

## HÁBITOS DE VIDA DOS ADOLESCENTES PARTICIPANTES DO GRUPO PELOTENSE THOLL

**COLLAZO, Camila Charquero<sup>1</sup>, HASSE, Helena Kabke<sup>1</sup>, MARQUES, Bruna Fonseca<sup>1</sup>, ROSA, Juliana Araújo<sup>1</sup>, Silva, Jessica Marques<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Católica de Pelotas [camila.collazo@hotmail.com](mailto:camila.collazo@hotmail.com)

**GIUSTI, Patrícia**

*Universidade Católica de Pelotas*

### INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde, em 1947, ao definir saúde como “um estado de bem-estar físico, mental e social e não apenas ausência de doença ou enfermidade”, desvinculou o conceito de saúde somente do aspecto físico, além de introduzir, de forma implícita noções de qualidade de vida em seu aspecto multidimensional.

A procura por atividade física como uma maneira de proporcionar o bem – estar físico e mental tem aumentado muito, e com isso o modo como desempenhar esta atividade sem trazer prejuízo à saúde é uma grande preocupação, no contexto de diferentes áreas do conhecimento humano, no que concerne aos hábitos de vida de adolescentes.

A adolescência é uma etapa intermediária do desenvolvimento humano. De acordo com o Ministério da Saúde, no Brasil são 54 milhões de cidadãos com idade entre os 10 e 24 anos. Nessa fase ocorrem rápidas alterações do tamanho, forma, fisiologia e funcionamento psicológico e social do corpo, que têm como objetivo promover a transição da infância para a idade adulta. Estimulado por essas intensas transformações, o adolescente torna-se mais vulnerável a comportamentos que podem fragilizar sua saúde, como alimentação inadequada, sedentarismo, tabagismo, consumo de álcool e de drogas.

Segundo SILVA (2010), a atividade física é sempre bem-vinda no que diz respeito a hábitos de vida saudável, porém é necessário que tenham acompanhamento de profissionais especializados, tais como nutricionista, educador físico, médico, fisioterapeuta. O exercício físico é uma forma de lazer, podendo restaurar a saúde dos efeitos nocivos que a rotina estressante do trabalho e do estudo traz.

O esporte pode ser considerado um dos maiores fenômenos sociais da modernidade. É reconhecido desde uma forma de socialização até uma variedade profissional. Na hora de escolher uma atividade física para praticar opções não faltam, desde a tradicional academia, diversos tipos de luta, esportes com bola, ginásticas e até mesmo as artes circenses.

De acordo com HENRIQUE (2006), a escola de circo, além de cumprir o papel social de transmissão da arte circense e de educação informal, aparece no cenário atual como tempo e espaço de diversão e desenvolvimento pessoal. A escola proporciona aos alunos a vivência da atividade física, o contato com uma nova cultura e a participação em espetáculos, possibilitando vivências diferenciadas nos momentos de lazer dos sujeitos.

A trupe Tholl teve início em 1987 com participação do TEP - Teatro Escola de Pelotas e pessoas da comunidade. Aos poucos, começaram a aparecer

mais integrantes para participar do grupo, os treinos ficaram mais freqüentes e aumentando a qualificação de cada um dos integrantes. Após a contratação da produção, a trupe passou a investir mais em si, treinar mais ainda e o espetáculo chegou mais perto do que é hoje, além de ter conquistado vários patrocinadores, que auxiliaram na construção de sua própria sede de treinamento.

Motivados por essas preocupações relacionadas aos hábitos saudáveis de adolescentes, realizou-se uma pesquisa objetivando conhecer os hábitos de vida e traçar um perfil dos adolescentes integrantes do Grupo Tholl.

## **METODOLOGIA**

Realizou-se um estudo transversal no período de abril a junho de 2010 na cidade de Pelotas, RS com 37 adolescentes que participam da trupe circense Tholl. Admitiu-se como critério de inclusão os adolescentes que se encontravam dentro da faixa etária de 12 a 21 anos e que estivessem em treinamento no grupo Tholl.

