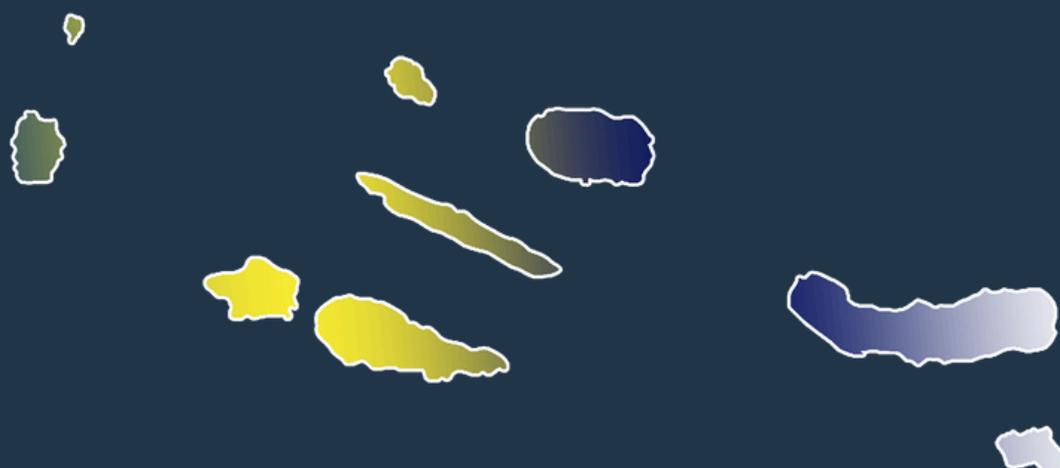


O TRIUNFO PELO DESPORTO, EDUCAÇÃO E SAÚDE NO COMBATE À PANDEMIA MOTORA INDUZIDA PELA COVID-19 EM CRIANÇAS E JOVENS AÇORIANOS



Autores: José Maia, Sara Pereira, Olga Vasconcelos, Rui Garganta, Cláudia Dias, Nuno Corte-Real, Eduardo Guimarães, Carla Santos, Duarte Freitas, António Antunes, Go Tani, Fernando Garbeloto e Peter Katzmarzyk e Isabel Condessa



CONCEITO

O projeto *O triunfo pelo desporto, educação e saúde no combate à pandemia motora induzida pela COVID-19 em crianças e jovens Açorianos* é, também, uma das respostas mais adequadas da Região Autónoma dos Açores para superar os impactos nefastos dos sucessivos confinamentos de crianças e jovens. Contudo, para que a sua ação seja eficaz urge conhecer (1) o estado de crescimento, desenvolvimento (motor) e estilos de vida da população infanto-juvenil, (2) os níveis dos seus comportamentos positivos, resiliência e motivações para a prática desportiva, e (3) o estado da sua saúde metabólica.

Neste “combate” pelo desporto, pela educação e pela saúde, há que considerar, também, a extensão da prática desportiva das crianças e jovens no contexto dos seus clubes. Ademais, há que conhecer com detalhe aspetos relevantes do contexto escolar, bem como das suas famílias para termos um quadro sistémico e integrado.

O plano de “batalha” compreende várias etapas em termos de formação e certificação das equipas de campo, estudos-piloto, recolha dos dados e distintas etapas de controlo da sua qualidade nas crianças e jovens, escolas, clubes, famílias e contexto sociogeográfico. Tudo em nome da transparência e rigor de todo o processo.

Este projeto, uma parceria estratégica entre a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e as Direções Regionais do Desporto, da Educação e da Saúde, representa um marco inigualável à escala do país pelo serviço prestado à comunidade. É este o nosso compromisso - oferecer sempre o melhor de nós a quem em nós confia.



Há uma crença mais ou menos generalizada que as crianças e jovens de hoje são menos aptas fisicamente, mais sedentárias e mais pesadas do que os de uma ou duas gerações atrás. Será também assim na Região Autónoma dos Açores?

