



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL  
CAMPUS CHAPECÓ  
CURSO DE MEDICINA**

**JAIME ALVES CORRÊA JUNIOR**

**RODRIGO MEIRELES LOPES**

**REVISÃO SISTEMÁTICA DAS BARREIRAS PARA A ATIVIDADE FÍSICA EM  
CRIANÇAS E ADOLESCENTES QUE RESIDEM NO SUL DO BRASIL**

**CHAPECÓ**

**2020**

**JAIME ALVES CORRÊA JUNIOR**

**RODRIGO MEIRELES LOPES**

**REVISÃO SISTEMÁTICA DAS BARREIRAS PARA A ATIVIDADE FÍSICA EM  
CRIANÇAS E ADOLESCENTES QUE RESIDEM NO SUL DO BRASIL**

Trabalho de conclusão do curso de graduação  
apresentado como requisito para obtenção do  
grau de Médico – Universidade Federal da  
Fronteira Sul.

Orientador: Prof. Dr. Paulo Henrique de Araújo  
Guerra

**CHAPECÓ**

**2020**

Acadêmicos:

**JAIME ALVES CORREA JUNIOR**

**RODRIGO MEIRELES LOPES**

Título do trabalho:

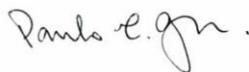
**REVISÃO SISTEMÁTICA DAS BARREIRAS PARA ATIVIDADE FÍSICA EM  
CRIANÇAS E ADOLESCENTES QUE RESIDEM NO SUL DO BRASIL**

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado como requisito pra obtenção de grau de Bacharel em Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul.

Orientador: Prof. Dr. Paulo Henrique de Araújo Guerra

Este trabalho de conclusão de curso foi defendido e aprovado pela banca em: 06 / 11 / 2020

BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr. Paulo Henrique de Araújo Guerra (UFFS/Chapecó) – Presidente da banca



Prof. Esp. Asdrubal Cesar da Cunha Russo (UFFS/Chapecó) – Membro da banca



Prof. Esp. Ricardo Farias (UFFS/Chapecó) – Membro da banca

## REVISÃO SISTEMÁTICA DAS BARREIRAS PARA A ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES QUE RESIDEM NO SUL DO BRASIL

Paulo Henrique de Araújo Guerra<sup>1</sup>  
Jaime Alves Corrêa Junior<sup>2</sup>  
Rodrigo Meireles Lopes<sup>3</sup>  
Thiego Socoloski<sup>4</sup>  
Cassiano Ricardo Rech<sup>5</sup>  
Daniela Lopes dos Santos<sup>6</sup>  
Ciro Romélio Rodriguez-Añez<sup>7</sup>

### RESUMO

**Objetivo:** Identificar as principais barreiras para a prática de atividade física (AF) em crianças e adolescentes que vivem na região sul do país, assim como a identificação das abordagens, procedimentos e instrumentos utilizados. **Métodos:** Em maio de 2019, os artigos de interesse foram procurados pela aplicação de buscas sistemáticas em sete bases de dados eletrônicas e por meio de buscas manuais por referências nos artigos avaliados, buscando identificar as barreiras para a prática de AF em crianças e adolescentes. **Resultados:** Nove estudos foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão. Por localização, as pesquisas incluídas abrangeram nove cidades dos estados do Paraná e Rio Grande do Sul. As coletas de dados ocorreram entre 2006 e 2015. Por tamanho, as amostras variaram entre 59 e 1.672 respondentes, tendo, por sexo, meninas como a maioria. Pode-se identificar a grande variabilidade entre os domínios da AF avaliados, envolvendo, mais frequentemente, o tempo de lazer e o descolamento ativo. As barreiras identificadas nos estudos originais foram classificadas em três domínios: intrapessoais, interpessoais e ambientais. Os achados da presente revisão sugerem o maior número de barreiras intrapessoais para a AF, sendo elas “falta de motivação”, “falta de tempo” e “preguiça/cansaço/falta de energia”, assim como barreiras de outros domínios, como “falta de companhia” (interpessoal) e a “falta de clima adequado” (ambiental). **Conclusão:** O reconhecimento destas barreiras é muito importante

---

<sup>1</sup> Docente adjunto da UFFS. Contato: paulo.guerra@uffs.edu.br

<sup>2</sup> Acadêmico do curso de Medicina da UFFS. Campus Chapecó. Contato: hamescorrea@gmail.com

