

PROJETO- DOM BOSCO ATIVO: INDICADORES DE ATIVIDADE FÍSICA/EXERCÍCIO DOS DISCENTES DA FACULDADE DE ENSINO SUPERIOR DOM BOSCO

¹Amanda Mayra Gallego; ¹Danilo Aparecido Sabione; ²Crisieli Maria Tomeleri.

¹*Acadêmicos do 8º período de Educação Física Bacharelado- Faculdade de Ensino Superior Dom Bosco.*

²*Docente no Curso de Educação Física Bacharelado e Licenciatura- Faculdade de Ensino Superior Dom Bosco.*

RESUMO

Atualmente, os estudantes ao ingressarem em uma Universidade estão predispostos a passar por uma sequência de mudanças em seu estilo de vida. Paralelamente com as várias responsabilidades e afazeres inerentes ao ensino superior, acabam por deixar de lado a prática de atividades físicas, originando vários fatores negativos, dentre eles o sedentarismo. Portanto, o objetivo do presente estudo será avaliar e comparar o nível de atividade física/exercícios dos discentes matriculados nos diferentes cursos da Faculdade Dom Bosco. A presente pesquisa é caracterizada como epidemiológica e descritiva. Antes das coletas, será solicitada a autorização para a realização do presente estudo para a direção e coordenadores de cada curso da referida instituição. Serão selecionados por conveniência 20% de um total de 802 discentes, matriculados regularmente nos cursos oferecidos (Educação Física, Administração, Direito, Farmácia, Pedagogia e Fisioterapia). Para coleta dos dados, será utilizado um questionário semiestruturado desenvolvido pelos pesquisadores do presente estudo, com perguntas abertas e fechadas abordando a temática atividade física e exercício físico. Para análise dos dados será utilizado o teste do Qui-quadrado, assim como os dados serão processados no pacote estatístico SPSS, versão 20.0, com significância estatística de $p < 0,05$. Espera-se que a maioria dos discentes desta instituição sejam ativos fisicamente e pratiquem exercícios físicos pelo menos uma vez na semana.

Palavras-chave: Epidemiologia. Universitários. Atividade Motora. Estilo de Vida. Sedentarismo.