

## Relação entre sintomas depressivos e nível de atividade física de adolescentes do ensino médio técnico do IFCE campus Canindé

Relationship between depressive symptoms and physical activity levels in high school teenagers at IFCE Canindé campus

Relación entre síntomas depresivos y niveles de actividad física de adolescentes de la enseñanza media técnica del IFCE campus Canindé

Daiane Araujo de Sousa<sup>I</sup>, Francisca Nimara Inácio da Cruz<sup>II</sup>

### Resumo

O presente estudo tem como objetivo verificar a relação entre sintomas depressivos e nível de atividade física de adolescentes do ensino médio técnico do IFCE campus Canindé. Trata-se de um estudo de campo, descritivo, do tipo transversal e de abordagem quantitativa. Para avaliar os sintomas depressivos, foi utilizado o questionário Inventário de Depressão Infantil (CDI) e, para verificar o nível de atividade física, foi utilizado o Questionário de Atividade Física (QAFA). Os resultados do estudo mostraram que 100% dos adolescentes da amostra apresentaram sintomas depressivos. Quanto ao nível de atividade física, 44.3% dos alunos mostraram-se ativos e 55.7% inativos. Conclui-se, portanto, que o teste de correlação aplicado às duas variáveis não apresentou correlação linear significativa, logo, a hipótese de correlação entre o nível de atividade física com sintomas depressivos entre os escolares dessa amostra não obteve associação estatística positiva.

**Palavras-chave:** Depressão; Atividade Física; Adolescentes

### Abstract

The present study aims to verify the relationship between depressive symptoms and level of physical activity in high school teenagers at the IFCE Canindé campus. It is a descriptive, cross-sectional, and quantitative field study. The Children's Depression Inventory (CDI) questionnaire was used to assess depressive symptoms and the Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A) to verify the physical activity levels. The results of the study showed that 100% of the adolescents in the sample exhibited depressive symptoms. As for the level of physical activity, 44.3% of the students were active and 55.7% were inactive. Therefore, it is concluded that the correlation test applied to the two variables did not present a significant linear correlation. Also for this reason, the hypothesis of correlation between the level of physical activity and depressive symptoms among the students in this sample did not obtain a positive statistical association.

**Keywords:** Depression; Physical Activity; Teenagers

<sup>I</sup> Prefeitura de Quixeramobim - Endereço: R. Dr. Álvaro Fernandes, 36/42 - Centro, Quixeramobim - CE, 63800-000 - e-mail: [daianeuece@gmail.com](mailto:daianeuece@gmail.com)

<sup>II</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará - IFCE - e-mail: [nimara.cruz@ifce.edu.br](mailto:nimara.cruz@ifce.edu.br)



## Resumen

El presente estudio tiene como objetivo verificar la relación entre síntomas depresivos y niveles de actividad física de adolescentes de la enseñanza media técnica del IFCE campus Canindé. Se trata de un estudio de campo, descriptivo, del tipo transversal y de abordaje cuantitativo. Para evaluar los síntomas depresivos, fue utilizado el cuestionario Inventario de Depresión Infantil (CDI) y, para verificar el nivel de actividad física, fue utilizado el Cuestionario de Actividad Física (QAFA). Los resultados del estudio evidenciaron que 100% de los adolescentes de la muestra presentaron síntomas depresivos. Con relación al nivel de actividad física, 44.3% de los alumnos se mostraron activos y 55.7%, inactivos. Se concluye, por lo tanto, que el test de correlación aplicado a las dos variables no presentó correlación linear significativa, luego, la hipótesis de correlación entre el nivel de actividad física con síntomas depresivos entre los escolares de esa muestra no obtuvo asociación estadística positiva.

**Palabras clave:** Depresión; Actividad Física; Adolescentes

## 1 Introdução

A depressão é fruto de fatores genéticos, bioquímicos, psicológicos e sociofamiliares, sendo estudada por diferentes abordagens (CUNHA; BASTOS; DUCA, 2012). Segundo Alencar et al. (2018), a depressão é uma patologia que apresenta sinais e sintomas específicos, que pode ocasionar sérios problemas, a depender da duração e da gravidade, ocorrendo comprometimentos sobre a pessoa e impedindo-a de conduzir sua vida normalmente. O autor ainda destaca que esse transtorno pode se manifestar de maneira contínua ou em episódios, ocorrendo variações de nível leve a severo.