<sup>3</sup> Acadêmico do curso de Medicina da UFFS. Campus Chapecó. Contato: rodrigomeireleslopes@gmail.com

<sup>4</sup> Graduado em Educação Física pela UFSM. Especialista em Saúde da Família pela UFSC e em Fisiologia Aplicada ao Treinamento Esportivo pela CELER. Cursando especialização em Saúde Coletiva na UFFS. Profissional de Educação Física do NASF na SESAU-Chapecó. Contato: tsocoloski@gmail.com

<sup>5</sup> Docente da UFSC

<sup>6</sup> Docente da UFSM

<sup>7</sup> Docente da UTFPR

tanto para o aprofundamento do debate, quanto para a tomada de decisão, nas estratégias e ações de promoção de AF.

Palavras-chave: Barreiras. Atividade física. Crianças e adolescentes. Revisão. Sul do Brasil.

## **INTRODUÇÃO**

Desde os anos iniciais da vida, o incentivo à prática de atividade física (AF) é muito importante, visto que crianças e adolescentes ativos apresentam maiores chances de se tornarem adultos ativos (HAYES et al., 2019). Entretanto, mesmo que os níveis de AF moderadas e vigorosas entre os adolescentes que vivem nos estados que compõem a região Sul do Brasil se posicionem acima da média nacional (BRASIL, 2016), as estimativas ainda são muito baixas, sugerindo que avanços precisam ser feitos, sobretudo na síntese dos principais motivos que levam à sua não-realização, que na literatura são conhecidos como “barreiras” para a prática de AF (COPETTI; NEUTZLING; SILVA, 2010).

Estudos prévios sobre barreiras pontuam que nem sempre os fatores que impedem a realização das práticas de AF nesta faixa etária são de natureza pessoal, o que torna importante o aprofundamento da discussão sobre as distintas barreiras interpessoais e ambientais. Dessa maneira, o reconhecimento mais detalhado sobre as barreiras que impedem a prática de AF em determinados grupos é importante para o planejamento e implementação de ações que tenham como objetivo a promoção da AF em crianças e adolescentes (RECH et al., 2018; SANTOS et al., 2010).

Tomando por base estas premissas, o presente estudo foi elaborado tendo como objetivos a identificação das principais barreiras para a prática de AF em crianças e adolescentes que vivem na região Sul do país, assim como a identificação das abordagens, procedimentos e instrumentos utilizados entre os estudos.

## **MÉTODOS**

Este estudo configura-se como uma revisão de escopo, visto seu objetivo mais ampliado de identificar e mapear as barreiras para a AF (BARBOSA FILHO; TRICCO, 2019). Se estabeleceu que a síntese descritiva seria composta por artigos científicos originais, que analisaram as barreiras para a AF em amostras de crianças e adolescentes que vivem em cidades da região Sul do Brasil (ex. com idades no intervalo entre quatro e 19 anos de idade),

com exceção de revisões de literatura, não foram impostas restrições quanto aos delineamentos de pesquisa utilizados, representatividade amostral, sexo, condição contextual e/ou clínica dos participantes (ex. crianças obesas) e estratégias utilizadas para coleta e análise dos dados (ex. qualitativas, quantitativas ou mistas).

Em maio de 2019, os artigos de interesse foram procurados pela aplicação de buscas sistemáticas em sete bases de dados eletrônicas (Lilacs, Physical Education Index, Pubmed, Scielo, Scopus, Sportdiscus e Web of Science), tendo como ponto de partida a construção aplicada no Pubmed: ((barrier\*[Text Word]) AND (((physical activity[Text Word]) OR walk\*[Text Word]) OR run\*[Text Word]) OR cycling[Text Word])) AND brazil[Text Word] e por meio de buscas manuais por referências nos artigos avaliados pelos seus textos integrais e em uma revisão prévia sobre barreiras para a AF no Brasil, que abrangeu distintas fases da vida (Rech et al., 2018).

O processo da presente revisão foi constituído por cinco etapas, envolvendo o trabalho independente de pesquisadores: no (I) desenvolvimento das buscas sistemáticas (JC, PG e RM), (II) avaliação dos títulos e resumos (JC, PG, RM e TS), (III) avaliação dos textos integrais (JC, PG, RM e TS), (IV) extração dos dados originais (JC, PG e RM) e (V) elaboração da síntese descritiva (JC, PG e RM).

