

## O IMPACTO DO USO DE TELAS SOBRE AS PRÁTICAS CORPORAIS DE ESCOLARES DAS COMUNIDADES REMANESCENTES DE QUILOMBOS

### *THE IMPACT OF SCREEN USAGE ON THE BODY PRACTICES OF STUDENTS FROM REMAINING QUILOMBO COMMUNITIES*

**Lucas Antonio Santos de Brito**

ORCID 0009-0007-3054-4032

Universidade do Estado do Pará, UEPA  
Gurupá, Brasil  
[lucasnetosb@gmail.com](mailto:lucasnetosb@gmail.com)

**Benedito da Silva Alho**

ORCID 0009-0007-0395-7958

Universidade do Estado do Pará, UEPA  
Gurupá, Brasil  
[beneditodasilvaalho@gmail.com](mailto:beneditodasilvaalho@gmail.com)

**Gileno Edu Lameira de Melo**

ORCID 0000-0002-0349-0637

Universidade do Estado do Pará, UEPA  
Altamira, Brasil  
[gileno.edu@uepa.br](mailto:gileno.edu@uepa.br)

**Rosangela Lima da Silva**

ORCID 0000-0003-2000-4343

Universidade do Estado do Pará, UEPA  
Altamira, Brasil  
[rosangela.silva@uepa.br](mailto:rosangela.silva@uepa.br)

**José Robertto Zaffalon Júnior**

ORCID 0000-0003-2045-8556

Universidade do Estado do Pará, UEPA  
Laboratório de Exercício Físico e Estilo de Vida, LEFEV  
Altamira, Brasil  
[jrzaffalon@uepa.br](mailto:jrzaffalon@uepa.br)

**Resumo.** As práticas corporais são expressões individuais ou coletivas que são realizadas em determinadas atividades, dispondo de elementos culturais que descrevem a característica de povos e regiões. As mesmas vêm sendo influenciadas pelo uso da tecnologia, principalmente com uso de aparelhos de tela, que chegaram de forma desenfreada as comunidades remanescentes de quilombos, se popularizando entre os escolares. O objetivo da pesquisa foi analisar o impacto do uso de telas sobre as práticas corporais de escolares das Comunidades Remanescentes de Quilombos do Município de Gurupá. O estudo é resultado de uma pesquisa aplicada e de levantamento, com caráter exploratório e descritivo, tendo abordagem quantitativa. A pesquisa foi realizada no município de Gurupá-PA, com 76 escolares de ambos os sexos, frequentando do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental em três escolas de comunidades remanescentes do município. Foi utilizado para a coleta de dados os questionários PAQ-C e QueST. O estudo revelou uma alta taxa de alunos sedentários e que apresentaram um elevado tempo de tela de modo geral. Não houve uma diferença significativa ao comparar o tempo de tela dos alunos das diferentes comunidades. O tempo de tela predominou entre escolares do sexo feminino, assim como sedentarismo. Mesmo os escolares fisicamente ativos, tiveram o tempo de tela elevado. Recomenda-se uma intervenção junto aos escolares, visando conscientização sobre o uso de aparelhos de tela, assim como a importância das práticas corporais para a manutenção da saúde e da cultura.

**Palavras-chave:** Tempo de tela; escolares; quilombolas; práticas corporais.

**Abstract.** Body practices are individual or collective expressions performed in specific activities, embodying cultural elements that describe the characteristics of peoples and regions. These practices have been influenced by the use of technology, especially the widespread adoption of screen devices, which have become popular among students in remaining Quilombola communities. The aim of this research was to analyze the impact of screen usage on the body practices of students from the Quilombola Remaining Communities in the Municipality of Gurupá. The study is the result of an applied and survey research, with an exploratory and descriptive nature, adopting a quantitative approach. The research was conducted in Gurupá-PA, involving 76 students of both genders, attending 6th to 9th grade of Elementary School in three schools within the remaining communities of the municipality. The data collection utilized the PAQ-C and QueST questionnaires. The study revealed a high rate of sedentary students with an overall elevated screen time. There was no significant difference when comparing the screen time of students from different communities. Screen time predominated among female students, as well as sedentary behavior. Even physically active students had high screen time. It is recommended to intervene with students, aiming to raise awareness about screen device usage and emphasizing the importance of body practices for health and cultural preservation.

**Keywords:** Screen time; students; Quilombolas; body practices.



## 1. INTRODUÇÃO

As práticas corporais são as expressões corporais individuais ou coletivas que realizamos em determinada atividade, de acordo com o grau de conhecimento que temos sobre as mesmas (Brasil, 2015). Além disso, as práticas corporais dispõem de elementos culturais que descrevem as características de povos ou regiões do país, sendo a dança, jogos e brincadeiras como algumas das suas principais manifestações.

Sabendo que atividades físicas e as práticas corporais podem auxiliar na melhora da saúde dos indivíduos, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020) orienta que o indivíduo adulto pratique no mínimo 150 a 300 minutos de atividade física aeróbica com intensidade moderada ou de 75 a 150 minutos de atividade física aeróbica com intensidade vigorosa durante a semana. Essas atividades realizadas de forma rotineira trazem inúmeros benefícios à saúde, promovendo bem-estar do indivíduo que as pratica.

Apesar de todas as recomendações feitas pela OMS e os benefícios por ela citados com relação às atividades físicas, Souza (2013) descreve a falta de interesse dos jovens em conhecer e realizar práticas corporais, sendo que os mesmos dão preferência ao mundo digital das telas.

De acordo com Rodrigues (2014), essas tecnologias (TV digital, internet, jogos eletrônicos, smartphones, redes sociais, jogos online, etc.) estão cada vez mais presentes no trabalho, em casa, no lazer e na escola, de modo que acabam influenciando diretamente no comportamento e na formação dos indivíduos. Bettim (2017) também afirma que os aparelhos eletrônicos oferecem um leque de oportunidades, principalmente quando associados à internet. Informações, trabalho e entretenimento são disponibilizados de forma massiva e de fácil acesso para todos os públicos, mesmo cada um tendo suas particularidades.

