

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

BRUNO DUARTE TELL

**ACONSELHAMENTO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA: uma revisão integrativa sobre
definições conceituais e operacionais em estudos realizados no Brasil**

Florianópolis
2022

Bruno Duarte Tell

**ACONSELHAMENTO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA SOBRE DEFINIÇÕES CONCEITUAIS E OPERACIONAIS EM
ESTUDOS NO BRASIL**

Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em
Educação Física - Bacharelado do Centro de
Desportos da Universidade Federal de Santa
Catarina como requisito para a obtenção do título
de Bacharel em Educação Física.
Orientador: Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech.
Coorientadora: Danielle Amaral Macedo

Florianópolis

2022

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Tell, Bruno Duarte

Aconselhamento sobre Atividade Física : uma revisão integrativa sobre definições conceituais e operacionais em estudos realizados no Brasil / Bruno Duarte Tell ; orientador, Cassiano Ricardo Rech, coorientador, Danielle do Amaral Macedo, 2022.

41 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) -
Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de
Desportos, Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2022.

Inclui referências.

1. Educação Física. 2. Aconselhamento. 3. Atividade Física. 4. Atenção Primária a Saúde. 5. Exercício Físico. I. Rech, Cassiano Ricardo . II. Macedo, Danielle do Amaral. III. Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em Educação Física. IV. Título.

Bruno Duarte Tell

**ACONSELHAMENTO SOBRE ATIVIDADE FÍSICA: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA SOBRE DEFINIÇÕES CONCEITUAIS E OPERACIONAIS EM
ESTUDOS NO BRASIL**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado para obtenção do Título de “Bacharel em Educação Física” e aprovado em sua forma final pelo Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina, com a nota 9,0

Florianópolis, 22 de julho de 2022.

Banca Examinadora:

Prof. Cassiano Ricardo Rech, Dr.

Orientador

Universidade Federal de Santa Catarina

Prof.^a Danielle de Amaral Macedo

Coorientadora

Universidade Federal de Santa Catarina

Prof.^a Viviane Nogueira de Zorzi, Ms.

Avaliadora

Universidade Federal de Santa Catarina

Prof.^a Carla Elaine Silva Godtsfriedt

Avaliadora

Universidade Federal de Santa Catarina

Este trabalho é dedicado aos meus colegas de classe e aos meus queridos pais.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente gostaria de agradecer à minha família por todo apoio ao longo da minha vida e por possibilitar estar concluindo esta etapa. A minha mãe pelos conselhos, ensinamentos e por me incentivar sempre neste caminho. E ao meu irmão pela companhia e amizade.

Ao meu orientador Cassiano Ricardo Rech que me auxiliou na elaboração do trabalho e me mostrou uma visão diferente da Educação Física dentro da Atenção Primária à Saúde. E a Danielle Amaral Macedo que me ajudou muito na elaboração do trabalho, além de incentivar a concluir esta etapa.

Agradeço aos profissionais que trabalham comigo no Centro de Saúde Novo Continente, cujo a competência e a alegria com que trabalham servindo a população me incentivou a não desistir.

Assim, finalizo este trabalho com o orgulho do resultado que colhi ao longo da graduação. Obrigado a todos e todas!

RESUMO

O aconselhamento sobre modos saudáveis de vida pode ser compreendido como um importante processo de apoio centrado na pessoa, respeitando sua individualidade, autonomia e potencialidades, visando construir estratégias conjuntas de mudança de comportamento e melhoria na qualidade de vida. O propósito deste trabalho foi revisar a literatura científica acerca da definição conceitual e operacional de aconselhamento sobre atividade física em estudos realizados no Brasil. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de natureza descritiva e análise exploratória realizada nas bases de dados PubMed, SCIELO e LILACS até maio de 2022. Foram incluídos na revisão 27 estudos. Dos estudos abordados neste trabalho, apenas 11 apresentaram a definição conceitual de aconselhamento sobre atividade física. Entre os que trouxeram essa definição, houve uma diferença considerável em como foram caracterizados. Em relação a definição operacional acerca de aconselhamento sobre atividade física, foi possível observar uma predominância de perguntas voltadas aos usuários e aos profissionais da saúde. Conclui-se que existem divergências entre as definições conceituais e operacionais sobre aconselhamento em atividade física nos estudos realizados no Brasil.

Palavras-chave: Aconselhamento. Atividade Física. Exercício Físico. Atenção Primária à Saúde

ABSTRACT

Counseling on healthy lifestyles can be understood as an important support process centered on the person, respecting their individuality, autonomy and potential, aiming to build joint strategies to change behavior and improve quality of life. The purpose of this work was to review the scientific literature on the conceptual and operational definition of counseling on physical activity in studies carried out in Brazil. This is an integrative literature review, descriptive in nature and exploratory analysis carried out in PubMed, SCIELO and LILACS databases until May 2022. Twenty-seven studies were included in the review. Of the studies addressed in this work, only 11 presented the conceptual definition of physical activity counseling. Among those who brought this definition, there was a considerable difference in how they were characterized. Regarding the operational definition of counseling on physical activity, it was possible to observe a predominance of questions aimed at users and health professionals. It is concluded that there are differences between the conceptual and operational definitions of physical activity counseling in studies carried out in Brazil.

Keywords: Counseling. Physical activity. Physical exercise. Primary Health Care

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Fluxograma de seleção dos estudos sobre Aconselhamento em Atividade Física. .20

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Estratégias de buscas utilizadas nas bases de dados.	18
--	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Características metodológicas dos estudos nacionais que tratam de aconselhamento de atividade física	23
Tabela 2. Identificação da definição do conceito de aconselhamento em estudos nacionais...	25

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	13
1.1 PROBLEMA DE PESQUISA E SUA IMPORTÂNCIA.....	13
1.2 OBJETIVOS.....	15
1.2. Objetivo Geral	15
1.2.2 Objetivos Específicos	16
2. MATERIAIS E MÉTODOS	17
2.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO	17
2.2 BUSCAS NA LITERATURA.....	17
2.3 CRITÉRIOS DE SELEÇÃO DOS DOCUMENTOS	18
2.4 ETAPAS DE LEITURA DOS DOCUMENTOS.....	19
2.5 ANÁLISE E SÍNTESE DOS RESULTADOS.....	19
3. RESULTADO	20
3.1 RESULTADOS DAS BUSCAS	20
3.2 CARACTERÍSTICAS DOS ESTUDOS.....	21
3.3 DEFINIÇÕES SOBRE ACONSELHAMENTO	21
4. DISCUSSÃO	29
5. CONCLUSÃO	33
REFERÊNCIAS	34

1. INTRODUÇÃO

1.1 PROBLEMA DE PESQUISA E SUA IMPORTÂNCIA

O aconselhamento sobre modos saudáveis de vida, incluindo a prática regular de atividade física, pode ser compreendido como um importante processo de apoio centrado na pessoa, respeitando sua individualidade, autonomia e potencialidades, visando construir estratégias conjuntas de mudança de comportamento e melhoria na qualidade de vida (MORAES et al., 2021; FLORES et al., 2014).

No cenário atual, o aconselhamento sobre atividade física tem se mostrado promissor devido aos benefícios deste comportamento à saúde já difundidos na literatura. Existe consenso que níveis mais elevados de exercício podem melhorar diversos marcadores de saúde, como melhora no perfil lipídico (SILVA, 2010), diminuição do risco de diabetes, fatores de riscos cardiovasculares e controle do peso corporal (SHINN, 2019), além de auxiliar no tratamento à depressão e ansiedade em indivíduos clinicamente diagnosticados (MELLO, 2005).

O guia brasileiro de atividade física recomenda o acúmulo de 150 minutos de atividade física de intensidade moderada ou 75 a 150 minutos de atividade física de intensidade vigorosa ao longo da semana. Podendo ser atividades domésticas, laborais, no lazer ou esportivas (Ministério da Saúde, 2021). No entanto, mesmo com os benefícios e as diretrizes de recomendações, a prevalência de pessoas ativas ainda é baixa. Segundo os dados de pesquisa por inquérito telefônico com base populacional, realizados com adultos e idosos, 48,2% dos brasileiros são insuficientemente ativos e 15,8% inativos fisicamente (VIGITEL, 2021). Corroborando com os resultados encontrados por Dias et al. (2017), na qual 17% da população mundial foi considerada inativa fisicamente, ou seja, não atinge os níveis recomendados para garantir os benefícios à saúde. Esse resultado é preocupante, devido a inatividade física está relacionada ao desenvolvimento de diversas doenças metabólicas, alterações cardiovasculares e obesidade (SILVA et al., 2007; KRUG et al., 2015).

