

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

Thiago Ferreira de Sousa

**ATIVIDADE FÍSICA PREGRESSA E ATUAL EM ESTUDANTES
DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DO ESTADO DA BAHIA**

Dissertação submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física do Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina para a obtenção do Grau de Mestre em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Markus V. Nahas.

Florianópolis
2011

Catálogo na fonte pela Biblioteca Universitária
da
Universidade Federal de Santa Catarina

S725a Sousa, Thiago Ferreira de

Atividade física progressiva e atual em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia [dissertação] / Thiago Ferreira de Sousa ; orientador, Markus Vinicius Nahas. Florianópolis, SC, 2011.

113 p.: grafs., tabs.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos. Programa de Pós Graduação em Educação Física.

Inclui referências

1. Educação física. 2. Atividade Motora. 3. Estudantes. 4. Estudo transversal. I. Nahas, Markus Vinicius. II. Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Educação Física. III. Título.

CDU 796

Thiago Ferreira de Sousa

**ATIVIDADE FÍSICA PREGRESSA E ATUAL EM ESTUDANTES
DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DO ESTADO DA BAHIA**

Esta Dissertação foi julgada adequada para obtenção do Título de “Mestre em Educação Física”, e aprovada em sua forma final pelo Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina.

Florianópolis, 23 de fevereiro de 2011.

Prof. Dr. Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo
Coordenador do Programa de Pós-Graduação em Educação Física

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Markus Vinicius Nahas, Dr.
Orientador
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Adair da Silva Lopes, Dr.
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Mauro Virgilio Gomes de Barros, Dr.
Universidade de Pernambuco

DEDICATÓRIA

Aos meus pais e meu irmão!

A Sra. Antônia Ferreira Fortaleza de Souza, ao Sr. Antônio José de Souza e ao meu irmão Mayckon Alexandre Ferreira de Souza, que contribuíram de forma especial para a minha formação.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a *Deus*, pela força que me foi concedida ao longo do curso, iluminando-me em todas as dificuldades e alegrias.

Aos meus pais, a Sra. *Antônia Ferreira Fortaleza de Souza* e o Sr. *Antônio José de Sousa*, pessoas que apoiaram as minhas escolhas e decisões e que dedicaram amor e ternura de forma irrestrita em todas as ocasiões. Tudo que *Eu* sou devo aos *Senhores*. Muito obrigado por tudo!

Ao meu querido irmão *Mayckon Alexandre Ferreira de Souza*, hoje mais que irmão, meu amigo! Obrigado pelas conversas, apoio moral e incentivo para encarar a jornada do mestrado. Você é o melhor irmão que existe!

Ao meu orientador, Professor Doutor *Markus V. Nahas*, pelo exemplo de profissional e de pessoa. Seus ensinamentos e seu apoio nos momentos difíceis foram imensamente importantes. Agradeço pela possibilidade de trabalhar e crescer ao seu lado.

Ao *Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina* e *professores* pelas contribuições para a minha formação acadêmica.

À *Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal em Nível Superior (CAPES)*, pelo importante auxílio financeiro que permitiram a minha dedicação exclusiva ao curso.

Aos membros da banca examinadora que aceitaram o convite: Professor Doutor *Mauro Virgilio Gomes de Barros*, exemplo de profissional da região Nordeste que representa fonte de inspiração para o crescimento profissional; Professor Doutor *Adair da Silva Lopes*, docente sempre prestativo e dedicado às suas atividades. Agradeço esses profissionais que dedicaram parte do seu tempo para o aperfeiçoamento deste estudo.

À *Universidade Estadual de Santa Cruz* e discentes envolvidos no estudo *Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)*, obrigado pela oportunidade de desenvolvimento de um importante estudo para a região Nordeste e a conclusão de um sonho.

Ao querido Professor e hoje amigo *Silvio Aparecido Fonseca*, profissional que me proporcionou todo o suporte para dar meus primeiros passos na pesquisa e, que se dedicou como um segundo pai, apoiando e sendo prestativo. Obrigado por ter sido realmente uma importante pessoa que fez diferença na minha vida pessoal e profissional.

A amiga *Ana Maria Alvarenga*, uma das minhas primeiras professoras na Licenciatura em Educação Física. Obrigado pelo apoio ao longo do curso de Mestrado.

Aos Professores, *Helma Pio Mororó José, Adélia Maria Carvalho de Melo Pinheiro, Joslei Viana, Luiz Henrique da Silva e Marcia Morel* e, aos *discentes* da equipe da coleta de dados e demais etapas do estudo, um muito obrigado pelos auxílios.

A *Sueyla Ferreira da Silva dos Santos*, que me acompanha (*ou persegue, risos*) desde a graduação e se tornou a minha Amiga para todas as ocasiões. Parabéns por você ser a amiga que é, por mais que *Eu* seja, às vezes, chato contigo (*risos*)! Obrigado por fazer parte de mais essa etapa em minha carreira.

A amiga e eterna “Maninha”, *Elusa Santina Antunes de Oliveira*, mesmo antes de te conhecer, já sabia que você é especial. Você é daquelas pessoas que queremos em nossa equipe! Obrigado por tudo de coração!

Aos amigos nordestinos, *Aldemir, Diego, Filipe, Kelly e Marcius*, obrigado por conhecê-los e ter tido a oportunidade de conviver com vocês que representam o presente e o futuro da Educação Física.

Aos amigos do *Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde (NuPAF)*, *Edinéia Ribeiro, Giovâni F. Del Duca, Leandro M. Totaro Garcia, Luana C. Rossato, Roger L. Scherer, Shana G. da Silva e Ricardo Amboni*, obrigado por estarmos juntos ao longo do curso e ter aprendido com vocês, nas discussões, reuniões científicas e eventos.

Aos amigos, *Luiz Augustemak, Alexsander Guimarães, Giseli Minatto, Andreia Pelegrini, Angélica Caetano, André Quaranta, Elaine Boscatto, Daniele Antes e Pepe*. Obrigado a todos pelo convívio e aprendizado!

Aos demais *discentes* do mestrado e doutorado que participaram de alguma forma na minha formação. Valeu!

RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar a associação entre os indicadores sócio-demográficos, do curso da universidade e de atividades físicas pregressas, com a prática no lazer atual em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia. Este estudo é derivado da pesquisa “Monitoramento dos indicadores de saúde e qualidade de vida em acadêmicos” (Monisa), realizado com uma amostra representativa de estudantes de uma universidade pública. A população de referência incluiu os estudantes matriculados no segundo semestre de 2010 em cursos presenciais e, após a realização do cálculo amostral, obteve-se uma amostra necessária de 1.232 estudantes. O processo de amostragem foi estratificado e proporcional aos cursos, período de estudo (diurno e noturno) e ano de ingresso na universidade (2010, 2009, 2008 e até 2007), por fim os estudantes foram selecionados aleatoriamente em cada estrato. Os dados foram coletados via questionário, previamente testado, quanto à validade de face e conteúdo, clareza e reprodutibilidade. Para o desfecho deste estudo, utilizou-se o ponto de corte de ≤ 149 minutos por semana (menos ativo no lazer). As variáveis independentes foram os indicadores sócio-demográficos, de curso da universidade e atividades físicas pregressas, no contexto do lazer e escolar. As análises dos dados foram realizadas no programa *Stata* (versão 11.0) e empregou-se a Razão de Prevalência (RP) como medida de associação, nas análises brutas e ajustadas. O nível de significância adotado foi de 5%. A prevalência de estudantes menos ativos no lazer foi de 65% (IC95%: 62,1-67,9), sendo superior em mulheres e estudantes das áreas de Letras e Artes, Educação e Ciências Jurídicas. Estudantes com tempo de prática no lazer, antes do ingresso na universidade, inferior a um ano, foram mais propensos a serem menos ativos no lazer atual. Não se observou associação entre os anos de participação nas aulas de Educação Física Escolar com a prática de atividade física no lazer atual. Estudantes do sexo feminino, de áreas de estudo relacionadas à educação e as ciências jurídicas e com o menor tempo de prática de atividades físicas no lazer, antes da inserção na universidade, apresentaram menores níveis de prática de atividades físicas no lazer durante a vida acadêmica.

Palavras-chave: Atividade motora, Estudantes, Estudos transversais.

ABSTRACT

The objective was to analyze the association between socio-demographic indicators, the university course and past physical activities, with the current practice in leisure among college students attending a public university in the State of Bahia, Brazil. This study is part of a larger prospective project referred as Monisa, intended to follow-up health and quality of life indicators in a representative sample of college students. The reference population included students enrolled in the second semester of 2010 in all courses (N=5,461) and, after sample size calculation, we obtained a sample of 1,232 university. The subjects were selected, according to a proportional stratified selection process to the course, the period of study and year of arrival at the university. Data were collected via questionnaire, previously tested, and analysis with Stata Software (version 11.0). For the outcome of this study, we used the cutoff point of ≤ 149 minutes per week (less active during leisure-time). The independents variables were the socio-demographic, of course and past physical activities in the context, leisure in time and school. For analysis of the data, it was used Poisson regression to obtain the measure of association Prevalence Ratio (PR) in the crude and adjusted analysis. The level of significance was 5%. The prevalence of less active during leisure-time was 65% (95%CI: 62.1 to 67.9), and it was higher among women. Students with less than one year of physical activity practice at leisure, prior to entering university, were more likely to be less active during leisure in time while in college. No association was found between the years of participation in school Physical Education with leisure-time physical activity during in college, after controlling for physical activities during leisure in time before entering university and other variables. Less time spent in leisure physical activity, before entering the university, is associated with lower levels of leisure-time physical activity later in college.

Keywords: Physical activity, Students University, Cross-Sectional Studies.

LISTA DE ANEXOS

	Página
Anexo I - Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa	97

LISTA DE APÊNDICES

	Página
Apêndice I - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da coleta de dados	101
Apêndice II - Instrumento de coleta de dados	103
Apêndice III - Processo de validação do instrumento de coleta de dados do estudo Monisa	107
Apêndice IV - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da etapa de clareza do instrumento de coleta de dados	111
Apêndice V - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da etapa de reprodutibilidade do instrumento de coleta de dados ...	113

LISTA DE TABELAS

	Página
Tabela 1 - Prevalências de inatividade física e outras características dos estudos com estudantes universitários brasileiros	37
Tabela 2 - Distribuição da população de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010	44-45
Tabela 3 - Distribuição da amostra prevista de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010	49-50
Tabela 4 - Distribuição da amostra alcançada de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010	60-61
Tabela 5 - Associação entre perdas/recusas e amostra alcançada de acordo com o sexo, período de estudo e ano de ingresso na universidade. 2010	62
Tabela 6 - Distribuição da amostra alcançada de estudantes universitários de acordo com os indicadores sócio-demográficos e de curso. 2010	64
Tabela 7 - Prevalência e fatores associados aos estudantes universitários menos ativos no lazer. 2010. Razões de Prevalências (RP) brutas e ajustadas estimadas por Regressão de <i>Poisson</i>	67-68
Tabela 8 - Prevalência de atividades físicas praticadas no lazer, antes do ingresso na universidade, de acordo com o sexo e geral, em estudantes universitários. 2010	72
Tabela 9 - Associação entre atividade física no lazer atual com o tempo de prática de atividade física progressiva no lazer (AFPL) em estudantes universitários. 2010. Razões de Prevalências (RP) brutas e ajustadas estimadas por Regressão de <i>Poisson</i>	73
Tabela 10 - Associação entre atividade física no lazer atual com anos de participação regular nas aulas de Educação Física Escolar, nos ensinos, médio e fundamental II, em estudantes universitários. 2010. Razões de Prevalência (RP) brutas e ajustadas estimadas por Regressão de <i>Poisson</i>	76
Tabela 11 - Número de questões nas versões inicial e final do questionário do estudo Monisa, de acordo com as seções do instrumento. 2010	107

Tabela 12 - Índices médios observados para as variáveis analisadas no presente estudo com a validação de face e conteúdo. 2010	108
Tabela 13 - Resultados dos níveis de reprodutibilidade das variáveis analisadas no presente estudo. 2010	110

LISTA DE QUADROS

	Página
Quadro 1 - Cursos e turmas por período noturno e diurno que participaram do estudo, de acordo com os departamentos e cursos da instituição. 2010	47
Quadro 2 - Variáveis e blocos de análise de acordo com as variáveis relacionadas às atividades físicas pregressas. 2010	57

LISTA DE FIGURAS

	Página
Figura 1 - Associação entre a população do estudo e a amostra alcançada, de acordo com o ano de ingresso na universidade	63
Figura 2 - Proporção de estudantes universitários de acordo com os departamentos da universidade. 2010	65

LISTA DE SIGLAS

AFPL	Atividade Física Pgressa no Lazer
DACC	Departamento de Administração e Ciências Contábeis
DCAA	Departamento de Ciências Agrárias e Ambientais
DCB	Departamento de Ciências Biológicas
DCEc	Departamento de Ciências Econômicas
DCEd	Departamento de Ciências da Educação
DCET	Departamento de Ciências Exatas e Tecnológicas
DCJ	Departamento de Ciências Jurídicas
DCS	Departamento de Ciências da Saúde
DFCH	Departamento de Filosofia e Ciências Humanas
DLA	Departamento de Letras e Artes
EFE	Educação Física Escolar

SUMÁRIO

	Página
Capítulo I	
1 INTRODUÇÃO	27
1.1 Formulação da situação problema	27
1.2 Objetivos do estudo	28
1.2.1 Objetivo geral	28
1.2.2 Objetivos específicos	28
Capítulo II	
2 REVISÃO DA LITERATURA	31
2.1 Estilo de vida e saúde	31
2.2 A importância da prática de atividade física regular	33
2.3 Prática de atividades físicas da infância a vida adulta	39
Capítulo III	
3 MÉTODOS	43
3.1 Caracterização do estudo	43
3.2 População e amostra	43
3.2.1 Composição da amostra	46
3.2.2 Determinação do tamanho da amostra	48
3.2.3 Critérios de inclusão e exclusão	51
3.2.4 Coleta de dados	51
3.2.4.1 Procedimentos para coleta de dados	51
3.3 Instrumento de medida	52
3.3.1 Validade do instrumento de coleta de dados	53
3.4 Variáveis do estudo	53
3.4.1 Variável desfecho	53
3.4.2 Variáveis independentes	54
3.5 Tabulação dos dados	55
3.5.1 Tratamento estatístico	55
Capítulo IV	
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	59
Capítulo V	
5 CONCLUSÕES	79
REFERÊNCIAS	81
ANEXOS	95
APÊNDICES	99

CAPÍTULO I

1 INTRODUÇÃO

1.1 Formulação da situação problema

O diagnóstico dos níveis de prática de atividade física tem sido frequente e, no Brasil, a literatura científica acerca de tal tema tem crescido ao longo dos anos (HALLAL et al., 2007). Especificamente em jovens, o levantamento de informações sobre a prática de atividade física também cresceu de forma considerável (TASSITANO et al., 2007), haja vista a associação entre a prática na infância e adolescência com a continuidade na vida adulta (TAMMELIN et al., 2003; CONROY et al., 2005; TELAMA et al., 2005; HALLAL et al., 2006a; AZEVEDO et al., 2007).

Entretanto, há a necessidade de analisar outras informações sobre a associação entre a prática de atividade física na juventude em outros domínios, como em âmbito escolar, esportivo ou mesmo no momento do lazer, com a prática de atividade física na vida adulta, em especial em estudantes universitários. Pesquisas sobre a associação da prática de atividade física antes do ingresso na universidade, com a prática atual em estudantes universitários são escassas na literatura indexada, sendo observados dois estudos no Brasil (ALVES et al., 2005; SOUSA et al., 2009).