De acordo com Souza (2013), essas tecnologias apresentam uma gama de informações e entretenimento, e o uso excessivo da mesma pode acarretar o ócio. Os indivíduos deixam de realizar suas atividades ao ar livre para estar se entretendo com o seu programa favorito, redes sociais ou jogos eletrônicos. Isso acaba modificando estilos de vida, culturas e hábitos de alguns grupos sociais.

As áreas de remanescentes de quilombos são uma consolidação da vitória das comunidades Afro descendente, consequência de dignas resistências a um sistema de escravidão e opressão implantados no Brasil colônia e o reconhecimento da desigualdade e desrespeito histórico vivenciado pelos povos africanos e seus descendentes (CONAQ, s/d).

Estes povos são reconhecidos pela resistência às maiores brutalidades impostas pelo sistema escravocrata. Suas comunidades são muito ricas em conter diversas manifestações culturais entre as práticas corporais, práticas essas que podem ser manifestadas por meio de jogos, brincadeiras, brinquedos feitos à mão, danças e lutas (Palmares, 2020).

Oliveira (2018) descreveu em sua pesquisa sobre as práticas corporais na comunidade quilombola do Cumbe, algumas das atividades cotidianas daquele povo, em que os mesmos relatam sobre como as crianças participam bastante do cultivo, da colheita e da pesca, atividades características das comunidades remanescentes de quilombos, de modo que realizam tais atividades de forma bastante descontraídas, transformando o “trabalho” em “brincadeira”. Disputas de nado, corrida nas matas e disputa de coleta de materiais, são exemplos de atividades realizadas pelas crianças.

No entanto, nem essas comunidades escapam da crescente urbanização e da evolução tecnológica. Sabemos que essas tecnologias são bem mais presentes na zona urbana, mas quando chegam à zona rural se espalham rapidamente, podendo alterar o meio e os costumes que as comunidades possuem. Percebe-se que mesmo as Áreas Remanescentes de Quilombos estando situadas em sua maioria em locais distantes dos grandes centros urbanos, não estão livres dessa disseminação em massa de aparelhos de tela. A facilidade que os jovens têm acesso às novas tecnologias (energia elétrica em tempo integral, internet, aparelhos de tela, etc.) e o uso exacerbado das mesmas, estão modificando os costumes dos povos quilombolas, levando

a crer que a evolução dos aparelhos eletrônicos pode estar impactando diretamente no modo de vida dessas populações (Antônio, 2013).

Nessa perspectiva surgiu a seguinte problemática: Qual o impacto do uso de tela sobre as práticas corporais de escolares remanescentes de Quilombo? Tendo como objetivo analisar os impactos do uso de tela sobre as práticas corporais de escolares remanescentes de Quilombo do município de Gurupá.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 Práticas corporais: características e benefícios

No geral quando falamos sobre atividades físicas é natural pensar em esporte, pessoas caminhando, correndo e indo para academias, a visão que temos de imediato sobre estas atividades em nossa sociedade. Na verdade, o conceito de atividade física é: “qualquer movimento corporal com gasto energético acima dos níveis de repouso”, isto é, quando o corpo sai da homeostase. Podemos compreender melhor esta conceituação com a simples ação de nadar, saltar, caminhar e/ou realizar atividades domésticas (Brasil, 2015).

Já as práticas corporais de acordo com o Ministério da Saúde (Brasil, 2015), são as expressões corporais individuais ou coletivas que realizamos em determinada atividade. Isso pode ser exemplificado com a maneira de que cada jogador corre, toca ou chuta a bola de futebol, evidenciando que cada indivíduo tem suas particularidades na hora de executar um movimento. Além disso, as práticas corporais dispõem de elementos culturais que também descrevem as características de povos ou regiões do país, tendo a dança, as lutas, os jogos e brincadeiras como umas das suas principais manifestações.

Compreendendo que o fato de se movimentar traz benefícios tanto para o corpo quanto para a mente, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020) recomenda que uma pessoa adulta pratique pelo menos de 150 a 300 minutos de atividade física aeróbica de intensidade moderada, ou se preferir, de 75 a 150 minutos de atividade física aeróbica de alta intensidade no decorrer da semana. Para as crianças, em média é recomendado no mínimo 60 minutos por dia de atividades físicas de intensidade moderada ou vigorosa, pelo menos 3 dias na semana. Essas atividades podem ser realizadas durante os afazeres domésticos, no decorrer do trabalho, lazer ou até mesmo durante o transporte, utilizando da caminhada, bicicleta, skate ou patins para ir de um lugar para outro, o importante é que toda atividade física conta.

Esse hábito de vida ativo provoca mudanças significativas na saúde dos indivíduos. Além de prevenir doenças crônicas como o diabetes, hipertensão, doenças cardíacas e câncer, a atividade física assim como as práticas corporais realizadas regularmente, ajudam a minimizar os sintomas de depressão e ansiedade. Dessa forma, todos se favorecem com o estilo de vida ativo, sendo imprescindível que as pessoas com doenças crônicas, idosos e mulheres grávidas sigam as recomendações sempre que puderem e forem capazes (OMS, 2020).

Assim, temos como um dos principais meios de incentivar esses hábitos saudáveis a Educação Física escolar, que por sua vez proporciona inúmeras possibilidades de acesso às práticas corporais de maneira mais atrativa, o que pode influenciar diretamente no modo e na qualidade de vida das gerações futuras (Brasil, 2018).