Tomando como base a revisão prévia (RECH et al., 2018), as barreiras identificadas nos estudos originais foram classificadas em três domínios: intrapessoais, interpessoais e ambientais. Com exceção das revisões de literatura, todos os delineamentos de estudo foram considerados. Não foram impostas restrições em relação às abordagens utilizadas (ex. qualitativa, quantitativa ou mista), tipo de análise utilizada para identificação das barreiras (ex. descritivas, correlacionais ou regressões). Mais especificamente, para elaboração dos resultados da síntese, optou-se por utilizar o modelo de análise mais complexo (ex. um modelo multivariado em relação às correlações ou descrições) e, no caso de estudos descritivos, apresentação apenas das barreiras mais frequentemente percebidas pela amostra.

## **RESULTADOS**

Os detalhes relacionados às etapas deste estudo podem ser verificados no fluxograma (Figura 1). De forma resumida, foram encontrados 600 artigos potenciais por meio das buscas nas bases de dados. Destes, 507 foram considerados inelégíveis na avaliação por títulos e

resumos. Dos 93 artigos avaliados pelos seus textos integrais, foram excluídos 84, destacando a faixa etária ( $n = 31$ ) e a ausência de análise de barreiras para AF ( $n = 20$ ) como motivos mais frequentes para as exclusões. Nesse sentido, nove artigos, que representam oito amostras diferentes, responderam adequadamente aos critérios de inclusão supracitados e compuseram a presente síntese descritiva (BECKER et al., 2017; COPETTI; NEUTZLING; SILVA, 2010; DAMBROS; LOPES; SANTOS, 2011; DIAS; LOCH; RONQUE, 2015; MULLER; SILVA, 2013; PANDOLFO et al., 2016; SANTOS, et al., 2010 (a); SANTOS et al., 2010 (b); SILVA et al., 2011)

Por localização, as pesquisas incluídas abrangeram nove cidades dos estados do Paraná e do Rio Grande do Sul (Tabela 1). As coletas de dados ocorreram entre 2006 e 2015, em amostras geralmente formadas por processos randomizados, envolvendo crianças e adolescentes de escolas públicas e privadas — sendo a maioria formada por estudantes da rede pública — com a faixa etária entre 10 e 19 anos. Por tamanho, as amostras variaram entre 59 e 1.672 respondentes, tendo, por sexo, meninas como a maioria em seis estudos.

Na Tabela 2 pode-se identificar a grande variabilidade entre os domínios da AF avaliados, envolvendo, mais frequentemente, AF no tempo de lazer e a AF como forma de deslocamento. No mesmo sentido, distintos questionários foram utilizados para avaliação da AF e das barreiras para a prática de AF. Abordagens quantitativas para a coleta e análise de dados foram identificadas em oito artigos, prevalecendo o uso da Regressão de Poisson para identificação das barreiras para a AF.

Considerando os fatores intrapessoais, podem ser destacadas as barreiras “falta de motivação”, “falta de tempo” e “Preguiça/cansaço/falta de energia” (Tabela 3), mencionadas em quatro artigos cada uma. No conjunto de fatores interpessoais, pode ser destacada a barreira “falta de companhia” e no conjunto de fatores ambientais a “Falta de clima adequado”, verificadas em três artigos cada. Complementarmente, a barreira “muito tráfego” foi indicada como limitadora à AF de deslocamento em dois artigos, sendo, mais especificamente identificada no estrato de meninos em um destes.

## **DISCUSSÃO**

Com objetivo de identificar as barreiras para a prática de AF em crianças e adolescentes que vivem na região Sul do país, a presente revisão destaca como seus principais

resultados a maior frequência de barreiras intrapessoais, como a “falta de motivação”, “falta de tempo” e a “preguiça/cansaço/falta de energia”, assim como barreiras de outros domínios, como a “falta de companhia” (interpessoal) e a “falta de clima adequado” (ambiental).

De modo geral, considerando as barreiras “falta de motivação”, “preguiça/cansaço/falta de energia” e a “falta de companhia”, torna-se importante que ações e estratégias de promoção de AF nesta especificidade incorporem elementos que permitam tanto o foco nas demandas individuais, quanto nos aspectos de interação social (RECH et al., 2018).