Outro ponto de relevância está pautado em uma maior chance de adoção de baixos níveis de atividade física ao longo do período na universidade (FONTES; VIANNA, 2009), bem como a possibilidade de continuidade desse comportamento de risco à saúde, das fases anteriores ao ingresso na universidade as demais fases da vida (HALLAL et al., 2006a). Além disso, ressalta-se o crescimento na quantidade de ingressantes e concluintes, em nível superior, em todas as regiões do Brasil (INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA – INEP, 2008).

Considerando a necessidade de realização de estudos sobre o nível de atividade física em estudantes universitários, em especial para a região Nordeste do Brasil, tendo em vista uma maior diversidade de estudos com esse tema para a região Sudeste do país (RABELO et al., 1999; FISBERG et al., 2001; VIEIRA et al., 2002; COELHO et al., 2005; MONTEIRO; FARO, 2006; PALMA; ABREU; CUNHA, 2007;

SILVA et al., 2007; SALVE, 2008; ALVES; MARQUES, 2009), o presente estudo teve como perguntas de investigação:

- Existe associação entre a prática de atividade física antes do ingresso na universidade, no domínio escolar e no lazer, com os níveis de atividade física no lazer atual em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia?

- Qual a prevalência de estudantes menos ativos no lazer (menos de 150 minutos por semana de atividades físicas moderadas a vigorosas) em uma universidade pública do Estado da Bahia?

A identificação da distribuição e da frequência de menores níveis de atividade física atual e pregressa em estudantes universitários pode suscitar ações destinadas à promoção de um estilo de vida ativo. Sendo assim, as informações levantadas por meio desse estudo poderão contribuir com a formulação de projetos e/ou programas institucionais destinados à saúde dos estudantes universitários, bem como representa a linha de base para os demais inquéritos com amostras representativas de estudantes dessa instituição pública.

1.2 Objetivos do estudo

1.2.1 Objetivo geral

- Analisar a associação entre os indicadores sócio-demográficos, do curso da universidade e de atividades físicas pregressas, com a prática no lazer atual em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia.

1.2.2 Objetivos específicos

- Estimar a prevalência e os fatores associados (sócio-demográficos e do curso da universidade) à prática de atividade física no lazer em menores níveis (inferior a 150 min/sem);

- Estimar a prevalência das principais atividades físicas no lazer, praticadas antes do ingresso na universidade, de acordo com o sexo e geral;

- Estimar a prevalência do tempo (em anos) de prática de atividades físicas no lazer, antes do ingresso na universidade;

- Estimar a prevalência dos anos de participação nas aulas de Educação Física Escolar (EFE), nos ensinos, fundamental II e médio (a partir da quinta série escolar);
- Verificar a associação entre os indicadores de prática de atividade física pregressa, no contexto escolar e práticas de lazer, com a prática de atividade física atual no lazer.

CAPÍTULO II

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 Estilo de vida e saúde

O estilo de vida pode ser entendido como o conjunto de ações do dia-a-dia, relacionadas às atitudes, aos valores e às oportunidades na vida das pessoas (NAHAS, 2006). Dentre os componentes do estilo de vida, citam-se os hábitos alimentares, o controle do estresse, os comportamentos preventivos, os relacionamentos e a prática de atividade física (NAHAS; BARROS; FRANCALACCI, 2000). Um estilo de vida negativo, pautado em comportamentos de risco à saúde, tais como: tabagismo, consumo abusivo de bebidas alcoólicas, baixo consumo de frutas e verduras e a inatividade física, além do excesso de peso corporal, representam componentes que maximizam o surgimento de doenças e agravos não-transmissíveis (WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO, 2002).

Dentre as doenças crônicas que podem surgir, as cardiovasculares têm apresentado destaque como as principais causas de morte nos países desenvolvidos e em desenvolvimento e será, segundo as estimativas da Organização Mundial de Saúde, uma das principais causas de morte em 2030 (WHO, 2008). O importante estudo de caso-controle desenvolvido por Yusuf et al. (2004), derivado da pesquisa *the INTERHEART study*, realizada em 52 países, demonstrou que a maioria dos casos de infarto do miocárdio estavam relacionados a um grupo de fatores de risco, tais como: dislipidemias, tabagismo, hipertensão arterial, diabetes *mellitus*, gordura abdominal em excesso, fatores psicossociais negativos, baixo consumo de frutas e verduras, consumo excessivo de bebidas alcoólicas e a inatividade física, independente do sexo, idade e região.

Interessante citar que a aderência a um estilo de vida saudável representa um mecanismo de promoção de potenciais benefícios à saúde (WHO, 2002). Contudo, em estudo com a população dos Estados Unidos, observou-se que, entre 1988 a 2006, houve um declínio na proporção de sujeitos com comportamentos saudáveis. Nesse estudo, observou-se o aumento na prevalência de consumo moderado de bebidas alcoólicas, diminuição da prática de atividade física e ingestão de frutas e verduras (KING et al., 2009).

O tabagismo manteve-se com proporções semelhantes entre os anos e observou-se o aumento da prevalência de excesso de peso corporal ($\geq 25 \text{ kg/m}^2$), sendo esse um dos principais problemas da saúde pública atual (WHO, 2002). Além disso, King et al. (2009) observaram que a aderência a todos os componentes considerados como saudáveis (índice de massa corporal entre 18,5 a 29,9 kg/m^2 , consumo de frutas e verduras ≥ 5 dias por semana, prática de atividade > 12 vezes por mês, consumo moderado de bebidas alcoólicas, ou seja, até um drinque para as mulheres e dois para os homens e não fumar) diminuiu de 15,0% para 8,0% entre os anos estudados.

Tendo em vista a necessidade do monitoramento constante desses indicadores nas populações, recentemente, foi implantado o sistema de vigilância de fatores de risco e proteção por inquérito telefônico da população adulta e idosa brasileira, o sistema VIGITEL. Desde 2006, a população com linha telefônica das capitais brasileiras e do Distrito Federal pode ser selecionada a participar do inquérito telefônico (BRASIL, 2007; 2008; 2009; 2010). Outros estudos com populações de diferentes regiões brasileiras também foram realizados, como os estudos de Rego et al. (1990) e Monteiro et al. (2005) com a população de São Paulo e Lessa et al. (2004) com a população residente em Salvador, capital da Bahia.

Estudos relacionados aos componentes do estilo de vida são recorrentes e englobam diferentes cidades e países (ADAMS et al., 2003; AUGESTAD; FLANDERS, 2002; FLEGAL et al., 2002; GODTFREDSSEN et al., 2002; YANCEY et al., 2004; MILLER et al., 2005; FREEDMAN et al., 2006). Com relação aos universitários, população de investigação deste estudo, destacam-se os estudos realizados sobre estilo de vida de egípcios (ABOLFOTOUH et al., 2007), portugueses (MATOS; ALBUQUERQUE, 2006), coreanos e japoneses (SAKAMAKI et al., 2005), além dos estudos com universitários brasileiros (SIMÃO; NAHAS; OLIVEIRA, 2006; PALMA; ABREU; CUNHA, 2007; FRANCA; COLARES, 2008; FONTES; VIANNA, 2009).

Outros estudos com universitários, tendo como foco o diagnóstico de diferentes indicadores do estilo de vida são observados (STOCK; WILLE; KRÄMER, 2001; COELHO et al., 2005; SOUSA et al., 2009). A fase acadêmica, ou seja, de nível universitário, representa um momento de transição que pode contribuir para a adoção de novos ou a manutenção dos comportamentos relacionados à saúde e

principalmente, a possibilidade de ocorrência de hábitos negativos, que podem ser adotados ao longo da vida.

Um estudo comparou diferentes condutas de saúde em universitários da área de saúde no início e no final do curso, em duas universidades do Estado de Pernambuco (FRANCA, COLARES, 2008). Observaram-se diferenças significativas no consumo de bebidas alcoólicas, tabagismo e inalantes, sendo as prevalências superiores em universitários do final de curso. De forma semelhante, em pesquisa com universitários de João Pessoa, PB, observou-se que universitários do último ano tinham chances 73,0% superiores de apresentar baixos níveis de atividade física do que os universitários do primeiro ano de universidade (FONTES, VIANNA, 2009), o que ressalta a ênfase em se propor atividades físicas regulares ao longo dos anos acadêmicos.

2.2 A importância da prática regular de atividade física

Com a revolução tecnológica, observou-se um aumento na prevalência de inatividade física nos países desenvolvidos, assim como nos países em desenvolvimento, maximizando a ocorrência de doenças e agravos não-transmissíveis, principalmente, as doenças cardiovasculares (WHO, 2002). No entanto, a inserção de um estilo de vida ativo, com a implementação de práticas regulares de atividade física podem contribuir para minimizar consideravelmente o surgimento de tais agravos (UNITED STATE DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES – USDHHS, 1996; 2008).

Os estudos clássicos de Paffenbarger Jr et al. (1986; 1993; 1994), realizados com ex-alunos de Harvard, demonstraram menores riscos de mortalidade por doenças cardiovasculares em indivíduos fisicamente ativos, quando comparados aos inativos. Além disso, outras contribuições foram relevantes para o conhecimento da atividade física relacionada à saúde, como o estudo de Morris et al. (1953) sobre a prática de atividade física e a ocorrência de mortalidade em motoristas e cobradores de ônibus de Londres, Inglaterra.

De forma conceitual, a atividade física pode ser entendida como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulte em gasto energético (CASPERSEN; POWELL; CHRISTENSON, 1985), englobando os contextos das atividades físicas de lazer, domésticas, trabalho e deslocamento, sendo assim, amplamente relacionada ao comportamento humano. Recomenda-se que todo adulto acumule um mínimo de 150 minutos por semana em atividades físicas

aeróbias de intensidade moderada ou 75 minutos por semana em atividades físicas aeróbias de intensidade vigorosa em pelo menos três dias, ou a combinação de ambos (USDHHS, 2008).

Considerando a relevância da prática regular de atividade física para a prevenção de possíveis morbidades, como as cardiovasculares, hipertensão arterial, diabetes *mellitus* e obesidade (USDHHS, 1996), o diagnóstico do perfil de prática tem sido frequente em populações de diferentes países (BAUMAN et al., 2009) e, especialmente, em populações regionais brasileiras (REGO et al., 1990; HALLAL et al., 2003). Em estudo com as informações de 20 países, observou-se, mediante a aplicação do IPAQ (*International Physical Questionnaire*), que a prevalência de baixo nível de atividade física variou de 7,0% a 43,0%. Prevalências superiores de alto nível de atividade física foram observadas mais para os homens do que para as mulheres, em 17 dos 20 países investigados (BAUMAN et al., 2009).

Especificamente para a população das capitais brasileiras, observou-se, em 2009, que a prevalência de inatividade física geral (considerando os quatro domínios), variou de 10,1%, em Macapá, a 20,1%, no Distrito Federal (BRASIL, 2010). Para Salvador, BA, a prevalência foi de 12,2% e as proporções foram maiores para os homens que para as mulheres (BRASIL, 2010). Em contrapartida, analisando somente o domínio do lazer, o estudo MONIT (Monitoramento das Doenças Cardiovasculares e do Diabetes), também realizado na capital da Bahia, identificou 72,5% de prevalência de não praticantes de atividade física (PITANGA; LESSA, 2005).

Observa-se que dentre as principais atividades físicas praticadas pela população brasileira, a caminhada é a mais frequente, tanto para os homens (27,9%) como para as mulheres (61,1%) (MALTA et al., 2009). Em adolescentes, a caminhada representa uma das principais atividades físicas praticadas regularmente, principalmente, entre as moças, conforme demonstrado por diversos estudos com esse público (AZEVEDO; ARAÚJO; PEREIRA, 2006; BUTTE et al., 2007; SILVA; MALINA, 2000).

Quanto ao nível de atividade física, o estudo de Haase et al. (2004) realizado com universitários de 23 países observou que a prevalência de inatividade física no lazer (não ter praticado atividades físicas no lazer nas duas últimas semanas), variou nos homens, de 11,0% na Bélgica a 41,0% em Portugal e África do Sul, para as mulheres as proporções variaram de 15,0% nos Estados Unidos a 65,0% em Portugal. De modo geral, as mulheres apresentaram maiores

prevalências de inatividade física em relação aos homens, nos países investigados.

Em universitários alemães, Stock, Wille & Krämer (2001) observaram 21,9% de não praticantes de atividades físicas no lazer, mediante o relato da quantidade de horas de prática de exercícios físicos por semana. Quanto às informações em universitários brasileiros, Vieira et al. (2002), em pesquisa com estudantes de uma universidade pública da região sudeste, observaram que a proporção de sujeitos que afirmaram não praticar esportes foi de 57,0%. Contudo, esse indicador limita-se à prática de esportes, não englobando as demais atividades físicas que podem ser realizadas no lazer.

Em contrapartida, recentemente, Fontes & Vianna (2009), em pesquisa realizada com estudantes de uma universidade pública localizada no município de João Pessoa, PB, identificaram prevalência de baixo nível de atividade física de 31,2%. Nesse estudo, os fatores associados ao baixo nível de atividade física foram o turno de estudo noturno, estar cursando o último ano da universidade, permanecer na universidade por um tempo a quatro horas ou menos, residir com a família, ter renda familiar mensal de cinco a 10 salários mínimos, pertencer à classe social A, B ou C e não estar fazendo dieta, independente da idade e sexo.

Rodrigues et al. (2008) observaram em estudo com estudantes de uma universidade em Gurupi, no Tocantins, prevalência de 51,1% de ativos e 7,6% de inativos. Nesse estudo, não foi observada relação entre o nível de atividade física e o hábito de fumar, mesmo considerando sexo, turno de estudo e área na qual o curso estava vinculado. Em estudo com estudantes de Medicina, de uma universidade de São Paulo, a frequência de inativos foi de 43,1%, tendo como critério para a inatividade física a não prática de exercícios físicos em, no mínimo, três vezes por semana, com duração mínima de 45 minutos em cada sessão (COELHO et al., 2005), não sendo observada diferença estatística entre o nível de atividade física em rapazes e moças.

Quanto ao contexto da região sul da Bahia, no estudo realizado com estudantes do curso de licenciatura em Educação Física (n=105) da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), localizada na região sul da Bahia, a frequência de universitários que referiram não ter praticado atividades físicas de lazer foi de 23,1% (SOUSA et al., 2009). Nesse estudo, foi considerado como prática de atividade física no lazer: exercícios físicos (ginástica, caminhada ou corrida), esportes, danças ou artes marciais nas duas últimas semanas anteriores a coleta de dados. Foram observadas diferenças na frequência de inatividade física no

lazer, em rapazes e moças do curso de Educação Física, com valores superiores para as moças em relação aos rapazes, 38,6% e 11,7% respectivamente ($p=0,003$).

Com o intuito de levantar informações sobre o nível de atividade física em universitários brasileiros, foram realizadas buscas sistemáticas de artigos com universitários nas bases de dados *Scielo*, *Lilacs* e *Medline/Pubmed*, utilizando, em inglês e português, os seguintes descritores/termos: “atividade física”, “exercício físico”, “aptidão física”, “sedentarismo”, “inatividade física”, “atividade motora”, “esportes”, “metabolismo energético”, “conduta de saúde”, “estilo de vida”, “fatores de risco”, “fatores”, “acadêmicos”, “estudantes”, “universitários”, “universidade”, “jovens”, “estudantes de universidade”, “graduandos”, “graduação”, “Brasil” e “brasileiros” e, como critérios de inclusão: a utilização de pelo menos uma medida da atividade física; período de publicação de janeiro de 1999 a dezembro de 2009; e língua de publicação, inglês, espanhol e português. Esse procedimento demonstrou que 15 publicações atendiam a esses critérios e outras quatro publicações foram encontradas nas referências desses artigos selecionados. As informações sobre as prevalências de inatividade física e outras características metodológicas nos estudos com universitários brasileiros são apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1 – Prevalências de inatividade física e outras características dos estudos com estudantes universitários brasileiros.

