

# COMPARAÇÃO DAS CAPACIDADES FÍSICAS DE ADOLESCENTES DA ÁREA RURAL E URBANA DA CIDADE DE FLORES DA CUNHA-RS

Luana Mantovani<sup>1</sup>

Anderson Rech<sup>2</sup>

## RESUMO

A adolescência é caracterizada por transformações biológicas, físicas, psicológicas e sociais que podem afetar diretamente nas atividades realizadas diariamente. Além disso, o meio ambiente no qual cada indivíduo vive pode ser um determinante do estilo de vida. Sendo assim, o meio ambiente faz parte da caracterização do estilo de vida das pessoas, que mesmo separadas por alguns quilômetros, podem ter estilos de vida diferentes. O objetivo do presente estudo foi comparar as capacidades físicas em adolescentes residentes nas regiões rural e urbana da cidade de Flores da Cunha – RS. **Materiais e métodos:** O presente estudo possui caráter transversal, no qual, comparou as capacidades físicas em adolescentes da região rural e da região urbana da cidade de Flores da Cunha - RS. Os participantes foram submetidos a testes de capacidades físicas para avaliação da flexibilidade, velocidade, força, agilidade e potência e posteriormente foram comparados conforme pertencimento às escolas da região urbana ou rural da cidade. A amostra foi composta por 26 adolescentes, sendo 13 integrantes por grupo analisado (área rural e urbana). **Resultados e conclusão:** Os resultados encontrados nesta pesquisa revelam que não foram encontradas diferenças significativas entre as capacidades físicas avaliadas e as condições de moradia apresentadas. Esse achado pode estar relacionado com o avanço da tecnologia, sua interferência no meio ambiente e nos comportamentos sedentários.

**Palavras Chave:** Adolescentes. Capacidades físicas. Área urbana. Área rural.

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade de Caxias Do Sul: [lmantovani1@ucs.br](mailto:lmantovani1@ucs.br)

<sup>2</sup> Professor Doutor do curso de Educação Física da Universidade de Caxias do Sul. Orientador: [arech16@ucs.br](mailto:arech16@ucs.br)

## **COMPARISON OF PHYSICAL CAPACITIES OF ADOLESCENTS IN THE RURAL AND URBAN AREA OF THE CITY OF FLORES DA CUNHA-RS**

### **ABSTRACT**

Adolescence is characterized by biological, physical, psychological and social changes that can directly affect daily activities. In addition, the environment in which each individual lives can be a determinant of lifestyle. Thus, the environment is part of the characterization of people's lifestyles, which, even a few kilometers apart, can have different lifestyles. The aim of the present study was to compare physical abilities among adolescents living in the rural and urban regions of the city of Flores da Cunha - RS. **Materials and methods:** The present study has a cross-sectional character, in which, it compared the physical capacities in adolescents from the rural and urban regions of the city of Flores da Cunha - RS. Participants were subjected to physical capacity tests to assess flexibility, speed, strength, agility and power and were subsequently compared according to the schools in the urban or rural region of the city. The sample consisted of 26 adolescents, of which 13 were members per analyzed group (rural and urban area). **Results and conclusion:** The results found in this research reveal that no significant differences were found between the physical capacities assessed and the housing conditions presented. This finding may be related to the advancement of technology, its interference with the environment and sedentary behaviors.

**Keywords:** Adolescents. Physical capabilities. Urban area. Rural area.

## INTRODUÇÃO

Um estilo de vida saudável requer que indivíduos adquiram e mantenham ações de promoção da saúde e prevenção de doenças durante toda vida. A prática regular de atividade física tem sido apontada como um fator relacionado à promoção da saúde e pode proporcionar vários benefícios além da prevenção de doenças (PITANGA, 2008).

