

65. O combate ao estilo de vida sedentário e a promoção da saúde por meio da atividade física são fatores preponderantes para uma sociedade mais saudável, especialmente quando se trata de crianças e adolescentes. Alguns fatores contribuem para um estilo de vida ativo nessas faixas etárias, quais sejam: a prática de Educação Física e esportes em ambiente escolar; a disponibilidade de espaços de lazer seguros e com equipamentos para a realização de exercícios físicos, e a diminuição de atividades sedentárias, como o uso de telas. Dessa forma, o estímulo à prática de atividade física em crianças e adolescentes se faz necessário, pois o avançar da idade é acompanhado de uma tendência

- A) ao declínio do gasto energético médio diário à custa de menor atividade física.
- B) ao aumento do gasto energético médio diário à custa de maior atividade física.
- C) ao declínio do gasto energético médio diário à custa de maior atividade física.
- D) ao aumento do gasto energético médio diário à custa de menor atividade física.

Assunto: Saúde

O estímulo à prática de atividade física para crianças e adolescentes se faz necessário. Com a evolução da idade, acontece um processo natural, o gasto energético médio diário diminui, devido a uma menor constância de atividade física.

Item: A