1º Autor	Ano	Amostra	Sexo	Área, departamento ou curso	Local	Domínio da AF	%
Alves A	2009	303	M e F	Curso = Enfermagem	São Paulo (SP)	NA	80,2%
Colares V	2009	382	M e F	Área = Saúde	Recife (PE)	NA	NA
Fontes ACD	2009	1.503	M e F	Departamentos = Todos	João Pessoa (PB)	Quatro domínios	31,2%
Madureira AS	2009	862	M e F	Departamento = Todos	Florianópolis (SC)	Lazer	NA
Bion FM	2008	68	F	Curso = Nutrição	Recife (PE)	NA	67,0%
Franca C	2008	735	M e F	Área = Saúde	Recife (PE)	NA	NA
Marcondelli P	2008	281	M e F	Área = Saúde	Brasília (DF)	Trabalho e lazer	65,5%
Rodrigues ESR	2008	871	M e F	Departamentos = Todos	Gurupi (TO)	Quatro domínios	7,6%
Salve MG	2008	1.350	M e F	Cursos = Nove cursos*	Campinas (SP)	Lazer	NA
Palma A	2007	448	M e F	Curso = Educação Física	Rio de Janeiro (RJ)	NA	9,2%
Silva GSF	2007	280	M e F	Área = Saúde e biologia	Juiz de Fora (MG)	Quatro domínios	0,0%
Ribeiro-Nunes SM	2007	35	M e F	NA	Teresina (PI)	NA	NA
Guedes DP	2006	590	M e F	Cursos = Educação Física e Esportes	Londrina (PR)	Quatro domínios	NA
Monteiro CR	2006	122	M e F	Curso = Enfermagem	São Paulo (SP)	NA	NA
Coelho VG	2005	153	M e F	Curso = Medicina	São José do Rio Preto (SP)	Lazer	43,1%
Castro AP	2004	550	M e F	Curso = Medicina	Curitiba (PR)	NA	56,1%
Vieira VCR	2002	185	M e F	NA	Região Sudeste	NA	NA
Fisberg RM	2001	118	F	Curso = Nutrição	São Paulo (SP)	Lazer	NA
Rabelo LM	1999	209	M e F	NA	São Paulo (SP)	Lazer	78,9%

Ano = Ano de publicação; % = Prevalência geral; NA = Não apresenta; M = Masculino; F = Feminino; Quatro domínios = Lazer, deslocamento, atividades domésticas e ocupacionais; * Enfermagem, Educação Física, Biologia, Pedagogia, Dança, Música, História, Matemática e Computação

Observa-se um aumento na quantidade de estudos com essa população, especialmente a partir de 2007 e uma maior concentração de pesquisas desenvolvidas na região sudeste do Brasil. Em relação às prevalências de inatividade física, essa maior variação ocorreu em função das diferenças entre os instrumentos de medidas utilizados, assim como os domínios de atividade física analisados. Em estudos com universitários a ocorrência de diferentes medidas para mensurar a atividade física limita possíveis comparações. Dentre os instrumentos do tipo questionário, o IPAQ, tem sido empregado como instrumento de medida do nível da atividade física em estudos com universitários (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; SILVA et al., 2007; RODRIGUES et al., 2008; FONTES; VIANNA, 2009). Entretanto, medidas específicas para o domínio do lazer são frequentemente observadas (HAASE et al., 2004; COELHO et al., 2005; SOUSA et al., 2009), pois, esse domínio pode ser realizado com maior ocorrência em universitários, assim como a prática de deslocamento ativo.

Nos estudos realizados com universitários e que analisaram a associação da atividade física com indicadores sócio-demográficos, as seguintes características demonstraram associação com a inatividade física: sexo feminino (SIMÃO; NAHAS; OLIVEIRA, 2006; HAASE et al., 2004; PALMA; ABREU; CUNHA, 2007; SOUSA et al., 2009), universitários dos anos finais de curso quando comparado ao dos anos iniciais (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; FONTES; VIANNA, 2009), turno noturno (FONTES; VIANNA, 2009), aqueles de renda superior (FONTES; VIANNA, 2009) e aqueles de idade elevada (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006).

Essas informações remetem à necessidade de promoção de um estilo de vida ativo. Assim como a possível necessidade de estimular a prática de atividade física tanto em idades anteriores ao ingresso na universidade, como na fase escolar, sendo o ambiente escolar um importante local para a implementação dessas estratégias (BARROS et al., 2009). Estudos envolvendo crianças e adolescentes demonstraram melhorias no nível de atividade física por intermédio de intervenções com o foco na atividade física (SALLIS et al., 1997; PATE et al., 2005). Essas considerações são necessárias, principalmente, pela característica de maior ingresso na universidade por parte de jovens recém oriundos do ensino médio. Outro ponto de extrema relevância é a possível relação de continuidade da prática de atividade física das fases iniciais da vida com a prática ao longo dos anos (HALLAL et al., 2006a) e assim,

minimizar a possibilidade de ocorrência de diversas morbidades crônicas e mortalidade precoce.

2.3 Prática de atividades físicas da infância à vida adulta

A prática de atividades físicas na infância e adolescência representa um comportamento que deve ser amplamente incentivado. A prática regular de atividades físicas agradáveis e adequadas à condição desses jovens pode contribuir para a prevenção de diversas doenças crônicas (USDHHS, 2008), a exemplo da obesidade (USDHHS, 1996). Recomenda-se que crianças e adolescentes pratiquem atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa por um mínimo de 60 minutos por dia (STRONG et al., 2005; USDHHS, 2008).

Considerando esses aspectos, o levantamento de informações sobre a inatividade física em crianças e adolescentes tem sido constante (PATE et al., 1996; SILVA et al., 2009; VASQUES, LOPES, 2009). No estudo realizado por Silva & Malina (2000) com adolescentes das escolas de Niterói no Rio de Janeiro, foi observado, por meio do Questionário de Atividade Física para Crianças (PAQ-C), que rapazes apresentaram valores médios de prática de atividade física superiores aos das moças.

Em estudo de base populacional com adolescentes de Pelotas, RS, a proporção de adolescentes considerados sedentários foi de 39,0% (OEHLSCHLAEGGER et al., 2004). Nesse estudo, as prevalências foram superiores em moças em relação aos rapazes, 54,5% e 22,2%, respectivamente. Adolescentes de classe social inferior (C, D e E) e filhos de mães com escolaridade inferior a nove anos apresentaram maiores probabilidades de baixos níveis de atividade física.

Em outro estudo com adolescentes, realizado no Estado de Santa Catarina, a prevalência de prática de atividade física em níveis insuficientes em rapazes foi de 21,0% e nas moças de 37,0%. Com o aumento da idade, observou-se o crescimento da proporção de moças insuficientemente ativas (SILVA et al., 2008). No estudo com adolescentes de João Pessoa (PB), a prevalência de inatividade física foi de 55,9% (rapazes=45,5% e moças=64,2%). As informações sobre essa prevalência são derivadas de um diário de atividades físicas, sendo considerados inativos fisicamente os adolescentes com gasto energético inferior a 37 kcal/kg/min (FARIAS JUNIOR; MENDES; BARBOSA, 2007).

Apesar das diferenças entre as medidas, observa-se que as proporções de inatividade física são superiores para as moças. Vale salientar que a ênfase na prática de atividades físicas em crianças e adolescentes pode contribuir para a adoção desse comportamento de forma regular na vida adulta (HALLAL et al., 2006a). O interesse em buscar estabelecer possíveis associações entre a prática de atividades físicas realizadas na juventude com a prática na fase adulta é evidenciado na literatura em estudos nacionais e internacionais (TAMMELIN et al., 2003; CONROY et al., 2005; TELAMA et al., 2005; AZEVEDO et al., 2007).

Telama et al. (2005) observaram em estudo longitudinal, por meio da pesquisa *Cardiovascular Risk in Young Finns Study*, realizado com crianças e adolescentes finlandeses, a partir de 1980 e acompanhadas por 21 anos, que os jovens praticantes de atividade física regular apresentaram maior probabilidade de prática na fase adulta. Além disso, os autores destacaram que a prática de atividades físicas na fase adulta é influenciada por outros aspectos, como educação, ocupação, ambiente de moradia, estado civil, quantidade de filhos e atitudes em relação à saúde.

Na juventude, a prática de esportes é amplamente difundida, conforme observado em estudo com adolescentes em Pelotas, RS, que demonstrou o futebol e o voleibol como sendo as atividades mais referidas por meninos e o voleibol para as meninas (HALLAL et al., 2006b). Em Niterói, RJ, Silva & Malina observaram que a principal atividade esportiva praticada por rapazes foi o futebol e, as moças referiram se envolver com mais frequência à caminhada e à dança (SILVA; MALINA, 2000).

No estudo prospectivo realizado com finlandeses, a participação em esportes extra à escola, na adolescência, associou-se com um maior nível de atividade física na fase adulta (TAMMELIN et al., 2003). Interessante relatar que os homens ativos na fase adulta participaram, na adolescência, das seguintes atividades: jogos com bola, como futebol e voleibol, jogos de orientação, esportes individuais, além de esportes de combate. Em contrapartida, as mulheres ativas referiram participar de atividades de corrida, jogos de orientação, de campo e equitação. Além disso, foi demonstrado que maiores níveis de atividade física na fase adulta estavam relacionados à prática de atividade física, na adolescência, uma vez por semana para as mulheres e duas vezes por semana para os homens.

Quanto à relação da prática de atividades físicas em idades precoces e a proteção contra doenças cardiovasculares, Conroy et al. (2005) investigaram tal associação em estudo longitudinal. Os autores observaram em mulheres dos Estados Unidos, de idade igual ou superior a 45 anos, maiores possibilidades para a prática de atividade física atual em níveis recomendados naquelas que foram consideradas ativas vigorosamente anteriormente (dez a 12 meses de prática por ano). Além disso, as mulheres ativas, atualmente, (≥ 1500 kcal/semana) apresentaram um risco 39,0% menor de desenvolver doença arterial coronariana que as inativas (< 200 kcal/semana) no *follow-up* (24 meses).

Quanto ao contexto nacional, Azevedo et al. (2007) observaram por meio de um estudo de base populacional em Pelotas, RS, que os sujeitos envolvidos em atividades físicas durante a adolescência apresentaram prevalência superior de prática de atividade física na fase adulta (RP=1,42; IC95%=1,23 – 1,65), independente de cor da pele, idade e condições econômicas. Estratificado por sexo, a prevalência de prática na fase adulta foi superior para as moças praticantes na adolescência, quando comparado aos rapazes, embora a prevalência de prática na adolescência para as moças tenha sido inferior a dos rapazes.

Em relação aos universitários, a pesquisa realizada com estudantes de Medicina do Estado de Pernambuco observou que 20,6% referiram não ter praticado atividades físicas na adolescência e a proporção de inativos, atualmente, foi de 79,4% (ALVES et al., 2005). Os estudantes de Medicina que praticaram esportes na adolescência apresentaram prática de atividade física no lazer superior em comparação aos não praticantes. Contudo, o presente estudo apresenta como limitações o não controle para variáveis de confusão, tendo em vista que outros fatores podem estar relacionados ao perfil de prática atual, conforme relatado em estudo com essa temática (TELAMA et al., 2005).

No estudo com estudantes de Educação Física, aqueles que referiram não ter frequentado escolas ou equipes de esportes, danças ou lutas, antes de ingressar na universidade, apresentaram frequência de inatividade física no lazer atual (42,1%) superior aos universitários que frequentaram (17,9%) (SOUSA et al., 2009). Nesse estudo, não foram observadas diferenças entre os universitários que participaram ou não da Educação Física Escolar com a inatividade física no lazer atual. Embora as limitações desse estudo, especialmente pelo levantamento de informações em um grupo de estudantes propensos a uma maior participação em prática regulares de atividade física, conforme

demonstrado em outro estudo com universitários (MARCONDELLI; COSTA; SCHIMITZ, 2008), essas informações representam importantes indicadores da associação entre a prática de atividade física pregressa com a atual em universitários.

A prática de atividade física em idade escolar representa um momento essencial para o estímulo à adoção das atividades físicas regulares (USDHHS, 2008). Assim como a compreensão acerca da possibilidade de continuidade da prática de atividades físicas ao longo da vida, sendo o seu início na infância e adolescência (HALLAL et al., 2006a) e, principalmente, quanto a proteção contra o surgimento de possíveis morbidades (HALLAL et al., 2006a; SIQUEIRA et al., 2009), em especial, em universitários, pois representam um subgrupo em processo de formação pessoal e profissional.

CAPÍTULO III

3 MÉTODOS

Este estudo é derivado da primeira coleta de dados (*baseline*) do estudo longitudinal “Monitoramento dos indicadores de saúde e qualidade de vida em acadêmicos (Monisa)”, realizado com estudantes de uma universidade pública, localizada na região sul do Estado da Bahia. O estudo Monisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Santa Cruz, sob o número de protocolo de 382/10 (Anexo I).

3.1 Caracterização do estudo

O presente estudo caracteriza-se como analítico de caráter transversal (THOMAS; NELSON, 2002).

3.2 População e amostra

A população de referência foram os 5.461 estudantes universitários matriculados no segundo semestre letivo do ano de 2010 em todos os cursos presenciais da instituição. A Tabela 2 apresenta as informações da população do estudo, composta pela quantidade de estudantes matriculados nos períodos, noturno e diurno (matutino e vespertino), e ano de ingresso na universidade (englobando os dois semestres letivos de cada ano) de acordo com os cursos da instituição. Em relação aos anos de ingresso da universidade foram considerados os seguintes anos: 2010, 2009, 2008 e 2007 ou anterior.

Tabela 2 – Distribuição da população de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010.

Cursos	Turno																				Total Geral	
	Noturno								Diurno													
	2010		2009		2008		≤ 2007		Total		2010		2009		2008		≤ 2007		Total		N	%
B. Agronomia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	9,4	46	20,5	42	18,8	115	51,3	224	100,0	224	100,0
L. Geografia	37	24,2	35	22,9	1	0,7	36	23,5	109	71,3	-	-	-	-	27	17,6	17	11,1	44	28,7	153	100,0
B. Geografia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38	55,9	30	44,1	-	-	-	-	68	100,0	68	100,0
B. M. Veterinária	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	52	21,4	50	20,6	39	16,0	102	42,0	243	100,0	243	100,0
B. Administração	41	11,2	36	9,8	37	10,1	85	23,3	199	54,4	38	10,4	36	9,8	34	9,3	59	16,1	167	45,6	366	100,0
B. C. Contábeis	30	24,6	26	21,3	26	21,3	40	32,8	122	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	122	100,0
L. Biologia	-	-	25	17,5	-	-	-	-	25	17,5	19	13,3	17	11,9	38	26,6	44	30,7	118	82,5	143	100,0
B. Biologia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	29	26,9	27	25,0	25	23,1	27	25,0	108	100,0	108	100,0
B. Biomedicina	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40	29,4	36	26,5	29	21,3	31	22,8	136	100,0	136	100,0
B. Economia	21	4,6	45	10,0	36	8,0	142	31,4	244	54,0	22	4,9	43	9,5	38	8,4	105	23,2	208	46,0	452	100,0
B. Engenharia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28	11,8	50	21,1	48	20,3	111	46,8	237	100,0	237	100,0
L. Química	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	22,6	25	26,9	16	17,2	31	33,3	93	100,0	93	100,0
B. Química	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	27	50,9	26	49,1	-	-	-	-	53	100,0	53	100,0
L. Física	17	25,4	14	20,9	9	13,4	27	40,3	67	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	67	100,0
B. Física	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9	18,4	10	20,4	10	20,4	20	40,8	49	100,0	49	100,0
L. Matemática	36	26,9	26	19,4	22	16,4	50	37,3	134	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	134	100,0
B. Matemática	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	25,4	15	25,4	5	8,5	24	40,7	59	100,0	59	100,0
B. C. Computação	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	35	15,8	54	24,4	45	20,4	87	39,4	221	100,0	221	100,0

B = Bacharelado; C = Ciências; L = Licenciatura; M = Medicina.