Os dados foram coletados por um questionário elaborado pelos autores e revisado pelo orientador. Este foi auto-aplicado, continha 16 questões fechadas referentes aos hábitos de vida no que tange o treinamento, atividades de vida diárias, tabagismo, alcoolismo e alimentação.

As entrevistas foram realizadas no centro de treinamento, antes, durante e após os horários dos treinos com os participantes que lá se encontravam.

Os dados foram digitados no programa Epi-Info versão 6.0 e a análise foi realizada no programa SPSS 13.0. Empregou-se o teste do Qui-quadrado para associar as variáveis, considerando significativo o valor de  $p < 0,05$ .

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Não foram encontrados outros trabalhos com adolescentes praticantes de artes circenses, o que ressalta o caráter inovador do presente estudo. Obtivemos uma pequena amostra de jovens praticantes de artes circenses, porém acredita-se que se deva ao fato de, por esse esporte não ser muito difundido, não há uma procura por jovens tão grande quanto outros esportes.

No que tange o treinamento, 56,8% dos entrevistados alegaram treinar mais de quatro horas por dia, mas apenas 40,5% classificaram seu treinamento como intenso. Acredita-se que isso se deve às diferentes atividades realizadas pelos integrantes do grupo Tholl, as quais abrangem diferenciados níveis de esforço físico.

Quanto ao tabagismo, os estudos de ROEMER (1986), mostram que este tem sido citado como a principal causa prevenível de doença e mortalidade prematura entre adultos no mundo.

A prevalência de tabagismo na trupe Tholl foi pequena, sendo que 1 dos 37 integrantes entrevistados fuma, mesmo com este resultado sabe-se que isso é ruim, o ideal seria não ter nenhum jovem fumante no grupo.

Um estudo realizado por ANDRADE (2006) na Universidade de Brasília com os alunos nos cursos de graduação do período diurno, durante o segundo semestre de 2003, relatou uma freqüência do uso de tabaco de 14,7%, maior que o percentual encontrado em nosso estudo de 2,7%. Esses dados adquiridos na pesquisa confirmam que apesar da maioria de adolescentes estarem conscientes, ainda há falhas. A influência ao tabaco está presente no dia-a-dia dos adolescentes, seja por grupos de amigos ou mesmo pela publicidade realizada pelas marcas de cigarros.

Além do tabaco, o álcool também é outra droga que está presente no cotidiano dos jovens. Não é por menos que pesquisas mostram que estes constituem o grupo populacional que apresenta maiores problemas de consumo de bebidas alcoólicas. (Strauch, 2009) No que tange a trupe Tholl a prevalência de ingestão de álcool no sexo feminino foi de 44,4%, já o sexo masculino foi de 36,8%. Esses achados contradizem estudos também realizados na cidade de Pelotas que apresentam prevalência maior no sexo masculino. (HORTA, 2007) Foi possível observar que houve prevalência no consumo de bebidas alcoólicas nos adolescentes que tem idade igual ou maior a 17 anos, o que corrobora com pesquisas que mostram as prevalências de consumo de álcool aumentaram conforme a faixa etária. (SOUZA, 2005, HORTA, 2007, STRAUCH, 2009)

O fato de 61% acharem que a bebida alcoólica influencia negativamente na saúde mostra a conscientização por parte dos adolescentes sobre os efeitos desta. Acredita-se que o fato de 39% dos adolescentes não afirmarem que o álcool é influencia negativa, é explicado pelo consumo ocasional, pois todos os integrantes da trupe que alegaram beber, disseram que o fazem às vezes, em festas e eventos sociais.

Um estudo realizado por GAMBARDELLA (1999), com estudantes com média de idade entre 14 e 15 anos, verificou que a almoço era consumido por 76% dos entrevistados, o jantar por 53% e o desjejum por 45%. No presente trabalho encontrou-se 81% realizando almoço, 67,5% consumindo jantar e 75% o desjejum.