#### 2.1.1 Educação Física escolar e sua relação com a práticas corporais

A Educação Física é considerada pela LDB 9394/96 (Brasil, 1996) componente curricular obrigatório da Educação Básica, sendo de fundamental relevância na formação dos indivíduos para atuarem em sociedade, se ajustando a todas as faixas etárias e realidades das comunidades onde se encontram. Desse modo a Educação Física tem um papel indispensável na apropriação e adaptação da expressão corporal, instrumento de comunicação que permeia a história do homem até os dias de hoje (Pará, 2019). Por ser obrigatória em toda a educação básica, a

Educação Física se faz presente em todos os ciclos de ensino, desde a Educação infantil até o Ensino Médio.

Na Educação Física escolar, as práticas corporais foram tematizadas em suas diversas formas, buscando explicar as variadas possibilidades de manifestações expressivas dos indivíduos que os diferentes grupos sociais produzem ao longo da história. As práticas corporais foram classificadas e organizadas para cada etapa de ensino, buscando a evolução dos indivíduos de forma integral, de acordo com sua faixa etária e realidade, mas sem o privar dos conhecimentos externos (Brasil, 2018).

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) enfatiza as práticas corporais como instrumento aprendido sobre os temas cultura, saúde, lazer, movimentos sociais e economia, trazendo à tona debates sobre realidades distintas, além de favorecer o desenvolvimento motor. Isso se dá por meio da realização de atividades relacionadas às unidades temáticas que integram a Educação Física, como jogos e brincadeiras, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura. Assim, a Educação Física escolar não se limita apenas ao desenvolvimento motor ou a formação de atletas, ela aborda situações e problemas sociais que estão presentes no cotidiano dos alunos. Assuntos como padrão de beleza e estética, história e cultura, tecnologias digitais, saúde e bem estar, são exemplos de temáticas que podem ser bastante discutidas em uma aula de Educação Física (Brasil, 2018).

## 2.2 Evolução tecnológica e o uso de telas

É inevitável falar em tecnologia e não pensar logo em máquinas, computadores e etc. Entretanto, para Rodrigues (s/d), o termo se refere a um conjunto de técnicas e conhecimentos desenvolvidos pelo ser humano. Pode ser citado desde a pré-história a exemplo a descoberta e domínio do fogo, tido até nos dias de hoje como uma das maiores descobertas feita pelo homem, a pedra lascada que logo depois poliram para facilitar a caça de animais, os metais, assim como o semear, plantar, regar, colher e se locomover, evoluindo rapidamente a cada dia.

Percebe-se um gigantesco crescimento no mundo da tecnologia direcionada para os meios de informação e comunicação. A Internet está presente na grande maioria das residências, surgindo assim a necessidade de aparelhos eletrônicos para que se possa desfrutar das informações, recursos ou entretenimento que estão englobados na rede. Aparelhos eletrônicos como TVs, smartphones, vídeo games, entre outros, tomam conta das residências, trabalhos e escolas, estando cada vez mais presentes no cotidiano das pessoas (Rodrigues, s/d).

Conforme Souza (2013), dificilmente encontraremos locais onde a televisão não esteja presente. O autor descreve que a TV tem uma programação muito vasta, por isso chama muita atenção das pessoas, tornando até estranho para os indivíduos, locais que não possuem este aparelho que consome grande parte do nosso tempo. O autor afirma ainda que esses meios midiáticos proporcionam um vasto campo de conhecimento e entretenimento, podendo o uso excessivo dos mesmos ocasionar em hábitos de vida sedentários, contribuindo para que futuramente esse indivíduo desenvolva doenças crônicas devido à falta de atividade física.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) denomina o termo “tempo de tela sedentário” a todas as atividades de lazer que ocasionam a permanência do indivíduo, por tempo prolongado, em frente a aparelhos de tela como televisão, computador e celular. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019) realizou uma pesquisa que mostra o tempo de tela sedentário de escolares brasileiros de 13 a 17 anos, em que 53,1% dos indivíduos passam mais de três horas sentados ou deitados utilizando desses aparelhos de tela, e 36% passam aproximadamente duas horas utilizando desses aparelhos, totalizando 89,1% de escolares de 13 a 17 anos com tempo de tela sedentário.

A disseminação e a facilidade do acesso a essas tecnologias não estão somente nos centros urbanos, elas se fazem presentes também em comunidades tradicionais. Percebeu-se também, que com o uso exacerbado dos aparelhos digitais, os costumes e tradições estão se modificando

ou sendo esquecidos, levando a crer que a evolução tecnológica pode estar impactando diretamente no modo de vida dessas populações (Antônio, 2013).

### 2.3 História, cultura e práticas corporais quilombolas

Os quilombos na época do Brasil colônia, eram lugares arquitetados por escravos vindo do continente africano e/ou africanizados que fugiam do sistema opressor em busca de lugares onde pudessem viver em liberdades, escapando do tratamento cruel e as mais precárias condições de sobrevivência imposta pelos senhores de engenho. As situações de fuga nem sempre eram fáceis, muitas das vezes que os escravos tidos como fugitivos eram encontrados sofriam os mais brutais atos de violência, no entanto os que conseguiam escapar tentavam construir uma nova história de vida, formavam famílias e organizavam pequenas comunidades (Oliveira, 2018).

Conhecidas por serem enraizadas com a cultura afrodescendente, essas comunidades são muito ricas em conter diversas manifestações culturais entre as práticas corporais, práticas essas que podem ser manifestadas por meio de jogos, brincadeiras, brinquedos feitos à mão, danças e lutas. A caminhada na floresta e o nadar fazem parte do seu cotidiano. Observa-se ainda que, por estarem situadas em sua maioria na zona rural, o hábito de vida das pessoas que residem nessas áreas está relacionado à agricultura, pesca e o extrativismo etc. (Palmares, s/d)

Goulart e Da Silva (2021) observaram a base da identidade de comunidades quilombolas no Brasil por meio das práticas corporais dessa população, se embasando em levantamentos teóricos que envolvem definições e categorias sobre memória, identidade, cultura popular, etnia, técnicas corporais e patrimônio cultural. Com relação às práticas corporais estudadas puderam observar manifestações distintas que podem ser praticadas por uma comunidade e ou por uma região. Algumas práticas podem sofrer algumas alterações outras nem tanto, caracterizando assim as práticas corporais um patrimônio coletivo de uma comunidade ou de determinada uma região.