Entre suas características mais comuns, destaca-se a presença de humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas que afetam consideravelmente a capacidade de funcionamento do indivíduo. Os transtornos depressivos incluem transtorno disruptivo da desregulação do humor, transtorno depressivo maior (incluindo episódio depressivo maior), transtorno depressivo persistente (distímia), transtorno disfórico pré-menstrual, transtorno depressivo induzido por substância/medicamento, transtorno depressivo devido a outra condição médica, outro transtorno depressivo especificado e transtorno depressivo não especificado (DSM V, 2014).

Os casos mais graves de depressão podem acarretar ideações suicidas, valor que cresce entre os jovens em todo o mundo (ALENCAR et al., 2018), prevalecendo entre as mulheres (POMPERMAIER; BILIBIO; NICOLAO, 2021).

No mundo, 322 milhões de pessoas vivem com depressão e enormes são as consequências desse distúrbio para a saúde. A mazela é um dos maiores contribuintes para o suicídio, chegando a 800 mil por ano (OMS, 2017). No Brasil, 11,5 milhões de pessoas sofrem com esse problema, o que representa 5,8% da população brasileira (SANTOS, 2017).

Atualmente, vários estudos mostram a importância da prática de exercício físico como prevenção, e como forma de amenizar os sintomas da depressão. A prática regular de exercícios físicos proporciona,



ao indivíduo, uma melhor qualidade de vida, tanto no estado físico, quanto psicológico e social (GODINHO et al. 2016), possuindo melhores benefícios sobre o tratamento medicamentoso, pois não apresenta efeitos colaterais indesejáveis, e, por ser uma prática ativa, o indivíduo tem um maior comprometimento na realização dessas atividades (CORDEIRO; CUNHA, 2020).

Em estudo realizado com 288 estudantes universitários, com o objetivo de avaliar prevalência de ansiedade e depressão, nível de atividade física e qualidade de vida, constatou-se que os grupos fisicamente ativos apresentaram menor prevalência de ansiedade e depressão quando comparados aos inativos (AZEVEDO et al., 2021).

Dessa forma, o presente trabalho tem o objetivo geral de correlacionar os sintomas depressivos e o nível de atividade física de adolescentes do ensino médio técnico do IFCE *campus* Canindé. Os objetivos específicos são: identificar sintomas depressivos e o nível de atividade física do público pesquisado e comparar sintomas depressivos e o nível de atividade física dos adolescentes por semestre.

## 2 Metodologia

Trata-se de um estudo de campo, descritivo, do tipo transversal e de abordagem quantitativa. O estudo foi realizado no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará - IFCE *campus* Canindé -, com os alunos de todas as turmas do ensino médio técnico, que estavam no instituto para as aulas regulares e que aceitaram participar da pesquisa. A amostra contou com 61 adolescentes, dos quais 34 eram alunos do curso técnico em eventos, 26 do curso técnico em eletrônica e 1 aluno do curso técnico em telecomunicações, distribuídos nos 3º, 5º e 6º semestre.

Foram incluídos, na pesquisa, alunos com idade igual ou inferior a 17 anos, que compareceram às aulas regulares do currículo, no dia da aplicação dos questionários, e que tivessem a autorização dos pais ou responsáveis legais por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram excluídos alunos que não concluíram o preenchimento de algum dos questionários aplicados.

A coleta de dados foi realizada com a utilização do questionário Inventário de Depressão Infantil (CDI), desenvolvido por Kovacs (1992) e validado para a população brasileira por Gouveia, Barbosa, Almeida e Gaião (1995). Consiste em uma escala de autoavaliação, destinada a detectar a presença e grau de severidade dos sintomas depressivos em crianças e adolescentes (GOMES et al., 2013).

O CDI é um instrumento que possibilita o rastreamento de sintomas depressivos, e não propriamente uma medida de diagnóstico de depressão, tendo por objetivo a verificação de sintomatologia depressiva em indivíduos na faixa etária entre 7 e 17 anos. O CDI contém 27 itens, que abrangem questões de reações afetivas, aspectos cognitivos, comportamentais e sintomas somáticos (GOMES et al., 2013).



Dessa forma, Kovacs (2003) apresenta para a escala CDI cinco fatores ou subescalas. O fator Humor Negativo contém 6 itens, que envolvem, respectivamente, sentimento de tristeza, vontade de chorar, preocupação com coisas ruins, estado de incômodo com algo e sensação de incapacidade para tomar decisões. O fator Problemas Interpessoais envolve dificuldades em interações com pessoas, evitação e isolamento social, por meio de 4 itens. A Inefetividade é o terceiro fator, englobando uma avaliação negativa das próprias habilidades e desempenho escolar, também com 4 itens. O fator Anedonia inclui a perda da capacidade de sentir prazer, perda de energia, dificuldades em comer ou dormir e senso de isolamento, contendo 8 itens. O fator Autoestima Negativa é o último dos fatores que compõem o instrumento, envolvendo baixa autoestima, ausência de gosto de si, sentimento de não ser amado e uma tendência a ter ideação suicida, por meio de 5 itens (WATHIER; DELL'AGLIO; BANDEIRA, 2008).

