

Artigo de Revisão

Associação da percepção da qualidade de vida e nível de atividade física em escolares de 10 a 15 anos

Association of perceived quality of life and level of physical activity in schoolchildren aged 10 to 15 years

Eva Luziane Denkwicz Gustave¹  Rosimeide Francisco dos Santos Legnani² 
Diogo Bertella Foschiera³  Elto Legnani⁴ 

¹Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), Curitiba, Brasil

²Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), Ponta Grossa, Brasil

³Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Paraná (IFPR), Curitiba, Brasil

⁴Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), Curitiba, Brasil

HISTÓRICO DO ARTIGO

Recebido: 30.10.2024

Revisado: 21.09.2025

Aprovado: 22.09.2025

PALAVRAS-CHAVE:

Qualidade de vida;
Nível de atividade física;
Escolares.

KEYWORDS:

Quality of life;
Physical activity level;
Schoolchildren.

PUBLICADO:

03.11.2025

AUTOR CORRESPONDENTE:

Eva Luziane Denkwicz Gustave
evadenkwicz@yahoo.com.br

COMO CITAR ESTE ARTIGO (HOW TO CITE):

GUSTAVE, E. L. D.; LEGNANI, R. F. dos S.; FOSCHIERA, D. B.; LEGNANI, E. Associação da percepção da qualidade de vida e nível de atividade física em escolares de 10 a 15 anos. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 23, e34351, 2025. DOI: [10.36453/cefe.2025.34351](https://doi.org/10.36453/cefe.2025.34351)

RESUMO

OBJETIVO: Realizar uma revisão de literatura referente a percepção da atividade física e o nível de atividade física escolares.

METODOLOGIA: Se caracteriza como uma revisão sistemática da literatura, a busca dos dados foi realizada nas bases de dados PubMed/Medline, Web of Science, Scielo e Lilacs nos idiomas inglês e português. Foram incluídos na revisão os estudos originais, publicados entre 2016 a 2025, amostras com intervalo etário de 10 a 15 anos. A busca resultou 8972 títulos potencialmente relevantes; 96 estudos foram selecionados para a leitura dos resumos, dos quais restaram 15 artigos para a leitura na íntegra, sendo 6 eliminados por não atenderem os critérios de elegibilidade.

RESULTADOS: Foram selecionados e incluídos no estudo 9 artigos para compor esta revisão sistemática, dos quais sete estudos são transversais, um ensaio clínico e um qualitativo descritivo correlacional. Na literatura, a maior porcentagem de estudos que relacionam o nível de atividade física e a percepção da qualidade de vida de escolares são transversais, utilizando-se de vários questionários para avaliar o nível de atividade física. Já para avaliação da percepção da qualidade de vida, observou-se a utilização do questionário validado KIDSCREEN como uma ferramenta confiável para avaliar esta variável. A associação entre o nível de atividade física e a percepção da qualidade de vida é claramente mais complexa do que geralmente é exposta na literatura e parece envolver outras variáveis mediadoras.

CONCLUSÃO: Em geral, as evidências sobre a prática da atividade física se mostra positiva e associa-se a melhor percepção da qualidade de vida em escolares.

ABSTRACT

OBJECTIVE: To conduct a literature review regarding the perception of physical activity and the level of physical activity in schoolchildren.

METHODOLOGY: Characterized as a systematic review of the literature, the search for data was conducted in the PubMed/Medline, Web of Science, Scielo and Lilacs databases in English and Portuguese. The original studies, published between 2016 and 2025, samples with an age range of 10 to 15 years, were included in the review. The search yielded 8972 potentially relevant titles; 96 studies were selected for reading the abstracts, of which 15 articles remained for reading in full, 6 of which were eliminated for not meeting the eligibility criteria.

RESULTS: nine articles were selected and included in the study to compose this systematic review, of which seven are cross-sectional studies, one clinical trial and one correlational descriptive qualitative. In literature, the highest percentage of studies that relate the level of physical activity and the perception of quality of life in schoolchildren are cross-sectional, using several questionnaires to assess the level of physical activity. As for the assessment of the perception of quality of life, the use of the validated KIDSCREEN questionnaire was observed as a reliable tool to assess this variable. The association between the level of physical activity and the perception of quality of life is clearly more complex than what is generally exposed in literature and seems to involve other mediating variables.

CONCLUSION: In general, the evidence on the practice of physical activity is positive and is associated with a better perception of quality of life in schoolchildren.