A forma de organização das sociedades atuais contribuiu consideravelmente para o aumento do sedentarismo e a inatividade física (SHINN et al., 2019) Um estilo de vida sedentário está relacionado a fatores de risco para o desenvolvimento de diversas doenças, como por exemplo doenças coronarianas, cardiovasculares e metabólicas, além de uma incidência de obesidade nessa população (SILVA et al., 2010). A inatividade física é um dos

principais fatores de risco para o desenvolvimento dessas doenças e devido a sua prevalência elevada, expõe a população a diversos agravos à saúde (DIAS et al., 2017).

Na saúde, o aconselhamento é uma ferramenta importante em se tratando atenção primária, onde o profissional de Educação Física deve estabelecer uma aproximação mais qualificada com campo de conhecimento da Saúde Coletiva (NETO et al., 2020). Os benefícios de uma orientação baseada em aconselhamento na APS podem ser encontrados nos hábitos de vida do usuário, como uma melhor qualidade na alimentação, aumento da prática de atividade física e redução no consumo de álcool e cigarro, além de que os indivíduos que recebem frequentemente essas orientações tendem a adotar um estilo de vida mais saudável (FLORES et al., 2014).

Nesse sentido, estratégias devem ser pensadas para promover a atividade física, e é nessa perspectiva que o aconselhamento sobre atividade física por profissionais da Atenção Primária à Saúde se torna indispensável, pois se constitui como o primeiro nível de contato da população com o sistema de saúde brasileiro e se configura como um ambiente importante para a promoção de hábitos saudáveis (NETO et al., 2020). Os benefícios de uma orientação baseada em aconselhamento na Atenção Primária à Saúde podem refletir nas escolhas dos usuários, e a frequência dessas orientações influencia diretamente na adoção de estilos de vida mais saudáveis (FLORES et al., 2014).

Nos últimos anos a produção científica voltada para o aconselhamento de atividade física tem crescido substancialmente (SANTOS; SILVA; RECH; FERMINO, 2021; PAPINI et al., 2021). Estudos tem demonstrado elevada prevalência de aconselhamento entre os profissionais da saúde (SANTOS; SILVA; RECH; FERMINO, 2021; NETO; FIORINDO; COSTA, 2021) e os usuários do sistema público de saúde têm autorreferido os efeitos positivos dessa forma de intervenção (TOLEDO; ABREU; LOPES, 2013).

A prática de aconselhamento pode variar entre um breve aconselhamento até formas mais estruturadas, como propõe o modelo dos 5 “As” formado pelas cinco palavras da língua inglesa que definem os passos para o aconselhamento: *ask*, *assess*, *advise*, *assist* e *arrange*, e serve de apoio ao profissional para perguntar sobre a mudança de comportamento (*ask*), avaliar a predisposição de mudar (*asses*), aconselhar a mudança (*advise*), auxiliar na elaboração de metas (*assist*) e organizar o acompanhamento (*arrange*) (MORAES; LOCH; RECH, 2021).

Esse processo de aprimoramento e sistematização das formas de intervenção, estão associadas à expansão da prática de aconselhamento para diferentes domínios da vida, como o

educacional, o profissional e o emocional (SCORSOLINI-COMIN, 2014; PEQUENO et al., 2013). Na área da saúde, é possível observar diferenças em como tem sido definido e empregado o aconselhamento (FLORES et al., 2018). No entanto, pouco se conhece sobre quais as definições conceituais e operacionais que são empregadas nos estudos de aconselhamento sobre atividade física realizados no Brasil.

Nesse sentido, se faz importante investigar a definição conceitual acerca de aconselhamento sobre atividade física, partindo do pressuposto que pode auxiliar na criação de intervenções, como ponto de partida do processo de definir aspectos importantes das abordagens baseadas em aconselhamento. Um meio que facilitará definir como a intervenção será estruturada, quais metas deverão ser estabelecidas, tanto para os profissionais, quanto para os usuários. Além disso, colabora para o entendimento de quais as estratégias adotar para a consolidação do termo aconselhamento no cenário da saúde (NETO et al., 2020).

Da mesma forma, investigar a definição operacional acerca de aconselhamento sobre atividade física, permite entender em que as intervenções têm se pautado, como tem alcançado a população e contribuído para a adoção de estilos de vida mais saudáveis (FLORINDO et al., 2013). Além disso, possibilitará compreender se as recomendações de atividade física realizadas pelos profissionais estão alinhadas com aquelas preconizadas pelas diretrizes que buscam promover saúde (Ministério da Saúde., 2021). E não menos importante, para identificar se existem limitações ou barreiras associadas à forma como a intervenção é conduzida pelos profissionais e percebida pelo indivíduo.

Devido as diversas possibilidades de conduzir o aconselhamento na prática profissional, se faz importante investigar, o que tem sido utilizado nessa forma de intervenção, os conceitos empregados e sua operacionalização. Assim, esta revisão buscou discutir quais as definições conceituais e operacionais de aconselhamento sobre atividade física em estudos realizados no Brasil.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 **Objetivo Geral**

Revisar a literatura científica acerca da definição conceitual e operacional de aconselhamento sobre atividade física em estudos realizados no Brasil.

1.2.2 **Objetivos Específicos**

Apresentar as características dos estudos científicos relacionados ao aconselhamento sobre atividade física realizados no Brasil;

Identificar a definição conceitual acerca de aconselhamento sobre atividade física em estudos realizados no Brasil;

Identificar a definição operacional acerca de aconselhamento sobre atividade física em estudos realizados no Brasil;

Discutir a aproximação entre as definições conceituais e operacionais de aconselhamento sobre atividade física em estudos realizados no Brasil.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de natureza descritiva e análise exploratória (TONETTO; BRUST-RENCK; STEIN, 2014) que buscou investigar os estudos nacionais de aconselhamento sobre atividade física realizado pelos profissionais de saúde ou recebido pelos usuários. Para tanto, foi realizada a coleta e avaliação dos dados, conforme as seis etapas de uma revisão integrativa, que compreendem: a elaboração da pergunta norteadora (1); busca ou amostragem na literatura (2); coleta de dados (3); análise crítica dos estudos incluídos (4); discussão dos resultados (5); e apresentação da revisão integrativa (6) (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010). Optou-se pela revisão integrativa por permitir a busca de estudos na literatura de forma ampla e diversificada para responder questões específicas relacionadas à área da saúde (WHITTEMORE; KNAFL, 2005).

2.2 BUSCAS NA LITERATURA

No certame, foi utilizada a seguinte pergunta norteadora – qual definição conceitual e operacional acerca de aconselhamento sobre atividade física tem sido utilizada em estudos nacionais? -. Para responder essa questão, foram realizadas buscas por artigos científicos em bases de dados eletrônica, isso devido a quantidade considerável de estudos científicos agrupados em sítios eletrônicos que permitem a busca por determinado assunto ou conteúdo utilizando palavras chave ou expressões específicas (DROESCHER; SILVA, 2014). Nessa etapa de pesquisa e seleção dos estudos, foram consideradas as recomendações do Prisma (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), para confecção de um fluxograma em quatro etapas (PRISMA, 2015).

A pesquisa foi conduzida no mês de maio de 2022, sendo incluídas todas as publicações até este período. Os estudos foram extraídos das bases de dados: (1) *Scientific Electronic Library On-line* (SCIELO), (2) Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência na Saúde (LILACS) acessada pela Biblioteca Virtual em Saúde, (3) e *Publisher Medline* (PubMed). Para escolha e seleção dos artigos, foram utilizadas as entradas

previamente validadas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)/*Medical Subject Headings* (MeSH), um portal eletrônico que estabelece uma linguagem única na pesquisa e recuperação de assuntos da literatura científica (DeCS/MeSH, 2022). E foram combinadas com os operadores booleanos “AND” e “OR” utilizados para unir termos e direcionar a busca por estudos na literatura (CAPCS, 2022).

2.3 CRITÉRIOS DE SELEÇÃO DOS DOCUMENTOS

Assim, os termos foram estabelecidos em português e inglês da seguinte forma: (1) aconselhamento OR aconselhar OR entrevista motivacional OR motivação, AND atividade física OR atividade motora OR exercício; e (2) counseling OR motivational interviewing OR motivation AND physical activities OR motor activity OR exercise. Todas as buscas foram realizadas no campo “pesquisa avançada” em cada base de dados, com adição de palavra por palavra e junção final de todos os termos, como mostra a sintaxe extraída após cada pesquisa (quadro 1).

Quadro 1 - Estratégias de buscas utilizadas nas bases de dados.