Para cada item, aplica-se uma escala, que varia de zero a três pontos, em que zero mostra ausência de sintomas, 1, sintomas leves e 2, sintomas claros. Quanto maior a pontuação, maior a indicação de sintomatologia depressiva. Foi estabelecido, como valor de corte, o número 18 para os escolares brasileiros (CUNHA, 2007).

Para identificar o nível de atividade física dos adolescentes, foi aplicado o Questionário de atividade física para adolescentes (QAFA), consistindo em uma adaptação do *Self-Administered Physical Activity Checklist*, instrumento considerado confiável e válido para a mensuração da atividade física em adolescentes (FARIAS JÚNIOR et al., 2012).

O QAFA contém 25 itens, com uma lista de diversas atividades físicas, em que, para cada uma delas, o adolescente deve informar quantos dias por semana e quanto tempo por dia, em média, praticou a referida atividade na semana que antecedeu a aplicação. Caso o participante tenha praticado alguma atividade física que não esteja listada no questionário, deverá escrevê-la no espaço reservado no final da lista (FARIAS JÚNIOR et al., 2012).

Para a determinação do Nível de atividade física, foi considerado o somatório do tempo gasto em cada uma das atividades físicas pelas respectivas frequências na prática. Foram considerados suficientemente ativos aqueles adolescentes que praticavam atividade física igual ou superior a 300 minutos por semana, em contrapartida, os que não atingiram esse limite foram considerados insuficientemente ativos (FARIAS JÚNIOR et al., 2012).

A pesquisa foi realizada nas dependências no IFCE Canindé. Os alunos foram direcionados para um laboratório de informática reservado previamente para a aplicação do Inventário de Depressão Infantil (CDI) e do Questionário de Atividade Física para Adolescentes (QAFA). As perguntas dos questionários



foram repassadas para um formulário criado no *Google* e cada aluno recebeu o endereço eletrônico em seu e-mail e, individualmente, responderam.

Para a análise de dados, foi utilizado estatística descritiva (frequência, porcentagem, média, desvio-padrão) para a caracterização das variáveis. Foram correlacionados o nível de atividade física e a possibilidade de sintomas depressivos por meio da Correlação de Pearson. Foram considerados significativos os valores de  $p$  menor ou igual a 0,05. Para as análises estatísticas, foi utilizado o programa Jamovi.

A análise de normalidade da variável CDI indicou distribuição normal. Porém, vale ressaltar que os valores do nível de atividade física de ambos os semestres não apresentaram distribuição normal pelo teste de Shapiro-Wilk ( $p < 0,05$ ), sendo, portanto, necessário um teste não paramétrico.

A pesquisa seguiu a Resolução nº 466/2012, que considera o respeito à dignidade humana, e dá a devida proteção aos participantes da pesquisa científica envolvendo seres humanos (BRASIL, 2012). O trabalho foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará e aprovado sob o número CAAE: 22156819.4.0000.5589.

### 3 Resultados e Discussão

O presente trabalho foi realizado com 61 estudantes, em que 24 (39.3%) eram do gênero feminino e 37 (60.7%), do gênero masculino, com média de idade de  $16,3 \pm 0,676$ . Os participantes da pesquisa foram: duas turmas do curso técnico em eventos, do 3º semestre, com 15 alunos (24.59%), e do 5º semestre, com 11 alunos (18.03%); duas turmas do curso de eletrônica, com 22 (36.06%) alunos do 3º semestre, e 12 alunos (19.66) do 5º semestre. Já do curso de telecomunicações, apenas uma turma do 6º semestre participou com 1 (1.63%) aluno. Esse último curso contava com 3 turmas, porém, apenas um aluno se enquadrava no perfil para a realização do estudo.

Os dados da pesquisa indicaram que 100% dos adolescentes da amostra apresentaram sintomas depressivos. Diante desse resultado, supõe-se que tais sintomas devem-se ao fato de alguns dos alunos serem de cursos técnicos integrados e integrais, permanecendo, na maior parte do dia, no *campus*, em atividades de estudo, com variadas responsabilidades com o curso, o que possivelmente pode desencadear alterações psicológicas, mentais e afetivas, sendo esta fase para Grolli, Wagner e Dalbosco (2017) um período de instabilidades emocionais.