No que tange as barreiras de caráter intrapessoal, o presente estudo pôde observar a distribuição universal das barreiras “falta de motivação”, “falta de tempo” e a “preguiça/cansaço/falta de energia” em escolas da rede pública e privada, bem como a ampla distribuição nas mais variadas faixas etárias e gêneros. Mais especificamente, em Dambros et al. (2011), a maior percepção destas barreiras foi relatada entre os alunos da rede pública, sugerindo que fatores socioeconômicos possam também influenciar nesta questão. Além disso, Santos et al. (2010) observaram uma maior prevalência da barreira “preguiça/cansaço/falta de energia” entre as meninas, destacando que as barreiras percebidas podem ser diferentes entre os sexos.

As meninas relataram mais barreiras percebidas para AF, que, por consequência, podem explicar, em boa parte, seus menores níveis de AF quando comparadas aos meninos (FERREIRA et al., 2018). Dessa forma, estratégias de promoção de AF não podem desconsiderar o contexto sociocultural destas crianças e adolescentes que, via de regra, determina desde os anos iniciais da vida os papéis desempenhados pelos diferentes sexos na sociedade, os gostos e preferências específicas por AF (COSTA; ASSIS, 2011) e, também, a influência que há na observação do comportamento de outros indivíduos mais próximos (principalmente mães/pais), que é mais comumente verificado em meninos (RAMOS et al., 2017). Dessa forma, sugere-se que as estratégias de promoção e o aconselhamento em AF sejam construídas a partir destas especificidades, para que a AF possa ser promovida nos preceitos da igualdade de gênero.

Dentre as barreiras de caráter interpessoal, a síntese destaca a barreira “falta de companhia”, citada em quatro artigos. Vale pontuar que esta barreira também é frequentemente mencionada em outros estratos etários (RECH et al., 2018) e, no caso de

crianças e adolescentes, parece haver um maior sentido (ou mesmo direcionamento) às práticas de AF que são realizadas coletivamente, citando, como exemplos, as aulas de Educação Física e o recreio escolar, as escolinhas de esporte e o deslocamento para a escola.

Sobre fatores ambientais, a “falta de clima adequado” foi a barreira mais frequentemente percebida à AF, mencionada em cinco dos nove estudos incluídos. De maneira geral, a região Sul do país é uma zona de clima subtropical úmido, caracterizando-se por invernos com temperaturas baixas, verões com temperaturas elevadas e índice pluviométrico elevado, com variações bruscas no decorrer do ano. Dessa forma é importante que os acessos e espaços construídos para a prática de AF sejam adequados ao rigor e às variações do clima da região, de modo que estratégias e ações futuras possam diminuir esta barreira para a prática de AF.

Como pode-se observar na tabela 2, há uma grande variabilidade em relação aos instrumentos utilizados para a avaliação da AF e das BAF nos estudos. A grande maioria teve como referências estudos prévios realizados em outros países e/ou amostras diferentes para elaboração dos instrumentos de avaliação aplicados. Essa falta de padronização reflete um ponto negativo para esta revisão, uma vez que corrobora com a imprecisão quanto a generalização das relações entre BAF e as amostras estudadas.