▼ INTRODUÇÃO

O desenvolvimento da saúde física e mental de escolares tem uma influência multifatorial, como alimentação, maturação hormonal, convívio social, entre outras. O cuidado com esses fatores, cuja importância perpassa essa fase, deve ser tomado, uma vez que tais comportamentos serão prescritores dos hábitos na idade adulta (Amesberger *et al.*, 2019; Palomäki *et al.*, 2018).

A adolescência é uma fase caracterizada pela tendência da diminuição das atividades físicas (AF) e desregulação alimentar, que provém da baixa ingestão de alimentos ou do alto consumo de alimentos ricos em sódio, gorduras e açúcares. Esses fatores, colaboram no agravamento de doenças como sobrepeso, obesidade, sedentarismo e diabetes (Amesberger *et al.*, 2019; Pearce *et al.*, 2016; Suchert *et al.*, 2016).

Além disso, essas intervenções afetam não somente o aspecto físico dos adolescentes, mas também indicadores que englobam a autopercepção da qualidade de vida (QV) relacionada à saúde, tais como o desenvolvimento do bem-estar psicológico, relações familiares e sociais, autonomia e interações no ambiente escolar (Bottolfs *et al.*, 2020; Koydemir, Sökmez, Schütz, 2019; Physical Activity Guidelines Advisory Committee, 2018).

Em contrapartida, evidências indicam que níveis elevados de AF são preditores de QV e bem-estar, proporcionando melhorias cardiorrespiratórias e na saúde geral dos escolares (Department of Health, 2012; Ravens-Sieberer, *et al.*, 2017, 2014; Vaquero-Solís *et al.*, 2019).

Além disso, a literatura aponta que uma QV relacionada à saúde precária em estudantes é motivo de preocupação (Amesberger *et al.*, 2019; Palomäki *et al.*, 2018). No entanto, as oportunidades de AF oferecidas pela escola podem não resultar em melhorias em aspectos como índice de massa corporal e aptidão física (Da Costa *et al.*, 2020). Estudos adicionais são necessários para consolidar esses argumentos.

Neste contexto, a AF é vista como um grande aliado para a melhora da percepção da QV (Cheung *et al.*, 2019; Ravens-Sieberer, *et al.*, 2014; Ravens-Sieberer, *et al.*, 2017; Vaquero-Solís *et al.*, 2019). Porém há uma lacuna no conhecimento acerca da relação entre o nível de AF (NAF) e a autopercepção da QV. Portanto, o objetivo desta revisão de literatura é verificar a associação entre o NAF e a percepção da QV entre escolares.

▼ MÉTODOS

Para a estruturação desta revisão sistemática, identificou-se os artigos publicados que continham resultados quanto à associação entre o NAF e a percepção da QV em escolares, nas bases de dados PubMed/Medline, Web of Science, Scielo e Lilacs. A seleção dos descritores utilizados no processo desta revisão sistemática foi realizada por meio de uma consulta ao Medical Subject Headings (MeSH), sendo escolhidos os termos específicos empregados para designar as variáveis "nível de atividade física", "qualidade de vida", "atividade motora", "aluno" e "escolares".

A partir dos cinco conjuntos de palavras-chave, organizou-se a construção das estratégias de buscas utilizando-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS, 2021). As palavras-chave identificadas foram: "quality of life" (qualidade de vida), "physical activity level" (nível de atividade física), "student" (aluno), "schoolchildren" (escolares) e "motor activity" (atividade motora). Nas bases de dados PubMed/Medline, Web of Science e SciELO, utilizaram-se os descritores em inglês, enquanto na base de dados LILACS foram empregados tanto na língua inglesa quanto na portuguesa. Para a construção das sintaxes, utilizaram-se os operadores booleanos "AND" e "OR", conforme descrito no Quadro 1.

Quadro 1. Sintaxes, operadores booleanos, e "Mesh Terms" utilizados na pesquisa.

Fonte da Busca	Operadores Booleanos utilizados
PUBMED/MEDLINE	((("Quality of life"[MeSH Terms] OR quality of life [all fields]) AND ("Physical activity level"[MeSH Terms] OR "physical activity level" [all fields] OR "activity physical"[MeSH Terms] OR activity physical[all fields]) OR (Motor Activity [all fields] OR Motor Activity[MeSH Terms]) AND ("student"[MeSH Terms] OR students[all fields] OR "schoolchildren"[MeSH Terms]))
WEB OF SCIENCE	("quality of life") AND ("physical activity level") AND (students) OR (schoolchildren)
LILACS/INGLÊS	(quality of life AND physical activity level AND students OR schoolchildren)
LILACS/PORTUGUÊS	(qualidade de vida AND nível de atividade física AND alunos OR escolares).
SCIELO	(quality of life AND physical activity level AND students OR schoolchildren)

Fonte: os autores.