Porém, vale ressaltar que o CDI é um instrumento que tem suas limitações, como a generalização dos dados e a possibilidade apenas de rastreio de sintomas depressivos, sem ser propriamente uma medida de diagnóstico de depressão, envolvendo cinco fatores ou subescalas, respectivamente, Humor Negativo, Problemas Interpessoais, Inefetividade, Anedonia e Autoestima Negativa (GOMES et al., 2013; WATHIER; DELL'AGLIO; BANDEIRA, 2008).

Em estudo realizado com 2.050 alunos, distribuídos em 21 escolas, com objetivo de verificar os sintomas de depressão entre adolescentes escolares da rede pública de ensino em Minas Gerais, constatou-se alta prevalência de escolares com predisposição à sintomas depressivos (MACHADO et al., 2018), dado que corrobora com os achados do presente estudo, em que todos os adolescentes pesquisados apresentaram sintomas depressivos.

Quanto ao nível de atividade física, 27 (44.3%) alunos mostraram-se ativos e 34 (55.7%) inativos. Possivelmente, pelo fato de que os cursos, em sua maioria, serem desenvolvidos em turno integral, os alunos não consigam realizar nenhuma outra atividade além das obrigatórias pelo curso. Atualmente, o *campus* Canindé conta com alguns projetos de extensão, como natação, judô, handebol e capoeira, porém, de forma hipotética, pois, pela rotina cansativa, os alunos possivelmente preferem descansar, ao invés de realizarem esses esportes. Tal situação desperta a necessidade de uma maior conscientização, aos alunos, da importância da prática regular de atividade física para a saúde e qualidade de vida, em que uma possibilidade seriam as aulas da disciplina de Educação Física. Porém, tal disciplina não é ofertada em todos os semestres do curso, situação que também pode colaborar com os dados desta pesquisa.

Os resultados deste estudo corroboram, também, com os apresentados por Sousa et al. (2019) e Hallal et al. (2010) respectivamente. Aquele, verificou que, dos 16.556 adolescentes escolares, apenas 20,7% eram praticantes regulares de atividade física. Este, realizou uma pesquisa com 60.973 jovens brasileiros, em que, destes, apenas 43,1% mostraram-se ativos, para 56,1% inativos, e, dessa mesma amostra, destacou-se que 79,2% relaram assistir diariamente duas horas ou mais de televisão, constituindo outro fator que pode ter influência nos resultados da pesquisa. Dados que vão ao encontro dos resultados do presente estudo, em que mais da metade dos alunos são inativos

Em mais outro estudo realizado com adolescentes, foram percebidas algumas barreiras relatadas pelos estudantes, que os impediam de realizar alguma atividade física, dentre as mais citadas encontram-se: tempo destinado aos estudos, falta de companhia, falta de clima adequado, e extensa jornada de trabalho, em que este último fator foi citado com maior frequência por alunos da rede federal de ensino (DAMBROS; LOPES; SANTOS, 2011; DIAS; LOCH; RONQUE, 2015). Estudo de Alves et al. (2005) ressalva que adolescentes ativos, possuem altas chances de se tornarem ativos também na vida adulta.





No estudo conduzido por Farias Júnior et al. (2012), com 2.874 escolares, com idades entre 14 e 19 anos, de escolas públicas e privada da cidade de João pessoa, verificou-se que a maioria dos adolescentes foram classificados como fisicamente ativos (50,2%), e entre esses, percebeu-se que seus pais tinham maior grau de escolaridade e percepção de vida mais ativa.

Opondo-se ao achado anterior, em pesquisa Alves et al. (2012) na cidade de Salvador-BA foi verificado uma prevalência da inatividade física entre os jovens, de 49,6%. Os dados ainda indicaram adolescentes com menor nível econômico mais ativos fisicamente que os de maior nível socioeconômico. Ainda nessa mesma perspectiva, o estudo Silva et al. (2018) verificou que questões sociodemográficas podem influenciar na inatividade física de indivíduos.

Ao analisar os escores obtidos com a aplicação do Inventário de Depressão Infantil (CDI), verificou-se que nenhum participante da amostra apresentou escore menor que o ponto de corte estabelecido para escolares brasileiros, de 18 pontos. O valor mínimo obtido foi de 19 pontos, com média de  $25.4 \pm 3.35$  pontos. Quanto ao Nível de Atividade Física em Adolescentes (QAFA), verificou-se o total de minutos por semana, sendo o mínimo de 0 minutos e o máximo  $4320 \pm 1049$  minutos.