Apesar da diferença das ancestralidades culturais, os quilombos no geral possuem características da cultura Africana, no entanto há uma mistura de crenças das religiões Afro-brasileiras, que juntam o habitual culto aos orixás com o catolicismo, culinária, o festejo, as músicas, cantos, danças e festas tradicionais. Estas práticas também estão atreladas ao artesanato, que é muito presente nessas comunidades, tornando-as infinitamente ricas e diversificadas em cultura, aspectos que chamam muita atenção para o turismo nessas regiões (Porfírio, s/d).

Para Gaia et al. (2021), as práticas corporais quilombolas podem ser reconhecidas em suas potencialidades referente à cultura corporal do movimento, tendo os corpos quilombolas suas características particulares, se socializando de acordo com as práticas corporais de cada grupo. Corre com o jongo, coco de roda, samba de cacete, são alguns exemplos de práticas corporais presentes na cultura quilombola.

Maroun (2021) em seu estudo apresenta informações práticas que indicam o corpo no centro do processo de constituição e reafirmação das identidades quilombolas, tais práticas culturais/corporais, assumem o protagonismo como as danças, festividades, práticas de lazer e sociabilidade entre outras.

As práticas corporais nas comunidades quilombolas transcendem a função lúdica ou recreativa. Elas se configuram como dispositivos de resistência cultural e afirmação identitária, uma vez que preservam e transmitem conhecimentos ancestrais por meio do corpo em movimento. Neste sentido, é preciso tensionar a concepção genérica de práticas corporais como "atividades físicas" e compreendê-las como expressões de um modo de vida enraizado em cosmologias afrodescendentes. O corpo, nesse contexto, é território simbólico e político, sendo a dança, a pesca, as brincadeiras e os rituais formas de manter viva a memória coletiva,



reafirmar vínculos comunitários e resistir às pressões homogeneizadoras impostas pela modernidade digital.

## 2.4 Influências da tecnologia nas comunidades tradicionais

Sabe-se que a evolução tecnológica tem chegado praticamente a todos os lugares e nas comunidades tradicionais não seria diferente. As tecnologias se fazem mais presentes principalmente na zona urbana, mas chegam à zona rural e se espalham rapidamente, podendo ocasionar uma alteração nos costumes, tradições e hábitos que as comunidades possuem. Percebe-se que mesmo estando situadas em sua maioria em locais distantes dos grandes centros urbanos, as comunidades tradicionais não estão livres dessa disseminação em massa de aparelhos de tela, tecnologias essas que vem mudando o modo de realização das atividades cotidianas, a cultura e o estilo de vida desses indivíduos (Antônio, 2013).

De acordo com Rodrigues (s/d), tecnologias como TV digital, internet, jogos eletrônicos, smartphones e redes sociais, possuem grande presença dentro dos locais de trabalho, em casa, no lazer e na escola, tendo certa influência no comportamento e na formação dos indivíduos.

Dentro das comunidades tradicionais, muitos dos povos indígenas já possuem acesso às tecnologias digitais, usando da internet para apresentar informações sobre sua cultura e costumes, além de também ficarem informados sobre os acontecimentos que ocorrem no globo. Mas esse contato com o mundo está promovendo mudanças profundas no cotidiano, pois em vez de brincar nas matas, aprendendo a pescar e usar o arco e flecha, as crianças preferem ficar nos cantos com os olhos voltados para as telas dos jogos eletrônicos (Matsuura, 2019).

Assim como os indígenas, as comunidades quilombolas também possuem aparelhos eletrônicos advindos da evolução tecnológica, e de acordo com Antônio (2013), com a expansão destes aparelhos e crescente modernização, torna-se cada vez mais desafiador manter a tradição, os desafios lançados sobre os povos remanescentes de quilombos são imensos. Além disso, os indivíduos mais tradicionais são obrigados a conviver com os deslocamentos de familiares do quilombo para os centros urbanos em busca de uma “melhor condição de vida”.

## 3. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo é resultado de uma pesquisa aplicada, a qual Prodanov e Freitas (2013, p.51) afirmam que este método “objetiva gerar conhecimentos para aplicação prática, dirigidos à solução de problemas específicos. Envolve verdades e interesses locais”.

Quanto aos objetivos, são de caráter exploratório e descritivo, modelo este que objetiva familiarizar e tornar mais explícito os problemas podendo se constituir hipóteses, visando também descrever as características ou fenômenos de determinadas populações, identificando as relações entre as mesmas, proporcionando assim uma nova visão sobre o problema (Gil, 2002).

Quanto à abordagem, trata-se de uma pesquisa quantitativa, a qual considera que tudo pode ser quantificado, transformando em números opiniões e informações a fim de organizá-las, classificá-las e analisá-las por meio de técnicas estatísticas (Prodanov; Freitas, 2013).

Quanto ao procedimento, trata-se de um estudo de levantamento, o qual é caracterizado pela interrogação dos indivíduos por meio de questionários ou entrevistas, o qual visa conhecer o comportamento acerca do problema em estudo para se obter conclusões a partir dos dados coletados (Gil, 2002).