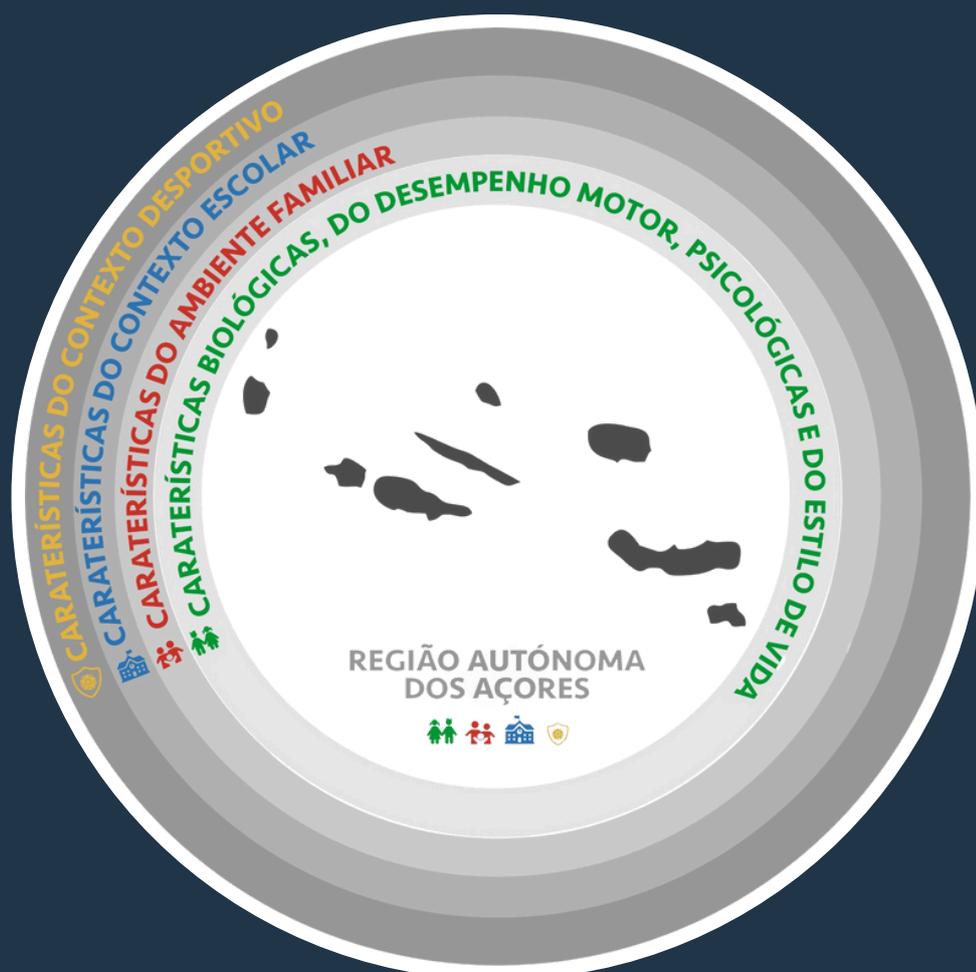
A pandemia da COVID-19 provocou uma mudança radical na vida de crianças e jovens, com os sistemas escolares e desportivos encerrados, restrição das atividades recreativas ao ar livre limitando oportunidades de prática de atividade física e desportiva estruturadas e atividades lúdicas não estruturadas. O seu impacto foi nefasto em crianças e jovens Açorianos - uma verdadeira pandemia motora. Daqui a necessidade de um conhecimento rigoroso e objetivo sobre o seu estado atual de crescimento e desenvolvimento (motor), bem como da sua saúde comportamental e metabólica. Sem esquecer o seu contexto escolar e clube desportivo bem como os espaços sociogeográficos onde vivem.

Nesta conjunção a família é de grande importância dado que os seus membros partilham não só um património genético, mas também um outro, muito importante, de natureza afetiva e sociocultural. Atitudes, comportamentos e hábitos de várias ordens tendem a ser partilhados e transmitidos entre pais e filhos. E este conhecimento é essencial para podermos agir numa outra escala para vencermos os efeitos nefastos da pandemia motora.

