

ATIVIDADE FÍSICA CONTRIBUI PARA O APRENDIZADO DE GRADUANDOS DURANTE O ENSINO REMOTO PROVOCADO PELA PANDEMIA DA COVID-19

Mírian Celly Medeiros Miranda David¹, Nataly Ferreira dos Santos², Livia Maria de Lima Leôncio³, Gilberto Ramos Vieira³, Clécia Gabriela Bezerra³, Marina Souza Barbosa de Mattos⁴, Letycia dos Santos Neves⁵; Rodolfo Barbosa Antunes⁶, Flávio Henrique de Santana³, John Fontenele Araújo⁷; Rhowena Jane Barbosa de Matos^{1,8}.

1 Programa de Pós-Graduação em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento, UFPE; 2 Espaço Psiquê; 3 Núcleo de Educação Física e Ciências do Esporte, CAV/UFPE; 4 Departamento de Fisioterapia, UEPB; 5 Núcleo de Nutrição, CAV/UFPE; 6 Departamento de Matemática, UFPE; 7 Departamento de Fisiologia e Comportamento, UFRN; 8 Centro de Ciências da Saúde, UFRB.

Introdução: O ensino remoto e o distanciamento social, implantados pela pandemia da COVID-19, são fatores estressores que podem interferir na memória e aprendizado dos alunos. Devido a altas demandas, os graduandos precisam utilizar estratégias para minimizar os danos sobre seu processo de aprendizagem. Portanto, objetivou-se avaliar a influência da atividade física sobre a memória e aprendizado verbais de alunos de graduação durante o ensino remoto na pandemia da COVID-19. **Métodos:** Esse estudo transversal foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Pernambuco (protocolo: 32360720.4.0000.5208) e realizado entre agosto e novembro de 2020. Incluiu-se alunos de graduação entre 18 e 30 anos, de instituições públicas e das cidades de Campina Grande - PB e Recife - PE. Excluiu-se os graduandos do primeiro semestre e do último ano da graduação, com trabalho presencial e diagnóstico de transtornos psiquiátricos ou demais disfunções. Os alunos foram submetidos ao Questionário Internacional de Atividade Física (Versão Curta) e ao Teste de Aprendizagem Auditivo-Verbal de Rey (RAVLT). Utilizou-se o testes estatísticos: Teste de Normalidade de Shapiro-Wilk, Teste de Correlação de Spearman e Teste de Kruskal-Wallis com *post-hoc* de Dunn, considerando o nível de significância $p < 0,05$. **Resultados:** A amostra consistiu em 65 alunos com média de idade de $21,7 \pm 2,2$ anos, 78,5% eram do sexo feminino, 69,2% residiam em Campina Grande, 93,8% praticavam distanciamento social e 61,5% eram sedentários. A média de múltiplos de equivalentes metabólicos (MET) foi 1283 ± 1555 , predominando indivíduos com nível baixo de atividade física (46,1%). Quanto à influência da atividade física sobre a memória e aprendizado verbais, verificou-se correlação negativa para memória imediata – RAVLT-A1 ($r = -0,25$; $p < 0,05$). A prática de atividade física moderada associou-se positivamente com o aprendizado ($r = 0,25$; $p < 0,05$) e com uma menor interferência proativa – RAVLT-B1/A1 ($r = 0,32$; $p < 0,05$). A atividade física vigorosa ($r = 0,27$; $p < 0,05$) e a atividade física total ($r = 0,32$; $p < 0,01$) foram associadas com uma menor interferência proativa – RAVLT-B1/A1. Observou-se que indivíduos com baixo nível de atividade apresentaram maior interferência proativa (RAVLT-B1/A1: $0,84 \pm 0,22$) em comparação com os indivíduos com nível moderado de atividade (RAVLT-B1/A1: $1,02 \pm 0,36$; $p < 0,05$). Entretanto, não houve diferença na memória e aprendizado verbais dos alunos que declararam serem sedentários em comparação com os alunos que relataram praticar exercício físico. **Conclusão:** Assim, sugere-se que a atividade física pode otimizar o

aprendizado verbal de alunos de graduação durante o ensino remoto provocado pela pandemia da COVID-19. Entretanto, esta influência pode depender do tipo de atividade física e/ou exercício físico.

Apoio financeiro: FACEPE/CNPq, CAPES.