Apesar do reconhecimento de sua importância, a prevalência de baixos níveis de atividade física é elevada, inclusive na adolescência. Estimativas globais apontam que 1 em cada 5 adolescentes atingem as recomendações da Organização Mundial da Saúde da prática de pelo menos 60 minutos diários de atividade física de intensidade moderada e vigorosa (CONDESSA, 2018). Dessa forma, criar o hábito de vida ativa na infância e na adolescência torna-se importante para a redução de doenças, além de contribuir para o desenvolvimento de ações habilidosas e nos padrões de movimento que acontecem ao longo da vida.

Na transição da infância para a adolescência, uma série de eventos físicos e culturais acontecem, contribuindo para o crescimento e desenvolvimento motor. O processo de aquisição de habilidade e capacidades motoras acontecem em função dessas interações (GALLAHUE; OZMUN, 2005), desempenhando um papel importante para sua evolução. Nesse sentido, se encontram as capacidades físicas, que contribuem para o desenvolvimento do adolescente, controle motor, ação muscular e para aquisição de habilidades motoras.

As capacidades físicas são propriedades do organismo que possibilitam a realização de atividades durante o dia a dia, diante de sua interação com o meio ambiente (PEREIRA; MOREIRA, 2013). Fazem parte da caracterização do estilo de vida das pessoas, deixando-as expostas a níveis mais ou menos propícios a prática de atividade física.

Para Glaner (2005), pessoas com estilo de vida mais vigorosos, tendem a estarem mais expostos a ambientes mais propícios a prática de atividade física, principalmente na adolescência, que se caracteriza pelo desenvolvimento e aquisição de habilidades motoras. A tecnologia e a urbanização também trouxeram mudanças significativas ao estilo de vida dos adolescentes, favorecendo hábitos alimentares inadequados, atividades sedentárias e risco a doenças (PETROSKI; GLANER, 2009).

Alguns estudos têm sugerido que existe uma diferença nos níveis de capacidades físicas de adolescentes da área rural e urbana (DUMITH, JÚNIOR, ROMBALDI, 2008; GLANER, 2005; PETROSKI et. al, 2012). A partir do exposto, o objetivo do presente estudo será comparar as capacidades físicas em adolescentes da região rural e da região urbana da cidade de Flores da Cunha – RS.

## **MÉTODOS**

O presente estudo possui caráter transversal, no qual, comparou as capacidades físicas em adolescentes da região rural e da região urbana da cidade de Flores da Cunha - RS. Os participantes foram submetidos a testes de capacidades físicas para avaliação da flexibilidade, velocidade, força, agilidade e potência e posteriormente foram comparados conforme pertencimento às escolas da região urbana ou rural da cidade.

## **AMOSTRA**

A amostra foi composta por 26 adolescentes, sendo 13 integrantes por grupo analisado (área rural e urbana). A formação dos grupos foi realizada conforme o local de moradia de cada participante. A seleção da amostra foi realizada por conveniência através de um convite à possíveis participantes que se enquadraram nos critérios do estudo, seguido da entrega do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e das anamneses a todos eles e aos respectivos responsáveis. Os testes foram realizados após o recolhimento das assinaturas e do preenchimento das anamneses. Para participar do estudo os indivíduos passaram pelos seguintes critérios de inclusão delimitados: ter entre 12 a 15 anos, sexo feminino e masculino e estar obrigatoriamente matriculado em alguma instituição de ensino.

Além disso, foram respeitados os seguintes critérios de exclusão para a seleção dos indivíduos participantes da pesquisa: praticar exercício físico fora do ambiente escolar em uma frequência superior a 2 vezes na semana, possuir contraindicação médica para prática de exercício físico e/ou possuir problemas osteoarticulares que impossibilitassem a aplicação dos testes.

## **LOGÍSTICA DO ESTUDO**

Por conta da Covid-19, a pesquisa sofreu algumas modificações em relação ao recrutamento e seleção de cada criança. Para o início do processo de pesquisa, ocorreu o contato por conveniência com os indivíduos, realizado por telefone. Após confirmação e autorização dos indivíduos e respectivos responsáveis para participação da pesquisa, ocorreu a combinação do local e hora para aplicação dos testes. Antes da aplicação, foi entregue o TCLE aos indivíduos e responsáveis, juntamente com uma anamnese direcionada aos responsáveis para avaliação dos critérios de inclusão e exclusão do estudo sobre os alunos.