O PROJETO

Grandes propósitos:

1. Mapear e interpretar o estado de crescimento físico, desenvolvimento motor, estilos de vida e indicadores de saúde de crianças e jovens Açorianos no contexto das suas famílias, escolas e clubes desportivos.
2. Inventariar os níveis de atividade física e prática desportiva dos jovens e suas relações com estilos de vida saudável.
3. Perceber os padrões de semelhança familiar na atividade física, estado nutricional, hábitos alimentares e indicadores cardiometabólicos.
4. Descrever a prevalência de sobrepeso e obesidade e a sua relação com os níveis de atividade física e hábitos de prática desportiva de adultos.



QUESTÕES CENTRAIS

Face à complexidade informacional e suas implicações em termos de prática desportiva, educação e saúde de crianças, jovens (e adultos) Açorianos, as questões essenciais do projeto foram agrupadas em seis temáticas:

1 TENDÊNCIA “SECULAR”

- Será que, passados 14 anos (a data do último estudo realizado pela equipa foi 2007), as crianças e jovens Açorianos são mais altas e pesadas? Será que a prevalência de sobrepeso e obesidade aumentou? Haverá algum grupo de idade e género de maior risco? Será específico de alguma ilha, ou a tendência é genérica na RAA?
- Ao fim de 14 anos, há, ou não, uma redução nos níveis de aptidão física das crianças e jovens Açorianos? Quantas não cumprem os critérios de sucesso na sua aptidão? Este número é maior do que à 14 anos atrás? E qual é o grupo mais vulnerável em termos etários?
- Será que as crianças e jovens da RAA são menos fisicamente ativas, e com maiores valores de sedentarismo?

2 DESENVOLVIMENTO MOTOR E ATIVIDADE FÍSICA DE CRIANÇAS

- Quais são os níveis de desempenho motor das crianças Açorianas que estão a começar o seu percurso escolar após o impacto da COVID-19? Será que tais níveis são similares aos de crianças de outras populações do passado que não tenham experienciado a adversidade do confinamento induzido pelo COVID-19?
- Qual é o nível de desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais (HMF) das crianças? Será que tais níveis influenciam o tipo de desporto que a criança pratica?
- Será que as crianças cumprem com as recomendações da Organização Mundial de saúde em termos de atividade física diária? Se não, qual é o maior grupo de risco?
- Será que o nível de desempenho nas HMF é responsável pelo nível de prática desportiva bem como na participação em atividades físicas de nível moderado a elevado?
- Será que crianças envolvidas no programa Escolinhas do Desporto são mais habilidosas e mais ativas do que as que não participam? E será que a sua frequência de sobrepeso e obesidade é menor? E o seu desempenho motor é superior?

3 A VANTAGEM DA PRÁTICA DESPORTIVA

- Será que crianças e jovens desportistas Açorianos têm uma menor prevalência de sobrepeso e obesidade? Se sim, haverá algum efeito dos anos de prática desportiva?
- Será que crianças e jovens desportistas Açorianos são mais ativos e fisicamente mais aptos? Se este padrão se verificar, será que é igual entre géneros?
- Será que os níveis de motivação e atitude positiva perante os desafios da vida está positivamente associada à prática desportiva?
- Será que a prática desportiva tem um efeito protetor na prevalência dos indicadores da síndrome metabólica?

4 ATIVIDADE FÍSICA/EXERCÍCIO FÍSICO, PRÁTICA DESPORTIVA E SAÚDE

- Quais são os níveis de atividade física diária das crianças e jovens Açorianos? Declinam com a idade? É específica do género?
- Haverá alguma ilha da RAA onde os níveis são mais baixos? Se sim, quais serão as possíveis explicações?
- Será que as crianças e jovens mais ativos também são mais aptos fisicamente? Será que têm níveis mais elevados de resiliência e atitudes positivas perante a vida?
- Qual é a prevalência de síndrome metabólica em crianças e jovens Açorianos?