Indexador	Estratégia de busca (sintaxe)	Filtros
PubMed	Search (((((((Aconselhamento [Abstract]) OR Aconselhar [Abstract]) OR Entrevista Motivacional [Title/Abstract]) OR Motivação [Abstract]) OR Counseling [Title/Abstract]) OR Motivational Interviewing [Title/Abstract]) OR Motivation [Title/Abstract])) AND (((((Atividade Física [Title/Abstract]) OR Atividade Motora [Title/Abstract]) OR Exercício [Title/Abstract]) OR "Physical Activities " [Title/Abstract]) OR " Motor Activity " [Title/Abstract]) OR Exercise [Title/Abstract])	-
Scielo	(("Atividade Física") OR ("Atividade Motora") OR (exercício) OR ("Physical Activities") OR ("Motor Activity") OR (exercise)) AND ((Aconselhamento) OR (Aconselhar) OR ("Entrevista Motivacional") OR (Motivação) OR (Counseling) OR ("Motivational Interviewing") OR (Motivation))	Idioma (português e inglês) e Tipo de literatura (artigo)
Lilacs	(Aconselhamento) OR (Aconselhar) OR ("Entrevista Motivacional") OR (Motivação) OR (Counseling) OR ("Motivational Interviewing") OR (Motivation) AND ("Atividade Física") OR ("Atividade Motora") OR (Exercício) OR ("Physical Activities") OR ("Motor Activity") OR (Exercise)	Idioma (português e inglês); Base de dados (Lilacs)

Fonte: próprio autor.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: estudos realizados em território nacional; estudos em formato de artigo originais; com os termos estabelecidos no título e/ou resumo; publicados em português ou inglês; de todo o período das bases de dados; e que envolvam pessoas do sexo masculino, feminino e ambos os sexos. Foram excluídos os artigos de revisão da literatura, revisão sistemática ou metanálise e estudos em duplicata. Tendo como base esses critérios, foram utilizados filtros em cada busca, no PubMed (título e resumo); Scielo (idioma e Tipo de literatura) e Lilacs (idioma).

2.4 ETAPAS DE LEITURA DOS DOCUMENTOS

A triagem inicial compreendeu a leitura dos títulos e resumos dos artigos de forma cegada por dois pareceristas utilizando o software Rayyan (OUZZANI et al., 2016), e o crivo de um terceiro avaliador nos casos de conflito quanto a seleção dos estudos. Para coleta de dados, foram extraídas informações com base no instrumento validado por Urse (2005), de (1) identificação dos estudos: autor, ano, título, região, indexador e objetivo; (2) características metodológicas: público alvo, tamanho da amostra, forma de intervenção, critérios de inclusão e exclusão, presença de profissional da educação física e duração do estudo; e por fim, as variáveis de interesse (3) utilização conceitual e operacional de aconselhamento e principais resultados relacionados. Foi realizada à análise descritiva dos dados, com base na frequência absoluta observada.

2.5 ANÁLISE E SÍNTESE DOS RESULTADOS

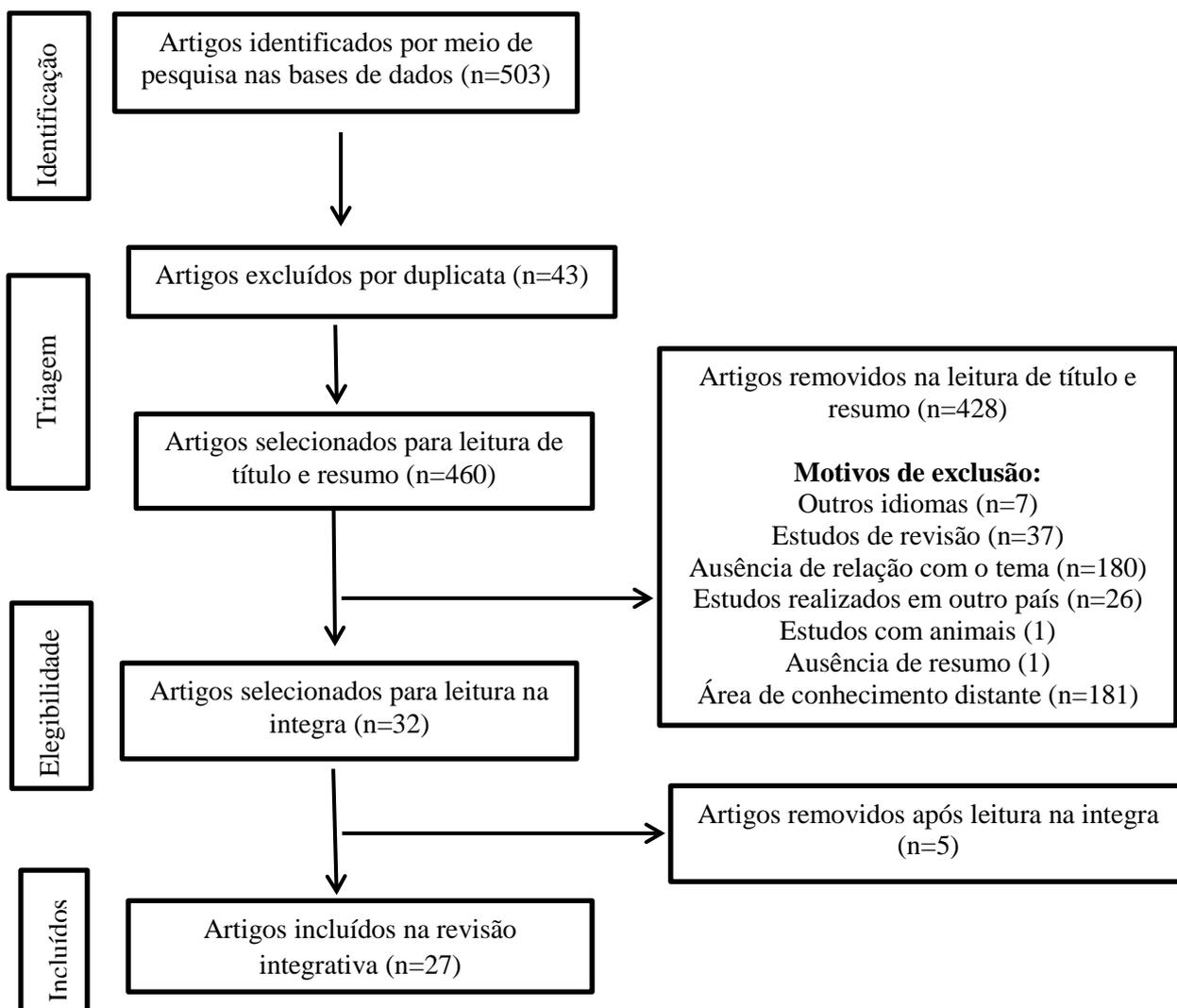
Para análise e síntese dos resultados, as informações foram dispostas com base nas características gerais dos estudos (1): autor; ano de publicação; local do estudo; público alvo; sexo; idade; tamanho da amostra; delineamento; foco dos estudos; forma de coleta. (2) Definição conceitual acerca de aconselhamento sobre atividade física; definição operacional acerca de aconselhamento sobre atividade física (3) Interação entre a definição conceitual e operacional de aconselhamento sobre atividade física.

3. RESULTADO

3.1 RESULTADOS DAS BUSCAS

Foram recuperados 503 títulos, sendo excluídos 42 (8,3%) por serem duplicatas. Após a leitura dos títulos e resumos, foram excluídos 428 (92,8%), restando 33 (7,1%) estudos que foram selecionados para a leitura na íntegra. Ao final, foram incluídos 27 artigos que atenderam aos critérios de inclusão da revisão. A figura 1 apresenta o detalhamento dos resultados das buscas e aplicação dos critérios de inclusão.

Figura 1 - Fluxograma de seleção dos estudos sobre Aconselhamento em Atividade Física.



Fonte: próprio autor

3.2 CARACTERÍSTICAS DOS ESTUDOS

Em relação ao ano de publicação, foi observado que o primeiro estudo foi publicado em 2009 (Siqueira et al., 2009; ROCHA; MAREGA, 2009) e os mais recentes, em 2021 (PAPINI et al., 2021; SANTOS et al., 2021; FIORINDO; COSTA, 2021; MEDEIROS et al., 2021), sendo este o ano com maior número de publicação. Os artigos em grande parte foram publicados em revistas nacionais, a exemplo da *Revista Epidemiologia e Serviços de Saúde*, *Revista Brasileira de Atividade Física e saúde* e *Revista de Ciência e Saúde Coletiva*. Sobre a região do estudo, em sua maioria foram realizados no Sudeste (n=12; 44,4%), seguido do Sul (n=6; 22,2%) e Nordeste (n=4; 14,8%). Quanto aos demais estudos, quatro incluíram todas as regiões e apenas um, duas regiões - Sul e Nordeste (tabela 1).

Sobre a população investigada nos estudos, em grande parte foram adultos de ambos os sexos (n=25; 92,5%), usuários ou profissionais da saúde (81,5%) e com pelo menos um agravo à saúde (25,9%). A idade dos participantes variou entre 15 a 69 anos, devido às amostras que envolveram crianças e adolescentes (n=2; 7,4%) e população idosa (n=6; 22,2%). Quanto ao tamanho da amostra, variou entre 13 até 8.063 indivíduos. E em relação ao alcance das intervenções, cinco (18,5%) apresentaram uma amostra representativa da população (tabela 1).

