

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

JOSÉ EDUARDO OLIVEIRA DA SILVA
CALEB MELO DE MENDONÇA RAMOS

**FATORES ASSOCIADOS AO COMPORTAMENTO
SEDENTÁRIO DE ADOLESCENTES ESCOLARES: uma
revisão da literatura**

RECIFE/2025

JOSÉ EDUARDO OLIVEIRA DA SILVA
CALEB MELO DE MENDONÇA RAMOS

**FATORES ASSOCIADOS AO COMPORTAMENTO
SEDENTÁRIO DE ADOLESCENTES ESCOLARES: uma
revisão da literatura**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Disciplina TCC II do
Curso de Bacharelado em educação
física do Centro Universitário Brasileiro
- UNIBRA, como parte dos requisitos
para conclusão do curso.

Orientador: Prof. Me. Rafael Moreira

RECIFE/2025

JOSÉ EDUARDO OLIVEIRA DA SILVA
CALEB MELO DE MENDONÇA RAMOS

FATORES ASSOCIADOS AO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE ADOLESCENTES ESCOLARES: uma revisão da literatura

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Disciplina TCC II do Curso de Educação física do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão do curso.

Examinadores:

Rafhael Moreira do Carmo de Oliveira– Orientador

Examinador 1 – Titulação

Examinador 2 - Titulação

Nota: _____
Data: ____/____/____

Dedicamos esse trabalho aos nossos familiares e amigos.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradecemos a Deus, fonte de força, sabedoria e inspiração, que nos guiou e sustentou ao longo de toda esta trajetória.

Manifestamos também nossa profunda gratidão aos nossos familiares, cujo amor, compreensão e incentivo incondicionais nos acompanharam durante todo o percurso acadêmico.

Ao nosso orientador, professor Raphael Moreira do Carmo de Oliveira, agradecemos pela dedicação, pelo conhecimento transmitido e pela orientação fundamental para a realização deste trabalho.

Estendemos nossos sinceros agradecimentos ao amigo Moacir de Andrade, cuja generosidade em compartilhar seus conhecimentos e cuja valiosa ajuda foram essenciais para o desenvolvimento deste trabalho.

Além disso, agradecemos a todos os professores que nos acompanharam ao longo destes quatro anos no Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Suas contribuições para a nossa formação foram inestimáveis.

Por fim, expressamos nossa gratidão aos nossos amigos, cujo apoio, amizade e momentos compartilhados tornaram essa jornada mais significativa e memorável.

RESUMO

Introdução: A prática de Atividade Física (AF) é visto como um elemento essencial de um estilo de vida saudável, sendo este componente um processo estratégico de saúde pública para a prevenção e combate às doenças crônicas não transmissíveis. **Objetivo:** estudar, por meio de uma revisão de literatura o processo de comportamento sedentário entre adolescentes escolares e quais fatores estão associados. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo integrativa, realizada no período de agosto a dezembro de 2025. Para a seleção dos artigos que integrariam a amostra, foi realizada uma busca nas bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online - MEDLINE, Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde – LILACS via Biblioteca virtual em saúde – BVS e Cientific Electronic Library Online (SCIELO). **Discussão:** sobre uma investigação de comportamento sedentário e inatividade física em adolescentes na qual está ligado ao sistema familiar, percebeu-se uma alto predomínio de sedentarismo (56,3%) e inatividade física (78,1%). **Conclusão:** o enfrentamento do sedentarismo e da obesidade entre adolescentes requer uma abordagem ampla e interdisciplinar, que una inovação, educação em saúde e acolhimento emocional. Investir em programas que estimulem a prática de atividade física de maneira prazerosa e adaptada à realidade dos jovens é essencial para consolidar hábitos saudáveis e prevenir doenças crônicas.

Palavras-chave: Adolescentes, Atividade física, Obesidade.