## **LIMITAÇÕES**

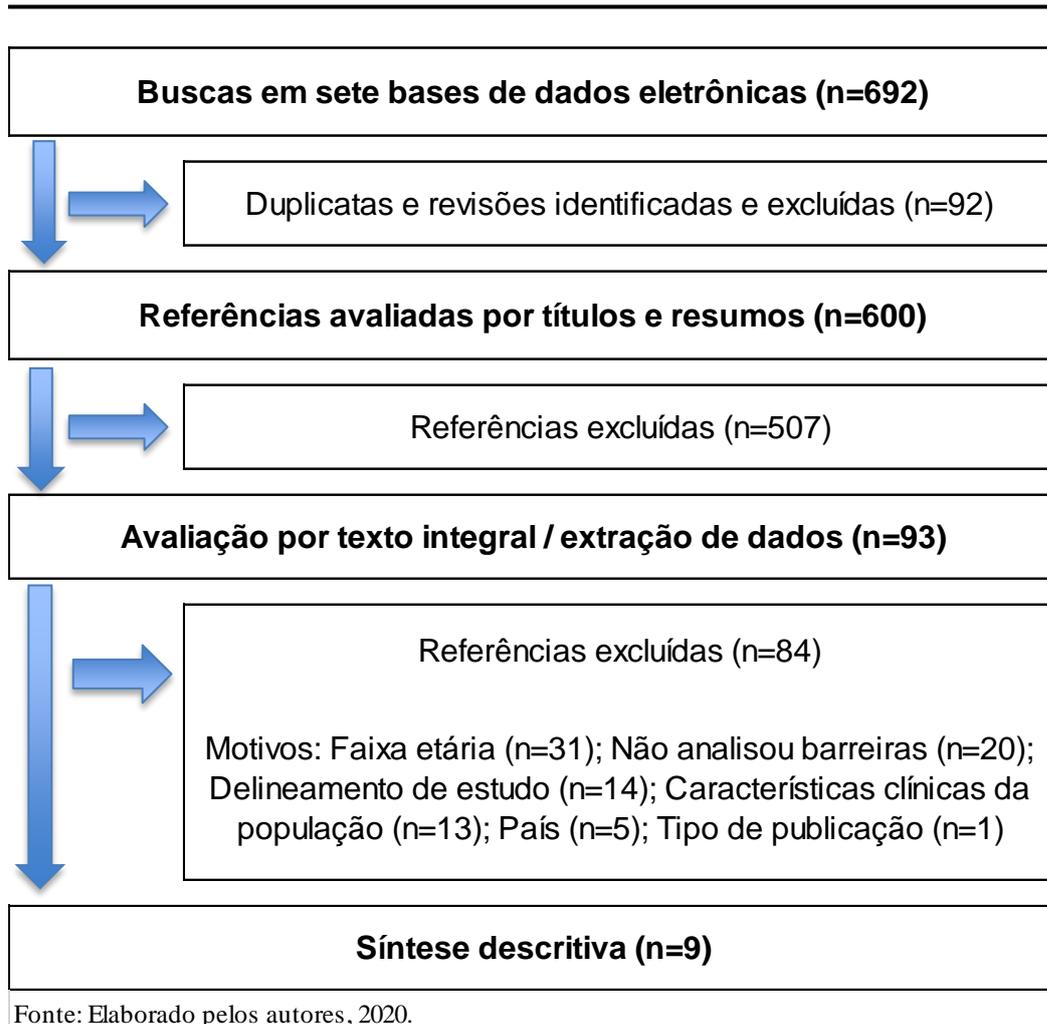
Como limitações do conjunto de artigos, podem ser destacados o delineamento transversal, que não permite inferências de relações causais entre as barreiras percebidas e a inatividade física, trazendo à tona a necessidade da realização de estudos longitudinais. Também cabe mencionar que a revisão não identificou nenhum estudo desenvolvido no estado de Santa Catarina, sugerindo maior cautela nas generalizações. Mais especificamente, a revisão não foi registrada previamente e, pelo seu caráter descritivo, não se avaliou o risco de viés das pesquisas disponíveis.

## **CONCLUSÃO**

Por fim, os achados da presente revisão sugerem o maior número de barreiras intrapessoais para a AF em crianças e adolescentes que vivem na região Sul do país e, especificamente, a maior frequência das barreiras intrapessoais “falta de motivação”, “falta de tempo” e a “preguiça/cansaço/falta de energia”, assim como barreiras de outros domínios,

como a “falta de companhia” (interpessoal) e a “falta de clima adequado” (ambiental). O reconhecimento destas barreiras é muito importante tanto para o aprofundamento do debate, quanto para a tomada de decisões, nas estratégias e ações de promoção de AF.

**Figura 1.** Fluxograma da Revisão Sistemática



**Tabela 1.** Características descritivas dos estudos

<b>Referencias</b>	<b>Local(is) da pesquisa</b>	<b>Ano da coleta de dados</b>	<b>Amostragem*</b>	<b>Amostra (%F)</b>	<b>Faixa etária</b>	<b>Características particulares da amostra</b>
Becker et al., 2017	Curitiba (PR)	2012	R	741 (56)	11–18	Matriculados em escolas públicas e privadas
Copetti; Neutzling; Silva, 2010	Pelotas (RS)	2007–8	R	398 (46)	10–19	Residentes da zona urbana
Dambros; Lopes; Santos, 2011	Santa Maria (RS)	2008	R	424 (45)	14–18	Matriculados em escolas públicas e privadas
Dias; Loch; Ronque, 2015	Londrina (PR)	2011	R	1409 (55)	14–19	Matriculados em escolas públicas
Muller; Silva, 2013	Canguçu, Cerrito, Pelotas, Piratini, São Lourenço do Sul (RS)	2012	TM	510 (59)	13–19	Matriculados em escolas rurais
Pandolfo et al., 2016	Santa Maria (RS)	2015	TM	348 (47)	14–19	Matriculados em escola pública
Santos et al., 2010 (a, b)	Curitiba (PR)	2006	R	59 (51)	15–18	Matriculados em escolas públicas
Silva et al., 2011	Caxias do Sul (RS)	2007	R	1672 (53)	11–17	Matriculados em escolas públicas e privadas