A pesquisa foi realizada no município de Gurupá, especificamente no território da Associação de Remanescentes de Quilombos do Município de Gurupá (ARQMG), nas escolas E.M.E.F. São José, E.M.E.F. Alfredo Maranhoto e E.M.E.F. Bartolomeu Bueno, devido serem as três maiores escolas da área e pela especificidade de cada uma. Tanto a E.M.E.F. Alfredo Maranhoto do quilombo Gurupá-mirim quanto a E.M.E.F. Bartolomeu Bueno do quilombo

Jocojó, possuem energia elétrica e internet em tempo integral, devido à proximidade com a sede do município. Ambas detêm de características muito parecidas, em virtude estarem localizadas em área de terra-firme<sup>1</sup> e organizadas em povoados. Já a E.M.E.F. São José do quilombo distrito Vila Carrazedo, está situada em área ribeirinha, próximo à terra firme e ao igapó, se localizando a 38 km de distância da sede do município, não possuindo energia elétrica em tempo integral, mas já dispondo do acesso à internet.

A pesquisa foi realizada com 76 escolares de áreas de remanescentes de quilombos do município de Gurupá, que frequentam do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental. Foi realizada a coleta de dados por meio dos questionários PAQ-C, que de acordo com Guedes e Guedes (2015), se trata de um instrumento que registra os últimos sete dias de atividade física a partir da data da aplicação do questionário, voltado para o público de 8 a 14 anos, possuindo oito itens com escala de cinco pontos para cada item, desenvolvido para avaliar os níveis gerais de atividade física, e o questionário QueST de Knébel et. al. (2021), que visa a mensuração do tempo de tela dos indivíduos, utilizando de cinco construtos: estudar, trabalhar/atividades relacionadas ao estágio, assistir a vídeos, jogar e usar aplicativos de mídia social/chat. Ressalta-se que o uso de instrumentos padronizados como o PAQ-C e o QueST, embora validados para a população brasileira, pode não captar nuances culturais das comunidades quilombolas, especialmente no que diz respeito à concepção local de atividade física e de tempo livre. A ausência de adaptações culturais específicas pode comprometer parcialmente a fidedignidade dos dados.

A normalidade dos dados foi testada por meio do teste de Levene's, e as médias foram comparadas por meio do Teste t de Student para amostras independentes. Os resultados foram apresentados em média e desvio padrão da média, e o nível de significância adotado foi de  $p < 0,05$ .

O presente trabalho seguiu todas as normas da resolução 466/2012 que fala dos princípios éticos em pesquisa com seres humanos, que foi submetido para avaliação do comitê do conselho de ética da universidade do estado do Pará e está aprovado sob parecer nº 6.478.805.

#### 4. RESULTADOS

Os participantes da pesquisa apresentaram média de idade  $13,89 \pm 1,75$  anos. Quanto ao sexo, 42,1% masculino e 57,9% feminino. Quanto à comunidade, 18,4% eram moradores da comunidade Jocojó, 23,7% da comunidade Gurupá Mirim e 57,9% da comunidade Carrazedo. Quanto ao estilo de vida, 32,9% foram classificados como fisicamente ativos e 67,1% como sedentários.

**Tabela 1** – Caracterização dos participantes da pesquisa quanto ao nível de atividade física, tempo de tela durante a semana e tempo de tela aos finais de semana (por comunidade).

Variáveis	Jocojó (n=14)	Gurupá Mirim (n=18)	Carrazedo (n=44)
Escore nível de atividade física	2,03 $\pm$ 0,54	2,52 $\pm$ 0,90	2,05 $\pm$ 0,66
Tempo de tela durante a semana	568,86 $\pm$ 385,23	323,06 $\pm$ 338,30	433,30 $\pm$ 242,47
Tempo de tela durante no fim de semana	274,29 $\pm$ 315,16	353,06 $\pm$ 444,54	376,25 $\pm$ 270,75

Tempo de tela em minutos.

**Fonte:** pesquisa de campo (2023).

Não foram encontradas diferenças significativas na comparação do tempo de uso de tela entre alunos de diferentes comunidades.

<sup>1</sup> Denominam terra firme aos terrenos situados fora do alcance das inundações (Lima, s/d),

**Tabela 2** – Comparação dos participantes da pesquisa quanto ao nível de atividade física, tempo de uso de tela durante a semana e tempo de uso de tela aos finais de semana (por sexo).

Variáveis	Masculino (n=32)	Feminino (n=44)	p
Escore nível de atividade física	2,45 ± 0,69	1,95 ± 0,67	0,002
Tempo de tela durante a semana	339,44 ± 263,24	499,59 ± 314,58	0,022
Tempo de tela durante no fim de semana	262,91 ± 293,88	416,75 ± 341,57	0,041

Tempo de tela em minutos.

**Fonte:** pesquisa de campo (2023).

**Tabela 3** – Comparação do tempo de uso de tela entre alunos fisicamente ativos e sedentários.

Variáveis	Fisicamente ativos (n=25)	Sedentários (n=51)	p
Tempo de tela durante a semana	309,92 ± 221,08	492,08 ± 320,91	0,004
Tempo de tela durante no fim de semana	232,48 ± 158,29	410,55 ± 368,24	0,013

Tempo de tela em minutos.

**Fonte:** pesquisa de campo (2023).

## 5. DISCUSSÃO

O presente estudo objetivou investigar se o uso excessivo de telas tem influência sobre as práticas corporais de escolares que residem em áreas remanescentes de quilombos no Município de Gurupá-PA. De acordo com os resultados encontrados na presente pesquisa, constatou-se que mais de 67% dos escolares são considerados insuficientemente ativos. Este estudo corrobora com uma pesquisa realizada no estado do Amapá com 306 adolescentes quilombolas, no qual Lamarão (2019) aponta uma alta prevalência de inatividade física (46%), índices estes bem próximos aos nacionais (50%).