ABSTRACT

Introduction: The practice of physical activity (PH) is seen as an essential element of a healthy lifestyle, being this component of a strategic public health process for the prevention and combat of chronic non-communicable diseases. **Objective:** to study, through a literature review the process of sedentary behavior among school adolescents and which factors are associated with it. **Methodology:** This is a bibliographic review of the integrative type, conducted in the period from August to December 2025. To select two articles that would supplement the exhibition, a search was conducted in the databases. Health Sciences – LILACS via Virtual Library em saúde – BVS and Scientific Electronic Library Online (SKY). **Discussion:** on a research of sedentary behavior and physical inactivity in adolescents in which it is related to the family system, a high predominance of sedentary behavior (56.3%) and physical inactivity (78.1%) was perceived. **Conclusion:** the confrontation of sedentary behavior and obesity among adolescents requires a comprehensive and interdisciplinary approach, rather than innovation, health education and emotional nurture. Investing in programs that encourage pragmatic and realistically tailored physical activity practice among young people is essential to consolidating Saudi habits and preventing chronic pain.

Keywords: Adolescents, Physical activity, Obesity.

SUMÁRIO

1. Introdução.....	13
2 Materiais e métodos.....	15
3 Resultado e Discussão.....	16
Referências.....	18

1. Introdução

A prática de Atividade Física (AF) é visto como um elemento essencial de um estilo de vida saudável, sendo este componente um processo estratégico de saúde pública para a prevenção e combate às doenças crônicas não transmissíveis¹. Desta forma, é visto que no mundo inteiro, entre os adolescente entre os 11 a 17 anos, 80% deles não praticam AF, pelo menos, por sessenta minutos ao dia².

De acordo com a recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) conforme o guidelines de 2020, onde adolescentes que praticam ou menos 60 minutos de AF de intensidade moderada a vigorosa, no entanto, é necessário que atividades aeróbicas vigorosas e de fortalecimento de músculos e ossos sejam realizadas no mínimo três vezes por semana³.

Evidencia-se sobre a importância da prática de AF na adolescência, que esta seja iniciada em pequenas quantidades e que posteriormente venha ganhando amplitude aos poucos pela frequência, intensidade e duração, preferencialmente por meio de atividades seguras, agradáveis, e que possam variar e se adequar conforme a idade e também habilidades dos adolescentes. Entretanto, sua prática é melhor do que não fazer nada, todo tipo de movimento é importante, e quanto mais se pratica, melhor para o corpo⁴.

As similaridades voltadas à participação em AF são multifacetados e que correspondem a diversos fatores de origem biológica, psicológica, cognitiva, social, econômica e cultural, assim como questões comportamentais e emocionais¹. Desta forma, estudos evidenciados na literatura enfatizam que a AF feita em tempo extra aula de Educação Física são observadas como as que mais contribuem para o comportamento ativo diário dos adolescentes⁵.

Do mesmo modo, o comportamento sedentário, parece estar ligado a diversas variáveis, nos quais são caracterizada através de elementos como ambientais, sociodemográficos, dos baixos níveis de AF, do ambiente em que os adolescentes vivem, do uso excessivo de aparelhos eletrônicos, nível econômico familiar, e da má alimentação⁶. Contudo, vale salientar que existem evidências que influenciam tanto no hábito de se praticar AF como no comportamento sedentário, a exemplo disso estão os contextos sociodemográficos⁷ e ambientais¹.

Percebe-se que uma das maneiras que mais se utilizam para operacionalizar o comportamento sedentário em adolescentes se dá por meio da média de tempo na qual elas

passam diariamente em frente ao computador, assistindo televisão, jogando videogame na qual é denominada de tempo de tela⁸, pois com o baixo nível desta prática por meio do comportamento sedentário, evidencia um importante fator em relação ao sobrepeso e obesidade⁹.

Portanto, o comportamento sedentário em adolescente os expõem a vários malefícios, seja, pelo aumento de peso, redução da aptidão física e cardiorrespiratória, em que, por conseguinte, sua chance em adquirir doenças como: obesidade, diabetes, hipertensão e outras doenças crônicas, são maiores, tendo um risco eminente de, no futuro, se tornar um adulto não saudável¹⁰.