Os critérios de inclusão adotados foram artigos originais publicados nos últimos dez anos, em inglês, espanhol e português, com amostras na faixa etária de 10 a 15 anos. Não foram estabelecidas restrições quanto ao sexo, raça, nacionalidade ou credo. Artigos de revisão e monografias foram excluídos da busca.

As buscas foram realizadas em três datas distintas nas bases de dados, utilizando os descritores e termos definidos, para obter o conjunto final de artigos a ser revisado. Foi estruturada na plataforma Rayyan a revisão sistemática intitulada "O NAF influencia a percepção da QV de crianças e adolescentes escolares?", para o processo de seleção dos artigos. A plataforma Rayyan é uma ferramenta utilizada para auxiliar revisões sistemáticas e metanálises, financiado pela Qatar Organization, uma organização sem fins lucrativos. Para que os pesquisadores decidam de maneira independente, o Rayyan possibilita análises individuais às cegas (Da Costa *et al.*, 2020). Seguem os dados das buscas iniciais no Quadro 2.

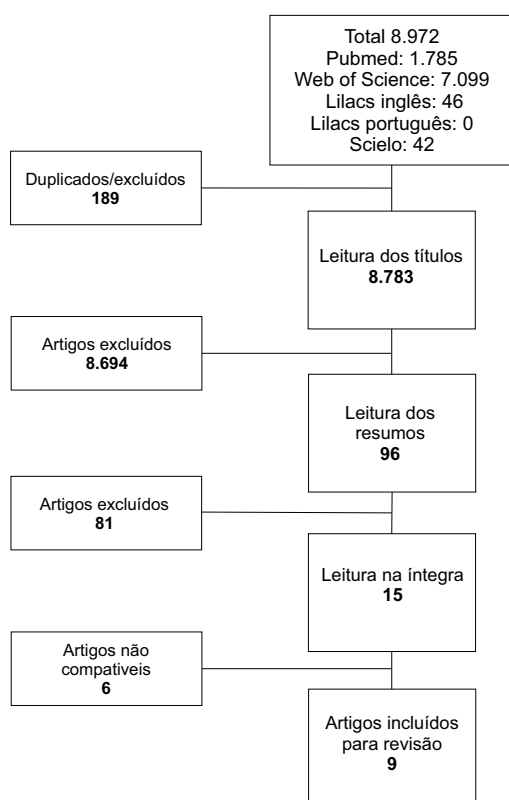
Um total de 8.972 artigos selecionados foram exportados para o referido aplicativo, para serem revisados. Inicialmente, conforme apresentado no fluxograma (Figura 1), foram excluídos os títulos de estudos duplicados, permanecendo 8.783 artigos). Às cegas os quatro pesquisadores realizaram 4 etapas de seleção de inclusão dos artigos. Na primeira etapa do processo foram selecionados os artigos de interesse com a leitura dos títulos, seguido pela leitura dos resumos, em terceiro com a leitura na íntegra.

Quadro 2. Buscas nas bases de dados em datas distintas.

Base de dados	Primeira busca 23/09/2021	Segunda busca 26/09/2021	Terceira busca 02/09/2025
Pubmed/Medline	94	1.768	1.785
Web Of Science	5.429	4.882	7.099
Lilacs/Inglês	22	0	46
Lilacs/Português	2	0	0
Scielo	17	69	42
TOTAL	5.564	6.719	8.972

Fonte: os autores.

Na última etapa, não mais as cegas, os pesquisadores confrontaram as decisões com discrepância entre eles artigos não aceito por todos foram analisados em conjunto para chegar a uma decisão final. Os artigos em que os quatro pesquisadores aceitaram as cegas foram automaticamente incluídos. O resultado final registrou 9 artigos a serem utilizados no presente estudo. Os procedimentos de seleção seguem na Figura 1.

**Figura 1.** Fluxograma de busca e seleção dos artigos desta revisão.

Fonte: os autores.

▼ RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão sistemática incluem 9 artigos: sete estudos transversais, um ensaio clínico e um estudo qualitativo descritivo correlacional. A maior parte dos estudos foi realizada na Espanha, com cinco artigos provenientes deste país.