Seguindo a esses procedimentos, realizou-se a familiarização dos participantes com os testes seguido da aplicação, na qual utilizou-se a metodologia proposta pelo projeto esporte Brasil (PROESP). Por fim, foram entregues a cada um dos participantes e responsáveis, prioritariamente, os resultados da pesquisa.

## **PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS**

A coleta de dados foi realizada após a aprovação do comitê de ética em pesquisa (CEP – nº 3782724). Por conta da Covid-19, a pesquisa sofreu algumas modificações em relação ao recrutamento e seleção de cada criança. Para o início do processo de pesquisa, ocorreu o contato por conveniência aos indivíduos, realizado por telefone. Após confirmação e autorização dos indivíduos e responsáveis para participação da pesquisa, ocorreu a combinação do local e hora para aplicação dos testes. Antes da aplicação, foi entregue o TCLE aos indivíduos e responsáveis, juntamente com uma anamnese direcionada aos responsáveis para avaliação dos critérios de inclusão e exclusão do estudo sobre os alunos.

Seguindo a esses procedimentos, realizou-se a familiarização dos participantes aos testes e a aplicação, seguindo a metodologia proposta pelo projeto esporte Brasil (PROESP).

As aplicações aconteceram com todos cuidados e medidas de higienização por conta da pandemia, sendo que cada participante compareceu em horário previamente agendado (individualmente) acompanhado por apenas um responsável e o avaliador com um auxiliar. Apesar da presença do auxiliar, os testes foram aplicados somente pelo avaliador, em todas etapas. O tempo de aplicação dos testes para cada indivíduo avaliado foi de aproximadamente 30 minutos. Por fim, foram entregues a cada um dos participantes e responsáveis, prioritariamente, os resultados da pesquisa.

## **ANAMNESE**

A anamnese sobre os participantes foi entregue juntamente com o TCLE, direcionada aos responsáveis para preenchimento, com objetivo de qualificar se os indivíduos possuíam os pré-requisitos para serem selecionados para a amostra e avaliar se estavam aptos à prática dos testes. Além disso, a anamnese foi utilizada para obter informações sobre o estilo de vida dos participantes e para mostrar se os indivíduos ficavam dentro dos critérios propostos pelo estudo.

## **TESTES**

O conjunto de testes que foram utilizados para avaliação das capacidades físicas foi proposto pelo projeto esporte Brasil (PROESP) que consiste em seis testes. Sendo um sistema de avaliação da aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho esportivo de crianças e adolescentes no âmbito da educação física escolar e do esporte educacional, o PROESP propõe um sistema de medidas, testes e avaliações que são compatíveis com a realidade de nossas escolas e que, da mesma forma, considera a diversidade cultural da população brasileira. As variáveis avaliadas foram: flexibilidade, agilidade, resistência muscular localizada, força explosiva de membros superiores, força explosiva de membros inferiores e velocidade. Os testes abaixo seguem o protocolo proposto pelo projeto esporte Brasil (PROESP).

### **Flexibilidade**

Teste de sentar e alcançar: Uma fita métrica foi estendida ao solo. Na marca de 38 centímetros desta fita, posicionou-se um pedaço de fita adesiva de 30 centímetros em perpendicular. O avaliado descalço, deveria tocar a fita adesiva com os calcanhares na marca dos 38 centímetros e deixá-los separados por 30 centímetros. Os participantes posicionaram-se sentados ao solo, com as pernas estendidas e com as mãos uma sobre a outra. Deviam deslizá-las vagarosamente sobre uma fita métrica tão distante quanto conseguissem, permanecendo na posição final o tempo necessário para a distância ser anotada. Foram realizadas duas tentativas por indivíduo avaliado e a distância mais alta das duas tentativas foi utilizada para análise posterior.