Assim, o presente trabalho tem como objetivo estudar, por meio de uma revisão de literatura o processo de comportamento sedentário entre adolescentes escolares e quais fatores estão associados.

2. Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo integrativa, realizada no período de agosto a dezembro de 2025. A etapa de identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados foi realizada por três pesquisadores independentes, de modo a garantir um rigor científico. Para a seleção dos artigos que integrariam a amostra, foi realizada uma busca nas bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online - MEDLINE, Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde – LILACS via Biblioteca virtual em saúde – BVS e Cientific Electronic Library Online (SCIELO). Para a busca dos estudos foram utilizados os descritores em ciência saúde (DeCS): “Obesidade”, “Adolescentes” e “Sedentarismo”. Para a busca utilizou-se o operador booleano AND em ambas as bases de dados.

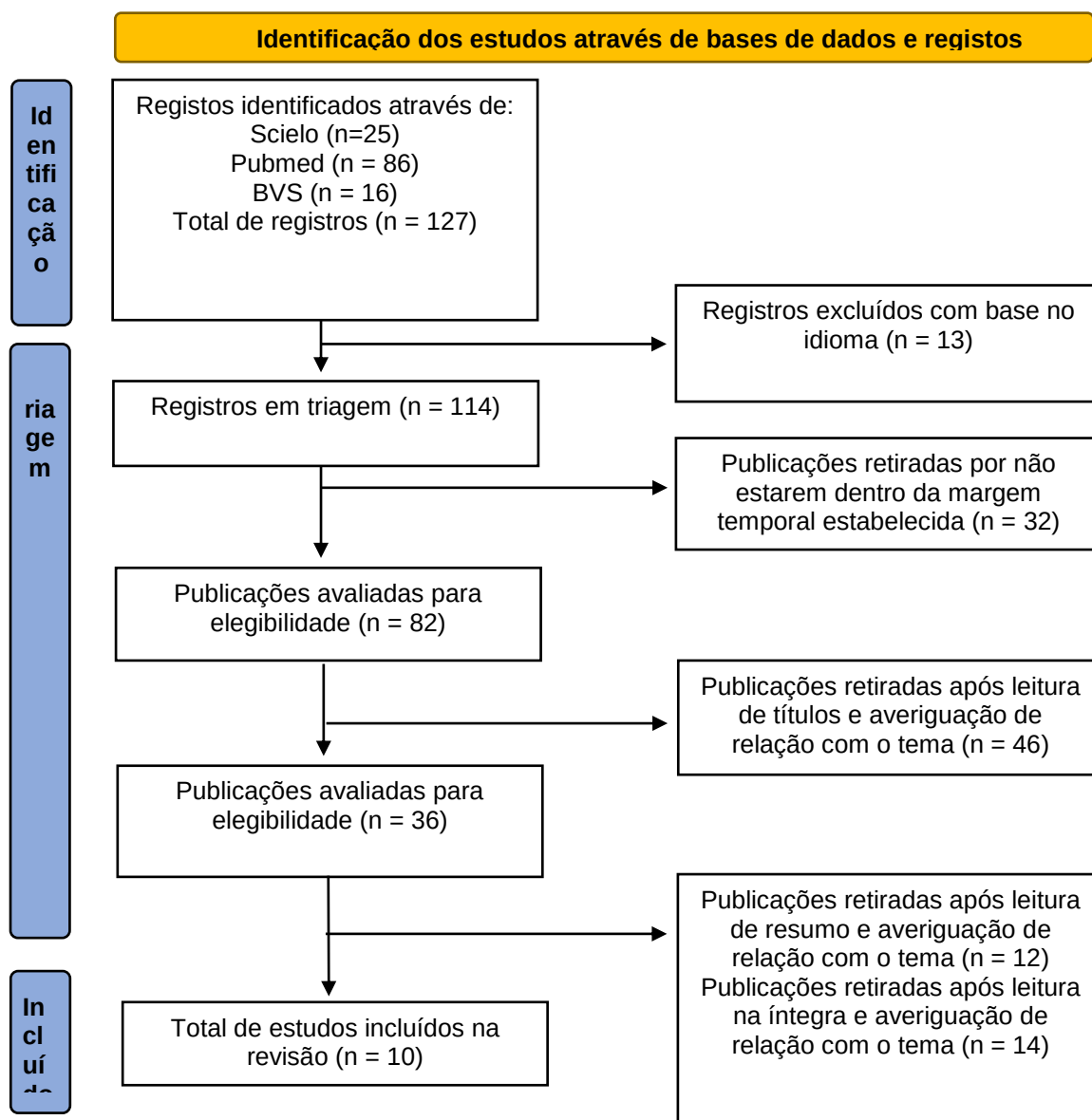
Os critérios de inclusão estipulados para a seleção dos artigos foram: artigos originais, revisões sistemáticas, meta-análises, ensaios clínicos e estudos de coorte ou casos-controle que abordem atividade física, sedentarismo e obesidade em adolescentes; estudos que incluam populações escolares ou comunitárias; estudos que investiguem o efeito da atividade física ou programas de intervenção física no combate ao comportamento sedentário ou na