Para a avaliação da percepção da QV, o questionário KIDSCREEN-10 e KIDSCREEN-27 foi predominantemente

utilizado entre os estudos revisados. Em relação à avaliação da AF, foram empregados diversos instrumentos em cada estudo, com destaque para o IPAQ, que foi o mais utilizado em dois dos estudos analisados. Contudo, é fundamental ressaltar a necessidade de diversificar os instrumentos utilizados, a fim de expandir a compreensão sobre o público-alvo e as variáveis investigadas.

Os resultados mostram associação positiva entre o NAF mais elevado e melhor QV entre os escolares com idades entre 10 a 15 anos, apenas um estudo não apresentou associações estatisticamente significativas como descrito nos Quadros 3 e 4.

Os resultados obtidos revelam diferenças entre meninos e meninas, as quais os autores atribuem a fatores culturais e às características de cada sexo. No entanto, são necessários mais estudos para elucidar essas diferenças ou semelhanças. Estudos longitudinais poderiam fornecer uma compreensão mais aprofundada e permitir o acompanhamento desses perfis ao longo do tempo, contribuindo para a resolução dessas comparações (Caseya *et al.*, 2016; Costa *et al.*, 2020; Uribe *et al.*, 2021).

Ao analisar os efeitos do NAF sobre a QV sob a perspectiva comportamental, os achados direcionam a importância de se manter um perfil ativo, a necessidade de associação como práticas esportivas para o aumento do tempo de prática da AF e a relação da autopercepção no que prediz o entendimento do sujeito sobre a necessidade de autocuidado, principalmente no que se refere à manutenção da AF (Costa *et al.*, 2020; Vaquero-Solís *et al.*, 2021).

A presente revisão é considerada única em relação à AF e à QV em escolares de 10 a 15 anos, destacando-se por sua relevância para profissionais que atuam nas áreas de práticas físicas, educação e saúde geral. Adicionalmente, os resultados podem fornecer subsídios para futuras intervenções de profissionais da saúde, visando promover melhorias na QV e bem-estar dos escolares.

Tais intervenções podem incluir a implementação de programas de AF adaptados e estratégias educativas que visem a promoção da saúde e o fortalecimento das dimensões física e psicológica da QV. Além disso, os dados apresentados podem orientar a pesquisa e o desenvolvimento de novas abordagens para a integração da AF no contexto escolar. Um estudo transversal com delineamento preditivo encontrou associações positivas significativas entre AF e tempo de sono com a QV. Os modelos de regressão mostraram que os escores de AF predizem QV, especialmente em crianças espanholas (Vaquero-Solís *et al.*, 2021).

Os resultados mostram índices de ajuste aceitáveis para a proposta do modelo teórico, que mostrou a importância da AF por meio do autoconceito e felicidade subjetiva na QV, com melhor índice de ajuste para o sexo masculino em relação ao feminino, apresentando a AF como preditora da QV.

Calzada Rodrigues *et al.* (2021), em um estudo descritivo correlacional com 3.197 participantes, sendo 1.610 meninos e 1.587 meninas, observaram que meninas com idades entre 13 e 14 anos apresentaram uma associação moderada entre a AF e a QV ($r=0,153-0,174$; $p=0,001$ a $<0,001$).

Quadro 3. Resultados analisados na revisão sistemática.