### **Agilidade**

Teste do quadrado: Os participantes realizaram o teste em um quadrado de quatro metros de lado, com cones plásticos para delimitações limítrofes. Ao sinal do professor, deveriam deslocar-se em velocidade máxima e tocar com uma das mãos no cone situado no canto em diagonal do quadrado, depois correr para tocar o cone à sua esquerda e se deslocar para tocar o cone em diagonal, atravessando o quadrado e finalizando correndo em direção ao último cone, que corresponde ao ponto de partida. Foram realizadas duas tentativas por indivíduo avaliado e o menor tempo das duas tentativas foi utilizado para análise posterior.

## **Velocidade**

Teste de corrida de 20 metros: Em uma pista de 20 metros, três linhas paralelas estavam dispostas ao solo: a primeira, linha de partida, a segunda, linha de cronometragem (linha de chegada) distante 20 metros da primeira linha e a terceira linha, marcada a um metro da segunda. A terceira linha serviu como referência de chegada para o aluno na tentativa de evitar que ele iniciasse a desaceleração antes de cruzar a linha de cronometragem. Ao sinal do professor, o avaliado deveria deslocar-se, o mais rápido possível, em direção à linha de chegada. Foram realizadas duas tentativas por indivíduo avaliado e o menor tempo obtido das duas tentativas foi utilizado para análise posterior.

## **Resistência muscular localizada**

Teste abdominal *sit up*: Os participantes posicionaram-se deitados, com os joelhos flexionados e com os braços cruzados sobre o tórax. O professor deveria segurar os tornozelos dos participantes com as mãos, deixando-os fixados no chão. Ao sinal, o avaliado deveria realizar o maior número de repetições completas em um minuto, realizando o movimento de flexão de tronco até tocar os cotovelos nas coxas, voltando a posição inicial. Para análise posterior foi utilizado o maior número de repetições completas em um minuto.

## **Força explosiva de membros superiores**

Teste de arremesso com *medicine ball*: Os participantes deveriam estar sentados, com as pernas estendidas e unidas e com as costas completamente encostadas em uma parede, segurando a *medicine ball* junto ao peito e com os cotovelos flexionados. Ao sinal do professor, os participantes deveriam lançar a bola o mais distante possível, mantendo as costas apoiadas na parede. A distância do arremesso foi registrada no ponto em que a bola tocou o chão pela primeira vez. Foram realizados dois arremessos por indivíduo avaliado e a maior distância alcançada das duas tentativas foi utilizada para análise posterior.

## **Força explosiva de membros inferiores**

Teste do salto horizontal: Uma trena foi fixada ao solo, perpendicularmente à linha de partida. Os participantes deveriam estar atrás da linha de partida, com os pés paralelos, um pouco afastados, joelhos semiflexionados e tronco levemente projetado para frente. Ao sinal do professor, deveriam saltar a maior distância possível aterrissando com os dois pés juntos. A

distância do salto foi registrada a partir da linha de partida até o calcanhar do avaliado. Foram realizadas duas tentativas por indivíduo avaliado e a maior distância das duas tentativas foi utilizada para análise posterior.

## TRATAMENTO ESTATÍSTICO

Os resultados foram expressos em média  $\pm$  desvio padrão. Primeiramente, a amostra total foi dividida em dois grupos para a análise (moradores da área rural e urbana). Foi realizado um teste t para amostras independentes para verificar diferenças nas capacidades físicas entre esses dois grupos. Para todos os testes foi adotado um  $\alpha \geq 0,05$ .

## RESULTADOS

A amostra foi composta por 26 adolescentes com média de idade de  $13,76 \pm 1,17$  anos, massa corporal média de  $58,38 \pm 18,22$  Kg, estatura média de  $1,63 \pm 0,11$  metros e IMC médio de  $21,54 \pm 4,86$ . A caracterização da amostra de cada grupo está representada nas tabelas 1 e 2.