prevenção/redução da obesidade; publicações em português, inglês; e estudos publicados nos últimos 20 anos. Os critérios de exclusão foram: resumos de congresso, editoriais, cartas ao editor, comentários, notas técnicas e literatura cinzenta sem revisão científica; estudos que incluíam somente crianças (<10 anos) ou adultos (>19 anos); e publicações em idiomas diferentes de português ou inglês.

3. Resultados e Discussão

O presente estudo foi formulado através de uma triagem de pesquisa feita através de bases pelo Google Acadêmico e por meio do Scielo (*Scientific Electronic Library Online*). As bases de pesquisa foram feitas a partir dos seguintes descritores: futebol; análise de desempenho no futebol; esporte e funções táticas. As buscas resultaram em 127 estudos, entre os quais 07 obedeceram aos critérios de elegibilidades e foram incluídos nos resultados deste estudo. Na Figura 1 a seguir, é possível averiguar o fluxograma de buscas dos trabalhos:

Figura 1 - Fluxograma de busca dos trabalhos, baseado no PRISMA.



Fonte: Autoria própria (2025).

Os estudos que obedeceram aos critérios de elegibilidade trazem aspectos relevante sobre atividade física para adolescentes no combate ao comportamento sedentário e obesidade, entre os quais podem ser citados: o papel da atividade física na prevenção do sobrepeso e obesidade e suas comorbidades; os riscos do sedentarismo; a importância da atividade física, especialmente na atividade aeróbica no contexto da diminuição da gordura corporal e outros. O quadro 1 lista os principais achados desses estudos.

Tabela 1 – Estudo selecionados

Autor/Ano	Título	Objetivo	Amostra	Método	Resultados
Santana et al., 2021	Associação entre supervisão parental e comportamento sedentário e de inatividade física em adolescentes brasileiros	Avaliar a associação entre características de acompanhamento parental e comportamentos sedentários e fisicamente inativos em adolescentes brasileiros.	102.072 escolares do 9º ano do ensino fundamental de redes públicas e privadas	Transversal	Observou-se altas prevalências de sedentarismo (56,3%) e inatividade física (78,1%) entre escolares brasileiros, e que esses comportamentos se associam à supervisão parental.
Barbalho et al., 2020	Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares	Analisar a existência de associação entre sobrepeso/obesidade e fatores associados à prevalência em adolescentes escolares.	572 adolescentes escolares de 10 a 19 anos, de escolas públicas estaduais de nível médio de Sobral-CE.	Descritivo	454 (79,6%) adolescentes pesquisados tenham sido classificados pelo IMC como eutróficos, foi observado que 118 (20,6%) apresentaram prevalência de sobrepeso ou obesidade. Entre os pesquisados, 235 (41,1%) consideraram sua saúde como boa e apenas 3 (5%) a indicaram como ruim.
Fantinel et al., 2020	Imagem corporal em adolescentes: associação com estado nutricional e atividade física	Verificar a associação do estado nutricional e da atividade física com a percepção de satisfação com a imagem corporal	844 adolescentes, com idade de 11 a 17 anos, de ambos os sexos, devidamente matriculados em escolas públicas de Curitiba, Paraná.	Transversal	Notou-se que o estado nutricional esteve positivamente relacionado com a insatisfação moderada para ambos os sexos. Para a insatisfação grave, verificou-se que, para o sexo feminino as variáveis de faixa etária, maturação sexual, nível