Autor/Ano/País	Design do estudo	Idade x (DP)	Gênero	Instrumento aplicado AF	Instrumento aplicado QV	Resultados
Da Costa et al. (2020) Brasil	Transversal	13,1±1,1 anos	n=861	Versão adaptada do Self-Administered Physical	Kidscreen 27	Associação positiva entre NAF ativo e melhor QV em meninos, com a prática de esportes. As meninas, associação entre AF e melhor QV.
Salvini et al. (2018) África do Sul	Transversal	9,5±0,9 anos	n=319	Saúde-Behavior of School-Aged Children (HBSC)	Kidscreen 27	AF mais elevada foi associada positivamente à melhor QV. Diferenças significativas em todas as dimensões da QV entre AF baixa e alta.
Zurita-Ortega et al. (2018) Espanha	Transversal	12,5±1,4 anos	n=3197	Questionário de Atividade Física para idosos e Crianças, PAQ-C	Kidscreen 27	Correlação entre menor IMC e menos horas de tempo de tela. Maior nível de AF e melhores cuidados dietéticos foram relacionados com maior qualidade de vida relacionada à saúde.
Vaquero-Solis et al. (2019) Espanha	Transversal preditivo	12,14±1,2 anos	n=319	Questionário do Perfil de Atividade da Juventude - Espanha (YAP-S)	Espanhol kidscreen-10	Associações positivas significativas entre AF e tempo de sono com a QV. Os escores de AF preveem QV.
Calzada-Rodriguez et al. (2021) Espanha	Quantitativo descritivo correlacional	11,1±1,97 anos	n=3197	Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ)	Espanhol kidscreen-10	Meninas de 13 a 14 anos mostram uma associação média entre AF e QV (r=0,153-0,174; p=0,001; a<0,001).
Uribe et al. (2021) Espanha	Transversal	12,06±0,7 anos	n=168	Questionário de Avaliação do Nível de Atividade Física (PALAQ).	Kidscreen-27	Condição física + OV são preditoras da AF. Meninos com melhores resultados no PALAQ, ALPHA-FITNESS, KIDSCREEN-27. Meninas obtiveram vantagem apenas no Teste Couse Navette.
Resaland et al. (2019) Noruega	Ensaio clínico controlado randomizado	10,2±0,3 anos	n=1145		Kidscreen-27	Não houve diferenças pós-intervenção. Na análise de subgrupo, os alunos com os piores resultados acadêmicos demonstram uma melhora.
Caseya et al. (2016) ²² Austrália	Transversal	13,5±0,9 anos	n=494	PDPAR-24	PEDSQI 4.0	Dois clusters associados a correlatos de AF e QV. Meninos com mais tempo em esportes, AF positivamente alinhados e QV do que as meninas com altos níveis de uso de computador e jogos de vídeo.
Vaquero-Solis et al. (2021) Espanha	Transversal preditivo	13,8±0,77 anos	n=452	Formulário Curto (IPAQ-SF)	Espanhol kidscreen-10	AF e felicidade é subjetiva na QV. Melhor índice de ajuste para homens do que para mulheres.

Legenda: AF: atividade física, QV: qualidade de vida, DP= Desvio Padrão, NAF: nível de atividade física, QVRS: qualidade de vida relacionada a saúde. Fonte: os autores.

Quadro 4. Síntese dos artigos selecionados pela revisão sistemática.

Artigo	Limitações	Correlação	Conclusão
Da Costa et al. (2020)	O desenho transversal impede a interpretação da causalidade. Autorrelato de AF e QV, pode ser influenciada pelo viés de memória	Linear multinível	Prática de esportes e AF foi positivamente relacionado com todas as dimensões de QV em meninos, as meninas se beneficiam dos esportes para a dimensão do bem-estar físico.
Salvini et al. (2018)	Amostra limitada de alunos da quarta série. Estudo transversal impede conclusões sobre a possível relação causal entre AF e QV.	Multivariadas e univariadas de variância	Alunos que relatam AF de pelo menos 60 minutos em pelo menos 6 dias por semana (o mínimo recomendado) relatam QV mais alta do que seus pares com níveis de AF mais baixos.
Zurita-Ortega et al. (2018)	Cruzamento do design seccional que inibe as relações causais de efeito investigado e o uso de autorrelato para avaliar variáveis		Correlação entre IMC e horas de tela, mais AF e melhor QVRS. Sugerem que AF e bons comportamentos alimentares sejam promovidos nas escolas como potencial de melhorar variantes relacionadas a QVRS.
Vaquero-Solis et al. (2019)	Pequena amostra. Os instrumentos de medida baseados em autorrelato.	Correlação bivariada	A incidência da AF é destacada como o principal comportamento na predição da QV para uma população de escolares.
Calzada-Rodriguez et al. (2021)	Associação de causa e efeito não pode ser obtida.	Correlação de Spearman	A prática de exercícios e AF várias vezes por semana está relacionada a uma maior QV.
Uribe et al. (2021)	Tempo de estudo, que teve como foco o ano de 2019, além de ser direcionada apenas aos alunos do primeiro ano do ensino médio	-	A condição física e a qualidade de vida, são fatores que interferem na AF. O estudo demonstra que políticas de AF para as meninas devem ser exploradas.
Resaland et al. (2019)	Relacionadas ao período de maturidade dos alunos que não foi considerado, além de faltar uma análise temporal do caso.	Markov Chain Monte Carlo com 20 iterações.	Não foi encontrado nenhum efeito na QV.
Caseya et al. (2016)	Caráter transversal com utilização de banco de dados existente. Falta de equilíbrio no tamanho dos clusters, muitos entrevistados foram excluídos por não preencherem o questionário ou feito no domingo. IMC baseado em altura e peso.	-	Identificou clusters de uso de tempo, correlatos de AF e QV de meninas. Aglomerados caracterizados por baixos níveis de AF e altos o uso de computador e jogos de vídeo indicam que intervenções direcionadas que envolvem meninas e superam barreiras com a participação em AF são garantidos para melhorar sua QV.
Vaquero-Solis et al. (2021)	Caráter transversal não permite estabelecer relações de causa-efeito, os instrumentos para avaliar a AF não permite uma avaliação objetiva da variável.	Pearson	Modelo de equação estrutural mostrou o importante papel que a prática e intensidade da AF têm na percepção do autoconceito e estado de espírito, para uma percepção mais favorável da qualidade de vida.