**Tabela 1. Caracterização da amostra do grupo da área urbana.**

	<b>Média <math>\pm</math> DP</b>	<b>Variação</b>
<b>Idade</b>	13,61 $\pm$ 1,26	12 - 15
<b>Massa Corporal</b>	56,70 $\pm$ 11,01	29,20 - 71
<b>Estatura</b>	1,65 $\pm$ 0,09	1,44 - 1,78
<b>IMC</b>	20,47 $\pm$ 2,89	14,10 - 24,75

Fonte: O autor.

**Tabela 2. Caracterização da amostra do grupo da área rural.**

	<b>Média <math>\pm</math> DP</b>	<b>Variação</b>
<b>Idade</b>	13,92 $\pm$ 1,11	12 - 15
<b>Massa Corporal</b>	60,06 $\pm$ 23,76	27,60 - 124,30
<b>Estatura</b>	1,60 $\pm$ 0,13	1,36 - 1,80
<b>IMC</b>	22,60 $\pm$ 6,19	15 - 39,71

Fonte: O autor.



Os valores descritivos dos testes realizados no presente estudo estão apresentados na tabela 3. Não foram encontradas diferenças significativas entre as capacidades físicas avaliadas e as condições de moradia apresentadas.

**Tabela 3. Comparação dos resultados dos testes realizados no estudo entre o grupo da área urbana e o grupo da área rural.**

<b>Teste</b>	<b>Grupo</b>	<b>Valor Mínimo</b>	<b>Valor Máximo</b>	<b>Média ± DP</b>
<b>Sentar e alcançar</b>	Urbano	14	41	31,15 ± 8,59
	Rural	14	44	31,76 ± 8,87
<b>Abdominal sit up</b>	Urbano	14	30	22,30 ± 4,51
	Rural	5	37	23,15 ± 9,45
<b>Salto horizontal</b>	Urbano	1,00	1,62	1,34 ± 0,21
	Rural	0,87	1,70	1,29 ± 0,27
<b>Quadrado</b>	Urbano	6,10	8,25	7,01 ± 0,75
	Rural	5,56	9,03	7,17 ± 0,98
<b>Arremesso medicine ball</b>	Urbano	1,90	3,40	2,49 ± 0,44
	Rural	1,41	4,41	2,68 ± 0,83
<b>Corrida de 20 metros</b>	Urbano	3,04	4,71	3,85 ± 0,52
	Rural	3,08	6,20	4,14 ± 0,71

Fonte: O autor.

## **DISCUSSÃO**

A prática regular de atividade física tem diminuído consideravelmente na população em geral, e na adolescência essa prevalência de baixos níveis é elevada. Caracterizada por uma fase em que ocorrem transformações biológicas, físicas, psicológicas e sociais, a adolescência, juntamente com esses fatores, pode afetar diretamente nas atividades realizadas diariamente. Além disso, o meio ambiente no qual cada indivíduo vive pode ser um determinante do estilo de vida. Os conceitos de “rural” e “urbano” indicam formas diferentes de organização do

espaço. Também significam diferentes formas de organização social, econômica e de padrões culturais. No Brasil, a definição de rural e urbano é baseada nas áreas, sendo classificadas de acordo com a localização de seu domicílio (RODRIGUES, 2014). Sendo assim, o meio ambiente faz parte da caracterização do estilo de vida das pessoas, que mesmo separadas por quilômetros, podem ter estilos de vida diferentes. O objetivo do presente estudo foi comparar as capacidades físicas em adolescentes residentes na região rural e na região urbana da cidade de Flores da Cunha – RS.

Um estudo realizado em Minas Gerais por Petroski et. al (2012), com o objetivo de verificar a associação entre a aptidão física e fatores sociodemográficos em adolescentes domiciliados em áreas urbanas e rurais, mostrou que na flexibilidade e aptidão cardiorrespiratória, a maior proporção de inadequação foi encontrada nos escolares da área urbana, enquanto na força/resistência muscular, a proporção mais elevada foi verificada nos da área rural. Já em algumas cidades do Rio Grande do Sul e Santa Catarina, conforme Glaner (2005), os adolescentes rurais possuem a força/resistência na parte inferior do tronco superior à dos urbanos, oscilando essa superioridade de 5 a 19%.