No que se refere às intervenções dos estudos, a maioria teve como foco usuários da Atenção Primária (n=19; 70,4%). Quanto ao delineamento dos estudos, 24 (88,8%) realizaram estudos transversais e intervenções entre três semanas a três anos e nove meses. Em relação a forma de coleta de dados, 20 estudos (74%) realizaram entrevista face a face com utilização de questionário, 6 estudos (22,2%) entrevista por telefone e apenas um por meio de videoconferência (tabela 1).

3.3 DEFINIÇÕES SOBRE ACONSELHAMENTO

No geral, foi observado que a maioria dos estudos não apresentaram a definição conceitual acerca de aconselhamento sobre atividade física. Entre os que trouxeram essa definição, houve uma diferença considerável em como foram caracterizados. Dentre os

aspectos mais frequentes nas definições, apareceram: uma forma de orientação para a adoção de estilos de vida mais saudáveis; uma prática educativa centrada na mudança de comportamento dos indivíduos; uma ferramenta ou forma de apoio para o enfrentamento de doenças; e uma intervenção breve ou formas mais estruturadas (tabela 2).

Quanto a definição operacional acerca de aconselhamento sobre atividade física, foi possível observar uma predominância de perguntas voltadas aos usuários e profissionais da saúde. Em relação aos usuários, questões envolvendo o nível atual de atividade física e o recebimento de aconselhamento para a prática de atividade física (onze estudos - 40,7%). Já sobre os profissionais, perguntas sobre a realização e a intenção de realizar o aconselhamento (quatro estudos - 14,8%). Quanto aos demais estudos, a operacionalização consistiu em fazer recomendações segundo as diretrizes internacionais para a prática de atividade física (doze estudos - 44,4%).

Entre aqueles que apresentaram tanto a definição conceitual quanto a definição operacional, observou-se que (cinco estudos - 18,5%) consideraram o aconselhamento como uma forma de orientação para a adoção de estilos de vida mais saudáveis e utilizaram como forma de operacionalização, perguntas sobre o recebimento de aconselhamento ou o nível atual de atividade física. O mesmo ocorreu com os estudos que descreveram o aconselhamento como uma prática educativa para capacitar os indivíduos a se tornarem ativos (três estudos - 11,1%). Assim como aqueles que descreveram como uma ferramenta ou forma de apoio para o enfrentamento de doenças (dois estudos - 7,4%) e como uma intervenção breve até formas mais estruturadas (um estudo - 3,7%), este último com perguntas direcionadas aos profissionais.

Tabela 1. Características metodológicas dos estudos nacionais que tratam de aconselhamento de atividade física

Autor	Ano	Local	Público alvo	Sexo	Idade (anos)	Tamanho da amostra (n)	Delineamento	Foco dos estudos	Forma de coleta
ALMEIDA-PITITTO et al.	2012	Bauru/SP	Nipo-brasileiros	M,F	-	466	Transversal	Usuários	Face a face
ATTUX et al.	2011	Todas as regiões do Brasil ^a	Pessoas com diagnóstico de transtorno mental grave	M,F	18 a 65	1.071	Transversal	Usuários	Face a face
BARBOSA et al.	2017	Pernambuco /PE	Diabéticos e hipertensos	M,F	>20	1607	Transversal	Usuários	Face a face
BOFF et al.	2018	Porto Alegre/RS	Adolescente com sobrepeso ou obesidade	M,F	15 a 18	13	Transversal	Usuários	Face a face
BROWNSON et al.	2015	Todas as regiões do Brasil ^a	Agentes comunitários de saúde	M,F	-	269	Transversal	Profissionais	Telefone
DURO et al.	2015	Todas as Regiões do Brasil ^a	Usuários da APS	M,F	20 a 59	3.710	Transversal	Usuários	Face a face
FEITOSA et al.	2010	Bahia/BA	Gestantes	F	18 a 40	185	Longitudinal	Usuários	Face a face
FLORES et al.	2018	Pelotas/RS	Idosos	M,F	> 60 anos	1.281	Transversal	Usuários	Telefone
FLORES et al.	2016	Pelotas/RS	Idosos	M,F	> 60 anos	1.281	Transversal	Usuários	Telefone
FLORINDO et al.	2013	Todas as Regiões do Brasil	Médicos e enfermeiros	M,F	-	529	Transversal	Profissionais	Telefone
FLORINDO et al.	2018	São Paulo/SP	Médicos, enfermeiros e multiprofissionais	M,F	-	24	Transversal	Profissionais	Vídeo conferência
GONÇALVES et al.	2020	Londrina/PR	Mulheres	F	>18	17	Longitudinal	Usuários	Telefone
HALLAL.	2010	Pelotas/RS	Adultos	M,F	20-69	972	Transversal	Profissionais	Face a face
JUNIOR et al.	2020	São	Adultos hipertensos	M,F	30 a 59	22	Transversal	Usuários	Face a face

al.		Paulo/RS							
LIRA et al.	2020	Espírito Santo/ES	Idosos	M,F	60 e 75	90	Transversal	Usuários	Face a face
LOPES et al.	2014	Belo Horizonte/MG	Usuários da APS	M,F	> 20	1.616	Transversal	Usuários	Face a face
MALTA et al.	2016	Botucatu/SP	Médicos e enfermeiros	M,F	-	42	Transversal	Profissionais	Face a face
MEDEIROS et al.	2021	Natal/RN	Criança e adolescentes com HIV.	M,F	-	18	Longitudinal	Usuários	Face a face
NETO et al.	2021	João Pessoa/PB	Trabalhadores da APS	M,F	-	591	Transversal	Profissionais	Face a face
NOVAES et al.	2019	São Paulo/SP	Idosos	M,F	>60	142	Transversal	Usuários	Face a face
PAPINI et al.	2021	Rio Claro/SP	Diabéticos e/ou Hipertensos	M,F	≥18 anos	61	Transversal	Usuários	Face a face
ROCHA; MARENGA et al.	2009	São Paulo/SP	Pacientes adultos de um hospital	M,F	-	1.879	Transversal	Usuários	Face a face
SANTOS et al.	2012	Belo Horizonte/MG	Adultos e idosos	M,F	>18	499	Transversal	Usuários	Face a face
SANTOS et al.	2021	São José dos Pinhais/PR	Usuários da APS	M,F	>18	779	Transversal	Usuários	Face a face
SCARPA et al.	2012	Butantã/SP	Mulheres gestantes	F	18 a 40	57	Transversal	Usuários	Telefone
SIQUEIRA et al.	2009	Duas regiões do Brasil ^b	Adultos e idosos	M,F	30 a 64 e >65	8.063 (4.060 adultos e 4.003 idosos)	Transversal	Usuários	Face a face
TOLEDO et al.	2013	Belo Horizonte/MG	Usuários da APS	M,F	19>	417	Transversal	Usuários	Face a face

A = região Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul; b = Região Sul e Nordeste; APS = Atenção Primária à saúde, M: Masculino; F: Feminino.

Tabela 2. Identificação da definição do conceito de aconselhamento em estudos nacionais

Autor	Definição conceitual	Definição operacional
ALMEIDA-PITITTO et al., 2012	-	“Os indivíduos foram encorajados a praticar pelo menos 30 minutos de atividade física por dia.”
ATTUX et al., 2011	-	“Todos os participantes foram incentivados a aumentar a atividade física em suas vidas por meio de ações simples como descer do ônibus algumas paradas antes, limpar o quintal, passear com os amigos.”
BARBOSA et al., 2017	“É um dos procedimentos, importante para a promoção da saúde, que pode ser realizado durante a visita domiciliar mensal do ACS para orientações de saúde da família, consulta com o médico e atividades de promoção da saúde na ESF.”	“Algum profissional de saúde da Estratégia Saúde da Família já o aconselhou a modificar (melhorar) seus hábitos de atividade física? (Sim/Não)”
BOFF et al., 2018	-	“Foram explicados os diferentes estágios de prontidão para a mudança e solicitado aos adolescentes que identificarem em que estágio de prontidão de mudança se encontravam para a modificação de hábitos alimentares e aumento de atividade física.”
BROWNSON et al., 2015	-	“Sobre a intenção de aconselhar: não aconselha e não planeja iniciar; (2) Não aconselha, mas pretende iniciar; (3) Aconselha, mas não regularmente; (4) Aconselha, mas começou recentemente; (5) Aconselha regularmente, há mais de seis meses; (6) Costumava aconselhar”
DURO et al., 2015	-	“Desde <mês> do ano passado até agora, você recebeu alguma orientação para fazer atividade física?” “Onde você recebeu orientação para fazer atividade física?” “Quem te deu esse conselho?” “Depois de receber este conselho, houve alguma mudança na sua atividade física?”
FEITOSA et al., 2010	-	“Na primeira consulta endocrinológica, cada gestante recebia os folhetos educativos, informações sobre o ganho de peso ideal e os objetivos do tratamento”.