Legendas: \*: nível dos participantes; %F: percentual de meninas na amostra; R: processo randomizado; TM: todos os matriculados

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

**Tabela 2.** Aspectos metodológicos dos estudos incluídos

<b>Referencias</b>	<b>Domínios da AF</b>	<b>Instrumento de avaliação da AF</b>	<b>Instrumento de avaliação das barreiras</b>	<b>Métodos utilizados para análise</b>
Becker et al., 2017	Deslocamento (para a escola)	QDE	QDE (elaborado a partir de diversos questionários prévios)	Regressão de Poisson
Copetti; Neutzling; Silva, 2010	Lazer	QDE (baseado em questionários prévios)	Questionário elaborado por Reichert et al., 2007(1)	Regressão de Poisson
Dambros; Lopes; Santos, 2011	Total	Questionário COMPAC	Questionário adaptado de Martins; Petroski, 2000(2)	Análise descritiva
Dias; Loch; Ronque, 2015	Lazer	Seção quatro do IPAQ versão longa	Questionário desenvolvido por Santos et al., 2009(3)	Regressão de Poisson
Muller; Silva, 2013	Lazer	Questionário de Atividade Física para Adolescentes (QAFA)	Questionário adaptado de Reichert et al., 2007(1)	Regressão de Poisson
Pandolfo et al., 2016	Deslocamento e Lazer	IPAQ versão curta	Questionário desenvolvido por Santos et al., 2012(4)	Análise descritiva
Santos et al., 2010 (a)	Níveis de AF sozinho ou acompanhado.	Relato dos participantes, seguindo as padronizações utilizadas pelo Center of Disease and Control.(5)	QDE	Regressão Logística
Santos et al., 2010 (b)	Nível de AF (moderado a vigoroso)	Entrevistas estruturadas conduzidas em grupos focais		Análise de conteúdo e Análise descritiva
Silva et al., 2011	Deslocamento	Instrumento de autoregistro desenvolvido por Bouchard, 1983. (6)	QDE	Regressão de Poisson

Legendas: (1): Reichert FF, et al. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. *Am J Public Health*. 2007; 97(3):515-19; (2) Martins MO, Petroski EL. Mensuração da percepção de barreiras para a prática de atividades físicas: uma proposta de instrumento. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum* 2000;2(1):58-65; (3): Santos MS, et al. Desenvolvimento de um instrumento para avaliar barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. *Rev Bras Ativ Fís Saúde* 2009; 14(2):76-85; (4): Santos MS, et al. Desenvolvimento de um instrumento para avaliar barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. *Rev Bras Ativ Fis Saúde* 2012; 14(2): 76-85; (5): Brener ND, et al. Methodology of the youth risk behavior surveillance system. *MMWR Recomm Rep* 2004;53(RR-12):1-13; (6): Bouchard C. A method to assess energy expenditure in children and adults. *Am Soc Nutrition*. 1983:461-467; AF: atividade física; QDE: questionário desenvolvido para o estudo  
Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

**Tabela 3.** Barreiras para atividade física identificadas entre os estudos, organizadas por categorias e tipo de análise