					socioeconômico e estado nutricional estiveram positivamente associadas a esta variável.
Martins et al, 2024	Comportamento Sedentário Excessivo e Fatores Associados em Adolescentes Escolarizados Brasileiros	Investigar a associação entre o comportamento sedentário excessivo, os hábitos alimentares e os indicadores de saúde mental em adolescentes escolarizados brasileiros	A amostra foi composta por 159.034 adolescentes entre 10 a 19 anos, de ambos os sexos e estudantes de escolas públicas e privadas de todas as regiões do Brasil.	Transversal	Os dados foram analisados através da estatística descritiva e da regressão logística binomial, verificado o Intervalo de Confiança (IC 95%) e nível de significância de 0,05. As análises foram feitas com o software Jamovi® for Windows, versão 2.3.
Bezerra et al., 2021	Estilo de vida de adolescentes estudantes de escolas públicas e privadas em Recife: ERICA	Analisar os comportamentos relacionados ao estilo de vida dos adolescentes no município de Recife, Brasil, de acordo com o cumprimento das recomendações para atividade física, comportamento alimentar, tabagismo e consumo de álcool.	2400 adolescentes de 12 a 17 anos, de ambos os sexos, de escolas públicas e privadas de cidades brasileiras com mais de 100 mil habitantes.	Transversal	A prevalência de atividade física insuficiente na semana foi de 52,4% entre os adolescentes. Não houve diferença estatisticamente significativa entre adolescentes ativos de escolas públicas e privadas. Adolescentes do sexo feminino foram mais insuficientemente ativos (68,7%) do que aqueles do sexo masculino (36,4%) ($p = < 0,001$). Adolescentes das classes econômicas D e E, também foram mais inativos (60,7%) que os da classe econômica A (47,3%) ($p = 0,012$).

Mello et al., 2022.	Secular Trend of Sports Practice of Brazilian Children and Young People in the Decade of Mega-Sport Events	Propor um indicador combinado com a intenção de concatenar os comportamentos de risco em um único desfecho primário, denominado Saúde Física Prejudicada, e posteriormente, identificar indicadores socioeconômicos que possam auxiliar na compreensão de como esse comprometimento afeta os estudantes brasileiros.	Os dados estão disponíveis no Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (https://www.ibge.gov.br/). Selecionamos as informações sobre atividade física, percepção do estado nutricional e “esforço para mudança de peso” de 108.778 escolares com idades entre 11 e 18 anos. Após a proposição da variável “saúde física prejudicada”, utilizamos a regressão logística de Poisson com $p < 0,05$ de significância aceitável.	Transversal 1	A saúde física prejudicada foi adotada com base na seguinte composição e critérios: classificação negativa da atividade física, percepção ruim do estado nutricional e falta de esforço para mudar o peso. Características individuais (gênero e raça), alimentação (tabagismo e consumo de drogas), família (por exemplo, não morar com os pais), uso de telefone e características geográficas apresentaram associação significativa com a prevalência de saúde física prejudicada.
Silva et al., 2021	Educação Física Escolar: Guia de Atividade Física Para a População Brasileira	Apresentar o processo de elaboração das recomendações brasileiras de EF escolar para a população brasileira, mais especificamente os estudantes, professores, pais e responsáveis, e gestores.	Três sínteses de evidências, escutas ao público-alvo e consulta pública foram realizadas para a construção das recomendações. Dados de 49 revisões sistemáticas sobre os benefícios da EF escolar à saúde e de 22 intervenções nas aulas de EF escolar com estudantes brasileiros foram sumarizados.	Transversal 1	Dados de 49 revisões sistemáticas sobre os benefícios da EF escolar à saúde e de 22 intervenções nas aulas de EF escolar com estudantes brasileiros foram sumarizados. Ainda, foram sintetizados 63 documentos nacionais e internacionais com estratégias recomendadas para a EF escolar, com foco nas dimensões: política

