



ESTILO DE VIDA DE ADOLESCENTES E DESEMPENHO NO IDEB DO DISTRITO FEDERAL

ADOLESCENT LIFESTYLE AND PERFORMANCE IN THE IDEB OF THE FEDERAL DISTRICT

ESTILO DE VIDA Y DESEMPEÑO ADOLESCENTE EN EL IDEB DEL DISTRITO FEDERAL

Francisco Carlos da Silva Rodrigues

Universidade Católica de Brasília (UCB)

Vinicius Ilha de Arruda

Universidade Católica de Brasília (UCB)

Alysson Carlos Ribeiro Gomes

Universidade Católica de Brasília (UCB)

Igor Márcio Corrêa Fernandes da Cunha

Universidade Católica de Brasília (UCB)

Samuel Estevam Vidal

Laboratório de Novas Tendências e Tecnologias da Educação Física (LANTTEF)

Universidade Católica de Brasília (UCB)

INTRODUÇÃO

O estilo de vida é compreendido como um conjunto de comportamentos e práticas individuais adotados pelas pessoas em suas rotinas diárias. Esses comportamentos incluem hábitos relacionados à alimentação, à prática de atividade física, ao consumo de substâncias como álcool e tabaco, entre outras escolhas que impactam a saúde (Madeira et al., 2018).

Existem indicações na literatura que associam o nível de atividade física com a cognição de crianças e adolescentes, sugerindo que o estímulo à vivência dessas práticas é fundamental para o desenvolvimento cognitivo e intelectual desses indivíduos (Nascimento et al., 2024). O presente trabalho parte da hipótese de que adolescentes com um estilo de vida saudável podem apresentar melhores resultados educacionais, e que a promoção de práticas saudáveis pode, portanto, ter impacto positivo não apenas na saúde, mas também no rendimento acadêmico. No



Brasil, uma das formas de mensurar o desempenho escolar de crianças e adolescentes é por meio do Índice de Desenvolvimento da Educação Básica-IDEB.

Assim, o objetivo deste estudo consistiu em investigar a relação entre o estilo de vida e o desempenho escolar medido pelo IDEB de adolescentes do Distrito Federal-DF.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A pesquisa adota uma abordagem quantitativa e transversal. Selecionaram-se as escolas públicas do DF com maior e menor pontuação na edição do IDEB de 2023. Os resultados do IDEB foram obtidos diretamente do site do Ministério da Educação-MEC.

O estilo de vida dos estudantes foi mensurado pelo Questionário de Estilo de Vida Fantástico (Rodrigues-Pires et al., 2023). O questionário, ainda não validado no Brasil, abrange dez dimensões: Família e amigos; Atividade física e social; Nutrição; Toxicidade; Álcool; Sono e estresse; Tipo de personalidade e satisfação escolar; Imagem interior; Controle da saúde e sexualidade; e Ordem. A interpretação dos resultados classifica o estilo de vida da pessoa em: Fantástico; Bom trabalho; Adequado; Um pouco baixo; e Zona de perigo (Rodrigues-Pires et al., 2023).

RESULTADOS PRELIMINARES

A pesquisa, ainda em fase de conclusão da coleta de dados no momento da submissão deste trabalho, contou com a participação de 176 estudantes do ensino médio, com idade média de $16,16 \pm 0,98$ anos, sendo 111 do sexo feminino (63%) e 65 do sexo masculino (37%). Quanto ao ano escolar, 54 alunos (31%) cursavam o 1º ano do ensino médio, 68 alunos (38%) o 2º ano e outros 54 alunos (31%) estavam matriculados no 3º ano.

Em relação ao estilo de vida dos estudantes, a primeira informação do estudo é que nenhum estudante alcançou a classificação “Parabéns, estilo de vida Fantástico”. Observou-se que 49% dos estudantes ($n = 86$) obtiveram pontuação entre 0 e 46 pontos, sendo classificados na “Zona de perigo”. Outros 48% ($n = 84$) alcançaram pontuações entre 47 e 72 pontos, sugerindo um estilo de vida “Um pouco baixo”. Apenas 2,5 % ($n = 5$) pontuaram entre 73 e 84, alcançando o resultado de “Adequado, estás bem”, o que indica um estilo de vida saudável. Por fim, apenas 1 aluno (0,5%) obteve uma pontuação entre 85 e 102, classificado como “Bom



XXIV/XI CONICE CONBRACE

Caminhos do sul global, resistências ao neoliberalismo e ao risco de um "holocausto urbano": desafios para EF/Ciências do Esporte

01 a 06 de setembro de 2025 / São Paulo

trabalho, estás no caminho certo”, representando um estilo de vida saudável e alinhado às boas práticas de bem-estar trazidas no instrumento.

Em relação à média do IDEB das escolas participantes ($4,14 \pm 0,85$), observou-se que a escola CEM 304 apresentou a menor média entre as selecionadas, com 3,0. A escola CED 310 obteve média de 3,2, enquanto a CED 08 alcançou média de 4,7. Por fim, a CED do Lago registrou a maior média no IDEB, com 5,0.

Embora tenha sido identificada uma correlação positiva de 0.1 entre estilo de vida e IDEB, a associação não foi estatisticamente significativa ($p = 0,21$).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível indicar que o estilo de vida interfere no desempenho do IDEB das escolas do ensino médio. Observou-se que as escolas com melhor desempenho do IDEB, como Centro Educacional do Lago, concentram maior proporção de alunos com melhor estilo de vida, enquanto escolas com IDEB mais baixo apresentam predominância de estudantes com padrões de comportamento prejudiciais à saúde. Essa associação sugere uma possível relação positiva entre estilo de vida saudável e rendimento do IDEB no ensino médio do Distrito Federal.

A ampliação do estudo por meio da inclusão de variáveis como renda mensal, tempo de exposição às telas e fatores de saúde pode enriquecer a análise, contribuindo para a validação e o aprofundamento dos resultados obtidos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação/MEC. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira/INEP. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/pesquisas-estatisticas-e-indicadores/ideb/resultados>. Acesso em: 13 abr. 2025.

MADEIRA, F. B. *et al.* Estilos de vida, habitus e promoção da saúde: algumas aproximações. **Saúde e Sociedade**, v. 27, p. 106–115, 2018. DOI: 10.1590/S0104-12902018170520

NASCIMENTO, T. A. do *et al.* INFLUENCE OF ACTIVE GAMES AND PLAY ON CHILDREN’S COGNITION: A SYSTEMATIC REVIEW. **Journal of Physical Education**, v. 34, p. e3446, 2024. DOI: 10.4025/jphyseduc.v34i1.3446



XXIV / XI CONICE CONBRACE

Caminhos do sul global, resistências ao neoliberalismo e ao risco de um "holocausto urbano": desafios para EF/Ciências do Esporte

01 a 06 de setembro de 2025 / São Paulo

RODRIGUES-PIRES, F. *et al.* The FANTASTIC questionnaire: translation, adaptation, and validation of the lifestyle assessment instrument in Portuguese preadolescents. **Referência**, [s. l.], v. 6, n. 2, 2023. DOI: 10.12707/RVI22108902018170520