**Tabela 1:** Descrição dos questionários CDI e QAFA por gênero

	Variáveis	M	DP	Mín.	Máx.
<b>Feminino</b>	QAFA	151	234	0	930
	Pontuação CDI	24,8	3.56	19	34
<b>Masculino</b>	QAFA	930	1247	0	4320
	Pontuação CDI	25,8	3,20	19	32

**Fonte:** Elaborada pela autora

Quando separados por gênero, os resultados do CDI indicaram valor mínimo de 19 pontos para ambos os gêneros, valor máximo de 34 para o gênero feminino e 32 para o gênero masculino. Quanto às médias dos escores, o gênero feminino foi  $24.8 \pm 3.56$ , e o gênero masculino de  $25.8 \pm 3.20$ . Referente ao Nível de Atividade Física dos Adolescentes (QAFA), nos valores dos totais de minutos, o valor mínimo expresso foi 0 para ambos os gêneros, o valor máximo 930 para o gênero feminino e 4320 para o masculino, com média de  $151 \pm 234$  para o gênero feminino, e  $930 \pm 1247$  para o masculino (Tabela 1).

Ao analisar os dados e relacionar o nível de atividade física dos adolescentes (QAFA) e os escores obtidos com o CDI, percebe-se que tanto os indivíduos ativos quanto os inativos somaram a máxima de 34 pontos, já em relação à pontuação mínima, esse valor se alterou, com 19 pontos para os ativos e 22 para os inativos. A média desses valores contabilizou  $25.3 \pm 4.15$  para os escolares ativos e  $25.6 \pm 2.62$  para escolares inativos, respectivamente; porém, o desvio padrão (DP) de ambos foi diferente. O grau de



dispersão dos ativos é maior do que o dos inativos, ou seja, os inativos possuem mais homogeneidade quanto à média dos escores do CDI.

Nota-se que, quanto ao valor máximo dos ativos e inativos, os escores do CDI foram, respectivamente, com 34 pontos; porém, se verificarmos o valor mínimo, os inativos apresentaram um escore mais elevado do que os indivíduos ativos dessa amostra. Dessa forma, supõe-se que a presença de sintomas depressivos é frequente em escolares que não possuem uma rotina ativa de exercícios físicos.

Em sua dissertação de mestrado, Cordeiro (2013) realizou dois estudos, o primeiro trata-se de um artigo de revisão e o segundo um estudo experimental. No primeiro artigo, o autor pôde verificar que quanto maior a prática atividade física, menor as chances de ocorrência de problemas de saúde mental. Em seu estudo experimental, os dados sugeriram que o nível de atividade física impacta diretamente na vida de indivíduos com depressão.

Em seu estudo, Oliveira et al. (2016), verificou que a atividade física possui grande benefício sobre pessoas com depressão, ao agir como um potente tratamento não farmacológico, estimulador de hormônios que proporcionam sensação de bem-estar e prazer, como serotonina e norepinefrina. Dessa forma, a prática de atividade física, para os estudantes investigados no presente estudo, é algo de extrema relevância para sua qualidade de vida.

Outras pesquisas realizadas por Voser et al. (2017), com 105 adolescentes, com faixa de idade de 15 a 17 anos, de escola pública, apontou a prevalência de 40,95% de inatividade física entre os adolescentes, cujo sexo feminino (53,6%) apresentou maior índice de inatividade física sobre o masculino (26,55%). Em estudo de Silva et al (2018), realizado com 1.229 adolescentes, com idade de 15 a 17 anos, da rede municipal, mostrou elevado nível de atividade física, representando 77,7% ativos fisicamente. Por outro lado, em estudo de Cavalcante (2017), com escolares, não foi encontrada relação entre atividade física e transtornos mentais. No entanto, vários estudos constataram a influência positiva que a atividade física possuía sobre indivíduos com depressão (COSTA; SOARES; TEIXEIRA, 2007; GODINHO., et al., 2016).

**Tabela 2:** Análise de normalidade dos dados

	<b>Pontuaç ão CDI</b>	<b>N AF</b>
<b>N</b>	61	1
<b>Média</b>	25.4	23
<b>Dp</b>	3.35	049





<b>Mínimo</b>	19	
<b>Máximo</b>	34	320
<b>Shapiro -Wilk p</b>	<b>0.21</b>	<b>.001</b>

**Fonte:** Elaborada pela autora

Os dados apresentam normalidade em  $p > 0,05$ , neste caso, apenas a variável pontuação CDI foi constatada como normal, com  $p = 0,210$ . Pelo contrário, a variável Nível de Atividade Física não apresentou normalidade, com  $p = 0,001$  (tabela 2).