Um outro estudo feito por Dumith, Júnior e Rombaldi (2008), no Rio Grande do Sul, aponta que adolescentes da zona rural tiveram pior desempenho no teste de resistência muscular do que os da zona urbana. Já no teste de capacidade cardiorrespiratória, adolescentes da zona rural obtiveram maiores resultados. Essa inadequação dos adolescentes rurais em relação ao teste de resistência muscular nos estudos citados, pode ser explicada pelo não conhecimento do exercício abdominal relatado pelos próprios rurais, sendo que no dia da aplicação do teste, estariam executando-o pela primeira vez. No meio urbano, não se observou este fato e se pode afirmar que todos urbanos conheciam o exercício abdominal.

Apesar do exposto, no presente estudo não foram encontradas diferenças significativas entre as capacidades físicas avaliadas e as condições de moradia apresentadas. Um dos motivos que podem ter influenciado nos resultados é o avanço da tecnologia e sua interferência no meio ambiente. Por exemplo, os elementos que definem a área rural foram se modificando ao longo do tempo e ganharam novos contornos: a agricultura se modernizou, a indústria já possui seu espaço na área rural, a população rural passou a ter rendimentos vindos das cidades e as diferenças culturais entre campo e cidade diminuíram (KAGEYAMA, 2004). Além disso, os avanços tecnológicos possibilitaram a substituição do trabalho manual e físico em muitas áreas de trabalho, como na agricultura, com o uso de máquinas desde o plantio até a colheita, minimizando a participação humana (MENDES; CUNHA, 2013).

Isso também reflete nos comportamentos sedentários. Atividades mais tradicionais, como “amarelinha”, “pega-pega”, jogos com bola, bicicleta, bonecas, não são mais as atividades favoritas da infância moderna. Com isso, os aparelhos eletrônicos como computadores, celulares, jogos de última geração, fazem parte do processo de industrialização e influenciam diretamente na relação afetiva e social das crianças, juntamente com a maturação cognitiva e de habilidades motoras (PAIVA; COSTA, 2015). Segundo Regis et. al (2016), duas categorias podem influenciar nos níveis de atividade física e na adoção de comportamentos sedentários: as características individuais, como motivações e habilidades motoras; e as ambientais: como espaços de lazer, custos e suporte socioculturais. A tecnologia foi criada para facilitar a vida das pessoas, mas, por outro lado, se utilizada de forma inadequada, pode favorecer ainda mais o avanço do sedentarismo tornando as pessoas ainda mais inativas e propícias ao desenvolvimento de doenças.

Segundo o IBGE (2020), Flores da Cunha tem uma população estimada de 31.063 pessoas atualmente. Com o passar dos anos, a cidade se modernizou e cresceu, e hoje, podemos considerar a diminuição da distinção entre áreas rurais e urbanas. Além disso, a maioria da população é economicamente ativa e com boas condições financeiras, facilitando o acesso às tecnologias, informações e conhecimento sobre questões de saúde.

Outro motivo que pode ter influenciado nos resultados do presente estudo refere-se à participação da família e amigos na aquisição e manutenção de comportamentos saudáveis e no contato com atividades físicas. Segundo Seabra et. al (2008), a família pode ser considerada como um dos principais fatores capazes de influenciar nos comportamentos dos adolescentes, pois muitos desses comportamentos saudáveis são iniciados e mantidos no ambiente familiar. O autor acredita que é durante a primeira década de vida que a família influencia e modela os interesses e comportamentos das crianças diante das atividades físicas. Já na adolescência, os sujeitos tendem a ignorar valores, atitudes e conselhos dos pais, dando relevância aos hábitos e comportamentos de seus amigos. Ainda segundo Seabra et. al (2008), nesse período há uma reorientação das influências dos pais e amigos, podendo ocorrer, de forma natural, alterações nos comportamentos saudáveis pelos adolescentes.