FLORES et al., 2018	“O aconselhamento é uma prática educativa ofertada por profissionais de saúde com o objetivo de tornar os indivíduos ativos sobre seu processo de saúde, dentro do respeito à autonomia e valorização de seu potencial, propiciando uma mudança de comportamento e melhoria na qualidade de vida.”	“Desde [mês] do ano passado até agora, algum profissional de saúde orientou o(a) Sr.(a) a...”, complementado por “reduzir o consumo de sal?”, “reduzir o consumo de açúcar e doces?”, “reduzir o consumo de gorduras?” e “praticar atividade física?”.
FLORES et al., 2016	-	“Desde [mês] do ano passado até agora, algum profissional de saúde orientou o(a) Sr.(a) a...”, complementado por “reduzir o consumo de sal?”, “reduzir o consumo de açúcar e doces?”, “reduzir o consumo de gorduras?” e “praticar atividade física?”.
FLORINDO et al., 2013	“O aconselhamento representa uma intervenção breve que pode ser utilizada pelos profissionais de saúde com os pacientes, variando desde uma conversa básica até uma discussão mais personalizada com foco em mudanças comportamentais.”	“O aconselhamento de atividade física foi avaliado por uma questão contendo seis categorias de resposta: (1) Não recomendo atividade física e não pretendo começar a fazê-la; (2) não recomendo atividade física, mas estou pensando em começar a fazê-lo; (3) Às vezes recomendo atividade física, mas não a faço regularmente; (4) Recomendo regularmente atividade física, mas comecei a fazê-lo apenas recentemente; (5) Tenho recomendado regularmente atividade física há mais de 6 meses; (6) Eu costumava recomendar atividade física, mas não faço mais”
FLORINDO et al., 2018	-	“Perguntas abertas sobre avaliação do curso de atividade física: Em relação ao treinamento de atividade física ensinado no módulo de promoção da saúde, quais pontos fortes você citaria? E quais pontos você acha que deveriam ser melhorados no treinamento de atividade física?”
GONÇALVES et al., 2020	“Práticas que devem levar em consideração à realidade do indivíduo, respeitando suas habilidades e preferências, evitando-se abordagens simplistas e descontextualizadas das condições de vida das pessoas.”	“O(a) Sr.(a) tem realizado os exercícios de respiração e alongamento?”
HALLAL., 2010	“O aconselhamento de atividade física, principalmente na atenção primária à saúde, pode ser uma ferramenta eficaz para promover estilos de vida ativos na população.”	A variável desfecho foi baseada na seguinte questão: “Alguém já lhe recomendou a prática de atividade física?”
JUNIOR et al., 2020	-	“Os participantes foram orientados sobre a 'dose' de FITT (Frequência, Intensidade, Tempo e Tipo) recomendada para promoção da saúde de acordo com as diretrizes de atividade física. “
LIRA et al., 2020	-	“Grupo aconselhado por profissionais do Esporte e Exercício: envolveu orientações sobre a intensidade do exercício, duração da sessão e frequência semanal.”

LOPES et al., 2014	“O aconselhamento em saúde pode ser compreendido como um processo genérico de apoio aos usuários, no qual o profissional considera o contexto biopsicossociocultural do indivíduo e o auxilia a explicitar os conflitos que permeiam seu cotidiano, visando construir estratégias conjuntas para o enfrentamento dos problemas de saúde.”	“Alguma vez na vida, em uma consulta no Centro de Saúde, algum profissional (médico, enfermeiro, nutricionista...) lhe disse que o(a) Sr.(a) deveria melhorar/mudar sua alimentação e/ou fazer atividade física para melhorar a sua saúde?”
MALTA et al., 2016	-	O curso recomendou atividade física e alimentação saudável durante a gravidez, atualizou as recomendações para ganho de peso durante a gravidez, bem como o estado das gestantes no que diz respeito à atividade física, alimentação saudável e seus determinantes.
MEDEIROS et al., 2021	-	Foi sugerida a prática de exercícios físicos em diferentes espaços; e a participação em diferentes esportes fora do ambiente de acordo com preferências e capacidades financeiras; orientação para ter hábitos de tempo livre mais ativos; e apresentar comportamentos ativos ao longo do dia.
NETO et al., 2021	-	Não aconselho atividade física e não pretendo começar; não aconselho atividade física, mas estou começando a pensar em fazer; às vezes aconselho atividade física, mas não regularmente; aconselho atividade física, mas comecei a fazer recentemente; tenho aconselhado atividade física há pelo menos 6 meses; eu aconselhava atividade física, mas não faço mais.
NOVAES et al., 2019	“Aconselhamento é uma estratégia que deve considerar as diferenças individuais que influenciam o comportamento da atividade física, considerando-a como fenômeno complexo que engloba aspectos afetivos, sociocognitivos, fatores genéticos e fisiológicos.”	Grupo de Aconselhamento Médico: O aconselhamento foi baseado nas recomendações atuais de atividade física para idosos e foi dado oralmente ou por escrito de acordo com o nível de atividade física dos idosos; Grupo Aconselhamento individual com profissional de Educação Física: levou em consideração as necessidades e preferências da pessoas.
PAPINI et al., 2021	Tem como base principal o fortalecimento da capacidade de escolha dos sujeitos, resultando em impacto nos determinantes da saúde coletiva.	Folheto com: 1-Definição, domínios e benefícios da prática de atividade física; 2-Efeitos nocivos do comportamento sedentário e como reduzi-lo; 3- Mover-se é o que importa; 4- Intensidades de atividade física e benefícios à saúde relacionados com suas recomendações; 5- Transpor barreiras para estabelecer metas reais de prática de AF e locais que desenvolvam práticas livres no bairro.
ROCHA; MARENGA, 2009	-	Na primeira avaliação fisioterápica, os indivíduos receberam orientações motivacionais, incentivando a prática regular de atividades físicas, “Todo indivíduo deve acumular ao menos 30 minutos de atividade física na maioria dos dias da semana, em intensidade moderada, de forma contínua ou fracionada”.
SANTOS et al., 2012	O aconselhamento é uma prática educativa oferecida pelos profissionais de saúde no intuito de tornar os pacientes sujeitos ativos do seu processo de saúde. É conduzida	Em relação ao aconselhamento, foi questionado ao participante se ele foi orientado durante algum atendimento individual ou atividades coletivas desenvolvidas na UBS acerca da prática da alimentação saudável e/ou de

	tendo em vista o respeito à autonomia do indivíduo e valorizando seu potencial, possibilitando a mudança de condutas e a conseqüente melhoria de sua qualidade de vida.	atividade física.
SANTOS et al., 2021	O aconselhamento é uma prática educativa dos profissionais de saúde para capacitar os indivíduos a se tornarem ativos como parte de sua manutenção geral da saúde. Essa prática respeita a autonomia das pessoas e valoriza seu potencial, promovendo mudanças comportamentais e melhorando sua qualidade de vida.	O aconselhamento em AF foi avaliado com base na resposta dicotômica à pergunta: “Durante o último ano (12 meses), alguma vez que você esteve na UBS, você recebeu aconselhamento de AF durante a consulta por um profissional de saúde (aconselhamento, dicas ou orientações sobre PA para mudar/melhorar sua saúde)?” (não, sim).
SCARPA et al., 2012	-	“Em relação à atividade física, houve um incentivo à prática de caminhada, sendo esta preconizada por pelo menos cinco vezes na semana e com duração mínima de 30 minutos.”
SIQUEIRA et al., 2009	-	“Alguma vez na vida, em uma consulta no [Posto de Saúde de Abrangência], algum médico lhe disse que o(a) Sr.(a) deveria fazer exercícios para melhorar a sua saúde?”.
TOLEDO et al., 2013	Compreende as barreiras e oportunidades para a adesão aos modos saudáveis de vida nos diferentes contextos socioculturais constitui-se em estratégia útil para ampliar os benefícios advindos de ações de promoção da saúde e de controle das DCNT.	Perguntas sobre: recebimento de aconselhamento sobre modos saudáveis de vida (sim/não); nível de adesão às orientações; percepção de benefício após aderir ao aconselhamento; barreiras para adesão ao aconselhamento; participação em atividades de nutrição na comunidade (sim/não).

4. DISCUSSÃO

Este estudo teve como objetivo revisar a literatura científica acerca da definição conceitual e operacional de aconselhamento sobre atividade física em estudos realizados no Brasil. Foram incluídos nesta revisão 27 estudos, sendo que apenas 11 estudos (40,7%) apresentaram uma clara definição conceitual sobre aconselhamento de atividade física. Isto se deve ao fato da terminologia aconselhamento ser pouco utilizada, e às vezes, desconhecida pelos profissionais e pesquisadores da área. Percebe-se uma divergência sobre os pressupostos teóricos das ações educativas voltadas para o aconselhamento.