Legenda: AF: atividade física, QV: qualidade de vida, QVRS: qualidade de vida relacionada a saúde, IMC: índice de massa corporal. Fonte: os autores.

Caseya *et al.* (2016) em um estudo transversal randomizado por cluster com 494 meninas australianas, observaram dois clusters de uso do tempo de tela, os quais foram identificados e associados a correlatos de AF e QV. Resultados indicam que meninas que dedicavam mais tempo a esportes de equipe, esportes individuais, aulas escolares, assistindo televisão e dormindo adequadamente apresentavam NAF elevados alinhados e melhor QV, em comparação com aquelas que eram caracterizadas por altos níveis de uso de computador e videogames.

Em estudo transversal com 861 escolares encontrou uma associação positiva entre o volume de AF e QV. A prática de AF está positivamente associada aos indicadores da QV. Os esportes foram associados ao aumento da QV, especialmente entre os meninos, enquanto a AF não relacionada ao esporte mostrou-se associada às meninas. A categorização como esportista ativo foi vinculada a quatro dimensões da QV nos meninos, enquanto nas meninas foi associada apenas ao bem-estar físico (Da Costa *et al.*, 2020).

Já no estudo transversal com 832 escolares, sendo 417 meninos e 415 meninas, observaram que a AF autorreferida mais elevada foi significativa e positivamente relacionada à QV. Foram observadas diferenças significativas, embora pequenas, entre os grupos em todas as dimensões da QV, comparando níveis baixos e altos de AF autorrelatada. No entanto, não foram identificadas associações significativas entre os NAF e QV (Salvini *et al.*, 2018).

No estudo transversal, observou-se uma correlação entre um menor Índice de Massa Corporal e uma menor quantidade de horas de tempo de tela autorrelatado. Esse padrão também foi associado a níveis cardiorrespiratórios mais elevados e a um maior engajamento em AF. Os resultados indicam que maiores NAF e melhores cuidados dietéticos foram geralmente associados a uma maior QV relacionada à saúde e autoestima. O modelo utilizado apresentou um ajuste aceitável dos resultados (Zurita-Ortega *et al.*, 2018).

Um estudo transversal, realizado por Uribe *et al.* (2021) incluíram análises descritivas, comparações post-hoc e um modelo de regressão múltipla, com uma amostra de 168 estudantes (99 meninos e 69 meninas), identificaram que a condição física e a QV são preditores da AF. Os resultados mostraram que os meninos obtiveram desempenhos superiores nos instrumentos PALAQ, ALPHA FITNESS e KIDSCREEN-27 em comparação com as meninas, que apresentaram vantagem apenas no Teste Course Navette.

O estudo de Resaland *et al.* (2019) envolvendo 1.145 estudantes, não encontraram diferenças significativas após a intervenção. Entretanto, na análise de subgrupos, observaram-se que os alunos com os piores resultados acadêmicos apresentaram uma melhora em comparação ao grupo controle.

Esta revisão destaca como pontos fortes a adoção de uma metodologia rigorosa, especialmente pelo uso do instrumento Ryann, além da utilização de bases de dados renomadas e da literatura revisada por pares. Como limitação, não foram incluídos dados provenientes de teses, dissertações e posicionamentos institucionais. Contudo, a revisão é enriquecida pela inclusão dos principais estudos originais, amplamente disponíveis na forma de artigos

científicos publicados. Portanto, é razoável supor que os estudos mais relevantes sobre a associação ou relação entre as variáveis em crianças e adolescentes escolares, publicados nos últimos 10 anos, estão representados nesta revisão.

▼ CONCLUSÃO

A continuidade da investigação sobre o tema é necessária, dado que as amostras estão predominantemente concentradas em países europeus ou desenvolvidos, tanto do ponto de vista econômico quanto social e também pela escassez de novos estudos na temática atualmente.