Barreiras	Tipo de análise	
	Descritiva	Multivariada
<b>Fatores Intrapessoais</b>		
Acha chato		Santos 2010A (F/M)
Amigos moram longe	Pandolfo (F/M)	Dias (F)
Baixa auto-eficácia	Santos 2010B (F/M)	
Envolver muito planejamento		Becker (F)
Estar envolvido em muitas tarefas/atividades	Pandolfo (F/M)	
Falta de dinheiro	Santos 2010B (F/M)	Santos 2010A (M);
Falta de motivação	Pandolfo (F); Santos 2010B (F)	Dias (F/M); Muller; Santos 2010A (F/M)
Falta de tempo	Pandolfo (F); Santos 2010B (F/M)	Copetti; Dias (M); Santos 2010A (F/M)
Falta de vontade	Santos 2010B (F/M)	
Identificar o percurso como chato		Becker (M)
Jornada de trabalho extensa	Dambros	
Mau-humor	Dambros	
Muitas tarefas		Dias (F/M)
Não conhece lugares		Dias (F); Santos 2010A (F)
Não conhece lugares próximos	Pandolfo (F/M); Santos 2010B (M)	
Não consegue realizar os exercícios		Santos 2010A (F)
Não gostar de competição		Santos 2010B (F)
Não tem como ir	Pandolfo (F)	

Ocupação	Santos 2010B (F/M)	
Preferência por outras atividades		Dias (F/M); Santos 2010A (F/M)
Preguiça/cansaço/falta de energia	Dambros; Pandolfo (F/M); Santos 2010B (F/M)	Copetti; Dias (F/M); Santos 2010A (F/M)
Preocupação com a aparência durante a prática	Dambros	
Tempo dedicado aos estudos	Dambros	
<b>Fatores Interpessoais</b>		
Amigos moram longe	Pandolfo (F/M)	Dias (F)
Companhia atrapalha	Santos 2010B (F)	
Compromissos familiares (pai, cônjuge, filhos, etc)	Dambros	
Em casa ninguém faz AF	Pandolfo (F)	
Falta de companhia	Dambros; Pandolfo (F/M); Santos 2010B (F/M)	Santos 2010A (F/M)
Não recebe convites	Santos 2010B (M)	Santos 2010A (F/M)
Não tem alguém para levar	Santos 2010A (F)	
<b>Fatores Ambientais</b>		
Ambiente fechado	Santos 2010B (F)	
Ambiente perigoso	Santos 2010B (F/M)	
Criminalidade/perigo	Silva	
Falta de clima adequado (vento, chuva, frio, calor, etc)	Dambros; Pandolfo (F/M); Santos 2010B (F)	Copetti; Dias (M); Santos 2010A (M)
Falta de locais	Dias (M)	
Longa distância	Silva	
Mais fácil ir de carro/ônibus	Becker (F)	
Morar longe da escola	Becker (M)	
Muito tráfego	Becker (M); Silva	

Legendas: F: sexo feminino; M: sexo masculino

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

## SYSTEMATIC REVIEW OF BARRIERS FOR PHYSICAL ACTIVITY IN CHILDREN AND ADOLESCENTS RESIDENT IN SOUTHERN BRAZIL

### ABSTRACT

**Aim:** Identify the main barriers to the practice of physical activity (PA) in children and adolescents living in Southern Brazil, as well as the identification of the approaches, procedures, and instruments used. **Methods:** In May 2019, the articles of interest were sought through the application of systematic searches in seven electronic databases and through manual searches for references in the evaluated articles, seeking to identify barriers to the practice of PA in children and adolescents. **Results:** Nine studies were selected according to the inclusion criteria. By location, the research included nine cities in the states of Paraná and Rio Grande do Sul. Data collections took place between 2006 and 2015. By size, samples ranged from 59 to 1,672 respondents, with girls as the majority by sex. It is possible to identify the great variability between the PA domains evaluated, most often involving leisure time and active detachment. The barriers identified in the original studies were classified into three domains: intrapersonal, interpersonal, and environmental. The findings of the present review suggest the greatest number of intrapersonal barriers for PA, which are “lack of motivation”, “lack of time”, and “laziness/tiredness/lack of energy”, as well as barriers from other domains, such as “lack of company” (interpersonal) and “lack of adequate climate” (environmental). **Conclusion:** The recognition of these barriers is very important both for deepening the debate, as well as for decision-making in strategies and actions to promote PA.

**Key-words:** Barriers. Physical activity. Children and adolescents. Review. Southern Brazil.

### REFERÊNCIAS

BECKER, L. et al. Perceived barriers for active commuting to school among adolescents from Curitiba, Brazil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 22, n. 1, p. 24–34, 14 mar. 2017.

BRASIL. Ministério do Planejamento, Desenvolvimento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: 2015**. Rio de Janeiro, RJ, 2016.

COPETTI, J.; NEUTZLING, M. B.; SILVA, M. C. DA. Barreiras à prática de atividades físicas em adolescentes de uma cidade do sul do Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 15, n. 2, p. 88–94, 2010.