PRIORE (2002), analisando estudantes de 12 a 18 anos matriculados em um colégio público de São Paulo, relatou que quase 60% dos estudantes não tinham o hábito de realizar as três refeições consideradas principais (desjejum, almoço e jantar). Porém neste estudo realizado com os integrantes do Tholl, constatou-se o contrário, pois 62,1% dos entrevistados realizavam as três refeições.

No mesmo estudo, PRIORE (2002) constatou que 37% da população estudada tinham o hábito de omitir o desjejum, no Grupo Tholl este hábito foi relatado por 24,4% dos entrevistados.

## **CONCLUSÕES**

As respostas positivas da maioria dos participantes da trupe sobre a influência do treinamento na saúde e os relatos sobre a melhora da qualidade de vida permitem verificar o importante papel social que o grupo Tholl tem na vida desses jovens, visto que beneficia a saúde dos adolescentes tanto no aspecto físico, como mental e social.

Diante dos resultados apresentados, conclui-se que os hábitos de vida dos adolescentes do grupo Tholl são, em geral, hábitos saudáveis. Porém, durante a adolescência há diversas mudanças, como nos hábitos alimentares, aumento do poder de compra e mudanças na personalidade. Por estes e outros motivos, acredita-se que estes adolescentes deveriam ser acompanhados constantemente por uma equipe de profissionais da área da saúde, como nutricionista, psicólogo, médico, fisioterapeuta e enfermeiro, a fim de que sejam adequadamente orientados sobre como adotar hábitos saudáveis paralelamente à rotina de treinamento e demais atividades de cada um.

## **REFERÊNCIAS**

1- Ministério da Saúde. **Adolescentes e jovens.** Disponível em: [http://portal.saude.gov.br/portal/saude/visualizar\\_texto.cfm?idtxt=29660](http://portal.saude.gov.br/portal/saude/visualizar_texto.cfm?idtxt=29660). Acesso em 14 de junho de 2010.

2- Silva RS, Silva I, Silva R, Souza L, Tomasi E. **Atividade física e qualidade de vida.** Ciênc. saúde coletiva. Jan 2010; 15(1): 115-120.

3- Cláudia Heringer Henriques. **Picadeiro, palco, escola: A evolução do circo na Europa e no Brasil.** Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd101/circo.htm>. Acesso em 14 de junho de 2010.

4- Grupo Tholl – trupe circense de Pelotas. **Histórico: No começo tudo foi muito difícil.** Disponível em: <http://www.grupotholl.com/content/index.php?secao=historico>. Acesso em 14 de junho de 2010.

5- Roemer R. Recent **development in legislation to combat the world smoking epidemic.** WHO/SMO/HLE/86.1 Genebra: WHO, 1986.

6- Andrade APA, Bernardo ACC, Viegas CAA, Ferreira DBL, Gomes TC, Sales MR. **Prevalência e características do tabagismo em jovens da Universidade de Brasília.** J. bras. pneumol. 2006 Feb; 32(1): 23-28.

7- Strauch ES, Pinheiro RT, Silva RA, Horta BL. **Uso de álcool por adolescentes: estudo de base populacional.** Rev. Saúde Pública. 2009 Ago; 43(4): 647-655.

8- Horta RL, Horta BL, Pinheiro RT, Morales B, Strey MN. **Tabaco, álcool e outras drogas entre adolescentes em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil: uma perspectiva de gênero.** Cad. Saúde Pública. 2007 abr; 23(4):775-783.

9- Souza DPO, Areco KN, Silveira Filho DX. **Álcool e alcoolismo entre adolescentes da rede estadual de ensino de Cuiabá, Mato Grosso.** Rev. Saúde Pública. 2005 Aug; 39(4): 585-592.

10- Gambardella Ana Maria Dianezi, Frutuoso Maria Fernanda Petrolí, Franch Claudia. **Prática alimentar de adolescentes.** Rev. Nutr. 1999 Abr; 12(1): 55-63.

11- Priore SE, Vieira VCR, Ribeiro SMR, Franceschini SCC, Alemida LP. **Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira.** Rev. Nutr. 2002 Set; 15(3): 273-282.