No teste de correlação, as duas variáveis não apresentaram correlação linear significativa; portanto, a hipótese de correlação entre o nível de atividade física com sintomas depressivos entre os escolares dessa amostra, não obteve associação estatística positiva. Esse resultado corrobora com pesquisa realizada por Batista e Ornelas (2013), que não encontraram, em seus estudos, correlação significativa entre exercício físico e níveis depressivos em indivíduos. Ainda, na pesquisa de Freitas et al. (2014), com objetivo de avaliar os efeitos de um Programa de Atividade Física no local de trabalho e seus efeitos sobre os níveis de ansiedade, depressão, Burnout e estresse ocupacional, os resultados não apresentaram efeitos positivos nessa relação.

Esses dados que vão de encontro com pesquisa realizada por Martins (2017), que, em seus achados, verificou que, quando comparados aos praticantes de exercício físico, os trabalhadores que não se exercitavam, apresentavam uma maior probabilidade de desenvolver ansiedade e depressão.

Porém, outros autores depreenderam, como resultado de suas pesquisas, que a prática regular de exercícios físicos instiga alguns benefícios fisiológicos, como maior sensação de bem-estar, bom humor, autoestima, redução de ansiedade, tensão e depressão (COSTA, SOARES E TEIXEIRA, 2007; GODINHO et al, 2016).

Realizando uma comparação do nível de atividade física por semestre, os alunos do 3º semestre possuem uma média de  $755 \pm 1094$  minutos de atividade física semanal e os do 5º semestre, de  $257 \pm 551$  minutos. A comparação do nível de atividade física (dada pelo min/ semana) entre os semestres indicou diferença significativa ( $U = 266$ ,  $p = 0,014$ ), com tamanho de efeito médio ( $d = 0,54$ ).

Em estudo realizado com 39 estudantes, 20 alunos do ensino fundamental e 19 do ensino médio, constatou-se que 41,03% eram inativos, sendo 33,33% do gênero feminino e 50% do gênero masculino. Verificou-se, também, que o tempo de inatividade física foi elevado a uma média de 44,8 horas semanais



para o ensino fundamental e 35,20 horas semanais para o ensino médio (ZAPAROLL; SILVA; MAGALHÃES, 2010).

Outro estudo foi realizado com 43 escolares de ambos os sexos, com idades entre 15 e 20 anos de uma escola pública do município de Salgado-SE. Nessa pesquisa, notou-se que o tempo empregado em atividades físicas vigorosas foi favorável para os meninos (4 dias/ semana; 82 min/ dia) em relação as meninas (2 dias/semana; 58 min/dia). No geral, verificou-se maior prevalência de atividade física entre os meninos, sendo considerados muito ativos, e as meninas, ativas (CIAFIS, 2017).

Quanto à comparação do CDI por semestre, os alunos do 3º semestre possuíam média de 25,3±25 pontos, e os do 5º semestre, de 25,5±25 pontos. A pontuação do CDI não apresentou diferença entre os semestres. Tal resultado, possivelmente, deve-se ao fato de que todos os adolescentes pesquisados apresentavam sintomas depressivos.

Percebe-se a depressão como uma doença que vem se instalando na vida de muitas pessoas. De acordo com Antunes e Campos (2007), alguns pais sentem dificuldade em associar determinados sintomas percebidos em seus filhos a um caso de depressão. Dificuldades essas encontradas, inclusive, por pais psicólogos, que teoricamente possuem todo o aparato teórico para identificar tais sintomas. O autor ainda ressalta que a percepção não tem ocorrido rapidamente, fazendo com que os adolescentes passem por crises de agressividade, inclusive, tentativa de suicídio, questões que poderiam ser evitadas com um tratamento precoce, que poderia reestabelecer a normalidade e proporcionar um melhor prognóstico da depressão. Portanto, faz-se muito importante a adoção de estratégias com o público de adolescentes pesquisado, medidas que venham a minimizar tais sintomas.

#### 4 Considerações Finais

Com os resultados, foi possível observar que todos os adolescentes participantes da pesquisa apresentaram sintomas depressivos, nenhum apresentou o ponto de corte estabelecido no instrumento aplicado para escolares brasileiros de 18 pontos. Com relação ao nível de atividade física, obteve-se uma predominância de inatividade física por parte dos participantes.