A partir destes dados observa-se que os escolares remanescentes de quilombos do município de Gurupá possuem índices de inatividade física superiores ao nacional. Esses índices são preocupantes, pois de acordo com a OMS (2020), o comportamento sedentário está associado a desfechos negativos a saúde, como: o aumento da adiposidade corporal, comprometimento da saúde cardiometabólica, menor aptidão física, dificuldade no desenvolvimento social e redução da duração do sono. Estes indivíduos que adotam esse estilo de vida tendem a desenvolver precocemente doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, diminuindo assim sua expectativa de vida.

Conforme Palmares (s/d), as comunidades remanescentes de Quilombos são ricas em manifestações culturais, principalmente entre as práticas corporais, expressando sua cultura por meio de jogos, danças, lutas, etc. Seus estilos de vida se baseiam na agricultura, extrativismo e pesca, as quais requerem mais esforço físico, pois dependem de si próprio para organizar sua produção. O presente estudo abre um questionamento sobre o futuro dessas práticas corporais identitárias do quilombo, pois a partir dos resultados obtidos percebe-se uma mudança negativa nos hábitos de vida dos adolescentes e jovens que serão o futuro dessas localidades.

Ao comparar os dados referentes ao nível de atividade física dos escolares das diferentes comunidades, percebeu-se o menor índice de alunos considerados fisicamente ativos na Escola Bartolomeu Bueno do Quilombo Jocojó, sendo apenas 15% dos alunos. A Escola São José do Quilombo Carrazedo apresentou também um baixo índice de alunos considerados fisicamente ativos, 32%. Os alunos da Escola São José e os da Escola Bartolomeu Bueno apresentaram uma média de escore similar em relação ao nível de atividade, média essa longe da ideal. A Escola Alfredo Maranhoto do Quilombo Gurupa-mirim foi a que apresentou o maior índice de alunos considerados fisicamente ativos em relação às demais, chegando a 50% dos escolares.

A pesquisa aponta que apesar de as Escolas do Quilombo Jocojó e do Quilombo Gurupa-mirim serem próximas, terem aspectos como: áreas geográficas muito semelhantes, dispondo de igarapés, estradas, áreas para práticas esportivas próximas, e energia e internet em tempo



integral possuem uma diferença notável em relação ao comportamento ativo dos escolares. Já a Escola do Quilombo Carrazedo, se situa distante das outras comunidades e se localiza em área ribeirinha, onde o acesso às casas é por meio de pontes, não possui energia em tempo integral, mas já dispõe de internet, as áreas onde são praticados esportes são um pouco distantes, também apresenta um baixo índice de escolares considerados fisicamente ativos. Em vista disso, percebe-se que a falta de atividades físicas se faz presente independentemente das especificidades de cada comunidade tradicional.

O estudo também mostrou um elevado tempo de tela nos quilombos, chegando a incríveis 7 horas diárias de tempo de tela entre os escolares. Estes dados são alarmantes, pois de acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2019), é recomendado no máximo de 2 a 3 horas por dia de tempo de tela para adolescentes de 11 a 18 anos, estando assim os escolares remanescentes de quilombos ultrapassando excessivamente as recomendações. Esse uso exacerbado das telas está acompanhado de inúmeros riscos à saúde, sendo os principais: a dependência digital, problemas relacionados a saúde mental, déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), transtorno do sono, sedentarismo, transtorno de autoestima, problemas visuais, transtornos posturais, além de afetarem diretamente no convívio familiar, no aprendizado e no desempenho escolar (SBP, 2019).

Ao compararmos o tempo de tela entre as comunidades, não obtivemos diferenças significativas entre os escolares, levando a crer que as comunidades, independentemente de suas especificidades, possuem o mesmo grau de uso das tecnologias de telas.

A partir dos resultados da pesquisa, observou-se uma diferença entre os níveis de atividade física e de tempo de tela de ambos os sexos. Os alunos do sexo masculino mostraram baixo número de indivíduos que alcançaram o escore para serem considerados fisicamente ativos, sendo apenas 44% que obtiveram o escore recomendado. Observou-se também um elevado tempo de tela entre os mesmos, chegando a aproximadamente 5 horas e meia em um dia de semana normal e 4 horas e meia em um dia de final de semana. Com relação aos escolares de sexo feminino, percebemos também um baixo número de alunas que atingiram o escore para serem consideradas fisicamente ativas, número menor em relação aos meninos, pois apenas 23% destas foram classificadas dentro das recomendações. Esses resultados vêm acompanhados com um excesso de tempo de tela dentre as meninas, chegando a aproximadamente 8 horas em um dia de semana normal e 7 horas em dias de final de semana.

De acordo com Alberto e Figueira Júnior (2016), mesmo com várias recomendações para a prática de atividades físicas em benefício à saúde, esta prática ainda é muito baixa entre os adolescentes, tendo prevalência maior de inatividade física entre o sexo feminino. Pinto, Nunes e Melo (2016), também relatam o baixo índice de atividade física entre o sexo feminino, sendo os meninos menos ociosos que as meninas, além desses resultados serem bastante salientados dentro das escolas públicas.

Piola et al. (2020), a partir de seus estudos, relatam que adolescentes do sexo feminino tendem a ter um nível maior de inatividade física associado ao tempo de tela elevado, mas não de forma isolada, pois podem estar envolvidos fatores como: estágio maturacional e apoio social. Outros autores que fazem esta relação são Greca, Silva e Loch (2016), que descrevem em seu estudo que 91% das meninas que são consideradas insuficientemente ativas, o tempo de tela ultrapassa as recomendações.

A pesquisa em questão também comparou o tempo de uso de tela entre alunos fisicamente ativos e sedentários. Os escolares que foram considerados ativos ainda ultrapassaram e muito as recomendações para o tempo de tela, atingindo aproximadamente 5 horas em um dia de semana normal e 3 horas e meia em dias de final de semana. Já os alunos sedentários, chegaram a passar aproximadamente 8 horas em frente às telas em um dia de semana e 6 horas e meia no dia de final de semana.