Além disso, a presença de diversas covariáveis pode influenciar ou qualificar os achados, evidenciando a ausência de padronização na literatura. Assim, é essencial ampliar as análises para reforçar a metodologia utilizada nos estudos. Em geral, as evidências disponíveis indicam uma associação positiva entre o NAF e uma melhor percepção da QV em escolares.

► AGRADECIMENTOS

Nada a declarar.

► CONFLITO DE INTERESSE

Os autores do estudo declaram não haver conflito de interesses.

► FINANCIAMENTO

Este estudo não teve apoio financeiro.

■ REFERÊNCIAS

- AMESBERGER, G.; FINKENZELLER, T.; MÜLLER, E.; WÜRTH, S. Aging-related changes in the relationship between the physical self-concept and the physical fitness in elderly individuals. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, v. 29, n. 1, p. 26-34, 2019. <https://doi.org/10.1111/sms.13377>
- BOTTOLFS, M.; STØA, E. M.; REINBOTH, M. S.; SVENDSEN, M. V.; SCHMIDT, S. K.; OELLINGRATH, I. M.; BRATLAND-SANDA, S. Resilience and lifestyle-related factors as predictors for health-related quality of life among early adolescents: a cross-sectional study. *Journal of International Medical Research*, v. 48, n. 2, 300060520903656, 2020. <https://doi.org/10.1177/0300060520903656>
- CALZADA-RODRÍGUEZ, J. I.; DENCHE-ZAMORANO, Á. M.; PÉREZ-GÓMEZ, J.; MENDOZA-MUÑOZ, M.; CARLOS-VIVAS, J.; BARRIOS-FERNANDEZ, S.; ADSUAR, J. C. Health-related quality of life and frequency of physical activity in Spanish students aged 8-14. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 17, p. 9418, 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179418>
- CASEY, M.; HARVEY, J.; TELFORD, A.; EIME, R.; MOONEY, A.; PAYNE, W. Patterns of time use among regional and rural adolescent girls: Associations with correlates of physical activity and health-related quality of life. *Journal of Science and Medicine in Sport*, v. 19, n. 11, p. 931-5, 2016. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.02.004>
- CHEUNG, P. C.; FRANKS, P. A.; KRAMER, M. R.; KAY, C. M.; DREWS-BOTSCH, C. D.; WELSH, J. A.; GAZMARARIAN, J. A. Elementary school physical activity opportunities and physical fitness of students: A statewide cross-sectional study of schools. *PloS One*, v. 14, n. 1, p. 0210444, 2019. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210444>

COSTA, B. G. G.; BARRETO, P. S.; SILVEIRA, P. M.; SILVA, J. A.; SILVA, K. S. The association between practicing sport and non-sport physical activities and health-related quality of life of Brazilian adolescents: A cross-sectional study. *Science & Sports*, v. 35, n. 4, p. 109-19, 2020. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2020.02.003>

DEPARTMENT OF HEALTH. Australian 24-Hour Movement Guidelines for Children (5-12 Years) and Young People (13-17 Years): An integration of physical activity, sedentary behaviour, and sleep. Australian Department of Health: Canberra, Australia, 2012. Disponível em: <https://www.health.gov.au/resources/publications/australian-24-hour-movement-guidelines-for-children-5-to-12-years-and-young-people-13-to-17-years-an-integration-of-physical-activity-sedentary-behaviour-and-sleep?language=en>

DECS. Descritores em Ciências da Saúde. *Pesquisa*. São Paulo: BIREME/OPAS/OMS, 2017. Disponível em: <http://decs.bvsalud.org>

KOYDEMIR, S.; SÖKMEZ, A. B.; SCHÜTZ, A. A meta-analysis of the effectiveness of randomized controlled positive psychological interventions on subjective and psychological well-being. *Applied Research in Quality of Life*, v. 16, n. 3, p. 943-64, 2019. <https://doi.org/10.1007/s11482-019-09788-z>

MOURAD O.; HAMMADY, H.; FEDOROWICZ, Z.; ELMAGARMID, A. Rayyan - a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic*, v. 5, n. 1, p. 210, 2016. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4>

PALOMÄKI, S.; HIRVENSALO, M.; SMITH, K.; RAITAKARI, O.; MÄNNISTÖ, S.; HUTRI-KÄHÖNEN, N.; TAMMELIN, T. Does organized sport participation during youth predict healthy habits in adulthood? A 28-year longitudinal study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, v. 28, n. 8, p. 1908-15, 2018. <https://doi.org/10.1111/sms.13205>