Continua na próxima página

Continuação da Tabela 2 – Distribuição da população de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010.

Cursos	Turno																				Total Geral	
	Noturno										Diurno											
	2010		2009		2008		≤ 2007		Total		2010		2009		2008		≤ 2007		Total		N	%
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
B. Pedagogia	40	13,0	37	12,1	37	12,1	42	13,6	156	50,8	38	12,4	36	11,7	39	12,7	38	12,4	151	49,2	307	100,0
B. Enfermagem	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	34	15,2	65	29,2	60	26,9	64	28,7	223	100,0	223	100,0
B. Medicina	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	40	17,1	37	15,8	43	18,4	114	48,7	234	100,0	234	100,0
L. E. Física	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38	23,8	38	23,8	37	23,1	47	29,3	160	100,0	160	100,0
B. Direito	53	10,2	58	11,2	56	10,8	103	19,7	270	51,9	50	9,6	47	9,0	59	11,3	94	18,2	250	48,1	520	100,0
L. C. Sociais	39	54,2	33	45,8	-	-	-	-	72	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	72	100,0
L. História	-	-	28	14,1	49	24,8	26	13,1	103	52,0	27	13,6	21	10,6	-	-	47	23,8	95	48,0	198	100,0
L. Filosofia	25	13,1	23	12,0	20	10,5	52	27,2	120	62,8	1	0,5	17	8,9	19	9,9	34	17,9	71	37,2	191	100,0
L. Letras (E/P)	18	8,3	21	9,7	23	10,7	45	20,8	107	49,5	28	13,0	30	13,9	24	11,1	27	12,5	109	50,5	216	100,0
L. Letras (L/P)	12	10,4	12	10,4	12	10,4	15	13,1	51	44,3	19	16,5	14	12,2	10	8,7	21	18,3	64	55,7	115	100,0
B. LEA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	31	23,0	28	20,7	25	18,5	51	37,8	135	100,0	135	100,0
B. Comunicação	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	31	19,1	44	27,2	39	24,1	48	29,6	162	100,0	162	100,0
Total	369	6,8	419	7,7	328	6,0	663	12,1	1.779	32,6	731	13,4	842	15,4	751	13,8	1.358	24,8	3.682	67,4	5.461	100,0

B = Bacharelado; C = Ciências; E = Educação; E/P = Espanhol/Português; I/P = Inglês/Português; L = Licenciatura; LEA = Língua Estrangeira Aplicada às Negociações Internacionais.

3.2.1 Composição da amostra

A amostra foi estratificada e proporcional ao curso, período de estudo e ano de ingresso na universidade (2010, 2009, 2008, 2007 ou anterior). Os estudantes universitários foram selecionados aleatoriamente em cada estrato, com o auxílio do Programa *Research Randomizer*, por meio da lista de matrícula com os nomes em ordem alfabética. O Quadro 1 lista os cursos e os semestres que participaram do presente estudo, de acordo com os períodos noturno e diurno.

Quadro 1 – Cursos e turmas por período noturno e diurno que participaram do estudo, de acordo com os departamentos e cursos da instituição. 2010.

Departamentos	Cursos	Turmas*
DCAA	B. Agronomia	Diurno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º, 9º e 10º
	L. Geografia	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
	B. Geografia	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
	B. Med. Veterinária	Diurno = 2º, 4º, 6º, 8º e 10º
DACC	B. Administração	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º Noturno = 2º, 4º, 6º, 8º e 10º
	B. C. Contábeis	Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
DCB	L. Biologia	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º Noturno = 3º, 5º e 7º
	B. Biologia	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
	B. Biomedicina	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
DCEc	B. Economia	Diurno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º e 8º Noturno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º, 9º e 10º
DCET	B. Engenharia	Diurno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º, 9º e 10º
	L. Química	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
	B. Química	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
	L. Física	Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
	B. Física	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
	L. Matemática	Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
	B. Matemática	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
DCEd	B. C. Computação	Diurno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º e 8º
	L. Pedagogia	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
DCS	B. Enfermagem	Diurno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º e 8º
	B. Medicina	Diurno = 1º, 2º, 3º, 4º, 5º e 6º anos
	L. Educação Física	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
DCJ	B. Direito	Diurno = 2º, 4º, 6º, 8º e 10º Noturno = 2º, 4º, 6º, 8º e 10º
DFCH	L. C. Sociais	Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
	L. História	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º Noturno = 3º, 5º, 7º e 9º
	L. Filosofia	Diurno = 3º, 5º e 7º Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
DLA	L. Letras (E/P)	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º Noturno = 2º, 4º, 6º e 8º
	L. Letras (I/P)	Diurno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º e 8º
	B. LEA	Diurno = 2º, 4º, 6º e 8º
	Comunicação Social	Diurno = 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º e 8º

DCAA = Departamento de Ciências Agrárias e Ambientais; DACC = Departamento de Administração e Ciências Contábeis; DCB = Departamento de Ciências Biológicas; DCEc = Departamento de Ciências Econômicas; DCET = Departamento de Ciências Exatas e Tecnológicas; DCEd = Departamento de Ciências da Educação; DCS = Departamento de Ciências da Saúde; DCJ = Departamento de Ciências Jurídicas; DFCH = Departamento de Filosofia e Ciências Humanas; DLA = Departamento de Letras e Artes; B = Bacharelado; C = Ciências; E/P = Espanhol/Português; I/P = Inglês/Português; L = Licenciatura; LEA = Língua Estrangeira Aplicada às Negociações Internacionais; * Turmas do 2º semestre letivo de acordo com o período (noturno e diurno).

3.2.2 Determinação do tamanho da amostra

Para a determinação do tamanho da amostra, recorreu-se a equação proposta por Luiz e Magnanini (2000):

$$n = \frac{Z^2 \alpha_{/2} N (1 - P)}{\varepsilon_r^2 P (N - 1) + Z^2 \alpha_{/2} (1 - P)}$$

Onde: n = tamanho da amostra; $Z^2 \alpha_{/2}$ = nível de confiança; N = tamanho da população; P = prevalência estimada; ε_r = erro relativo.

Para o cálculo amostral, foi adotado um nível de confiança de 95% e erro tolerável de amostragem de 3 p.p. (pontos percentuais). Considerando o desconhecimento das frequências dos desfechos a serem investigados, assim como a característica do levantamento de diferentes informações foi adotada a prevalência de 50%. A amostra obtida foi de 893 sujeitos; a este valor foram acrescidos 15% para o controle de fatores de confusão em estudo de associação e, posteriormente, mais 20,0% para possíveis perdas e recusas. Sendo assim, a amostra necessária foi de 1.232 estudantes (Tabela 3).

Tendo em vista os parâmetros de poder do estudo como de 80%, nível de confiança de 95% e número de sujeitos em cada categoria das variáveis independentes, o tamanho da amostra alcançada neste estudo pode detectar diferenças significativas com razões de prevalências acima de 1,2, considerando como não expostos a um comportamento menos ativo no lazer os estudantes vinculados ao Departamento de Ciências da Saúde e expostos aqueles do Departamento de Letras e Artes. As análises de estimativas de poder deste estudo foram realizadas no Programa *Epi-Info 6.04*.

Tabela 3 – Distribuição da amostra prevista de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010.

Cursos	Turno																				Total Geral	
	Noturno										Diurno											
	2010		2009		2008		≤ 2007		Total		2010		2009		2008		≤ 2007		Total			
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%			
B. Agronomia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	9,8	10	19,6	10	19,6	26	51,0	51	100,0		
L. Geografia	9	25,7	8	22,9	-	-	8	22,9	25	71,4	-	-	-	-	6	17,1	4	11,4	10	28,6		
B. Geografia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	53,3	7	46,7	-	-	-	-	15	100,0		
B. M. Veterinária	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	21,8	11	20,0	9	16,4	23	41,8	55	100,0		
B. Administração	10	12,0	8	9,6	8	9,6	19	23,0	45	54,2	9	10,8	8	9,6	8	9,6	13	15,8	38	45,8		
B. C. Contábeis	7	25,0	6	21,4	6	21,4	9	32,2	28	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28	100,0	
L. Biologia	-	-	6	18,8	-	-	-	-	6	18,8	4	12,5	4	12,5	9	28,1	9	28,1	26	81,2		
B. Biologia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	25,0	6	25,0	6	25,0	6	25,0	24	100,0		
B. Biomedicina	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9	29,0	8	25,8	7	22,6	7	22,6	31	100,0		
B. Economia	5	4,9	10	9,8	8	7,8	32	31,4	55	53,9	5	4,9	10	9,8	9	8,8	23	22,6	47	46,1		
B. Engenharia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	11,3	11	20,8	11	20,8	25	47,1	53	100,0		
L. Química	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	23,8	6	28,6	4	19,0	6	28,6	21	100,0		
B. Química	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	50,0	6	50,0	-	-	-	-	12	100,0		
L. Física	4	26,7	3	20,0	2	13,3	6	40,0	15	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	100,0	
B. Física	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	18,2	2	18,2	2	18,2	5	45,4	11	100,0		
L. Matemática	8	26,7	6	20,0	5	16,7	11	36,6	30	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	30	100,0	
B. Matemática	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	23,1	3	23,1	1	7,7	6	46,1	13	100,0		
B. C. Computação	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	16,0	12	24,0	10	20,0	20	40,0	50	100,0		

B = Bacharelado; C = Ciências; L = Licenciatura; M = Medicina.

Continua na próxima página

Continuação da Tabela 3 – Distribuição da amostra prevista de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010.

Cursos	Turno																				Total Geral	
	Noturno										Diurno											
	2010		2009		2008		≤ 2007		Total		2010		2009		2008		≤ 2007		Total		n	%
B. Pedagogia	10	14,5	8	11,6	8	11,6	9	13,0	35	50,7	9	13,1	8	11,6	9	13,0	8	11,6	34	49,3	69	100,0
B. Enfermagem	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	16,0	15	30,0	13	26,0	14	28,0	50	100,0	50	100,0
B. Medicina	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9	17,0	8	15,1	10	18,9	26	49,0	53	100,0	53	100,0
L. E. Física	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9	25,0	9	25,0	8	22,2	10	27,8	36	100,0	36	100,0
B. Direito	12	10,3	13	11,1	13	11,1	23	19,6	61	52,1	11	9,4	11	9,4	13	11,1	21	18,0	56	47,9	117	100,0
L. C. Sociais	9	56,2	7	43,8	-	-	-	-	16	100,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	100,0
L. História	-	-	6	13,3	11	24,5	6	13,3	23	51,1	6	13,3	5	11,1	-	-	11	24,5	22	48,9	45	100,0
L. Filosofia	6	14,0	5	11,6	5	11,6	11	25,6	27	62,8	-	-	4	9,3	4	9,3	8	18,6	16	37,2	43	100,0
L. Letras (E/P)	4	8,2	5	10,2	5	10,2	10	20,4	24	49,0	6	12,2	8	16,4	5	10,2	6	12,2	25	51,0	49	100,0
L. Letras (I/P)	3	11,5	3	11,5	3	11,5	3	11,7	12	46,2	4	15,4	3	11,5	2	7,7	5	19,2	14	53,8	26	100,0
B. LEA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	23,3	6	20,0	6	20,0	11	36,7	30	100,0	30	100,0
B. Comunicação	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	18,9	10	27,0	9	24,3	11	29,8	37	100,0	37	100,0
Total	87	7,1	94	7,6	74	6,0	147	11,9	402	32,6	164	13,3	191	15,5	171	13,9	304	24,7	830	67,4	1.232	100,0

B = Bacharelado; C = Ciências; E = Educação; E/P = Espanhol/Português; I/P = Inglês/Português; L = Licenciatura; LEA = Língua Estrangeira Aplicada às Negociações Internacionais.

3.2.3 Critérios de inclusão e exclusão

Foram incluídos os estudantes regularmente matriculados no 2º semestre letivo de 2010 (cursando, no mínimo, uma disciplina) nos cursos de graduação presenciais da instituição (para o curso de Medicina foram considerados os discentes matriculados em março de 2010, tendo em vista que não há uma nova matrícula para o segundo semestre). Responderam ao questionário os estudantes encontrados na universidade em até três tentativas, em dias e horários diferentes, caso contrário, foram considerados como perdas. O não aceite em participar foi considerado como recusa. Para as perdas e recusas não houve reposição. Os estudantes universitários que ingressaram no segundo semestre letivo (calouros), por processo de vestibular não fizeram parte deste estudo, assim como os estudantes dos cursos de ensino a distância e com matrícula especial (estudantes com diploma de ensino superior que se matriculam em disciplinas de cursos de graduação).

3.2.4 Coleta de dados

A coleta de dados foi realizada nos meses de setembro a novembro de 2010, na universidade, antes do início das aulas ou durante o transcorrer das aulas (conforme conveniência dos sujeitos selecionados).

3.2.4.1 Procedimentos para coleta de dados

Foi realizado o contato com a Secretária Geral de Cursos (SECREGE) da universidade, visando à obtenção das informações necessárias para os procedimentos de amostragem descritos. Entretanto, esses dados somente foram fornecidos pela SECREGE, após aprovação da Reitoria e assinatura do Termo de Compromisso pelo pesquisador principal.

Foram solicitadas as listas com os nomes dos estudantes matriculados por ordem alfabética, de acordo com curso, ano de ingresso na universidade e período estudo. Também foi obtido o nome de uma disciplina que os estudantes estavam matriculados, visando facilitar a localização dos mesmos nas salas de aulas da universidade.

Os colegiados dos cursos foram informados previamente, mediante correspondência eletrônica encaminhada aos departamentos

aos quais os cursos são vinculados. Para facilitar a localização das disciplinas, foram obtidos os cronogramas dos horários de todos os cursos.

Previamente à coleta de dados, realizou-se treinamento com a equipe de coleta nos meses de julho e agosto, sendo esse treinamento conduzido pelo pesquisador principal deste estudo. Durante a coleta de dados foram realizados treinamentos com estudantes de diferentes cursos que se dispuseram a auxiliar na coleta de dados e que facilitaram o contato com aqueles selecionados.

Os universitários selecionados foram procurados em sala de aula e foi solicitada a autorização do professor para a aplicação do instrumento, especialmente em disciplinas com um número superior a 10 universitários selecionados. Nas outras situações, realizou-se o contato diretamente com os estudantes selecionados, de forma individual ou em pequenos grupos. Todos os estudantes foram informados sobre os objetivos do estudo e a forma de participação. Essas informações foram disponibilizadas de forma oral pelos pesquisadores responsáveis pela coleta de dados e também descritas no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) que consta no Apêndice I e que foi assinado antes do preenchimento do questionário. Dúvidas eventuais foram sanadas pelos aplicadores no momento da coleta.

3.3 Instrumento de medida

Foi utilizado um questionário (Apêndice II) construído com base em outros instrumentos previamente utilizados em estudos com adultos e estudantes universitários. Segue a relação abaixo:

- Perfil do estilo de vida individual (NAHAS; BARROS; FRANCALACCI, 2000);
- Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores da indústria (NAHAS, 2009);
- Questionário tipo A, utilizado no Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não-transmissíveis (BRASIL, 2004);
- Questionário do Sistema de vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (BRASIL, 2009);
- Questionário do estudo Nutri-EF (NAHAS; ASSIS, 2001);

- Questionário do estudo Perfil da Aptidão Física e dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de estudantes de Educação Física – PAFIS (SOUSA et al., 2009).

O instrumento final, com 43 questões, foi composto pelas seguintes seções:

- a) Informações sobre o curso;
- b) Indicadores sócio-demográficos;
- c) Indicadores do estilo de vida e saúde:
 - Autopercepção de saúde e estresse;
 - Comportamentos preventivos;
 - Hábitos alimentares e controle do peso corporal;
 - Atividade física e opções de lazer (pregressas e atuais);
- d) Indicadores do ambiente e das condições de aprendizagem.