Barbosa Filho et al. (2012), já apresentavam em seu estudo a associação do elevado tempo de tela com o baixo nível de atividade física. Esta Pesquisa corrobora com a de Lamarão (2019), o qual também mostra que o elevado tempo de tela tem influenciado na baixa prevalência de atividade física entre os moradores de comunidades quilombolas. Outro autor que cita sobre este assunto é Lima (2022), que em sua pesquisa mostra que mesmo os adolescentes quilombolas que não foram classificados como sedentários, apresentaram excesso de tempo em frente às telas, levando em consideração as recomendações da OMS e SBP.

Esses dados são alarmantes, uma vez que se tratam de povos tradicionais que se situam em áreas rurais e de difícil acesso, povos esses que já vem sofrendo uma alteração em suas tradições e costumes por conta da crescente expansão tecnológica e falta conscientização sobre os riscos do uso excessivo dos aparelhos de tela. Para isso se faz necessário uma maior atenção sobre essas comunidades por parte do poder público, organizações não governamentais, os pais e a comunidade escolar, para que sejam fomentadores sobre a mudança de hábitos, fazendo com que esses adolescentes, que são o futuro da comunidade, não percam suas raízes e passem a ter estilos de vida mais saudáveis, minimizando assim o risco de desenvolvimento de doenças crônicas.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa retrata dados de suma importância para a literatura, pois se trata de comunidades tradicionais, locais onde se tem uma certa carência de estudos científicos.

O presente estudo apresentou resultados que demonstraram uma alta taxa de alunos remanescente de quilombos do município de Gurupá que foram considerados insuficientemente ativos e que também apresentaram um elevado tempo de tela de modo geral. 67% dos escolares foram classificados como sedentários, além de terem chegado a uma média de 8 horas de tempo em frente às telas.

Estes hábitos entre os escolares remanescentes de quilombos podem ameaçar as práticas corporais que fazem parte da cultura, tradições e costumes dessas comunidades, além de comprometer a saúde dos mesmos, pois o estilo de vida sedentário sempre está associado ao desenvolvimento de doenças crônicas.

Observou-se uma diferença notável no nível de atividade física dos escolares quando comparamos as localidades. O Quilombo Gurupá-mirim foi o que apresentou o maior índice de escolares considerados ativos, já o Quilombo Jocojó foi o que apresentou o menor índice, sendo que as duas comunidades possuem características bem semelhantes. O Quilombo Carrazedo teve índices bem parecidos com os do Quilombo Jocojó, apesar de serem áreas com características bem distintas. Dessa forma pode se perceber que o comportamento sedentário entre os escolares, vem prevalecendo independente da localidade.

O estudo identificou que não houve uma diferença significativa ao comparar o tempo de tela dos alunos das diferentes comunidades.

A pesquisa em questão, assim como a de outros autores, constatou que o tempo de tela elevado, quando comparado entre ambos os sexos, predominou negativamente entre os escolares do sexo feminino, assim como o nível de atividade física.

Outro fator importante que foi apresentado neste estudo refere-se ao tempo de tela entre alunos sedentários e fisicamente ativos, mostrando a influência do tempo de tela sobre as práticas corporais de forma negativa e que mesmo os escolares que foram considerados fisicamente ativos, tiveram o tempo de tela muito acima da recomendação.

É preciso que se realizem mais estudos sobre o assunto em questão, tendo em vista o pequeno número de pesquisas sobre estes povos que vem sofrendo modificações notáveis em seus hábitos de vida, costumes e tradições.

A partir destes resultados, por se tratar de comunidades tradicionais, de um povo rico em cultura, tradições e costumes, onde as práticas corporais se fazem presentes como uma das

principais características, recomenda-se uma intervenção juntos aos escolares, com intuito de conscientização sobre o uso de aparelhos de tela de acordo com as recomendações, assim como a importância das práticas corporais, a fim de preservar a cultura quilombola e retomar os hábitos saudáveis entre os escolares.

Apesar dos resultados relevantes, este estudo apresenta limitações que devem ser consideradas na interpretação dos dados. A utilização de questionários autoaplicáveis pode ter introduzido viés de autorrelato, principalmente no que tange ao tempo de tela e à prática de atividades físicas, já que a percepção individual pode não refletir com precisão a realidade. Além disso, a amostra, embora representativa das três comunidades, é limitada em número e não permite generalizações amplas para outras populações quilombolas.

Sugere-se que pesquisas futuras adotem metodologias mistas, incorporando observações diretas e entrevistas qualitativas com escolares, familiares e professores, para ampliar a compreensão sobre os fatores culturais, sociais e econômicos que influenciam as práticas corporais e o uso de tecnologias. Investigações longitudinais também seriam importantes para verificar as mudanças ao longo do tempo e os impactos de possíveis intervenções educativas.

## AGRADECIMENTOS

Universidade do Estado do Pará – UEPA; Programa Forma Pará.

