et al. (2018), mostraram em seu estudo que adolescentes que relataram má percepção da qualidade do sono apresentaram maior dificuldades de aprendizagem na escola.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que a percepção de saúde da maioria dos adolescentes escolares do IFPI, campus Teresina Zona Sul é positiva e que o fator de risco que se encontra mais presente entre eles é o baixo nível de atividade física semanal. Nesse sentido se faz necessário o estímulo ao aumento da atividade física regular para esses estudantes, sendo a escola um local apropriado para que isso aconteça por meio da aula de educação física, assim como projetos e ações que estimulem a prática de atividades físicas.

Por apresentar um delineamento transversal, a pesquisa permite uma visão momentânea do desfecho, ou seja, não é possível indicar uma relação temporal entre as variáveis ou inferir causalidade, o que pode ser uma limitação do estudo. É necessário que sejam feitas outras investigações, com mais variáveis e análises diferentes para que outros fatores possam ser observados.

O presente estudo é importante para se verificar a percepção que os adolescentes escolares têm sobre sua saúde e os fatores que podem modificá-la, evitando problemas de saúde de uma forma geral.

CONFLITO DE INTERESSE

Os autores do estudo declaram não haver conflito de interesses.

FINANCIAMENTO

Este estudo não teve apoio financeiro.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, S. E. N.; SILVA, F. R. G.; GOUVEIA, O. T. M.; SILVA, V. R. A. Fatores associados à qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 35, eAPE0189345, 2022. DOI: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AQ0189345>

ALMEIDA, B. C.; RIOS, A. M.; GOMES, A. M.; NAHAS, V.M. Aspectos sociodemográficos e comportamentais associados à autopercepção de saúde positiva entre adolescentes do ensino médio. *Revista o Mundo da Saúde*, v.

44, p. 23-34, 2020. DOI: <https://doi.org/10.15343/0104-7809.202044023034>

ANJOS, S. C. T. Representação da gravidez na adolescência e sua influência na individualização. *Revista Psicologia em Foco*, v. 14, n. 20, p. 107-27, 2022. Disponível em: <http://revistas.fw.uri.br/index.php/psicologiaemfoco/article/view/3720/3215>

BARBIANI, R.; DALLA, N. C. R. D.; SCHAEFER, R.; LUI, L.; PAULA, C. C.; CREMONESE, L.; BARRETO, C. N.; ... ; FARIAS, E. R. Atenção à saúde de adolescentes no Brasil: scoping review. *Revista Latino-Americana de Ciências Sociais, Niñez y Juventud*, v. 18, n. 3, p. 1-26, 2019. DOI: <https://doi.org/10.11600/1692715x.18308>

BATISTA, G. A.; SILVA, T. N. D.; OLIVEIRA, M. R.; DINIZ, P. R. B.; LOPES, S. S.; OLIVEIRA, L. M. F. T. Association between perception of sleep quality and assimilation of content covered in class. *Revista Paulista de Pediatría*, v. 36, n. 3, p. 315-21, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2018;36;3;00008>

BEZERRA, M. A. A.; SOUSA, J. S. R.; SIMÕES NETO, J. C.; GOMES FILHO, A. S.; BOTTCHEER, L. B. Prevalência de inatividade física na adolescência: revisão sistemática. *Health of Humans*, v. 2, n. 1, p. 1-9, 2019. DOI: <https://doi.org/10.6008/CBPC2674-6506.2020.001.0001>

BEZERRA, P. C. de L.; OPITZ, S. P.; KOIFMAN, R. J.; MUNIZ, P. T. Percepção de saúde e fatores associados em adultos: inquérito populacional em Rio Branco, Acre, Brasil, 2007-2008. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 27, n. 12, p. 2441-51, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2011001200015>

BRASIL. Ministério da Saúde. *O que significa ter saúde*. Saúde Brasil, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-o-me-exercitar/noticias/2021/o-que-significa-ter-saude> Acesso em: 17/11/2023.

CAMPOS, A.S.; Campos, E.S.; LOURINHO, L.A.; SOARES, S.L.; FERREIRA, H.S. Indicadores de saúde e atividade física: Importância das pesquisas sobre adolescentes. *Brazilian Journal of Development*, v.6, n. 8, p. 60963-81, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.34117/bjdv6n8-494>

CARVALHO, A. T. de; MALTA, D. C.; BARROS, M. B. de A.; OLIVEIRA, P. N. F. P. de; MENDONÇA, D. M. de M. V.; BARROS, H. Desigualdades na autoavaliação de saúde: uma análise para populações do Brasil e de Portugal. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 31, n. 11, p. 2449-61, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00108814>

DUARTE, J. C. *Privação do sono, rendimento escolar e equilíbrio psico-afectivo na adolescência*. 2008. 433f. Tese (Doutorado em Saúde Mental) - Universidade do Porto, Porto, 2008. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/19371/6/ndices.pdf>

DUTRA da SILVA, R. C.; GUARESCHI, R. C. R.; CABRAL, F. D.; JUDICE, M. G.; LÓPEZ, R. F. A. Nível de atividade física em adolescentes escolares do município de Rio Verde - Goiás. *Revista Inspirar Movimento & Saúde*, v. 16, n. 2, p. 20-5, 2018. Disponível em: <https://www.inspirar.com.br/wp-content/uploads/2018/04/revista-inspirar-ms-46-592-2018.pdf>