PEARCE, A.; SCALZI, D.; LYNCH, J.; SMITHERS, L. G. Do thin, overweight, and obese children have poorer development than their healthy-weight peers at the start of school? Findings from a South Australian data linkage study. *Early Childhood Research Quarterly*, v. 2, n. 35, p. 85-94, 2016. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2015.10.007>

PHYSICAL ACTIVITY GUIDELINES ADVISORY COMMITTEE. *Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report 2018*, US Department of Health, and Human Services: Washington, DC, USA, p. 1-779, 2018. Disponível em: <https://exermetrx.com/wp-content/uploads/2018/12/PAG-Advisory-Committee-Report-Summ-Extract.pdf>

RAVENS-SIEBERER, U.; AUQUIER, P.; ERHART, M.; GOSCH, A.; RAJMIL, L.; BRUIL, J.; ... ; POWER, M. The KIDSCREEN-27 quality of life measure for children and adolescents: psychometric results from a cross-cultural survey in 13 European countries. *Quality of Life Research*, v. 16, n. 8, p. 1347-56, 2007. <https://doi.org/10.1007/s11136-007-9240-2>

RAVENS-SIEBERER, U.; HERDMAN, M.; DEVINE, J.; OTO, C.; BULLINGER, M.; ROSE, M.; KLASSEN, F. The European KIDSCREEN approach to measure quality of life and well-being in children: development, current application, and future advances. *Quality of Life Research*, v. 23, n. 3, p. 791-803, 2014. <https://doi.org/10.1007/s11136-013-0428-3>

RESALAND, G. K.; AADLAND, E.; MOE, V. F.; KOLOTKIN, R. L.; ANDERSEN, S. A.; ANDERSEN, J. R. Effects of a physical activity intervention on schoolchildren's health-related quality of life: The active smarter kids (ASK) cluster- randomized controlled trial. *Preventive Medicine Reports*, v. 13, n. 0, p. 1-4, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.11.002>

SALVINI, M.; GALL, S.; MÜLLER, I.; WALTER, C.; DU RANDT, R.; STEINMANN, P.; ... ; GERBER, M. Physical activity, and health-related quality of life among schoolchildren from disadvantaged neighbourhoods in Port Elizabeth, South Africa. *Quality of Life Research*, v. 27, n. 1, p. 205-16, 2018. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1707-1>

SILVA, R. S.; SILVA, I.; SILVA, R. A.; SOUZA, L.; TOMASI, E. Atividade física e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, n. 1, p. 115-20, 2010. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000100017>

SUCHERT, V.; HANEWINKEL, R.; ISENSEE, B. Screen time, weight status and the self-concept of physical attractiveness in adolescents. *Journal of Adolescence*, v. 48, p. 11-7, 2016. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.01.005>

URIBE, S. C.; ENCALADA-DÍAZ, I. A.; ARISTA-HUACO, M. J.; ALCOSER, S. D. I. Physical activity, physical condition and quality of life in schoolchildren. *Journal of Human Sport and Exercise*, v. 16, p. S980-S987, 2021. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.16.Proc3.14>

VAQUERO SOLÍS, M.; SÁNCHEZ-MIGUEL, P. A.; TAPIA SERRANO, M. Á.; PULIDO, J. J.; IGLESIAS GALLEGÓ, D. Physical activity as a regulatory variable between adolescents' motivational processes and satisfaction with life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 16, n. 15, p. 2765, 2019. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152765>

VAQUERO-SOLÍS, M.; TAPIA-SERRANO, M. A.; HORTIGÜELA-ALCALÁ, D.; SIERRA-DÍAZ, M. J.; SÁNCHEZ-MIGUEL, P. A. Physical activity and quality of life in high school students: proposals for improving the self-concept in physical education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 13, p. 7185, 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18137185>

ZURITA-ORTEGA, F.; SALVADOR-PÉREZ, F.; KNOX, E.; GÁMIZ-SÁNCHEZ, V. M.; CHACÓN-CUBEROS, R.; RODRÍGUEZ-FERNÁNDEZ, S.; MUROS, J. J. Physical activity and health-related quality of life in schoolchildren: structural equations analysis. *Anales de Psicología*, v. 34, n. 2, p. 385-90, 2018. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.2.299781>

✉ E-MAIL DOS AUTORES

Eva Luziane Denkwicz Gustave

✉ evadenkwicz@yahoo.com.br

Rosimeide Francisco dos Santos Legnani

✉ legnanirosi@gmail.com

Diogo Bertella Foschiera

✉ diogo.foschiera@ifpr.edu.br

Elto Legnani

✉ legnanielto@gmail.com