COSTA, F. F. DA; ASSIS, M. A. A. DE. Nível de atividade física e comportamentos sedentários de escolares de sete a dez anos de Florianópolis-sc. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 16, n. 1, p. 48–54, 2011.

DAMBROS, D. D.; LOPES, L. F. D.; SANTOS, D. L. DOS. Barreiras percebidas e hábitos de atividade física de adolescentes escolares de uma cidade do sul do Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 13, n. 6, p. 422–428, dez. 2011.

DE JESUS, G. M.; DE JESUS, É. F. A. Nível de atividade física e barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares. **Revista Brasileira de Ciência e Esporte**. V.34.n.2.p.433-448. 2012

DIAS, D. F.; LOCH, M. R.; RONQUE, E. R. V. Barreiras percebidas à prática de atividades físicas no lazer e fatores associados em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3339–3350, nov. 2015.

FERREIRA, R. W. et al. Desigualdades sociodemográficas na prática de atividade física de lazer e deslocamento ativo para a escola em adolescentes: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2009, 2012 e 2015). **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, n. 4, 2018.

FILHO, V. C. B.; TRICCO, A. C. Scoping review: a relevant methodological approach for knowledge synthesis in Brazil's health literature. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 24, p. 1–6, 10 dez. 2019.

GOMES, G. A. DE O. et al. Characteristics of physical activity programs in the Brazilian primary health care system. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 30, p. 2155–2168, 2014.

HAGGER, M.S.; CHATZISARANTIS, N.L.d.. An Integrated Behavior Change Model for Physical Activity. **Exercise and Sport Sciences Reviews**, [s.l.], v. 42, n. 2, p.62-69, abr. 2014.

HALLAL, P. C. et al. Adolescent physical activity and health: a systematic review. **Sports Medicine, New York: Springer**, v. 36, n. 12, p. 1019-1030, Dec. 2006.

HALLAL, P. C.; HALLAL, P. C. Atividade física e saúde no Brasil: pesquisa, vigilância e políticas. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 30, n. 12, p. 2487–2489, dez. 2014

HAYES, G. et al. Tracking of Physical Activity and Sedentary Behavior From Adolescence to Young Adulthood: A Systematic Literature Review. **The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine**, v. 65, n. 4, p. 446–454, 2019.

LOCH, M.R.; GUERRA, P. H. A preguiça como explicação da inatividade física: comentários e reflexões sobre discrepâncias entre as evidências científicas e o discurso jornalístico. **Caderno de Saúde Pública**. V.34.n.12. 2018

LONG, G. et al. Mortality benefits of population-wide adherence to national physical activity guidelines: a prospective cohort study. **European Journal of Epidemiology**, v. 30, n. 1, p. 71–79, 1 jan. 2015.

MULLER, W. A.; SILVA, M. C. Barreiras à prática de atividades físicas de adolescentes escolares da zona rural do sul do Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 18, n. 3, p. 344-353, mai. 2013.

PANDOLFO, K. C. M. et al. Perceived barriers to physical activity practice in high school students. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 18, n.5, p. 567-576, 2016.

RAMOS, C. G. C. et al. Contexto familiar e atividade física de adolescentes: cotejando diferenças. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 20, p. 537–548, set. 2017.

RECH, C. R. et al. Perceived barriers to leisure-time physical activity in the brazilian population. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.24, n.4, jul/ago, 2018.

REICHERT, F. F. et al. The Role of Perceived Personal Barriers to Engagement in Leisure-Time Physical Activity. **American Journal of Public Health**, v. 97, n. 3, p. 515–519, 1 mar. 2007.

REIS, R. S. et al. Scaling up physical activity interventions worldwide: stepping up to larger and smarter approaches to get people moving. **The Lancet**, v. 388, n. 10051, p. 1337–1348, 24 set. 2016.

SANTOS, M. S. et al. Barriers related to physical activity practice in adolescents. A focus-group study. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 12, n. 3, p. 137–143, 1 jan. 2010.

SANTOS, M. S. et al. Prevalence of barriers for physical activity in adolescents. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 13, n. 1, p. 94-104, 2010.

SILVA, K. S. et al. Active Commuting: prevalence, barriers, and associations with biological and behavioral variables. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 8, n. 6, . 750-757, 2011.