A Educação Física Escolar tem papel fundamental no processo de prevenção do sedentarismo e de promoção da qualidade de vida, tanto de forma direta, a partir da prática durante as aulas, quanto de forma indireta, estimulando a prática fora do ambiente escolar e favorecendo conhecimento e experiências. Em muitos casos, a escola é o único lugar que o adolescente e criança tem acesso a prática de atividade física.

Mesmo com a modernização e com o fácil acesso a locais de lazer, esportes, centros de treinamentos, tanto para o público urbano quanto para o rural, às vezes, os pais e responsáveis não possuem tempo disponível em seu dia a dia, por conta da jornada de trabalho ou outros afazeres, para oferecerem acesso a essas atividades. Além disso, a falta de segurança em deixar a criança ou adolescente acessar os locais de maneira independente e os perigos relacionados ao trânsito e a circulação de pessoas, também interferem no acesso dessas atividades. Com isso, a escola acaba se tornando um local para a execução dessas atividades. Quando crianças e adolescentes adotam a prática regular de exercícios físicos desde cedo, eles têm mais chances de ter uma vida adulta ativa. Assim, percebemos a importância da escola na prática de atividades e na adoção de hábitos saudáveis (GUEDES, 2015).

Com base nisso, ainda podemos encontrar alguns resultados semelhantes aos apresentados no presente estudo, levando em consideração algumas capacidades físicas e suas diferenças entre os adolescentes da região urbana e rural. No estudo de Glaner (2002), a flexibilidade não apresentou diferença estatística entre as moças rurais e urbanas, enquanto no estudo de Glaner (2005), os rapazes nos dois domicílios possuíam percentuais semelhantes e que atendem os critérios referenciados do estudo.

As principais limitações do presente estudo são relacionadas com o tamanho amostral, que precisou ser reduzido devido a COVID-19. Além disso, as modificações dos hábitos de vida dos participantes, em virtude da pandemia, podem ter interferido nos resultados finais, devido às possíveis reduções na prática de atividades físicas.

## **CONCLUSÃO**

Os resultados obtidos nesta pesquisa revelam que não foram encontradas diferenças significativas entre as capacidades físicas avaliadas e as condições de moradia apresentadas. Esse achado pode estar relacionado com o avanço da tecnologia, sua interferência no meio ambiente e nos comportamentos sedentários. Além disso, pode estar relacionado com a participação da família e amigos em comportamentos saudáveis e no contato com atividades físicas e na relação da Educação Física Escolar com o processo de prevenção do sedentarismo e de promoção da qualidade de vida. Importante ressaltar que o processo de pandemia devido a COVID-19 pode ter prejudicado diretamente o estudo.

## REFERÊNCIAS

CONDESSA, Luciano Antonacci et al. Prevalência de adolescentes fisicamente ativos nas capitais brasileiras: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2012 e 2015. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 21, p. e180012, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/rbepid/2018.v21suppl1/e180012/>>. Acesso em: 03 nov. 2020.

DUMITH, Samuel de Carvalho; JÚNIOR, Mario Renato de Azevedo; ROMBALDI, Airton José. Aptidão física relacionada à saúde de alunos do ensino fundamental do município de Rio Grande. **Revista Brasileira da Medicina do Esporte**. RS, Brasil. 2008. Disponível em: <<http://www.repositorio.furg.br/handle/1/3001>>. Acesso em: 13 out. 2020.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3.ed. São Paulo: Phorte Editora, 2005.

GLANER, Maria Fátima. Aptidão física relacionada à saúde de adolescentes rurais e urbanos em relação a critérios de referência. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 1, p. 13-24, 2005. Disponível em: <<http://www.periodicos.usp.br/rbefe/article/view/16579>>. Acesso em: 13 out. 2020.

GLANER, Maria Fátima. **Crescimento físico e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes rurais e urbanos**. 2002. Tese de Doutorado. Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria. Disponível em: <[http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos\\_teses/EDUCACAO\\_FISICA/teses/Glaner\\_Tese.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCACAO_FISICA/teses/Glaner_Tese.pdf)>. Acesso em: 13 out. 2020.