5 AGREGAÇÃO FAMILIAR

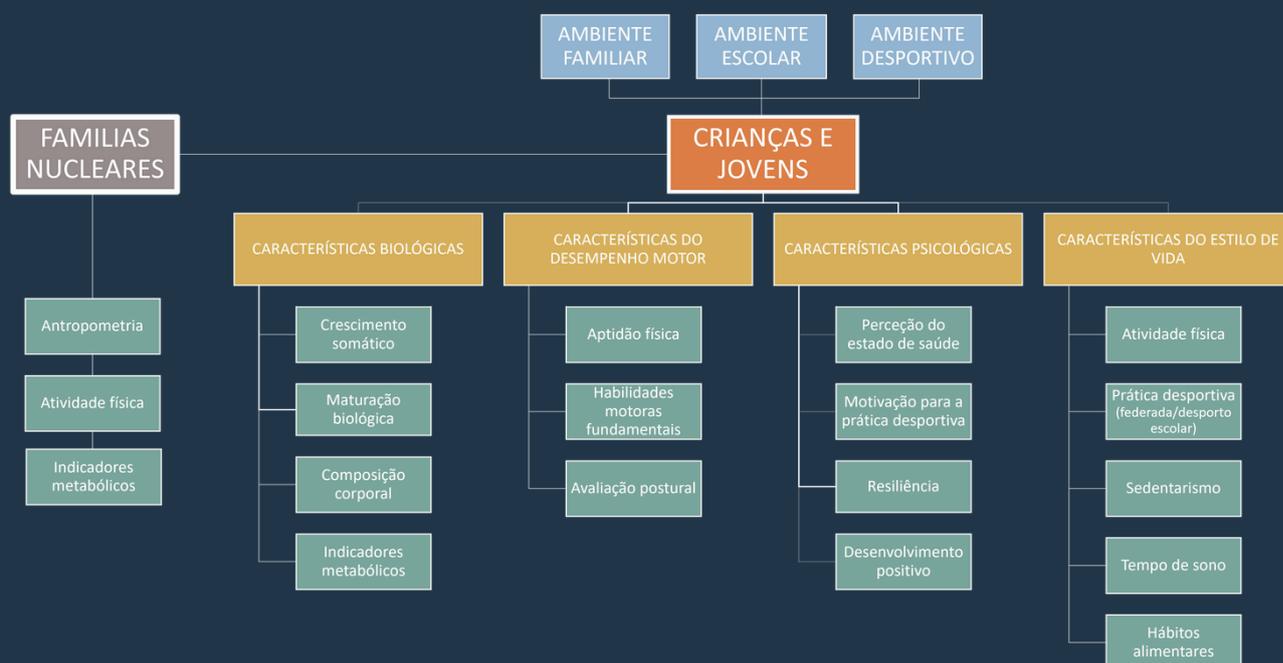
- Quais são os níveis de atividade física diária dos membros das famílias, i.e., há famílias mais e menos ativas? Se sim, o que é que as caracteriza?
- Será que existe agregação familiar, em termos genéticos e ambientais, na atividade física e nos indicadores de risco metabólico?
- Há, ou não, famílias de risco (mais sedentárias, com maiores valores de sobrepeso e obesidade e valores anormais nos indicadores da síndrome metabólica)?
- Será que existe, no seio das famílias, pares de irmãos semelhantes nos seus níveis de risco? E na semelhança nos indicadores de saúde?

6 NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA, SOBREPESO E OBESIDADE EM ADULTOS

- Quais são os níveis de atividade física da população adulta Açoriana? Será que diferem entre géneros? Haverá algum efeito contextual a governar as diferenças entre idades e géneros?
- Qual é a prevalência de sobrepeso e obesidade da população adulta? Há alguma tendência em função do género e idade?
- Haverá algum gradiente relacionado com o estatuto socioeconómico? Haverá alguma classe de maior “risco”?
- Será que o nível de prática desportiva dos adultos está associada ao estatuto ponderal?



TRANSVERSALIDADE E CARÁCTER MULTIFACETADO DO PROJETO



AMOSTRA

A amostra será composta por ~7815 crianças e jovens dos dois sexos (3907 rapazes e 3908 raparigas) distribuídos distribuídos por três grandes “ciclos” de ensino: pré-primário, 1º ciclo do ensino básico (4 primeiros anos de escolaridade), 2º e 3º ciclos do ensino básico e ensino secundário, provenientes das 9 ilhas da RAA.

Em cada ilha amostraremos famílias nucleares das crianças e jovens.