No teste de correlação aplicado, as duas variáveis não apresentaram correlação linear significativa, portanto, a hipótese de correlação entre o nível de atividade física com sintomas depressivos dos escolares dessa amostra não obteve associação estatística positiva.



Ao realizar a comparação do nível de atividade física (dada pelo min/ semana) entre os semestres, o resultado indicou diferença significativa. Quanto à comparação do CDI, a pontuação não apresentou diferenças entre os semestres.

Sugere-se, assim, que sejam realizadas pesquisas futuras, a fim de preencher algumas lacunas do conhecimento com relação aos sintomas depressivos e à atividade física, com amostras maiores, de longa duração, envolvendo, dentre outros fatores, a relação socioeconômica, relação com os familiares e os principais fatores limitantes para a prática de atividade física. Além disso, seria muito relevante a ampliação da amostra em outras instituições de ensino da cidade, tanto públicas como privadas.

## Referências

ALVES, C. F. A. et al. Fatores associados à inatividade física em adolescentes de 10- 14 anos de idade, matriculados na rede pública de ensino do município de Salvador, BA. **Rev Bras Epidemiol**, Salvador-BA, v. 4, n. 15, p.858-870, fev. 2012.

ALVES, J. G. B. et al. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Rev Bras Med Esporte**, Pernambuco, v. 11, n. 5, p.291-294, set. 2005.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2014

ANTUNES, H. M.; CAMPOS, C. J. G. Pais e responsáveis do adolescente deprimido: buscando conhecer experiências que levaram à procura de atendimento especializado. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v.41, n.2, p.205-212, jun. 2007. <https://doi.org/10.1590/S0080-62342007000200005>.

AZEVEDO, Luis Gustavo et al. Prevalência de ansiedade e depressão, nível de atividade física e qualidade de vida em estudantes universitários da área de saúde. **Revista Científica UNIFAGOC-Multidisciplinar**, v. 5, n. 1, 2021.

BATISTA, W.S, ORNELAS, F.H. Exercício Físico e Depressão: Relação entre o Exercício Físico e o Grau de Depressão. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v.7, n.42, p.474-482. Nov/Dez. 2013.

CONGRESSO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA, NUTRIÇÃO E SAÚDE, 2., 2017. **COMPARAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO MEDIANTE A APLICAÇÃO DO IPAQ**. Aracaju - Se: Editora Universitária Tiradentes, 2017. 1 p.

CORDEIRO, D. **Relação entre Atividade Física, Depressão, Autoestima e Satisfação com a Vida**. 2013. 69 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Atividade Física em Populações Especiais, Instituto Politécnico de Santarém, Rio Maior, 2013

CORDEIRO, Nathan Bezerra; CUNHA. Raissa Forte Pires. **EXERCÍCIO FÍSICO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM DEPRESSÃO**. 2020. 12 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Centro Universitário Fametro- Unifametro, Fortaleza, 2020.



COSTA, R. A.; SOARES, H. L. R.; TEIXEIRA, J. A. C. BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA E DO EXERCÍCIO FÍSICO NA DEPRESSÃO. **Revista do Departamento de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p.269-276, jun. 2007

CUNHA, J. O. C. **TRANSTORNOS DEPRESSIVOS EM CRIANÇAS PORTADORAS DE LEUCEMIA LINFÓIDE AGUDA OU DE INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA TERMINAL**. 2007. 109 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Saúde Materno Infantil, Instituto Materno Infantil Professor Fernando Figueira - Imip, Recife, 2007.

CUNHA, R. V; BASTOS, G. A. N; DUCA, G. F. D. Prevalência de depressão e fatores associados em comunidade de baixa renda de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 346-354, jun. 2012. DÓI: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2012000200012>.

DAMBROS, D. D.; LOPES, L. F. D.; SANTOS, D. Barreiras percebidas e hábitos de atividade física de adolescentes escolares de uma cidade do sul do Brasil. DOI: 10.5007/1980-0037.2011v13n6p422. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, [s.l.], v. 13, n. 6, p.422-428, 15 nov. 2011. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.5007/1980-0037.2011v13n6p422>.

FARIAS JÚNIOR, J. C. et al. Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. **Rev Saúde Pública**, João Pessoa, v. 3, n. 46, p.505-515, 2012.

FARIAS JÚNIOR, J. C. et al. Validade e reprodutibilidade de um questionário para medida de atividade física em adolescentes: uma adaptação do Self-Administered Physical Activity Checklist. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 15, p. 198-210, 2012.