GUEDES, Natan Pinheiro. A influência da tecnologia para o sedentarismo de estudantes no ensino fundamental. Centro Universitário de Brasília - **UniCEUB** FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES, 2015. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/7546>>. Acesso em: 13 out. 2020.

IBGE: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Brasil, Rio Grande do Sul, Flores da Cunha, 2020. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rs/flores-da-cunha/panorama>>. Acesso em: 19 out. 2020.

KAGEYAMA, Angela. Desenvolvimento rural: conceito e um exemplo de medida. **In: Congresso da SOBER. SOBER**. Cuiabá. 2004. Disponível em: <<https://seer.sct.embrapa.br/index.php/cct/article/view/8702>>. Acesso em: 13 out. 2020.

MENDES, Carlos Maximiano Leite; CUNHA, Rubens Cesar Lucena da. As novas tecnologias e suas influências na prática de atividade física e no sedentarismo. **Revista interfaces: saúde, humanas e tecnologia**, v. 1, n. 2, 2013. Disponível em: <[https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as\\_sdt=0%2C5&q=AS+NOVAS+TECNOLOGIAS+E+SUAS+INFLU%3%8ANCIAS+NA+PR%3%81TICA+DE+ATIVIDADE+F%3%8DSICA+E+NO+SEDTARISMO&btnG=>](https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=AS+NOVAS+TECNOLOGIAS+E+SUAS+INFLU%3%8ANCIAS+NA+PR%3%81TICA+DE+ATIVIDADE+F%3%8DSICA+E+NO+SEDTARISMO&btnG=>)>. Acesso em: 13 out. 2020.

PAIVA, Natália Moraes Nolêto de; COSTA, J. A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça. **Psicologia. pt**, v. 1, p. 1-13, 2015. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0839.pdf>>. Acesso em: 13 out. 2020.

PEREIRA, Elenice de Sousa; MOREIRA, Osvaldo Costa. Importância da aptidão física relacionada à saúde e aptidão motora em crianças e adolescentes. **RBPfEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 7, n. 39, 2013. Disponível em: <<http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/viewFile/531/489>>. Acesso em: 03 nov. 2020.

PETROSKI, Edio Luiz et al. Associação entre baixos níveis de aptidão física e fatores sociodemográficos em adolescentes de áreas urbanas e rurais. **Motricidade**, v. 8, n. 1, p. 5-13, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1646-107X2012000100002](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2012000100002)>. Acesso em: 13 out. 2020.

PETROSKI, Edio Luiz; PELEGRINI, Andreia; GLANER, Maria Fátima. Insatisfação corporal em adolescentes rurais e urbanos. **Motricidade**, v. 5, n. 4, p. 13-25, 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1646-107X2009000400003&script=sci\\_arttext&tlng=es](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1646-107X2009000400003&script=sci_arttext&tlng=es)>. Acesso em: 03 nov. 2020.

PITANGA, FJ Gondim. Epidemiologia, atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 3, p. 49-54, 2008. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/463/489>>. Acesso em: 03 nov. 2020.

REGIS, Manuela Ferreira et al. Estilos de vida urbano versus rural em adolescentes: associações entre meio-ambiente, níveis de atividade física e comportamento sedentário. **Einstein (São Paulo)**, v. 14, n. 4, p. 461-467, 2016. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-45082016000400461&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-45082016000400461&script=sci_arttext&tlng=pt)>. Acesso em: 13 out. 2020.

RODRIGUES, João Freire. O rural e o urbano no Brasil: uma proposta de metodologia de classificação dos municípios. **Análise Social**, n. 211, p. 430-456, 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0003-25732014000200008](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0003-25732014000200008)>. Acesso em: 09 out. 2020.

SEABRA, André F. et al. Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. **Cadernos de saúde pública**, v. 24, p. 721-736, 2008. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/csp/2008.v24n4/721-736/>>. Acesso em: 13 out. 2020.