Como as crianças e jovens provêm de famílias, escolas e clubes, será também recolhida informação de natureza sociodemográfica e do ambiente construído.

Ademais, a população adulta do estudo é a dos pais dos alunos, dada a natureza hierárquica do estudo.



IMPLEMENTAÇÃO

Face à complexidade do projeto elaboramos um conjunto de tarefas para a sua implementação eficiente. A figura contém uma proposta de execução. De seguida detalharemos as tarefas.

Tarefas	Denominação da Tarefa	Meses (previsão)											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Apresentação do projeto, recrutamento, treino do <i>staff</i> , certificação e estudo piloto numa ilha	■											
2	Evento científico internacional com assinatura do protocolo	■											
3	Estudo piloto com crianças e jovens de cada ilha	■	■										
4	Recolha da informação das crianças e jovens			■	■	■	■	■	■	■			
5	Recolha da informação nas famílias nucleares (uma ilha de cada vez)	■	■	■	■								
6	Recolha da informação das características do contexto familiar, escolar e desportivo			■	■	■	■	■	■	■			
7	Entrada, processamento, controlo e análise dos dados				■	■	■	■	■	■	■		
8	Apresentação dos resultados com evento científico internacional											■	■

TAREFAS DO PROJETO

1. APRESENTAÇÃO DO PROJETO, RECRUTAMENTO, TREINO DO *STAFF*, CERTIFICAÇÃO E ESTUDO PILOTO NUMA ILHA

OBJETIVOS

- Dotar o *staff* de ferramentas e competências importantes para o sucesso do projeto e para a sua prática profissional;
- Realização de um estudo piloto para garantir o sucesso da implementação do projeto;
- Apresentação pública do projeto para a comunidade e público em geral;

2. EVENTO CIENTIFICO INTERNACIONAL COM ASSINATURA DO PROTOCOLO

OBJETIVOS

- Discutir a importância do projeto a nível nacional e internacional;
- Formalização do protocolo entre a RAA e a FADE

3. ESTUDO PILOTO COM CRIANÇAS E JOVENS DE CADA ILHA

OBJETIVOS

- Verificar a qualidade da recolha de dados testando protocolos *in loco*, verificando instrumentos e o tempo alocado para cada domínio de estudo
- detetar eventuais problemas durante a recolha da informação e sua resolução

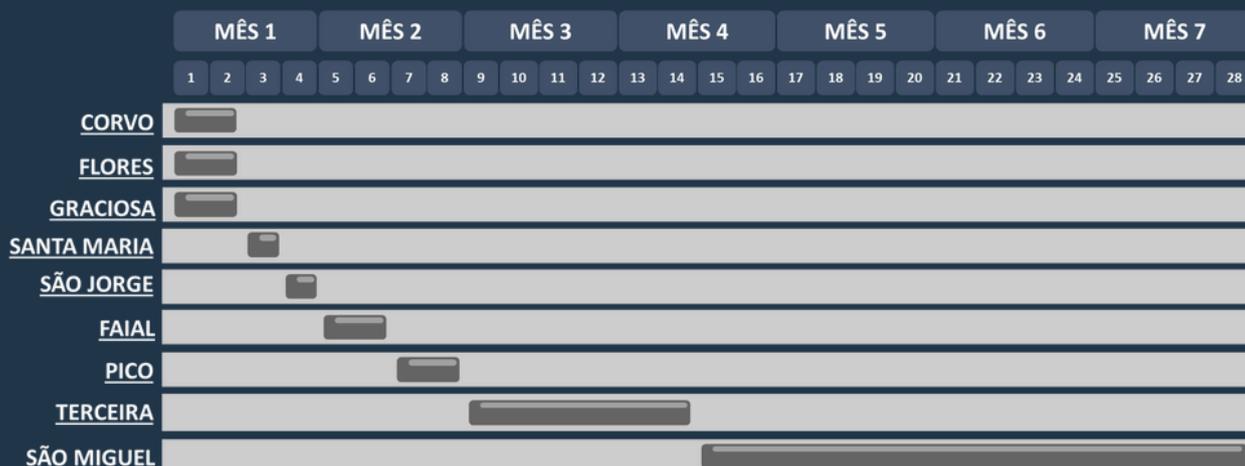


Proposta de cronograma para o estudo piloto

4. RECOLHA DA INFORMAÇÃO DAS CRIANÇAS E JOVENS

OBJETIVOS

- Obter informação de todas as características incluídas relativos às crianças (biológicas, desempenho motor, psicológicas e do estilo de vida)



Proposta de cronograma para a recolha de dados das crianças e jovens

5. ESTUDO COM FAMÍLIAS NUCLEARES

OBJETIVO

a) Obter informação relativa à atividade física, indicadores metabólicos e antropométricos de uma subamostra de famílias nucleares.