Em uma pesquisa que buscou avaliar estudos publicados no período entre 1980 e 1990 no *Journal of Nutrition Education*, verificou que 75% não apresentavam o pressuposto teórico que as sustentava (ACHETERBERG et al., 1992). O que demonstra uma falta de preocupação dos estudos em apresentar os conceitos que guiaram as intervenções, e essa resistência em relação aos pressupostos teóricos que precisa ser enfrentada, visto que compreender a base teórica contribui para aprimorar as ações na prática (RODRIGUES; SOARES; BOOG, 2005).

O conceito relacionado à uma forma de orientação para a adoção de estilos de vida mais saudáveis foi o mais citado, devido à população alvo destes estudos estarem numa realidade de Atenção Primária a Saúde, onde a visão acerca de aconselhamento é, principalmente, para promoção de saúde e controle de doenças crônicas não transmissíveis (TOLEDO et al., 2013). Uma prática educativa centrada na mudança de comportamento dos indivíduos foi referida por três autores, pois para estes a ação dos profissionais de saúde para promover mudanças de hábitos saudáveis pode impulsionar os indivíduos a aderirem uma mudança em seu estilo de vida (FLORES et al., 2018).

Ainda sobre a definição conceitual, quando referido como uma ferramenta ou forma de apoio para o enfrentamento de doença, estavam relacionadas a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. Os estudos citam o médico como principal responsável pelo aconselhamento para mudança de estilo de vida (LOPES, 2014). Por fim, um autor descreveu aconselhamento como uma intervenção breve ou formas mais estruturadas, visto que sua intervenção buscou capacitar os profissionais da atenção primária para realizar o aconselhamento para mudança de hábitos. Resposta a uma demanda por informações que os profissionais da saúde apresentam em relação as diretrizes sobre prática de atividade física e alimentação saudável (FLORINDO, 2013).

Quanto à definição operacional, 11 estudos (40,7%) utilizaram perguntas para conhecer o nível de atividade física dos usuários e se já tinham recebido aconselhamento alguma vez. Essa estratégia pode ser vista como uma forma de identificar a eficácia de uma intervenção baseada no aconselhamento, bem como sua contribuição para mudança de comportamento visando o bem estar físico e psicossocial dos indivíduos. Vale ressaltar a importância desta abordagem para justificar a manutenção dos serviços de aconselhamento e a obtenção de recursos para os mesmos (RODRIGUES et al., 2005).

Outra forma de operacionalizar identificada em quatro estudos (14,8%) foi perguntas aos profissionais sobre a realização e a intenção de realizar o aconselhamento. Este tipo de intervenção com perguntas aos profissionais sobre aconselhar foi vista, em sua maioria, com profissionais da Atenção Primária (médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem e agentes comunitários de saúde). Neto et al. (2021) pressupõe que os pacientes procuram mais os serviços médicos por serem fontes confiáveis de informação na área da saúde. Tornando-o uma oportunidade para que esses profissionais conduzam uma intervenção baseada no aconselhamento em atividade física. Vale ressaltar que poucos profissionais na Atenção Primária têm conhecimento a cerca das recomendações atuais para atividade física (MALTA, 2016). Identificar essas limitações pode indicar a necessidade de investimentos em educação permanente, visando uma ampliação das práticas de aconselhamento em atividade física e um abandono da abordagem exclusivamente medicamentosa nos atendimentos (NETO et al., 2020).

Quanto aos outros 12 estudos (44,4%), a operacionalização consistiu em fazer recomendações segundo as diretrizes internacionais para a prática de atividade física. Pois são recomendações validadas pelos principais órgãos nacionais e internacionais de saúde, além de serem de fácil aplicação e compreensão por parte do locutor e interlocutor. Em contra partida, as diretrizes diferem uma das outras causando uma ambiguidade por falta de um consenso científico em relação aos mecanismos envolvidos na ação da atividade física, seja pelas diferentes metodologias utilizadas, ou pelas lacunas no conhecimento das ciências biomédicas (LIMA et al., 2014). Desta forma, recomenda-se que os profissionais utilizem do Guia de Atividade Física para a População Brasileira, pois são recomendações específicas a população deste país, de fácil compreensão e aplicação. Mas é importante que a mensagem do profissional de saúde não se baseie exclusivamente nessas recomendações, pois elas constituem de um contexto para a interlocução entre o profissional e o usuário, mas não

precisam ser a única e principal mensagem no aconselhamento para atividade física (NETO et al., 2020).

Em suma, entre os estudos que apresentaram a definição conceitual a cerca de aconselhamento, ficou visível que estes conceitos diferem da forma operacional com que foi empregada. Aos que consideraram o aconselhamento como uma forma de orientação para a adoção de estilos de vida mais saudáveis, utilizaram como forma de operacionalização, perguntas sobre o recebimento de aconselhamento ou o nível atual de atividade física. Barbosa et al. (2017) e Hallal et al. (2010) divergiram um pouco do conceito apresentado ao utilizar perguntas discursivas sobre a opinião dos usuários acerca de qual profissional realizou o aconselhamento e como foi recebido pelos usuários. Toledo et al. (2013) operacionalizou o aconselhamento em formato de pergunta, mas buscando refletir sobre a adoção de estilo de vida, aproximando- do conceito teórico na qual foi embasado. Gonçalves et al. (2020) foi o que mais se distanciou da sua definição conceitual, pois a forma operacional tratou apenas de acompanhar a prática dos exercícios. Já Novaes et al. (2019) trouxe a definição operacional muito próximo do conceito teórico, quando este apresentou aspectos do conceito (necessidades e preferências da pessoa, estabelecer metas de mudança) durante a intervenção do estudo.

Resultados semelhantes ocorreram com os estudos que descreveram o aconselhamento como uma prática educativa para capacitar os indivíduos a se tornarem ativos. Flores et al. (2018) descreveu a forma operacional perguntando se os indivíduos participantes do estudo receberam aconselhamento para mudança alimentar e prática de atividade física, no entanto, a forma com que ele conceitua aconselhamento vai além de uma recomendação profissional, como uma prática educativa visando tornar os indivíduos ativos sobre seu processo de saúde. Santos et al. (2012) e Santos et al. (2021) operacionalizaram o aconselhamento em seus estudos de forma semelhante, onde questionam sobre ter recebido aconselhamento na Atenção Primária e buscam identificar qual profissional havia aconselhado. Novamente, a forma como foi operacionalizado divergiu do conceito empregado.

Aos que descreveram como uma ferramenta ou forma de apoio para o enfrentamento de doenças, Lopes et al. (2014) focou a sua definição operacional através de uma pergunta aos idosos que participaram da pesquisa, “algum profissional (médico, enfermeiro, nutricionista, entre outros) lhe disse que o(a) Sr.(a) deveria melhorar/mudar sua alimentação e/ou fazer atividade física para melhorar a sua saúde?” Neste caso, houve um distanciamento

considerável da forma conceitual para a forma como foi operacionalizado o termo aconselhamento. Visto que o autor não considerou outros aspectos para a promoção de saúde como, por exemplo, aspectos biopsicossocioculturais. Papini et al. (2021) trouxe uma definição operacional mais de acordo com o conceito empregado, pois considerou diversos aspectos (efeitos nocivos do comportamento sedentário; benefícios e recomendações da prática; estabelecer metas e locais).

Por último, observa-se que uma intervenção breve até formas mais estruturadas, direcionou perguntas aos profissionais como forma operacional do seu estudo (FLORINDO et al., 2013). A definição operacional tenta aproximação do conceito, pois estrutura aspectos de mudança de comportamento empregado aos profissionais que costumam aplicar o aconselhamento em seus atendimentos.

Foi verificada nesta revisão que a definição conceitual em aconselhamento para atividade física diverge muito entre os autores, pois não fica claro a definição entre conceitual e operacional. Essas variedades de definições a cerca do aconselhamento nos estudos abordados, podem prejudicar a compreensão global desta estratégia e distanciar o conhecimento produzido dos contextos concretos de produção de saúde (NETO 2020). Compreende-se que a atenção primária é a porta de entrada no Sistema Único de Saúde, e desta forma, a estratégia de aconselhamento para a atividade física configura-se como uma importante ferramenta de intervenções realizadas pelos profissionais para promover estilos de vida mais saudáveis. Segundo Merhy (2005), dentro dos serviços de saúde, a tecnologia é identificada nas produções materiais e não-materiais. Elas são definidas com um conjunto de instrumentos materiais do trabalho, podendo ser classificadas como leves, leve-duras e duras. As tecnologias duras estão relacionadas aos recursos materiais, as leve-duras são as dos saberes estruturados e a leves são as das relações. O aconselhamento está dentro das tecnologias classificadas como leves devido ao seu baixo custo e efetividade, tornando-se uma das estratégias mais aconselháveis para promover a mudanças no estilo de vida em relação ao custo e benefício.