					e ambiente; currículo; instrução apropriada; avaliação; e estratégias que interagem com a EF escolar.
Souza, 2025	Análise do Comportamento Sedentário e Fatores Associados entre Jovens Escolares: uma revisão narrativa	Identificar os comportamentos sedentários entre adolescentes escolares e quais fatores estão associados	Não teve	Revisão narrativa da literatura de caráter descritivo	Os principais achados desta revisão, revelaram que os índices de comportamento sedentário e inatividade física são elevados entre os adolescentes, notando inúmeros fatores que estão associados, como idade, sexo, lugar onde mora, escola, características sociodemográficas, supervisão parental, tempo em frente a telas e estilo de vida deles nos últimos anos

Fonte: Própria autoria (2025).

Para a pesquisa desta discussão, pode-se achar componentes que apontam que os níveis de comportamento sedentário e a falta de atividade física representam um fator elevado na população adolescente, observando diversos fatores que estão ligados ao sexo, idade, local onde moram, características sociodemográficas, escola, família, assim como o tempo nos quais os adolescentes ficam em frente às telas e o estilo de vida. Em meio aos resultados, podem ser destacados algumas intercorrências oriundas desses hábitos, como por exemplo a distorção de imagem, questões ligadas ao sono, sobrepeso/obesidade e aumento do risco cardiovascular.

Desta forma, sobre uma investigação de comportamento sedentário e inatividade física em adolescentes na qual está ligado ao sistema familiar, percebeu-se um alto predomínio de sedentarismo (56,3%) e inatividade física (78,1%). Em meio aos resultados, foram avaliados

conforme a presença dos pais ou responsáveis no cotidiano de seus filhos, onde os responsáveis que faziam o acompanhamento das atividades da escola estão correlacionados a 30% menor de inatividade e 30% menor de comportamento sedentário. Percebeu-se que 28% menor o índice nos adolescentes que possuíam o entendimento de seus responsáveis frente aos seus problemas; assim como, os que não estavam frequentando a escola sem o conhecimento de seus responsáveis, sendo estes observados em 94% maior ligados ao sedentarismo e 33% menor para a inatividade¹¹.

Em outro estudo, quando foi analisado questões associadas ao sobrepeso/obesidade, observados aos hábitos alimentares em 572 escolares, percebeu-se na amostra que 90% dos adolescentes, além possuírem o inadequado consumo de alimentos, na denominação da atividade física, prevaleceu o grupo de estudantes verificados com comportamento sedentário/irregularmente ativo conforme todos os domínios avaliados. O estudo concluiu que o sexo, nível socioeconômico e nível de atividade física não fazem parte do grupo ligado ao sobrepeso/obesidade, contudo, mais da metade dos adolescentes que foram pesquisados, demonstrou comportamento sedentário e alimentação inapropriada, condições associadas ao sobrepeso/obesidade¹².

Em outro estudo, sobre os termos de investigação voltados a imagem corporal em adolescentes em ambos os sexos, percebeu-se que 5,24% do sexo masculino e 17,83% do sexo feminino, revelaram insatisfação corporal grave. Em meio a outras questões, em relação a prática de pelo menos 420 minutos por semana de atividade física, pode-se perceber que 72,32% do sexo masculino e 50,11% do sexo feminino puderam alcançar esse padrão. De forma geral, 25,59% demonstraram insatisfação corporal, estando mais presente entre as meninas (17,83%)¹³. Deste modo, percebeu-se que existe um significativo impacto m relação ao comportamento sedentário excessivo voltado a rede de amizades, pois, um maior número de amigos próximos está ligado ao fato de que o adolescente esteja menos propenso ao comportamento sedentário excessivo¹⁴.