## REFERÊNCIAS

- ALBERTO, A.A.D.; FIGUEIRA JUNIOR, A.J.. (2015). Prevalência de Inatividade Física e sua Associação com Variáveis Sociodemográficas em Adolescentes do Município de Macapá/AP. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, [S.L.], v. 23, n. 4, p. 80-93, 30 dez. 2015. Universidade Católica de Brasília. <http://dx.doi.org/10.18511/0103-1716/rbcm.v23n4p80-93>.
- ANTONIO, Thaís. **Quilombolas temem que novas tecnologias comprometam tradições**. 2013. Disponível em: <https://memoria.ebc.com.br/noticias/brasil/2013/11/quilombolas-temem-que-novas-tecnologias-comprometa-as-tradicoes>. Acesso em: 06 jul. 2022.
- BETTIM, Paulo. **Percepções sobre o conceito de hipermodernidade a partir do uso das telas do episódio “Queda livre” do seriado Black Mirror**. 2017. 64 f. TCC (Graduação) - Curso de Relações Públicas, Universidade Federal do Pampa, São Borja, 2017.
- BRASIL. COORDENAÇÃO NACIONAL DE ARTICULAÇÃO DAS COMUNIDADES NEGRAS RURAIS QUILOMBOLAS - CONAQ. **Quilombo? Quem Somos Nós!** [20--]. Disponível em: <http://conaq.org.br/quem-somos/>. Acesso em: 07 jul. 2022.
- BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, LDB**. 9394/1996.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Base Nacional Comum Curricular, BNCC**. 2018.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Caderno Temático: práticas corporais, atividade física e lazer**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- FUNDAÇÃO PALMARES. **Informações Quilombolas**. [20--]. Disponível em: [https://www.palmares.gov.br/?page\\_id=52126](https://www.palmares.gov.br/?page_id=52126). Acesso em: 06 jul. 2022.
- GAIA, Paulino Pinheiro, *et al.* **Práticas corporais quilombolas: Um estudo da produção acadêmica na educação física**. Movimento, 2021, vol. 27
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas S.A., 2002.
- GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. Editora Atlas S.A., 2008.
- GOULART, Milainy Ludmila Santos; DA SILVA, Otávio Guimarães Tavares. Práticas corporativas, comunidades quilombolas e identidade: uma revisão narrativa. **Desafios: novas tendências em educação física, esporte e recreação**, não. 42, pág. 406-417, 2021.

GRECA, João Paulo de Aguiar; SILVA, Diego Augusto Santos; LOCH, Mathias Roberto. Physical activity and screen time in children and adolescents in a medium size town in the South of Brazil. **Revista Paulista de Pediatria (English Edition)**, [S.L.], v. 34, n. 3, p. 316-322, set. 2016. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2016.01.001>.

GUEDES, Dartagnan Pinto; GUEDES, Joana Elisabete Ribeiro Pinto. MEDIDA DA ATIVIDADE FÍSICA EM JOVENS BRASILEIROS: reprodutibilidade e validade do paq-c e do paq-a. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, [S.L.], v. 21, n. 6, p. 425-432, dez. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220152106147594>.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE (Brasil). Ministério da Economia. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**. Rio de Janeiro: Isbn 978-65-87201-77-1, 2021. 156 p.

KNEBEL, Margarethe Thaisi Garro *et al.* The conception, content validation, and test-retest reliability of the Questionnaire for Screen Time of Adolescents (QueST). **Jornal de Pediatria**, [S.L.], v. 98, n. 2, p. 175-182, mar. 2022. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpmed.2021.05.004>.

LAMARÃO, Sarah Karolina Mendonça. **Prevalência de excesso de peso e nível de inatividade física em adolescentes de escolas em comunidades Quilombolas e fatores associados**. 2019. 93 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Concentração Epidemiológica e Saúde Pública, Universidade Federal do Amapá, Macapá, 2019.

LIMA, Luan Pereira. **Estudo descritivo sobre estilo de vida de crianças e adolescentes quilombolas e proposta de intervenção em ensino em saúde**. 2022. 101 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciências e Saúde, Universidade Federal do Tocantins, Palmas, 2022.

MAROUN, Kalya. **Corpo, educação e identidade em comunidades quilombolas**. Educação Unisinos, v. 25, p. 1-16, 2021.

MATSUURA, Sérgio. **O impacto do celular em aldeias indígenas**. 2019. Disponível em: <https://oglobo.globo.com/epoca/o-impacto-do-celular-em-aldeias-indigenas-23408432>. Acesso em: 06 fev. 2019.

OLIVEIRA, Ana Amélia Neri. **Entre o Rio e o Mar: práticas corporais e cotidiano na comunidade quilombola do cumbe**. 2018. 181 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Universidade de Brasília, Brasília, 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (Brasil). **Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: num piscar de olhos**. Genebra: Oms, 2020.

PARÁ. SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO PARÁ. **Documento Curricular do Estado do Pará – Etapa Ensino Médio Volume II**. 2019.

PARÁ. SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO PARÁ. **Documento Curricular para a Educação Infantil e Ensino Fundamental – Volume II**. 2019.

PINTO, Renata Paulino; NUNES, Altacílio Aparecido; MELLO, Luane Marques de. Analysis of factors associated with excess weight in school children. **Revista Paulista de Pediatria (English Edition)**, [S.L.], v. 34, n. 4, p. 460-468, dez. 2016. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2016.04.005>.

PIOLA, Thiago Silva *et al.* Nível insuficiente de atividade física e elevado tempo de tela em adolescentes: impacto de fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 7, p. 2803-2812, jul. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020257.24852018>.

PORFÍRIO, Francisco. **Quilombolas**. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/quilombolas.htm>. Acesso em: 06 jul. 2022.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

RODRIGUES, Leila Pereira Fraga. **Jogos eletrônicos**: uma possibilidade educativa nas aulas de educação física. Pérola: Isbn 978-85-8015-079-7, 2014.

RODRIGUES, Pedro Eurico. **Tecnologias na pré-história**. Disponível

em: <https://www.infoescola.com/historia/tecnologias-na-pre-historia/> . Acesso em: 07 jul. 2022.

SANTOS, Cristina Mamédio da Costa; PIMENTA, Cibele Andrucio de Mattos; NOBRE, Moacyr Roberto Cuce. A estratégia PICO para a construção da questão de pesquisa e busca de evidências. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 15, pág. 508-511, 2007.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (Brasil). SBP. **Uso saudável de telas tecnologias e mídias nas creches, berçários e escolas**. Rio de Janeiro: Sbp, 2019.

SOUZA, Lucas William de. **A influência das tecnologias no lazer dos jovens e a relação com as práticas corporais**. 2013. 38 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013.