3.3.1 Validade do instrumento de coleta de dados

O questionário aplicado neste estudo foi previamente testado, quanto à validade de face e conteúdo, clareza (pré-testagem) e reprodutibilidade. Em todas as etapas os participantes foram informados sobre o sigilo com o tratamento das informações disponibilizadas e concordaram em participar mediante a assinatura do TCLE. Os detalhes sobre o processo de validação do instrumento são apresentados no Apêndice III.

3.4 Variáveis do estudo

3.4.1 Variável desfecho

Para este estudo, a variável dependente é a atividade física no lazer, categorizada como: *mais ativos no lazer* (estudantes que obtiveram um mínimo de 150 minutos por semana em atividades físicas de lazer em uma semana normal); e *menos ativos no lazer* (estudantes que apresentaram <150 minutos por semana em atividades físicas de lazer em uma semana normal), sendo essa a categoria de desfecho principal, conforme categorização empregada em outros estudos com estudantes universitários (BIELLEMAN et al., 2007; MIELKE et al., 2010).

Para a construção dessa variável, foram multiplicados os dias de prática pelo tempo médio de prática por dia das atividades físicas de

lazer, sendo os minutos das atividades físicas vigorosas, multiplicados por dois.

As atividades físicas moderadas foram: pedalar, voleibol, caminhada em esteira, hidroginástica, surfe, natação, caminhada em locais abertos, dança e tênis de mesa. Atividades físicas vigorosas foram: futebol, basquetebol, handebol, corrida em locais abertos, ginástica aeróbica, lutas ou artes marciais, tênis de quadra, corrida em esteira, futebol de salão, pedalar em bicicleta ergométrica e spinning (ciclismo indoor). A intensidade das atividades físicas foi determinada de acordo com o compêndio do gasto energético, considerando as atividades moderadas como aquelas de 3 a 5,9 METs (equivalente metabólico) e as vigorosas, ≥ 6 METs (AINSWORTH et al. 2000).

3.4.2 Variáveis independentes

As variáveis independentes do presente estudo são relacionadas aos indicadores sócio-demográficos, do curso da universidade e das atividades físicas pregressas. As variáveis do curso foram os *departamentos da universidade*, classificados conforme padronização utilizada pela instituição, que agrupa os cursos nos seguintes departamentos (áreas): DCAA=Departamento de Ciências Agrárias e Ambientais; DACC=Departamento de Administração e Ciências Contábeis; DCB=Departamento de Ciências Biológicas; DCEc=Departamento de Ciências Econômicas; DCET=Departamento de Ciências Exatas e Tecnológicas; DCEd=Departamento de Ciências da Educação; DCS=Departamento de Ciências da Saúde; DCJ=Departamento de Ciências Jurídicas; DFCH=Departamento de Filosofia e Ciências Humanas e DLA=Departamento de Letras e Artes; *ano de ingresso no curso*, categorizado como, 2010, 2009, 2008 e 2007 ou anterior; e *período de estudo*: diurno e noturno.

As variáveis sócio-demográficas foram: *sexo* (masculino e feminino); *faixa de idade* (categorizado em terços); *carga horária semanal em estágio/trabalho*, categorizada em: 0h/sem (não tem estágio/trabalho); 1-19h/sem; 20-29h/sem; 30-39h/sem; ≥ 40 h/sem; e *situação conjugal*, dicotomizada em sem companheiro(a), aqueles que referiram ser solteiros(as), viúvos(as) ou divorciados(as) e com companheiro(a), aqueles informaram ser casados(as) ou vivendo com parceiro(a).

Para as atividades físicas pregressas, foram obtidas as informações relativas ao contexto da Educação Física Escolar (EFE) e práticas de lazer. A variável, *anos de participação nas aulas de EFE*, foi obtida mediante o somatório dos anos de participação regular nas aulas de EFE, nos ensinos fundamental II (a partir da 5ª série) e médio, categorizada como: ≤ 3 anos; 4 e 5 anos; e ≥ 6 anos.

Para as atividades físicas no lazer, praticadas antes do ingresso na universidade, foram utilizadas as seguintes variáveis: *tipo principal de atividade física pregressa no lazer*, mediante a informação da principal atividade física praticada no lazer de forma regular, sendo as seguintes opções de resposta: futebol, voleibol, handebol, basquetebol, ginástica em geral (com uso de pesos, trampolins e etc.), corridas em ambientes abertos (parques, praças, etc.), caminhadas em parques, praias, trilhas, etc. (não sendo considerado o deslocamento para o trabalho, estudo, compras, etc.), ginástica aeróbica, musculação, lutas ou artes marciais, tênis de quadra, corrida em esteira, caminhada em esteira, hidroginástica, natação, bicicleta (não sendo considerado o deslocamento para o trabalho, estudo, compras, etc.), outras atividades físicas praticadas, além da categoria “não praticou atividade física no lazer”; e o *tempo de prática de atividade física no lazer*, composto pelo relato do tempo médio em anos e meses de prática de atividades físicas no lazer, posteriormente categorizada em: < 1 ano; 1 ano a 3 anos; ≥ 3 anos.

3.5 Tabulação dos dados

As informações foram tabuladas no programa *EpiData 3.1* e, posteriormente, transferidas para o Programa *Stata* para o *Windows*, versão 11.0 e empregados os procedimentos estatísticos.

3.5.1 Tratamento estatístico

Foram empregados os procedimentos de estatística descritiva: frequências absoluta e relativa, média, mediana, desvio padrão (DP), valores mínimo e máximo, e intervalos de confiança das variáveis de interesse do estudo. Em relação às medidas de associação, empregou-se o teste do Qui-quadrado (χ^2) e Qui-quadrado para tendência (χ^2) visando analisar a possível associação entre a frequência de universitários não participantes (perdas/recusas) com a amostra alcançada, assim como

entre a quantidade de estudantes universitários na população com a amostra alcançada. A Razão de Prevalência (RP), nas análises brutas e ajustadas, foi empregada como medida de associação, por meio da regressão de *Poisson*, com ajuste para a variância robusta, nas análises principais do estudo.

Na análise (bruta e ajustada), a categoria de desfecho deste estudo (menos ativo no lazer) foi analisada em relação aos indicadores sobre o curso (ano de ingresso, período de estudo e departamentos da universidade) e sócio-demográficos (sexo, faixa de idade, carga horária semanal em estágio/trabalho e situação conjugal). Para a análise ajustada, todas as variáveis exploratórias foram para análise, independente do valor de p da análise bruta. Foram considerados os seguintes níveis, considerando a hipotética relação temporal entre as variáveis: Nível distal: sexo e faixa de idade; Nível intermediário: situação conjugal; e Nível proximal: carga horária semanal em estágio/trabalho, período de estudo, ano de ingresso na universidade e departamento. As variáveis que apresentaram valor de p do teste de *Wald* $<0,20$, nos níveis superiores, foram ajustadas as variáveis dos níveis inferiores, seguindo o procedimento de seleção *backward*.

Para a análise entre a atividade física no lazer atual com os indicadores de atividades físicas pregressas (tempo de prática de atividade física no lazer, antes do ingresso na universidade e anos de participação regular nas aulas de EFE), foram realizadas análises brutas e ajustadas. Na análise ajustada foi realizado o controle para possíveis fatores de confusão de acordo com a variável de atividade física pregressa e em blocos independentes, conforme apresentado no Quadro 2. Para todas as análises estatísticas, os resultados foram definidos como estatisticamente significativos para um valor de $p < 0,05$.

Quadro 2 – Variáveis e blocos de análise de acordo com as variáveis relacionadas às atividades físicas progressas. 2010.

Variáveis exploratórias	Blocos e variáveis de controle para a confusão
Tempo de prática de atividade física no lazer, antes do ingresso na universidade	<p>Bloco I: sexo;</p> <p>Bloco II: departamentos;</p> <p>Bloco III: anos de participação regular nas aulas de EFE e tipo principal de atividade física praticada no lazer, antes do ingresso na universidade;</p> <p>Bloco IV: sexo, departamentos, anos de participação regular nas aulas de EFE e tipo principal de atividade física praticada no lazer, antes do ingresso na universidade.</p>
Anos de participação regular nas aulas de EFE	<p>Bloco I: sexo;</p> <p>Bloco II: departamentos;</p> <p>Bloco III: tempo de prática de atividade física no lazer antes do ingresso na universidade e tipo principal de atividade física praticada no lazer, antes do ingresso na universidade;</p> <p>Bloco IV: sexo, departamentos, tempo de prática de atividade física no lazer antes do ingresso na universidade e tipo principal de atividade física praticada no lazer, antes do ingresso na universidade.</p>

CAPITULO IV

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para sistematizar a apresentação e a discussão dos resultados deste estudo, dividiu-se este capítulo em três seções:

1. Amostra alcançada, perdas/recusas e características sócio-demográficas e de curso dos estudantes;
2. Prevalência e fatores associados aos estudantes universitários menos ativos no lazer;
3. Associação entre atividade física pregressa, nos contextos do lazer e escolar com a atividade física no lazer atual.

4.1 Amostra alcançada, perdas/recusas e características sócio-demográficas e de curso dos estudantes

Da amostra calculada ($n=1.232$), foi obtida taxa de resposta de 88,0% ($n=1.084$). Em todos os cursos foi obtido percentual de participação superior a 70%. A quantidade de estudantes universitários que participaram do estudo, de acordo com os cursos, ano de ingresso na universidade e período de estudo é apresentada na Tabela 4.

Tabela 4 – Distribuição da amostra alcançada de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição. 2010.

Cursos	Turno																				Total Geral	
	Noturno								Diurno								Total					
	2010		2009		2008		≤ 2007		Total		2010		2009		2008		≤ 2007		Total		n	%
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
B. Agronomia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	9,8	10	19,6	9	17,6	17	33,4	41	80,4	41	80,4	
L. Geografia	9	25,7	7	20,0	-	-	8	22,9	24	68,6	-	-	-	-	6	17,1	2	5,7	8	22,8	32	91,4
B. Geografia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	53,3	7	46,7	-	-	-	-	15	100,0	15	100,0	
B. M. Veterinária	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	21,8	11	20,0	9	16,4	22	40,0	54	98,2	54	98,2	
B. Administração	9	10,8	8	9,6	8	9,6	17	20,6	42	50,6	9	10,8	8	9,6	8	9,6	12	14,6	37	44,6	79	95,2
B. C. Contábeis	7	25,1	6	21,4	6	21,4	6	21,4	25	89,3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	25	89,3
L. Biologia	-	-	5	15,6	-	-	-	-	5	15,6	4	12,5	4	12,5	7	21,9	8	25,0	23	71,9	28	87,5
B. Biologia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	25,0	5	20,8	6	25,0	4	16,7	21	87,5	21	87,5	
B. Biomedicina	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	25,7	6	19,4	7	22,6	6	19,4	27	87,1	27	87,1	
B. Economia	5	4,9	10	9,8	8	7,8	22	21,6	45	44,1	4	3,9	9	8,8	9	8,8	16	15,8	38	37,3	83	81,4
B. Engenharia	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	11,3	11	20,8	11	20,8	10	18,8	38	71,7	38	71,7	
L. Química	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	23,8	5	23,8	4	19,0	5	23,9	19	90,5	19	90,5	
B. Química	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	50,0	6	50,0	-	-	-	-	12	100,0	12	100,0	
L. Física	4	26,7	3	20,0	2	13,3	4	26,7	13	86,7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13	86,7
B. Física	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	18,2	2	18,2	-	-	5	45,4	9	81,8	9	81,8	
L. Matemática	8	26,7	6	20,0	4	13,3	9	30,0	27	90,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	27	90,0
B. Matemática	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	23,1	3	23,1	1	7,7	5	38,4	12	92,3	12	92,3	
B. C. Computação	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	16,0	12	24,0	9	18,0	13	26,0	42	84,0	42	84,0	

B = Bacharelado; C = Ciências; L = Licenciatura; M = Medicina.

Continua na próxima página

Continuação da Tabela 4 – Distribuição da amostra alcançada de estudantes universitários por período de estudo e ano de ingresso, de acordo com os cursos da instituição, 2010.

Cursos	Turno																				Total Geral	
	Noturno										Diurno											
	2010		2009		2008		≤ 2007		Total		2010		2009		2008		≤ 2007		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
B. Pedagogia	6	8,7	8	11,6	2	2,9	7	10,1	23	33,3	9	13,1	8	11,6	9	13,0	8	11,6	34	49,3	57	82,6
B. Enfermagem	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	16,0	15	30,0	13	26,0	14	28,0	50	100,0	50	100,0
B. Medicina	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	9,4	7	13,2	10	18,9	22	41,5	44	83,0	44	83,0
L. E. Física	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	22,2	8	22,2	7	19,4	9	25,1	32	88,9	32	88,9
B. Direito	10	8,5	13	11,1	13	11,1	17	14,6	53	45,3	11	9,4	10	8,5	10	8,5	19	16,3	50	42,7	103	88,0
L. C. Sociais	8	50,0	7	43,8	-	-	-	-	15	93,8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	93,8
L. História	-	-	6	13,3	10	22,2	1	2,3	17	37,8	3	6,7	3	6,7	-	-	9	19,9	15	33,3	32	71,1
L. Filosofia	6	14,0	5	11,6	4	9,3	11	25,6	26	60,5	-	-	4	9,3	4	9,3	7	16,2	15	34,8	41	95,3
L. Letras (E/P)	4	8,2	4	8,2	5	10,2	9	18,3	22	44,9	6	12,2	6	12,3	5	10,2	6	12,2	23	46,9	45	91,8
L. Letras (I/P)	3	11,5	3	11,5	3	11,5	3	11,7	12	46,2	4	15,4	3	11,5	2	7,7	4	15,4	13	50,0	25	96,2
B. LEA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	23,3	6	20,0	6	20,0	11	36,7	30	100,0	30	100,0
B. Comunicação	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	18,9	7	18,9	8	21,6	11	29,8	37	89,2	33	89,2
Total	79	6,4	91	7,4	65	5,3	112	9,3	347	28,3	154	12,5	176	14,3	160	13,0	242	19,9	732	59,3	1.084	88,0

B = Bacharelado; C = Ciências; E = Educação; E/P = Espanhol/Português; I/P = Inglês/Português; L = Licenciatura; LEA = Língua Estrangeira Aplicada às Negociações Internacionais.

Neste estudo, não foram observadas diferenças nas proporções de homens e mulheres, assim como em universitários dos períodos de estudo diurno e noturno, entre a amostra alcançada e as perdas/recusas. No entanto, observou-se diferença para o ano de ingresso na universidade. As informações sobre a associação entre as perdas/recusas e a amostra alcançada deste estudo são apresentadas na Tabela 5.

Tabela 5 – Associação entre perdas/recusas e amostra alcançada de acordo com o sexo, período de estudo e ano de ingresso na universidade. 2010.

Variáveis	Amostra alcançada		Perdas/recusas		P
	n	% (IC95%)	n	% (IC95%)	
Sexo					0,52*
Masculino	491	45,3 (42,4 – 48,3)	63	42,6 (34,9 – 50,8)	
Feminino	592	54,7 (51,7 – 57,6)	85	57,4 (49,3 – 65,2)	
Período de estudo					0,38*
Diurno	735	67,8 (65,0 – 70,6)	95	64,2 (56,1 – 71,5)	
Noturno	349	32,2 (29,4 – 35,0)	53	35,8 (28,5 – 43,8)	
Ano de ingresso na universidade					<0,001**
2010	233	21,5 (19,1 – 24,0)	18	12,2 (7,8 – 18,5)	
2009	267	24,6 (22,1 – 27,2)	18	12,2 (7,8 – 18,5)	
2008	225	20,8 (18,3 – 23,2)	20	13,5 (8,8 – 20,0)	
≤2007	359	33,1 (30,3 – 35,9)	92	62,1 (54,1 – 70,0)	

* Teste do Qui-quadrado; ** Teste do Qui-quadrado para tendência; IC95% = Intervalo de Confiança a 95%.