Em um estudo cuja intenção foi o de analisar o estilo de vida de adolescentes de escolas públicas e privadas, teve como resultado, no predomínio da classe social nas escolas particulares A e B (84,5% vs. 43,9%) e C (51,4% vs. 10,0%), D e E em escolas públicas (3,1% vs. 0,4%). A predominância de inatividade física na semana para o presente estudo foi de 52,4% entre os adolescentes. Para os jovens ativos oriundos de escolas públicas e privadas não se divergem muito conforme a coleta de dados. Contudo, percebeu-se que as meninas (68,7%) foram apontadas como as menos ativas fisicamente em comparação aos meninos

(36,4%). Para os adolescentes das classes econômicas D e E foram os que menos representavam ativamente (60,7%) em relação a Classe Econômica A (47,3%). Percebeu-se que a inatividade física está vinculado ao sexo, tipo de escola e classe social¹⁵.

Em outro estudo comprovam tais elementos afirmando que a falta de AF também pode ser um componente de explicação sobre a saúde física prejudicada em adolescentes do sexo feminino em comparação ao sexo masculino. Em alguns estudos anteriores apontaram que, no cenário brasileiro, as adolescentes do sexo feminino praticam menos atividades físicas, nos quais eram influenciados de forma negativa a saúde desta população¹⁶. Mesmo que as aulas de Educação Física na escola possam promover uma maior participação destes adolescentes do sexo feminino, existem os desafios sociais e culturais nos quais são presentes na realidade brasileira por meninas e mulheres em relação à prática de AF em que são indicadas a necessidade de políticas públicas voltadas para esta população¹⁷. Por fim, em um outro estudo voltado ao comportamento sedentário este também está associado a diferentes elementos, tais quais a questões de sexo, o nível de AF, o nível socioeconômico, e sobre a maturação sexual⁹.

Dessa forma, programas de saúde voltados para adolescentes com sobrepeso ou obesidade devem ser multidimensionais, com a combinação de exercício, alimentação saudável, cuidado psicológico, suporte social, e tratamento da autoimagem corporal, considerando gênero, idade, influências culturais e fatores ambientais como mídia e *bullying*.

4. Conclusão

A atividade física exerce um papel essencial na prevenção e no controle da obesidade entre adolescentes, sendo uma das principais estratégias para combater o comportamento sedentário e promover uma vida mais saudável.

Abordagens inovadoras que utilizam recursos tecnológicos e elementos lúdicos, como jogos interativos e atividades em grupo, têm se mostrado eficazes para despertar o interesse dos adolescentes e reduzir a resistência às práticas tradicionais. Essas estratégias tornam o exercício mais prazeroso e ajudam a incorporar o movimento à rotina de forma natural e sustentável. Dessa forma, o enfrentamento do sedentarismo e da obesidade entre adolescentes requer uma abordagem ampla e interdisciplinar, que una inovação, educação em saúde e

acolhimento emocional. Investir em programas que estimulem a prática de atividade física de maneira prazerosa e adaptada à realidade dos jovens é essencial para consolidar hábitos saudáveis e prevenir doenças crônicas.

Assim, a atividade física deve ser entendida não apenas como uma ferramenta para controle do peso, mas como um meio de promover qualidade de vida, autonomia e equilíbrio integral durante o processo de crescimento e desenvolvimento.