FREITAS A R. et al. Impacto de um programa de atividade física sobre a ansiedade, depressão, estresse ocupacional e síndrome de burnout dos profissionais de enfermagem no trabalho. São Paulo: **Rev Latino-Am. Enfermagem**. Mar-abr.22(2):332-6. 2014.

GODINHO, W.D.N. et al. Percepção dos praticantes de exercício físico sobre a relação entre a prática regular do exercício e a diminuição do grau de depressão. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v.15, n.4, p.149-156, 2016. ISSN; 1981-4313.

GOMES, L. P. et al. Inventário de Depressão Infantil (CDI): uma revisão de artigos científicos brasileiros. **Contextos Clínicos**, [s.l.], v. 6, n. 2, p.95-105, 7 ago. 2013. UNISINOS - Universidade do Vale do Rio Dos Sinos. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2013.62.03>>.

GROLLI, V.; WAGNER, M. F.; DALBOSCO, S. N. P. Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio. **Revista de Psicologia da Imed**, [s.l.], v. 9, n. 1, p.87-103, 14 nov. 2017. Complexo de Ensino Superior Meridional S.A. <http://dx.doi.org/10.18256/2175-5027.2017.v9i1.2123>.

HALLAL, P. C. et al. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v.15, supl.2, p.3035-3042, out. 2010. DÓI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000800008>.

MACHADO, I. C. et al. Prevalência de sintomas depressivos entre adolescentes da rede pública de ensino. **Adolescência & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 4, p.27-35, dez. 2018



MARTINS, L. L. Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores do sexo masculino e a prática regular de exercício físico. 2017. 24 f. TCC (Graduação) - Curso de Bacharel em Educação Física, Universidade do Sul de Santa Catarina, Palhoça, 2017.

OLIVEIRA, D. G. et al. Os benefícios da atividade física para indivíduos portadores de depressão. *Unifal em Pesquisa*, URL: [www.Ítalo.com.br/portal/cepesq/revista\\_eletrônica.html](http://www.Ítalo.com.br/portal/cepesq/revista_eletrônica.html). São Paulo SP, v.6, n.2, p. 90-110, abr. 2016.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Depression and Other common mental disorders: global health estimates. OMS, 2017. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/22554610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. Acesso em: 01 de out. de 2018.

POMPERMAIER, Charlene; BILIBIO, Graziela Cristina; NICOLAO, Giovani Reginatti. Depressão na adolescência: um artigo de revisão. **Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc Xanxerê**, v. 6, p. e27988-e27988, 2021.

RONDINA, et al. Queixas psicológicas e pratica de atividade física: um estudo com universitários em um núcleo de assistência psicológica. *Revista Eletrônica da FAINOR*, v.10, n.3, p. 305-323, set./dez. 2017.

SANTOS, A. M. Depressão na adolescência e o papel da escola em conjunto com a família. 2017. 55 f. Monografia (Especialização) - Curso de Pedagogia, Faculdade de Pindamonhangaba, Pindamonhangaba-SP, 2017.

SILVA, R. C. D. et al. Nível de atividade física em adolescentes escolares do município de rio verde Goiás. **Revista Inspirar**, Rio Verde- Go, v. 16, n. 2, p.20-25, jan/fev/mar. 2018.

SOUSA, J. G. et al. Atividade física e hábitos alimentares de adolescentes escolares: pesquisa nacional de saúde do escolar (PENSE), 2015. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 13, n. 77, p.87-93, jan-fev 2019

VOSER, R. C. et al. Mensuração do nível de atividade física de escolares da rede pública de ensino da cidade de pelotas-rs. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, Pelotas-RS, v. 11, n. 70, p.820-825, jan/dez. 2017.

WATHIER, J. L.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. Análise fatorial do Inventário de Depressão Infantil (CDI) em amostra de jovens brasileiros. **Aval. psicol.**, Porto Alegre, v. 7, n. 1, p.75-84, abr. 2008.

ZAPAROLL, E. S.; SILVA, Ú. A H.; MAGALHÃES, S. R. Avaliação do nível de atividade física de alunos do último ano do ensino fundamental e de alunos do ensino médio. **Efdeportes**, Buenos Aires. v. 150, 2010.

### Como citar este artigo

SOUSA, D. A.; CRUZ, F. N. I. Relação entre sintomas depressivos e nível de atividade física de adolescentes do ensino médio técnico do IFCE campus Canindé. **Revista Kinesis**, Santa Maria, v. 39, p.01-13, 2021.

\* O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