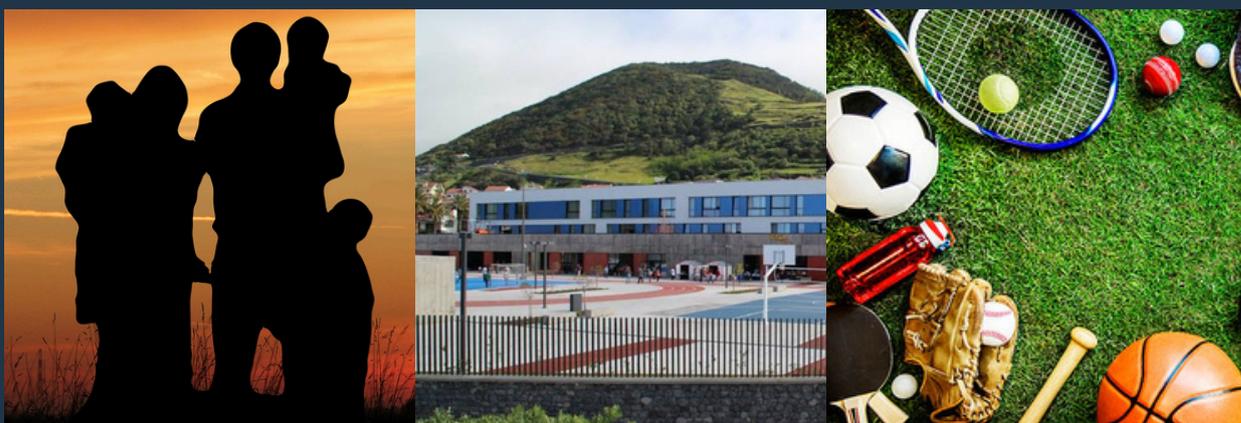


Exemplo de cronograma para avaliação das famílias

6. RECOLHA DA INFORMAÇÃO DAS CARACTERÍSTICAS DO CONTEXTO FAMILIAR, ESCOLAR E DESPORTIVO

OBJETIVO

a) Obtenção de informação acerca das características do ambiente familiar, escolar e desportivo de todas as crianças e jovens



7. ENTRADA, PROCESSAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

OBJETIVOS

- Controlo da qualidade dos dados
- Entrega de relatórios individuais a todos os participantes;
- Entrega de relatórios a todas as famílias e escolas envolvidas;
- Responder às questões formuladas com base em procedimento estatísticos apropriados.



Etapas do controlo de qualidade

8. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS COM EVENTO INTERNACIONAL

OBJETIVOS

- Apresentação e discussão dos principais resultados do estudo com especialistas nas de estudo e responsáveis políticos das Direções Regionais do Desporto, da Educação e da Saúde, educadores e diretores das escolas;

A EQUIPA DE INVESTIGAÇÃO



FADEUP - Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Portugal;
FEFD-ULHT - Faculdade de Educação Física e Desporto da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa, Portugal;
UMA - Universidade da Madeira, Portugal;
USP - Universidade de São Paulo, Brasil;
UL- Pennington Biomedical Research Center, Universidade do Estado de Luisiana, Estados Unidos.

A EQUIPA DE INVESTIGAÇÃO



FADEUP - Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Portugal;
FEFD-ULHT - Faculdade de Educação Física e Desporto da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa, Portugal;
UMA - Universidade da Madeira, Portugal;
USP - Universidade de São Paulo, Brasil;
UL- Pennington Biomedical Research Center, Universidade do Estado de Luisiana, Estados Unidos.