Referências

1. Nascimento, J.Y.V do, Lima, C.V.P, Giudicelli, B.B, Lima L.M.P, Bandeira P.F.R, Pinheiro I.K.A dos S, et al. (2023). Fatores associados aos comportamentos ativo e sedentário em adolescentes brasileiros: uma análise de redes. *Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde* [Internet];28:1-10.
2. Guthold, R, Stevens, G.A, Riley, L.M, Bull, F.C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1·6 million participants. *Lancet Child Adolesc Health.*;4(1):23–35.
3. WHO. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behavior*. Geneve: World Health Organization. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128> [18 out. 2025].
4. Silva, N.S.S e, Silva, R.R.V, Santos, B.N, Silveira, M.F, Brito, M.F.S.F, Pinho, L de, et al. (2022). Prevalência dos níveis de atividade física e fatores associados entre adolescentes escolares. *Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde* [Internet];27:1-9.
5. Couto, J.O, Araujo, R.H.O, Silva, E.C.M, Soares, N.M.M, Santos, A.E, Silva, R.J.S. (2020). What is the contribution of each physical activity domain to total physical activity in adolescents? *Rev Bras Cineantropom Hum.* 22:e70170.
6. Parajára, M.C, Castro, B.M, Coelho, D.B, Meireles, A.L. (2020). Are neighborhood characteristics associated with sedentary behavior in adolescents? A systematic review. *Int J Environ Health Res.*;30(4):388–408.
7. Gomes, M.L.B, Tornquist, L, Tornquist, D, Caputo, E.L. (2021). Body image is associated with leisure-time physical activity and sedentary behavior in adolescents: data from the Brazilian National School-based Health Survey (PeNSE 2015). *Braz J Psychiatry.* 43(6):584–9.
8. Stangherlin, L, Schäfer, A.A, Quadra, M.R, Meller, F de A. (2024). Comportamento sedentário e fatores associados em adolescentes do sul do Brasil. *Inova Saúde.* v. 14. n. 6.
9. Sousa, A.L.G de, Silva, N.A da, Moura, E.R.B.B de, Lemos, R.L.F, Vidente, P.R, Moura, A de J. (2025). Análise do Comportamento Sedentário e Fatores Associados entre Jovens Escolares: uma revisão narrativa. *FIEP-Bulletinn* [Internet]; 95(1):e7058.

10. Silva Filho, R. C. S., Alves, T. M. M., Sasaki, J. E., Gordia, A. P., & Andaki, A. C. R. (2020). Comportamento sedentário em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1-13.
11. Santana, C. P., Nunes, H. A. S., Silva, A. N., & Machado, C. (2021). Associação entre supervisão parental e comportamento sedentário e de inatividade física em adolescentes brasileiros. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(2), 569-580.
12. Barbalho, E. de V., Pinto, F. J. M., Silva, F. R. de, Sampaio, R. M. M., & Dantas, D. S. G. (2020). Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. *Cadernos Saúde Coletiva*, 28(1), 12-23.
13. Fantineli, E. R., Silva, M. P. D., Campos, J. G., Malta Neto, N. A., Pacífico, A. B., & Campos, W. D. (2020). Imagem corporal em adolescentes: associação com estado nutricional e atividade física. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 3989-4000.
14. Martins, H. L., Santana, C. M., Simões, V. de A., Menezes, L. dos S., Alves, M. da S., Silva, R. J. dos S., & Sampaio, R. A. C. (2024). Comportamento Sedentário Excessivo e Fatores Associados em Adolescentes Escolarizados Brasileiros. *Revista CPAQV - Centro De Pesquisas Avançadas Em Qualidade De Vida*, 16(3), 17.
15. Bezerra, M. K. de A., Carvalho, E. F. de, Oliveira, J. S., Cesse, E. A. P., Lira, P. I. C. de, Cavalcante, J. G. T., Leal, V. S., & Santos, M. P. (2021). Estilo de vida de adolescentes estudantes de escolas públicas e privadas em Recife: ERICA. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(1), 221-232.
16. Mello, J., Pedretti, A., Caporal, G., Mahique, J., Ferreira, A., Reppold-Filho, A., Gaya, A. (2022). Secular Trend of Sports Practice of Brazilian Children and Young People in the Decade of Mega-Sport Events. *Journal of Human Sport and Exercise*, 17.
17. Silva, K.S. Bandeira, A. da S., Ravagnani, F.C. de P., Camargo, E.M. de, Tenório, M.C., Oliveira, V.J.M. de, Santos, P.C. dos, Ramires, V.V., Sandreschi, P.F., Hallal, P.C., et al. (2021). Educação Física Escolar: Guia de Atividade Física Para a População Brasileira. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde* 2021, 26, 1–18.