KLEIN, T. A. S.; MÔNACO, B. N. N.; SANTOS, G. I. P.; SILVA, B. A.; ZÔMPERO, A. F. Hábito de tabagismo entre adolescentes de escolas brasileiras. *Revista Sustinere*, v. 9, p. 509-31, 2021. DOI: <https://doi.org/10.12957/sustinere.2021.60177>

LANGRAFE JUNIOR, A.; HAMDAN, A. C.; NISHIYAMA, A. A fisiologia do estresse e o bem-estar subjetivo em adolescentes: autoconhecimento é não violência. *Revista de Carreiras e Pessoas*, v. 12, n. 1, p. 177-95, 2022. DOI: <https://doi.org/10.23925/recap.v12i1.55046>

LIMA, A. C. S.; SANTOS, I. R. D. D. dos; GUIMARÃES, L. A.; QUEIROZ, B. M. de. Qualidade do sono, atividade física e uso de tecnologias portáteis entre alunos do ensino médio. *Adolescência & Saúde*, v. 15 n. 4, p. 44-52, 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/abr-809>

MOURA, I. L. R. A.; MOURA, N. M.; GOMES, B. L. J.; CARVALHO, O. F.; MORAES, N. V. F. J. Nível de atividade física, tempo de tela e duração do sono de acordo com dados sociodemográficos de escolares. *Saúde e Pesquisa*, v.

14, n. 2, p. 425-35, 2021. DOI: <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2021v-14n2e8993>

NERY, S. S. S.; SOUZA, W. L.; LUCENA, J. M. S.; SANTOS, J. C.; NUNES, A. P.; GUIMARÃES, M. C. F.; BRITO, A. F. Comportamentos de risco à saúde em adolescentes: uma associação entre o tempo de televisão e uso de álcool. *Motricidade*, v. 16, n. 2, p. 184-95, 2020. DOI: <https://doi.org/10.6063/motricidade.18278>

NUNES, M.; RIBEIRO, H. Interferências do ruído do tráfego urbano na qualidade de vida: zona residencial de Brasília/DF. *Cadernos Metrópole*, n. 19, p. 319-38, 2008. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/metroполе/article/view/8721>

OLIVEIRA, G.; SILVA, I. B.; OLIVEIRA, E. R. A. O sono na adolescência e fatores associados ao sono adequado. *Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde*, v. 21, n. 1, p. 135-45, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/rbps/article/view/26477/18217>

PIOLA, T. S.; BACIL, E. D. A.; PACÍFICO, A. B.; CAMARGO, E. M. de; CAMPOS, W. de. Nível insuficiente de atividade física e elevado tempo de tela em adolescentes: impacto de fatores associados. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 7, p. 2803-12, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.24852018>

RIZZON, B. B.; SOUZA, V. B.; MADEIRA, K.; MACHADO, L. V.; MAGALHÃES, M. Comportamento de risco para infecções sexualmente transmissíveis em estudantes do ensino médio. *Femina*, v. 49, n. 1, p. 52-57, 2021. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/02/1146936/femina_2020_491_p52-57-comportamento-de-risco-para-infeccoes-s_WkOTmpm.pdf

SILVA, K. S.; LOPES, A. S.; HOEFELMANN, L. P.; CABRAL, L. G. A.; DE BEM, M. F. L.; BARROS, M. V. G.; NAHAS, M. V. Projeto COMPAC (comportamentos dos adolescentes catarinenses): aspectos metodológicos, operacionais e éticos. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, v. 15, n. 1, p. 1-15 2013. DOI: <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2013v15n1p1>

SOUZA, T. F.; SILVA, K. S.; GARCIA, L. M. T.; DEL DUCA, G. F.; OLIVEIRA, E. S. A.; NAHAS, M. V. Autoavaliação de saúde e fatores associados em adolescentes do Estado de Santa Catarina, Brasil. *Revista Paulista de Pediatría*, v. 28, p. 333-9, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-05822010000400008>

WHO. World Health Organization. *Teenagers' mental health*. Geneva: WHO, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

XAVIER, L. C.; SANTOS, L. F.; SANTOS, M. C. A.; JACQUES, N. M. O.; MACHADO, F. S. M.; SILVA, A. F. Estilo de vida: saúde mental e comportamento preventivo em adolescentes. *Revista Família, Ciclo de Vida, Saúde no Contexto Social*, v. 10, n. 1, p. 77-84, 2022. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/4979/49791654008/html/>

E-MAIL DOS AUTORES

Maria Claudia Pereira Learte

✉ claudinhlearte@yahoo.com.br

Claudio Fernando Gomes Gonçalves

✉ claudiofernando43006@gmail.com

Adriana Machado Lima

✉ professoraadrianalima@gmail.com

Irineu de Sousa Junior

✉ irineu007@hotmail.com

Cyntia Meneses de Sá Sousa (Autor Correspondente)

✉ cyntiasa2020@gmail.com