Tendo em vista a diferença para o ano de ingresso na universidade, entre a amostra alcançada e as perdas/recusas, realizou-se análises visando identificar possíveis diferenças entre a proporção de estudantes universitários na população com a amostra alcançada, de acordo com o ano de ingresso na universidade. Essa análise demonstrou não haver diferenças estatísticas entre a população e a amostra alcançada (χ^2 : 5,946; p=0,11), conforme apresentado na Figura 1.

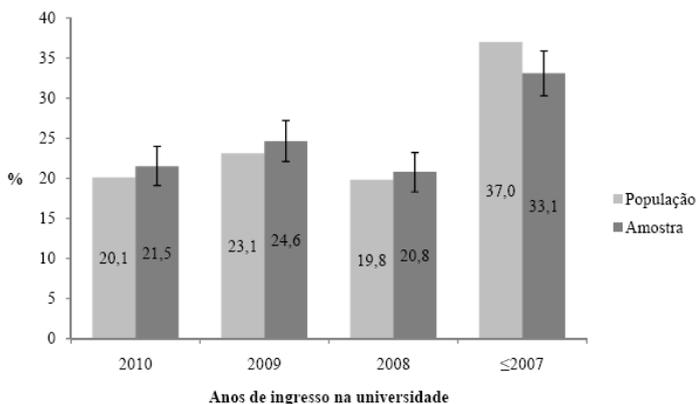


Figura 1 – Associação entre a população do estudo e a amostra alcançada, de acordo com o ano de ingresso na universidade. Barras verticais representam o intervalo de confiança (IC95%)

Dentre os 12,0% de perdas/recusas, somente quatro sujeitos recusaram participar, sendo um estudante dos cursos de Bacharelado em Administração e Bacharelado em Ciência da Computação e, dois estudantes do curso de Bacharelado em Direito. A concentração de perdas no estrato do ano de ingresso até 2007 ocorreu em função de disciplinas em que não há a necessidade de presença na universidade, como as disciplinas de Trabalho de Conclusão de Curso, bem como disciplinas relativas a estágios, com possibilidade de realização em outras cidades.

No presente estudo a mediana e a média de idade foram 22 anos e 23,5 anos (DP=5,3 anos; 17 a 52 anos), respectivamente. Houve uma maior participação de mulheres (54,7%), da faixa de idade de 21 a 23 anos (37,4%), sem estágio/trabalho (41,9%) e sem companheiro(a) (86,4%) (Tabela 6). Com relação à proporção de estudantes por departamento (Figura 2) observou-se maiores proporções para os Departamentos de Ciências Exatas (16,0%; IC95%: 13,8-18,2), Letras e Artes (13,3%; IC95%: 11,3-15,4) e Ciências Agrárias e Ambientais (13,0%; IC95%: 11,1-15,1).

Tabela 6 – Distribuição da amostra alcançada de estudantes universitários de acordo com os indicadores sócio-demográficos e de curso. 2010.

Variáveis	n	%	IC95%
Sexo			
Masculino	491	45,3	42,4 – 48,3
Feminino	592	54,7	51,7 – 57,6
Faixa de idade (tercis)			
17 a 20 anos	285	26,7	24,0 – 29,3
21 a 23 anos	400	37,4	34,5 – 40,3
24 a 52 anos	384	35,9	32,0 – 38,8
Situação conjugal			
Sem parceiro(a)	937	86,4	84,4 – 88,5
Com parceiro(a)	147	13,6	11,5 – 15,6
Carga horária semanal em estágio/trabalho			
Zero horas/semana	447	41,9	39,0 – 44,9
1 a 19 horas/semana	122	11,4	9,5 – 13,3
20 a 29 horas/semana	252	23,6	21,1 – 26,2
30 a 39 horas/semana	83	7,8	6,2 – 9,4
≥40 horas/semana	162	15,2	13,0 – 17,3
Período de estudo			
Diurno	735	67,8	65,0 – 70,6
Noturno	349	32,2	29,4 – 35,0
Ano de ingresso na universidade			
2010	233	21,5	19,1 – 24,0
2009	267	24,6	22,1 – 27,2
2008	225	20,8	18,3 – 23,2
≤2007	359	33,1	30,3 – 35,9

% = Prevalência; IC95% = Intervalo de Confiança a 95%.

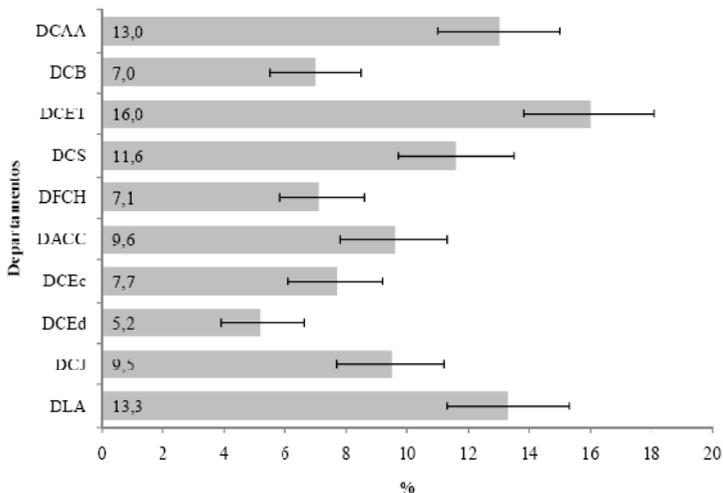


Figura 2 – Proporção de universitários de acordo com os departamentos da universidade. 2010. DCAA=Departamento de Ciências Agrárias e Ambientais; DACC=Departamento de Administração e Ciências Contábeis; DCB=Departamento de Ciências Biológicas; DCEc=Departamento de Ciências Econômicas; DCEI=Departamento de Ciências Exatas e Tecnológicas; DCEd=Departamento de Ciências da Educação; DCS=Departamento de Ciências da Saúde; DCJ=Departamento de Ciências Jurídicas; DFCH=Departamento de Filosofia e Ciências Humanas e DLA=Departamento de Letras e Artes; Barras horizontais representam o Intervalo de Confiança (95%).

4.2 Prevalência e fatores associados aos estudantes universitários menos ativos no lazer

A prevalência de estudantes universitários menos ativos no lazer foi de 65,0% (IC95%: 62,1-67,9). A prevalência deste estudo foi maior que a proporção observada em estudantes menos ativos no lazer (42,9%) da Universidade Federal de Pelotas, RS (MIELKE et al., 2010) e de uma universidade pública em São Cristóvão, SE (45,2%) (SILVA; PEREIRA, 2010). Outros estudos com estudantes universitários brasileiros demonstraram prevalências elevadas de comportamento menos ativo no lazer, como em estudos com estudantes de Medicina, 43,1% (COELHO et al., 2005) e Fisioterapia, 44,4%, (CORREIA; CAVALCANTE; SANTOS, 2010).

Em estudantes universitários australianos, a prevalência de menos ativos no lazer (<800 kcal/semana) foi de 40,3% (LESLIE et al., 1999) e, em egípcios a proporção que referiu não praticar exercícios físicos foi de 33,8% (ABOLFOTOUH et al., 2007). A prevalência elevada deste

estudo pode estar relacionada à falta de administração do tempo despendido para as atividades acadêmicas e de lazer, assim como a percepção de outros limitantes relacionados ao clima, falta de vontade e cansaço (SOUSA; SANTOS; JOSÉ, 2010). Outra possível resposta para a elevada prevalência deste estudo refere-se à participação, de forma isolada, em atividades físicas relacionadas a exercícios físicos resistidos, como a musculação (SOUSA; SANTOS; JOSÉ, 2010) que não foram consideradas neste estudo, para o somatório dos minutos de atividades físicas praticadas no lazer.

As comparações com outros estudos realizados com estudantes universitários são limitadas, pois, existem importantes divergências, quanto às amostras dos estudos, que envolvem na maioria das ocasiões somente um curso, ou uma área da universidade. Demais comparações tornam-se limitadas, tendo em vista o emprego de diferentes medidas da atividade física, que incluem frequentemente o levantamento de informações relacionadas à prática esportiva (VIEIRA et al., 2002), ou atividades físicas no lazer (ABOLFOTOUH et al., 2007; SOUSA et al., 2009; SILVA; PEREIRA, 2010), ou deslocamento (MIELKE et al., 2010), ou atividades físicas em todos os domínios (SILVA et al., 2007; FONTES; VIANNA, 2009).

As mulheres neste estudo apresentaram maior chance de serem menos ativas no lazer (RP=1,58; IC95%=1,43-1,75) que os rapazes (Tabela 7). Essa característica tem sido amplamente observada em estudos populacionais, que mensuraram os níveis de prática de atividades físicas no lazer (BRASIL, 2010; ZANCHETTA et al., 2010), como em estudos com estudantes universitários (STOCK; WILLE; KRÄMER, 2001; ABOLFOTOUH et al., 2007; BIELLEMAN et al., 2007; MADUREIRA et al., 2009; SOUSA et al., 2009). Possivelmente, as mulheres se envolvem mais em atividades físicas moderadas, como a caminhada, quando comparadas aos homens, que se envolvem com maior frequência em atividades moderadas a vigorosas (DUMITH; DOMINGUES; GIGANTE, 2009; MALTA et al., 2009), proporcionando assim maiores diferenças quanto ao nível de prática.

Tabela 7 – Prevalência e fatores associados aos estudantes universitários menos ativos no lazer. 2010.
Razões de Prevalências (RP) brutas e ajustadas estimadas por Regressão de *Poisson*.

Variáveis	n	%	Bruta		Ajustada	
			RP (IC95%)	p	RP (IC95%)	p
Sexo^a				<0,001		<0,001
Masculino	468	49,1	1,00		1,00	
Feminino	574	77,9	1,58 (1,43-1,75)		1,58 (1,43-1,75)	
Faixa de idade (tercis)^a				0,61*		0,43*
17 a 20 anos	274	65,0	1,00		1,00	
21 a 23 anos	390	63,1	0,97 (0,86-1,09)		0,98 (0,88-1,09)	
24 a 52 anos	365	66,6	1,02 (0,91-1,15)		1,04 (0,93-1,16)	
Situação conjugal^b				0,32		0,39
Sem parceiro(a)	906	64,5	1,00		1,00	
Com parceiro(a)	137	68,6	1,06 (0,94-1,20)		1,05 (0,94-1,18)	
Carga horária semanal em estágio/trabalho^c				0,87*		0,63*
Zero horas/semana	429	64,1	1,00		1,00	
1 a 19 horas/semana	121	66,9	1,04 (0,90-1,20)		0,97 (0,84-1,13)	
20 a 29 horas/semana	243	65,4	1,02 (0,91-1,14)		0,98 (0,87-1,10)	
30 a 39 horas/semana	82	63,4	0,99 (0,83-1,18)		1,01 (0,86-1,18)	
≥40 horas/semana	152	65,1	1,02 (0,89-1,16)		1,04 (0,91-1,19)	
Período de estudo^c				0,69		0,97
Diurno	709	64,6	1,00		1,00	
Noturno	334	65,9	1,02 (0,93-1,12)		1,00 (0,90-1,11)	
Ano de ingresso na universidade^c				0,82*		0,50*
2010	223	63,2	1,00		1,00	
2009	254	65,0	1,03 (0,90-1,17)		1,00 (0,88-1,14)	
2008	220	68,6	1,08 (0,95-1,24)		1,12 (0,99-1,27)	
≤2007	346	63,9	1,01 (0,89-1,15)		1,02 (0,90-1,15)	

IC95% = Intervalo de confiança; % = Prevalência; DCAA=Departamento de Ciências Agrárias e Ambientais; DACC=Departamento de Administração e Ciências Contábeis; DCB=Departamento de Ciências Biológicas; DCEC=Departamento de Ciências Econômicas; DCET=Departamento de Ciências Exatas e Tecnológicas; DCE=Departamento de Ciências da Educação; DCS=Departamento de Ciências da Saúde; DCJ=Departamento de Ciências Jurídicas; DFCH=Departamento de Filosofia e Ciências Humanas e DLA=Departamento de Letras e Artes; * Teste de *Wald* para tendência linear; a = Nível distal (sexo e faixa de idade); b = Nível intermediário (situação conjugal); c = Nível proximal (carga horária semanal em atividades de estágio/trabalho, período de estudo, ano de ingresso e departamentos).
Continua na próxima página

Continuação da Tabela 7 – Prevalência e fatores associados aos estudantes universitários menos ativos no lazer, 2010. Razões de Prevalências (RP) brutas e ajustadas estimadas por Regressão de *Poisson*.

Variáveis	n	%	Bruta		Ajustada	
			RP (IC95%)	p	RP (IC95%)	p
Departamentos^c				0,002		0,007
DCS	122	59,0	1,00		1,00	
DCAA	134	61,9	1,05 (0,86-1,28)		1,10 (0,91-1,33)	
DCB	75	66,7	1,13 (0,91-1,40)		1,12 (0,91-1,39)	
DCET	168	61,3	1,04 (0,86-1,26)		1,19 (0,99-1,43)	
DFCH	70	64,3	1,09 (0,97-1,37)		1,15 (0,92-1,43)	
DACC	100	59,0	1,00 (0,80-1,25)		1,07 (0,87-1,33)	
DCEc	80	60,0	1,02 (0,80-1,28)		1,09 (0,88-1,36)	
DCEd	56	87,5	1,48 (1,24-1,77)		1,34 (1,13-1,58)	
DCJ	101	67,3	1,14 (0,93-1,39)		1,29 (1,06-1,57)	
DLA	137	73,7	1,25 (1,04-1,49)		1,21 (1,02-1,44)	

IC95% = Intervalo de confiança; % = Prevalência; DCAA=Departamento de Ciências Agrárias e Ambientais; DACC=Departamento de Administração e Ciências Contábeis; DCB=Departamento de Ciências Biológicas; DCEC=Departamento de Ciências Econômicas; DCET=Departamento de Ciências Exatas e Tecnológicas; DCE=Departamento de Ciências da Educação; DCS=Departamento de Ciências da Saúde; DCJ=Departamento de Ciências Jurídicas; DFCH=Departamento de Filosofia e Ciências Humanas e DLA=Departamento de Letras e Artes; * Teste de *Wald* para tendência linear; a = Nível distal (sexo e faixa de idade); b = Nível intermediário (situação conjugal); c = Nível proximal (carga horária semanal em atividades de estágio/trabalho, período de estudo, ano de ingresso e departamentos).

Neste estudo não houve associação linear entre as faixas de idade e a prática de atividade física no lazer (Tabela 7). Essa característica corrobora com outros estudos, porém, realizados com estudantes do curso de Educação Física (BIELLEMAN et al., 2007; SILVA; PEREIRA, 2010). Em estudo com universitários de Pelotas de diversos cursos, foi observado um aumento linear de universitários insuficientemente ativos com o aumento da idade (MIELKE et al., 2010) e, de maneira semelhante em australianos essa característica também foi observada, tanto em moças quanto em rapazes (LESLIE et al., 1999). Uma possível explicação é a forma em que as obrigações acadêmicas, contribuem de maneira similar em estudantes universitários de diferentes faixas de idade, como observado em estudantes do curso de Educação Física (SOUSA; SANTOS; JOSÉ, 2010).