Mas a falta de clareza entre os autores de como o aconselhamento em atividade física é conceituado, dificulta o entendimento dos profissionais a fazem uso desta estratégia. Assim, é importante que haja um consenso na forma de definir o conceito acerca de aconselhamento sobre atividade física, para que profissionais da área da saúde possam incorporar esta estratégia nos seus atendimentos.

5. CONCLUSÃO

A revisão buscou identificar as principais definições conceituais e operacionais sobre aconselhamento em atividade física no Brasil. Dos 27 estudos abordados neste trabalho, a definição conceitual de aconselhamento foi apresentada em menos da metade. O que dificultou o entendimento foi a falta de embasamento em relação ao conceito nos demais estudos, visto que não houve um comparativo da visão do autor em relação ao que está descrito na literatura. E mesmos os que trouxeram a definição conceitual, não ficou clara a forma que os autores operacionalizaram os estudos a partir da definição conceitual. Vários autores operacionalizaram o termo aconselhamento por meio de perguntas aos usuários e profissionais de saúde, no sentido de compreender como as orientações para prática de atividade física eram realizadas, e quais profissionais estavam aconselhando.

Este trabalho identificou um distanciamento a cerca das definições conceituais e operacionais sobre aconselhamento em atividade física. Conclui-se que existem divergências entre as definições conceituais e operacionais sobre aconselhamento em atividade física nos estudos realizados no Brasil. Recomenda-se que exista um consenso a cerca da definição do termo a fim de melhorar sua compreensão e uso na Atenção Primária à Saúde. Fazem necessários mais estudos que aprofundem esta temática.

REFERÊNCIAS

1. ACHTERBERG, C., CLARK K. **A retrospective examination of theory use in nutrition education.** Journal of Nutrition Education, v. 24, n. 5, p. 227-33, 1992. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022318212812362>.
2. ALMEIDA-PITITTO, B.; GRIFFIN, S.; SHARP, S.; HIRAI, A.; GIMENO, S.; FERREIRA, S. **A behavioral intervention in a cohort of Japanese-Brazilians at high cardiometabolic risk.** Revista de Saúde Pública, Bauru, v. 46, n. 4, aug. 2012. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22735273/>.
3. ANDRADE, K.; TOLEDO, M.; LOPES, M.; CARMO, G.; LOPES, A. **Aconselhamento sobre modos saudáveis de vida na Atenção Primária e práticas alimentares dos usuários.** Revista da Escola de Enfermagem, Belo Horizonte, v. 46, n. 5, out. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342012000500012>.
4. ATTUX, C.; MARTINI, L.; ARAÚJO, C.; ROMA, A.; REIS, A.; BRESSAN, R. **The effectiveness of a non-pharmacological intervention for weight gain management in severe mental disorders: results from a national multicentric study.** Revista brasileira de psiquiatria, São Paulo, v. 33, n. 2, jun. 2011. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21829903/>.
5. BARBOSA, J.; SOUZA, W.; FERREIRA, R.; CARVALHO, E.; CESSÉ, E; FONTBONNE, A. **Correlates of physical activity counseling by health providers to patients with diabetes and hypertension attended by the Family Health Strategy in the state of Pernambuco, Brazil.** Primary care diabetes, Pernambuco, v. 11, n. 4, p. 327-36, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.pcd.2017.04.001>.
6. BOFF, R.; SEGALLA, C.; FEOLI, A.; GUSTAVO, A.; OLIVEIRA, M. **O Modelo Transteórico para Auxiliar Adolescentes Obesos a Modificar Estilo de Vida.** Trends in Psychology, Porto Alegre, v. 26, n. 2, p. 1055-67, jan. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.9788/TP2018.2-19Pt>.

7. BROWNSON, R.; FLORINDO, A.; MIELKE, G.; GOMES, G.; PARRA, D.; SIQUEIRA, F.; LOBELO, F.; SIMÕES, E.; RAMOS, L.; BRACCO, M.; HALLAL, P. **Association of knowledge, preventive counseling and personal health behaviors on physical activity and consumption of fruits or vegetables in community health workers.** BMC public health, São Paulo, v. 15, p. 344, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1186%2Fs12889-015-1643-3>.
8. CAPCS. **Você sabe o que são os descritores científicos?**. Disponível em: <http://www.capcs.uerj.br/voce-sabe-o-que-sao-os-descritores-cientificos/>. Acesso em: 05 de julho de 2022.
9. CARROLL, J.; ANTOGNOLI, E.; FLOCKE, S. **Evaluation of physical activity counseling in primary care using direct observation of the 5AS.** Annals of family medicine, v. 9, n. 5, p. 416-22, 2011. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21911760/>.
10. COELHO, C.; BURINI, R. **Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional.** Revista de Nutrição, v. 22, n. 6, dez, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732009000600015>.
11. DIAS, J.; JUNIOR, M.; COSTA, M.; FRANCISQUETI, V.; HIGARASHI, I. **Physical activities practicing among scholar professors: focus on their quality of life.** Escola Anna Nery, Paraná, v. 21, n. 4, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2017-0110>.
12. DROESCHER, F.; SILVA, E. O pesquisador e a produção científica. Revista Perspectivas em Ciência da Informação, Belo Horizonte, v. 19, n. 01, 2014.
13. DURO, S.; TOMASI, E.; SIQUEIRA, F.; SILVEIRA, D.; THUMÉ, E.; FACCHINI, L. **Adult Physical Activity Counseling by Health Professionals in Brazil: A National Urban Population Survey.** Journal of physical activity & health, v. 12, n. 8, p 1177-83, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1123/jpah.2013-0213>.
14. FEITOSA, A.; QUEIROZ, A.; VIANNA, A.; SCHLEU, M. **Aplicação de programa educativo multidisciplinar em gestações de alto risco devido a doenças endócrinas.** Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, Bahia, v. 32, n. 10, p, 504-09, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-72032010001000006>.

15. FIORINDO, A.; ANDRADE, D.; GUERRA, P.; MOTA, J.; CRONE, D.; MAFRA, A.; BRACCO, M. **Physical activity promotion by health practitioners: a distance-learning training component to improve knowledge and counseling.** Primary health care research & development, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 140-50, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/s1463423617000676>.
16. FLORES, T.; GOMES, A.; SOARES, A.; NUNES, B.; ASSUNÇÃO, M.; GONÇALVES, H.; BERTOLDI, A. **Aconselhamento por profissionais de saúde e comportamento saudáveis entre idosos: estudo de base populacional em Pelotas, sul do Brasil, 2014.** Epidemiologia e Serviços de Saúde, Pelotas, v. 27, n. 1, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742018000100012>.
17. FLORES, T.; NUNES, B.; ASSUNÇÃO, M.; BERTOLDI, A. **Healthy habits: what kind of guidance the elderly population is receiving from health professionals?** Revista brasileira de epidemiologia, Pelotas, v. 19, n. 1, p 167-80, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27167658/>.
18. FLORINDO, A.; MIELKE, G.; GOMES, G.; RAMOS, L.; BRACCO, M.; PARRA, D.; SIMÕES, E.; LOBELO, F.; HALLAL, P. **Physical activity counseling in primary health care in Brazil: a national study on prevalence and associated factors.** BMC public health, São Paulo, v. 13, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-794>.
19. GOMES, K.; COTTA, R.; ARAÚJO, R.; CHERCHIGLIA, M.; MARTINS, T. **Atenção Primária – a “menina dos olhos” do SUS: sobre as representações sociais dos protagonistas do Sistema único de Saúde.** Ciência Saúde Coletiva, Bahia, v.16, n.1, p. 881-892, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000700020>.
20. GONÇALVES, L.; ROSA, R.; FERREIRA, G.; LOCH, M. **Saúde de mulheres de dois grupos de atividade física: estudo de acompanhamento durante a COVID-19.** RBAFS, Londrina, v. 25, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0144>.
21. HALLAL, P.; MACHADO, P.; DEL DUCA, G. SILVA, I.; AMORIM, T.; BORGES, T.; ROMBALDI, A.; AZEVEDO, M.; KNUTH, A. **Physical activity advice: short report from a population-based study in Brazil.** Journal of physical activity & health, Pelotas, v. 7, n. 3, p. 352-4, 2010. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20551491/>.