No presente estudo, a situação conjugal não estava associada à prática de atividade física no lazer (Tabela 7). Outros estudos também não demonstraram associação entre situação conjugal e atividade física, tanto mensurado somente o lazer (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; SILVA; PEREIRA, 2010), como todos os domínios da atividade física (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; QUADROS et al., 2009). Porém, em estudo de base populacional com adultos da cidade de São Paulo

(ZANCHETTA et al., 2010), observou-se que as mulheres viúvas apresentaram maiores prevalências de inatividade física no lazer (RP=1,08; IC95%: 1,01-1,16) e, mulheres sem companheiro(a) de Pelotas, RS, foram mais insuficientemente ativas que as casadas (HALLAL et al., 2003). Considerando a limitação de informações sobre a associação entre atividade física e situação conjugal em estudantes universitários, especialmente pela escassez de estudos longitudinais no Brasil com essa população e, embora haja uma divergência na proporção de universitários com e sem parceiro(a) neste estudo, as informações observadas corroboram com outras pesquisas e levantam possíveis direções da associação entre esses dois indicadores.

Quanto à associação da carga horária semanal destinada as atividades de estágio/trabalho com a prática de atividade física no lazer (Tabela 7), também não foi observada associação. De forma semelhante ao presente estudo, Silva e Pereira (2010) não observaram associação entre trabalho e atividade física no lazer em estudantes universitários de Sergipe, após o ajuste para outras variáveis. Em contrapartida, em australianos foram observadas maiores proporções de insuficientemente ativos entre aqueles que não desempenhavam algum tipo de trabalho (LESLIE et al., 1999).

Em outros estudos realizados com estudantes universitários também não foram observadas diferenças nas prevalências de inatividade física para aqueles que realizavam algum tipo de trabalho (BIELLEMAN et al., 2007; QUADROS et al., 2009). As características da ocupação, como mais ou menos qualificadas, podem representar fatores que favorecem ou limitam a participação em atividades físicas em níveis suficientes (BURTON; TURRELL, 2000; ZANCHETTA et al., 2010). Em pesquisa sobre horas trabalhadas e inatividade física, não foi observada associação positiva (BURTON; TURRELL, 2000). Outro possível fator relacionado ao baixo nível de atividade física é o tempo de permanência na universidade (FONTES; VIANNA, 2009), de maneira que um menor tempo está associado com maiores prevalências de atividades físicas em níveis insuficientes, possivelmente pelo não envolvimento em atividades de lazer disponibilizadas pela instituição.

Com relação ao período de estudo, não foram observadas diferenças na prevalência de estudantes menos ativos no lazer (Tabela 7). Quadros et al. (2009) observaram em estudo com estudantes ingressantes (calouros) na Universidade Federal de Santa Catarina, que aqueles pertencentes ao período noturno foram mais insuficientemente ativos que os do período diurno, independente do sexo, escolaridade dos pais e condições econômicas. De forma semelhante, Fontes e Vianna

(2009) observaram em estudantes da Universidade Federal da Paraíba, que aqueles do período noturno, independente do sexo e idade, apresentaram maiores chances de baixo nível de atividade física. Vale salientar que esses estudos mensuraram os níveis de atividades físicas em todos os domínios (FONTES; VIANNA, 2009; QUADROS et al., 2009), o que limita outras comparações com este estudo.

É possível que os estudantes de ambos os períodos se envolvam em atividades ocupacionais ou realizem outras atividades acadêmicas que atuam como limitantes para as práticas de atividades físicas de lazer. Em estudos com escolares, aqueles do período noturno se envolvem com maior frequência em atividades laborais (GAMBARDELLA; GOTLIEB, 1998), assim como parecem apresentar maiores chances de comportamentos de risco, como o baixo nível de prática de atividades físicas (FARIAS JUNIOR et al., 2009).

No presente estudo, não foram observadas diferenças quanto ao nível de atividade física de lazer em estudantes universitários de diferentes anos de ingresso na universidade (Tabela 7). Outros estudos realizados demonstraram, em ambos os sexos (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; FONTES; VIANNA, 2009) e, somente para as mulheres (BIELLEMAN et al., 2007), menores níveis de prática de atividades físicas naqueles com um maior tempo de ingresso na universidade. Em contrapartida, de forma semelhante ao presente estudo, Racette et al. (2008) não observaram diferenças na proporção de não praticantes de exercícios físicos em estudantes universitários ingressantes e concluintes. A possibilidade de inserção dos estudantes em atividades de estágio/trabalho, desde o início do curso, pode representar um possível limitador.

Com relação aos departamentos (áreas) a que estão vinculados, observou-se que estudantes dos Departamentos de Ciências da Educação (RP=1,34; IC95%: 1,13-1,58), Ciências Jurídicas (RP=1,29; IC95%: 1,06-1,57) e Letras e Artes (RP=1,21; IC95%: 1,02-1,44) apresentaram maiores chance de comportamento menos ativo no lazer que os estudantes do Departamento de Ciências da Saúde. Em pesquisa realizada com estudantes da UNIPLAC (Universidade do Planalto Catarinense) em Santa Catarina (SIMÃO; NAHAS; OLIVEIRA, 2006), os estudantes das áreas de estudo: Saúde e Letras e Artes, apresentaram maiores prevalências de inatividade física que as demais áreas (Exatas e tecnológicas; Humanas e econômico-jurídica). Em estudantes da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), a menor prevalência de baixo

nível de atividade física (19,7%) foi observada para o Centro de Ciências da Saúde (FONTES; VIANNA, 2009).

Estudantes universitários vinculados a cursos de áreas relacionadas à saúde, possivelmente, pelos conteúdos disponibilizados, podem ser estimulados a adotar comportamentos saudáveis, como a prática de atividades físicas. Marcondelli et al. (2008) observaram que estudantes dos cursos de Educação Física e Nutrição apresentaram menores prevalências de inatividade física. Em outros estudos, observa-se que estudantes do curso de Educação Física, apresentam maiores níveis de prática de atividades físicas no lazer (MIELKE et al., 2010) e global (SILVA et al., 2007).

4.3 Associação entre atividade física pregressa, nos contextos do lazer e escolar com a atividade física no lazer atual

Das atividades físicas no lazer, praticadas antes do ingresso na universidade, 49,1% (IC95%: 44,7-53,5) dos homens referiram a prática do futebol e 12,4% (IC95%: 10,0-15,3) das mulheres a prática de caminhadas em ambientes abertos, como em parques e praças (Tabela 8). Além disso, 20,4% (IC95%: 17,3-23,9) das mulheres e 8,4% (IC95%: 6,4-11,4) dos homens referiram não ter praticado atividades físicas de lazer antes do ingresso na universidade. Em estudos com adultos das capitais brasileiras, as atividades físicas mais praticadas no lazer para os homens foram, caminhada e futebol e, para as mulheres a caminhada (MALTA et al., 2009). Meninos e meninas apresentam perfil diferenciado de prática de atividades física de lazer, sendo os meninos mais envolvidos em jogos com bola (HALLAL et al., 2006b) e as meninas com atividades artístico-culturais, como a dança (SILVA; MALINA, 2000).

Em estudo com adultos de Pelotas, RS, Azevedo et al. (2007), observaram que as atividades físicas pregressas praticadas por um período de pelo menos seis meses, na adolescência foram, para os homens, o futebol e, para as mulheres, o voleibol. Outras informações sobre atividades físicas pregressas de adultos de Pelotas, RS, demonstraram que tanto os homens como as mulheres de todas as faixas de idade, recordaram o futebol e o voleibol, respectivamente, como as atividades físicas mais praticadas na adolescência (AZEVEDO; ARAÚJO; PEREIRA, 2006). Acredita-se que as atividades esportivas possam ser as atividades mais praticadas, desde as fases mais precoces

da vida, principalmente, pela força de outros elementos, como a família, amigos e mídia.

Tabela 8 – Prevalência de atividades físicas praticadas no lazer, antes do ingresso na universidade, de acordo com o sexo e geral, em estudantes universitários. 2010.

Variáveis	Masculino		Feminino		Geral	
	n	% (IC95%)	n	% (IC95%)	n	% (IC95%)
Futebol	240	49,1 (44,7- 53,5)	32	5,4 (3,9-7,6)	272	25,3 (22,7-28,0)
Voleibol	23	4,7 (3,1-7,0)	62	10,5 (8,3-13,3)	85	7,9 (6,4-9,7)
Basquetebol	14	2,9 (1,7-4,8)	9	1,5 (0,8-2,9)	23	2,1 (1,4-3,2)
Handebol	8	1,6 (0,8-3,2)	38	6,4 (4,7-8,8)	46	4,3 (3,2-5,7)
Ginástica em geral	2	0,4 (0,1-1,6)	31	5,3 (3,7-7,4)	33	3,1 (2,2-4,3)
Corrida em ambientes abertos	15	3,1 (1,9-5,0)	33	5,6 (4,0-7,8)	48	4,5 (3,4-5,9)
Caminhada em ambientes abertos	13	2,7 (1,5-4,5)	73	12,4 (10,0-15,3)	86	8,0 (6,5-9,8)
Ginástica aeróbia	2	0,4 (0,1-1,6)	26	4,4 (3,0-6,4)	28	2,6 (1,8-3,7)
Musculação	58	11,9 (9,3-15,0)	59	10,0 (7,8-12,7)	117	10,9 (9,1-12,9)
Lutas ou artes marciais	33	6,7 (4,8-9,3)	15	2,5 (1,5-4,2)	48	4,5 (3,4-5,9)
Natação	23	4,7 (3,1-7,0)	32	5,4 (3,9-7,6)	55	5,1 (3,9-6,6)
Bicicleta	4	0,8 (0,3-2,2)	15	2,5 (1,5-4,2)	19	1,8 (1,1-2,7)
Dança	-	-	16	2,7 (1,7-4,4)	16	1,5 (0,9-2,4)
Outras*	12	2,4 (1,4-4,3)	27	4,6 (3,2-6,6)	39	3,6 (2,7-4,9)
Não praticou	42	8,6 (6,4-11,4)	120	20,4 (17,3-23,9)	162	15,0 (13,0-17,3)

IC95% = Intervalo de confiança; % = Prevalência; * Outras atividades físicas praticadas (tênis de quadra, caminhada em esteira, hidroginástica, surfe, futsal, tênis de mesa, ballet, yoga, golfe, skate, pilates, baleado (brincadeira) e jogos organizados), foram agrupadas, pois, apresentaram cada uma menos que 1%.

As prevalências, referentes ao tempo de prática regular nas atividades físicas progressas no lazer (AFPL) foram: ≥ 3 anos, 47,7% (IC95%: 44,7-50,7); 1 a 3 anos, 28,4% (IC95%: 25,6-31,1); e < 1 ano, 23,9% (IC95%: 21,3-26,5). Os estudantes que referiram um tempo inferior a um ano de prática, na análise bruta, apresentaram chance 80% maior de serem menos ativos no lazer (RP=1,80; IC95%: 1,63-2,00) que aqueles com ≥ 3 anos. Após o ajuste para o sexo, estudantes com < 1 ano de prática, apresentaram quase duas vezes mais chance de serem menos ativos no lazer (Tabela 9). Na análise ajustada para os departamentos da

universidade, as associações se mantiveram, sendo as maiores diferenças observadas com um menor tempo de prática de AFPL (Tabela 9).

Tabela 9 – Associação entre atividade física no lazer atual com o tempo de prática de atividade física progressa no lazer (AFPL) em estudantes universitários. 2010. Razões de Prevalências (RP) brutas e ajustadas^a estimadas por Regressão de *Poisson*.

Tempo de prática de AFPL	Razões de Prevalências (RP)	p
	RP Bruta (IC95%) ^{n=1.012}	
≥3 anos	1,00	<0,001*
1 ano a 3 anos	1,44 (1,28-1,62)	
<1 ano	1,80 (1,63-2,00)	
	RP Ajustada para o Bloco I (IC95%) ^{n=1.011}	
≥3 anos	1,00	<0,001*
1 ano a 3 anos	1,37 (1,22-1,53)	
<1 ano	1,60 (1,45-1,78)	
	RP Ajustada para o Bloco II (IC95%) ^{n=1.012}	
≥3 anos	1,00	<0,001*
1 ano a 3 anos	1,45 (1,29-1,63)	
<1 ano	1,79 (1,62-1,98)	
	RP Ajustada para o Bloco III (IC95%) ⁿ⁼⁹⁹²	
≥3 anos	1,00	<0,001*
1 ano a 3 anos	1,43 (1,27-1,60)	
<1 ano	1,55 (1,36-1,76)	
	RP Ajustada para o Bloco IV (IC95%) ⁿ⁼⁹⁹¹	
≥3 anos	1,00	<0,001*
1 ano a 3 anos	1,38 (1,23-1,55)	
<1 ano	1,45 (1,28-1,65)	

IC95% = Intervalo de confiança; a = As variáveis de confusão, foram aquelas que apresentaram associação com o desfecho;
 * Teste de *Wald* para tendência linear; Bloco I = ajustada para o sexo; Bloco II = ajustada para os departamentos; Bloco III = ajustada para o tipo principal de atividade física praticada no lazer, antes do ingresso na universidade e anos de participação nas aulas de EFE; Bloco IV = ajustada para o sexo, departamentos, tipo principal de atividade física praticada no lazer, antes do ingresso na universidade e anos de participação nas aulas de EFE.

Estudantes que apresentaram um tempo inferior a um ano de prática de AFPL apresentaram chance 55% maior de serem menos ativos no lazer no momento atual, independente do tipo de atividade física praticada, antes do ingresso na universidade e dos anos de participação nas aulas de EFE (Tabela 9). Na análise ajustada para todas

as variáveis de confusão (Bloco IV), observou-se que as chances de serem menos ativos no lazer aumentaram de forma linear, em estudantes com tempo de prática de AFPL inferior a três anos.

Em estudo transversal com adultos de Pelotas, RS (AZEVEDO et al., 2007), observou-se, após o ajuste para sexo, idade, cor da pele e condição econômica atual, que adultos que praticaram regularmente atividades físicas na adolescência, apresentaram chance 42% maior de prática de atividades física no lazer na fase adulta (≥ 150 minutos por semana). Outras informações sobre a associação entre a prática pregressa e atual são observadas em estudos longitudinais, como os estudos realizados nos Estados Unidos (GORDON-LARSEN; NELSON; POPKIN, 2004) e Finlândia (TELAMA et al., 2005).

Gordon-Larsen, Nelson & Popkin (2004), observaram que 4,4% foram ativos na adolescência e permaneceram na fase adulta e 61,0% não praticaram atividades físicas semanais na adolescência e na fase adulta. Nesse estudo, com adultos dos Estados Unidos, 31,1% foram ativos na adolescência e deixaram de ser ativos na idade adulta e 3,6% adotaram o comportamento ativo somente na fase adulta. O declínio da prática de atividade física foi acompanhado da estabilidade dos níveis de comportamentos sedentários, como a assistência a televisão, vídeo-game e computador (GORDON-LARSEN; NELSON; POPKIN, 2004). Telama et al. (2005), demonstraram que maiores níveis de prática na fase adulta, foram preditos naqueles que foram ativos entre as idades de nove a 18 anos. Essas informações coincidem com os dados do presente estudo, na medida em que um menor tempo de prática no lazer, antes do ingresso na universidade, associou-se com a prática de atividades físicas no lazer em menores níveis, independente de outros fatores.

Em estudantes universitários, observou-se que os não praticantes de atividades físicas no lazer durante a adolescência (ALVES et al., 2005) e antes do ingresso na universidade (SOUSA et al., 2009), foram mais inativos no lazer no momento atual. No entanto, as limitações de análise desses estudos, principalmente pelo não controle de outros fatores de confusão, podem inviabilizar possíveis comparações com este estudo.