22. JUNIOR, A.; MACÊDO, G.; SCHWADE, D.; SÓCRATES, J.; ALVES, J.; FARIAS-JUNIOR, L.; FREIRE, Y.; LEMOS, T.; BROWNE, R.; COSTA, E. **Physical Activity Counseling for Adults with Hypertension: A Randomized Controlled Pilot Trial.** International journal of environmental research and public health, São Paulo, v. 17, n. 17, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7503854/#>.
23. KRUG, R.; LOPES, M.; MAZO, G. **Barreiras e facilitadores para a prática da atividade física de longevas inativas fisicamente.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, Florianópolis, v. 21, n. 1, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1517-86922015210101673>.
24. LIMA, D.; LEVY, R.; Luiz, O. **Recomendações para atividade física e saúde: consensos, controvérsias e ambiguidades.** Pan American Journal of Public Health, v. 36, n. 3, p. 164-170, 2014. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rpsp/v36n3/04.pdf
25. LIRA, C.; TAVEIRA, H.; RUFO-TAVARES, W.; SANTOS, D.; CELINI, P.; OLIVEIRA, L.; ANDRADE, M.; NIKOLAIDIS, P.; ROSEMANN, T.; KNECHTLE, B.; VANCINI, R. **Does Health Professional Counseling Impact the Quality-of-Life Levels of Older Adults Enrolled in Physical Activity Programs?** Medicina, Espirito Santo, v. 56, n. 4, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32218371/>.
26. LOPES, A.; TOLEDO, M.; CÂMARA, A.; MENZEL, H.; SANTOS, L. **Condições de saúde e aconselhamento sobre alimentação e atividade física na Atenção Primária à Saúde de Belo Horizonte-MG.** Epidemiologia e Serviços de Saúde, Belo Horizonte, v. 23, n. 3, p. 475-86, 2014. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/ress/2014.v23n3/475-486/>.
27. MALTA, M.; CARVALHAES, M.; TAKITO, M.; TONETE, B.; BARROS, A.; PARADA, C.; BENÍCIO, M. **Educational intervention regarding diet and physical activity for pregnant women: changes in knowledge and practices among health professionals.** BMC pregnancy and childbirth, Botucatu, v. 16, n. 1, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27439974/>.

28. MEDEIROS, R.; SILVA, T.; OLIVEIRA, A.; ALMEIDA-NETO, P; MEDEIROS, J.; BULHÕES-CORREIA, A.; MICUSSI, F.; URURAHY, M.; ARAUJO, T.; DANTAS, P. **Influence of Healthy Habits Counseling on Biochemical and Metabolic Parameters in Children and Adolescents with HIV:** Longitudinal Study. *Nutrients*, Natal, v. 13, n. 19, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34579114/>.
29. MELLO, M.; BOSCOLO, R.; ESTEVES, A.; TUFIK, S. **O exercício físico e os aspectos psicobiológicos.** *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 11, n. 3, jun. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1517-86922005000300010>.
30. MERHY, E. **Saúde:** a cartografia do trabalho vivo. 2ª ed. São Paulo: Hucitec; 2005.
31. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira.** Brasília, 2021. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/ministerio-da-saude-disponibiliza-guia-de-atividade-fisica-para-a-populacao-brasileira/>.
32. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Plano de ações estratégicas para enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil.** Brasília, 2011. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf.
33. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (VIGITEL).** Brasília, 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/vigitel/vigitel-brasil-2021-estimativas-sobre-frequencia-e-distribuicao-sociodemografica-de-fatores-de-risco-e-protecao-para-doencas-cronicas/@_@download/file/vigitel-brasil-2021.pdf.
34. MORAES, S.; LOCH, M.; RECH, C. **Physical activity counseling strategies used by th Extended Family Health Care in Florianópolis.** *Journal of Physical Education*, Florianópolis, v. 32, n. 1, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v32i1.3210>.
35. NETO, J.; BRITO, G.; LOCH, M.; SILVA, S.; COSTA, F. **Aconselhamento para atividade física na atenção primária à saúde:** uma revisão integrativa. *Movimento*, v. 26, p. e26075, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.104360>.
36. NETO, N.; FLORINDO, A.; COSTA, F. **Associated factors with physical activity counseling among Brazilian Family Health Strategy workers.** *Ciencia & saude coletiva*,

João Pessoa, v. 26, n. 1, p. 362-78, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.10082019>.

37. NOVAES, F.; SIMÕES, E.; SCHMALTZ, C.; RAMOS, L. **Randomized Controlled Trial of Primary Health Care Strategies for the Promotion of Leisure-Time Physical Activity Among Older Brazilians**. Journal of physical activity & health, São Paulo, v. 16, n. 9, p. 706-14, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31310991/>.

38. OUZZANI, M.; HAMMADY, H.; FEDOROWICZ, H.; ELMAGARMID, A. **Rayyan — a web and mobile app for systematic reviews**. Systematic Reviews (2016) 5:210.

39. PAPINI, C.; CAMPOS, L.; NAKAMURA, P.; BRITO, B. **Cost-analysis and cost-effectiveness of physical activity interventions in Brazilian primary health care: a randomised feasibility study**. Ciência e saúde coletiva, Rio Claro, v. 26, n. 11, nov. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212611.27142020>.

40. PEQUENO, C.; MACÊDO, S.; MIRANDA, K. **Aconselhamento em HIV/AIDS: pressupostos teóricos para uma prática clínica fundamentada**. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 66, n. 3, p. 437-41, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/WxHRChm6LWCcwTzvnFgyXHf/?lang=pt&format=pdf>.

41. PRISMA. **Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA**. Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, v. 24, n.2, 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5123/S1679-49742015000200017>.

42. ROCHA, A.; MAREGA, M. **The impact of motivational interventions for increasing physical activity**. Einstein, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 46-52, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010AO1442>.

43. RODRIGUES, E.; SOARES, F.; BOOG, M. **Resgate do conceito de aconselhamento no contexto do atendimento nutricional**. Revista Nutrição, Campinas, v. 18, n. 1, fev. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732005000100011>.

44. SANTOS, L.; SILVA, A.; RECH, C.; FERMINO, R. **Physical activity counseling among adults in Primary Health Care Centers in Brazil**. International journal of environmental research and public health. São José dos Pinhais, v. 18, n. 10, mai. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34064953/>.

45. SANTOS, R.; HORTA, P.; SOUZA, C.; SANTOS, C.; OLIVEIRA, H.; ALMEIDA, L.; SANTOS, L. **Aconselhamento sobre alimentação e atividade física:** prática e adesão de usuários da atenção primária. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Belo Horizonte, v. 33, n. 4, p. 14-21, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1983-14472012000400002>.
46. SCARPA, S.; KURASHIMA, C.; TAKITO, M. **Impacto da orientação para a prática regular de atividade física dois anos após o parto.** *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Butantã, v. 12, n 2, p. 155-64, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1519-38292012000200006>.
47. SCORSOLINI-COMIN, F. **Aconselhamento psicológico e psicoterapia:** aproximação e distanciamento. *Contextos Clínicos*, Uberaba, v. 7, n. 1, 2014. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2014.71.01>.
48. SHINN, C.; SALGADO, R.; RODRIGUES, D. **Programa nacional para a promoção da atividade física:** o caso de Portugal. *Ciência da Saúde Coletiva*, v. 25, n. 4, mar. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020254.26462019>.
49. SILVA, R.; SILVA, I.; SILVA, R.; SOUZA, L.; TOMASI, E. **Atividade física e qualidade de vida.** *Escola de Psicologia*, Pelotas, v. 15, n. 1, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2010.v15n1/115-120/>.
50. SIQUEIRA, V.; NAHAS, M.; FACCHINI, L.; SILVEIRA, D.; PICCINI, R.; TOMASI, E.; THUMÉ, E.; HALLAL, P. **Aconselhamento para a prática de atividade física como estratégia de educação à saúde.** *Caderno Saúde Pública*, Florianópolis, v. 25, n. 1, jan. 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2009000100022>.
51. SOUZA, M.; SILVA, M.; CARVALHO, R. **Revisão integrativa:** o que é e como fazer. *Einstein*, São Paulo, v. 8, n. (1 Pt 1), 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>.
52. TOLEDO, M.; ABREU, M.; LOPES, A. **Adherence to healthy ways of life through counselling by health care professional.** *Revista de saúde pública*, Belo Horizonte, v. 47, n. 3, p. 540-8, 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24346567/>.
53. TONETTO, L.; BRUST-RENCK, P.; STEIN, L. **Perspectivas metodológicas na pesquisa sobre o comportamento do consumo.** *Psicologia: Ciência e Profissão*, São Paulo, v. 34, n. 1, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100013>.

54. VIACAVA, F.; OLIVEIRA, R.; CARVALHO, C.; LAGUARDIA, J.; BELLIDO, J. **SUS: oferta, acesso e utilização de serviços de saúde nos últimos 30 anos.** *Ciência Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 6, p. 1751-1762, jun. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.06022018>.
55. WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. **The integrative review: updated methodology.** *Journal of advanced nursing*, Ingraterra, v. 52, n. 5, p.546-53, 2005. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16268861/>.
56. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Assessing national capacity for the prevention and control of noncommunicable diseases: report of the 2019 global survey.** Genebra, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240002319>.