As prevalências dos anos de participação regular nas aulas de EFE, nos ensinos médio e fundamental II, observadas neste estudo foram: 6 anos ou mais, 53,7% (IC95%: 50,7-56,7); 4 e 5 anos, 20,5% (IC95%: 18,0-22,9); e ≤ 3 anos, 25,8% (IC95%: 23,2-28,5). Destaca-se que mais de 46% dos estudantes universitários não apresentaram pelo menos seis anos de participação nas aulas de EFE. A diminuição na

participação das aulas de EFE foi demonstrada em estudo de revisão sobre as práticas de atividades físicas em crianças e adolescentes (KNUTH; HALLAL, 2009). Adolescentes do Estado de Santa Catarina não participavam das aulas de EFE ou eram dispensados (41,2%) e maiores prevalências de não participação/dispensa foram observadas em adolescentes mais velhos e que trabalhavam (SILVA et al., 2009).

A participação nas aulas de EFE pode contribuir com maiores níveis de prática de atividades físicas em outros momentos (GORDON-LARSEN; McMURRAY; POPKIN, 2000). Tendo em vista que, dentre os conteúdos que podem ser realizados nas aulas de EFE nos ensinos fundamental II e médio, citam-se: jogos, esportes, lutas, ginásticas, danças e outras atividades culturais (BRASIL, 1998; 2000) que podem estimular a prática no lazer. No entanto, estudos demonstram que essas aulas não têm envolvido atividades que necessitem maiores esforços físicos e podem não ser estimulantes à participação dos estudantes (GUEDES; GUEDES, 1997; HINO; REIS; AÑEZ, 2007). A disciplina EFE nos currículos escolares não apresenta como principal objetivo a formação destinada a promover um estilo de vida ativo (BRASIL, 1998; 2000), contudo, o envolvimento em atividades físicas que sejam agradáveis e estimulantes pode contribuir para a adesão a prática ao longo dos anos (MALINA, 2001).

Observou-se, na associação entre anos de participação nas aulas de EFE e a prática de atividade física no lazer atual, que os estudantes com tempo ≤ 3 anos de participação, apresentaram na análise bruta, chance 1,2 (IC95%: 1,09-1,34) vezes maior de ser menos ativos no lazer, quando comparados aqueles com ≥ 6 anos de participação (Tabela 10). Na análise ajustada para o sexo, as associações se mantiveram, permanecendo as maiores prevalências em estudantes universitários com menor tempo de participação nas aulas de EFE (Tabela 10).

Tabela 10 – Associação entre atividade física no lazer atual com anos de participação regular nas aulas de Educação Física Escolar, nos ensinos, médio e fundamental II, em estudantes universitários. 2010. Razões de Prevalência (RP) brutas e ajustadas³ estimadas por Regressão de *Poisson*.

Educação Física Escolar	Razões de Prevalências (RP)	p
	RP Bruta (IC95%) ^{n=1,026}	
≥6 anos	1,00	<0,001*
4 e 5 anos	1,16 (1,04-1,30)	
≤3 anos	1,21 (1,09-1,34)	
	RP Ajustada para o Bloco I (IC95%) ^{n=1,025}	
≥6 anos	1,00	0,001*
4 e 5 anos	1,13 (1,01-1,27)	
≤3 anos	1,17 (1,06-1,28)	
	RP Ajustada para o Bloco II (IC95%) ^{n=1,026}	
≥6 anos	1,00	<0,001*
4 e 5 anos	1,15 (1,03-1,28)	
≤3 anos	1,21 (1,09-1,33)	
	RP Ajustada para o Bloco III (IC95%) ⁿ⁼⁹⁹²	
≥6 anos	1,00	0,43*
4 e 5 anos	1,08 (0,96-1,20)	
≤3 anos	1,03 (0,93-1,14)	
	RP Ajustada para o Bloco IV (IC95%) ⁿ⁼⁹⁹¹	
≥6 anos	1,00	0,42*
4 e 5 anos	1,07 (0,95-1,19)	
≤3 anos	1,03 (0,94-1,14)	

IC95% = Intervalo de confiança; a = As variáveis de confusão, foram aquelas que apresentaram associação com o desfecho; * Teste de *Wald* para tendência linear; Bloco I = ajustada para o sexo; Bloco II = ajustada para os departamentos; Bloco III = ajustada para o tempo de prática de atividade física progressa no lazer e tipo principal de atividade física no lazer praticado antes do ingresso na universidade; Bloco IV = ajustada para o sexo, departamentos, tempo de prática de atividade física progressa no lazer e tipo principal de atividade física no lazer praticado antes do ingresso na universidade.

Na análise ajustada para as variáveis de atividades físicas progressas (Bloco III), observou-se que a associação entre EFE e atividade física no lazer atual foi perdida (Tabela 10). A não associação com o desfecho permaneceu, após a inclusão de todas as variáveis de confusão (Bloco IV), entretanto, as chances de serem menos ativos no lazer é semelhante à análise ajustada para as atividades físicas progressas (Bloco III).

Em estudantes do curso de Educação Física, observou-se não ter diferença na proporção de inativos no lazer entre os estudantes

universitários que participaram e não participaram da EFE (SOUSA et al., 2009). Outras comparações são limitadas, tendo em vista a escassez de estudos sobre a relação entre esses indicadores. Experiências negativas nas aulas, pressão dos colegas, conflitos de identidade, uniformes da EFE, domínio dos garotos nas aulas, atividades muito competitivas e ausência do suporte do professor de EFE representam fortes barreiras à participação das aulas, que podem contribuir para a não adesão as práticas de atividades físicas em outros momentos (ALLENDER; COWBURN; FOSTER, 2006).

As limitações deste estudo estão relacionadas a um possível viés recordatório das atividades físicas progressas, especialmente para o tempo em meses de prática de atividades físicas no lazer, que foi considerado para a composição da variável *tempo de prática de atividade física progressa no lazer*, conforme observado no valor de *Correlação de Spearman* (Apêndice III). Informações detalhadas, especialmente, relacionadas a menores períodos, como meses, a serem recordados possibilitam menores correlações entre as medidas. (TELAMA et al., 2005). As demais informações deste estudo apresentaram valores de reprodutibilidade aceitáveis (LANDIS; KOCH, 1977). Além disso, a variável EFE, somente incluiu a informação sobre a participação regular nas aulas, nos ensinamentos fundamental II e médio e não foram levantadas informações qualitativas das principais atividades realizadas nessas aulas. Além disso, a não inclusão da *dança*, como opção de resposta no questionário, para a questão relativa à atividade física no lazer atual, pode ter contribuído com um possível viés, no entanto, esse viés foi minimizado pela possibilidade de resposta na opção *outras atividades físicas praticadas*, disponibilizada em três opções do instrumento.

Outra potencial limitação está relacionada à causalidade reversa, exceto para a informação sobre o sexo, tendo em vista o desenho do estudo (transversal). Em contrapartida, este estudo apresenta o levantamento de informações de uma amostra representativa da população de estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia de todos os cursos presenciais, período de estudo e ano de ingresso na universidade, selecionados aleatoriamente.

Neste estudo o desfecho incluiu a prática de atividades físicas no lazer, categorizadas como *mais ativos no lazer* (≥ 150 minutos/semana) e *menos ativos no lazer* (≤ 149 minutos/semana), sendo essa última categoria analisada em relação às variáveis independentes. Optou-se por utilizar esse ponto de corte, no domínio do lazer, pois, provavelmente representa o principal contexto de prática de atividade física em

estudantes universitários. Outros aspectos, relacionados ao contexto geográfico da universidade, limitam o levantamento de outras informações relacionadas ao contexto do deslocamento. Além disso, o lazer é enfatizado por representar o domínio em que possíveis intervenções podem ser concentradas, mediante a utilização dos equipamentos e espaços da universidade.

CAPÍTULO V

5 CONCLUSÕES

Conclui-se que a prevalência de estudantes universitários considerados *menos ativos* neste estudo foi maior do que em outros estudos com essa população, tanto aqueles que investigaram o contexto do lazer, como para os quatro domínios da atividade física. As mulheres e os universitários vinculados aos Departamentos de Ciências da Educação, Ciências Jurídicas e Letras e artes associaram-se com maiores prevalências de comportamentos menos ativo nesta instituição.

Dentre as principais atividades físicas praticadas no lazer, antes do ingresso na universidade, para os homens foi o futebol e para as mulheres a caminhada. De um modo geral as atividades físicas mais praticadas em estudantes desta instituição foram: o futebol e a musculação.

Das prevalências do tempo de prática de AFPL, antes do ingresso na universidade, quase 24% praticaram por tempo inferior a um ano e aproximadamente 46% não apresentaram pelo menos seis anos de participação nas aulas de EFE. Quanto à associação entre a prática de atividade física pregressa, no lazer e na EFE, com a prática de atividade física no lazer atual, observou-se, após o ajuste para os fatores de confusão, que os estudantes universitários com tempo inferior a três anos de prática de AFPL apresentaram menores níveis de atividades físicas no lazer atual. Para os anos de participação nas aulas de EFE, a associação com a prática no lazer atual, não se manteve após a inclusão das variáveis relacionadas às atividades físicas praticadas no lazer, antes do ingresso na universidade.

Outros levantamentos devem ser realizados visando o monitoramento dessas informações, especialmente em estudantes universitários, população em processo de formação. Ações destinadas a esse público, de acordo com as informações deste estudo, devem considerar principalmente as diferenças entre os sexos e as características peculiares de cada departamento (áreas de estudo) da instituição, assim como a ênfase pela prática de atividades físicas no lazer, antes do ingresso na universidade, visando a potencial continuação durante o período acadêmico. Informações sobre a realidade do Nordeste, especialmente para os estudantes do Estado da Bahia, tanto do ensino superior como dos ensinos anteriores

(fundamental e médio) são escassas ou inexistentes em periódicos indexados.

REFERÊNCIAS

ABOLFOTOUH, M. A. et al. Health-related lifestyle and risk behaviours among students living in Alexandria University hostels. **Eastern Mediterranean Health Journal**, Egito, v. 13, n. 2, p. 376-91, abr., 2007.

ADAMS, S. A. et al. Physical activity levels among overweight and obese Adults in South Carolina. **Southern Medical Journal**, Estados Unidos, v. 96, n. 6, p. 539-43, jun., 2003.

AINSWORTH, B. E. et al. Compendium of physical activities: an update of activity codes and MET intensities. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Estados Unidos, v. 32, n. 9, p. S498-S516, set., 2000.

ALLENDER, S.; COWBURN, G.; FOSTER, C. Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. **Health Education Research**, Inglaterra, v. 21, n. 6, p. 826-35, 2006.

ALVES, A.; MARQUES, I. R. Fatores relacionados ao risco de doença arterial coronariana entre estudantes de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 62, n. 3, p. 883-8, dez., 2009.

ALVES, J. G. B. et al. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 11, n. 5, p. 291-4, out., 2005.

AUGESTAD, L. B.; FLANDERS, W. D. Eating disorder behavior in physically active Norwegian women. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, Dinamarca, v. 12, n. 4, p. 248-55, fev., 2002.

AZEVEDO, M. R.; ARAÚJO, C. L. P.; PEREIRA, F. M. Atividades físicas e esportivas na adolescência: mudanças de preferências ao longo das últimas décadas. **Revista Brasileira Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.20, n.1, p.51-8, mar., 2006.

AZEVEDO, M. R. et al. *Tracking* of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 1, p. 69-75, fev., 2007.

BARROS, M. V. G. et al. Effectiveness of a school-based intervention on physical activity for high school students in Brazil: the *Saude na Boa* Project. **Journal of Physical Activity and Health**, Estados Unidos, v. 6, n. 2, p. 163-9, mar., 2009.

BAUMAN, A. et al. The international prevalence study on physical activity: results from 20 countries. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, Inglaterra, v. 6, p. 21, mar., 2009.

BIELLEMAN, R. et al. Prática de atividade física no lazer entre acadêmicos de Educação Física e fatores associados. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, Rio Grande do Sul, v. 12, n. 3, p. 65-72, set./dez., 2007.

BION, F. M. et al. Estado nutricional, medidas antropométricas, nível socioeconômico y actividad física en universitarios brasileños. **Nutricio Hospitalaria**, Madri, v. 23, n. 3, p. 234-41, mai./jun., 2008.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais** – Terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental: Educação Física. Brasília: MEC, 1998. 115 p.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais**: Ensino médio: MEC, 2000. 71 p.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Instituto Nacional do Câncer. Coordenação de Prevenção e Vigilância. **Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não-transmissíveis**: Brasil. 15 capitais e Distrito Federal, 2002-2003. Rio de Janeiro: INCA. 2004.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**: estimativas sobre frequência e distribuição sócio-demográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 Estados brasileiros e no Distrito Federal em 2006. Brasília, Ministério da Saúde, 2007. 92 p.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**: estimativas sobre frequência e distribuição sócio-demográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 Estados brasileiros e no Distrito Federal em 2007. Brasília, Ministério da Saúde, 2008. 138 p.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**: estimativas sobre frequência e distribuição sócio-demográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 Estados brasileiros e no Distrito Federal em 2008. Brasília, Ministério da Saúde, 2009. 114 p.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico**: estimativas sobre frequência e distribuição sócio-demográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 Estados brasileiros e no Distrito Federal em 2009. Brasília, Ministério da Saúde, 2010. 98 p.

BURTON, N. W.; TURRELL, G. Occupation, hours worked, and leisure-time physical activity. **Preventive Medicine**, Estados Unidos, v. 31, n. 6, p. 673-81, dez., 2000.

BUTTE, N. et al. Physical activity in nonoverweight and overweight Hispanic children and adolescents. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Estados Unidos, v. 39, n. 8, p. 1257-66, ago., 2007.

CASTRO, A. P. et al. Perfil do risco de doenças cardiovasculares em acadêmicos e médicos do Hospital de Clínicas da Universidade do Paraná. **Revista Brasileira de Medicina**, São Paulo, v. 61, n. 6, p. 345-52, jun., 2004.

CASPERSEN, C. J.; POWELL, K. E.; CHRISTENSON, G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Reports**, Estados Unidos, v. 100, n. 2, p. 172-9, abr., 1985.

COELHO, V. G. et al. Perfil lipídico e fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes de Medicina. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Paulo, v. 85, n. 1, p. 57-62, jul., 2005.

COLARES, V.; FRANCA, C.; GONZALEZ, E. Condutas de saúde entre universitários: diferenças entre gêneros. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 3, p. 521-8, mar., 2009.

CONROY, M. B. et al. Past physical activity, current physical activity, and risk of coronary heart disease. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Estados Unidos, v. 37, n. 8, p. 1251-6, ago., 2005.

CORREIA, B. R.; CAVALCANTE, E.; SANTOS, E. A prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Clínica Médica**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 25-9, jan./fev., 2010.

DUMITH, S. C.; DOMINGUES, M. R.; GIGANTE, D. P. Epidemiologia das atividades físicas praticadas no tempo de lazer por adultos do Sul do Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 12, n. 4, p. 646-58, dez., 2009.

FARIAS JÚNIOR, J. C.; MENDES, J. K. K.; BARBOSA, D. B. M. Associação entre comportamentos de risco à saúde em adolescentes. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 9, n. 3, p. 250-6, set., 2007.

FARIAS JÚNIOR, J. C. et al. Comportamentos de risco à saúde em adolescentes no Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. **Revista Panamericana de Salud Pública**, Washington, v. 25, n. 4, p. 344-52, abr., 2009.

FISBERG, R. M. et al. Lipid profile of nutrition students and its association with cardiovascular disease risk factors. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Paulo, v. 76, n. 2, p. 143-7, fev., 2001.

FLEGAL, M. K. et al. Prevalence and trends in obesity among US adults, 1999-2000. **The Journal of the American Medical Association**, Estados Unidos, v. 288, n. 14, p. 1723-7, out., 2002.

FONTES, A. C. D.; VIANNA, R. P. T. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 20-9, mar., 2009.

FRANCA, C.; COLARES, V. Estudo comparativo de condutas de saúde entre universitários no início e no final do curso. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 42, n. 3, p. 420-7, jun., 2008.

FREEDMAN, D. M. et al. The mortality risk of smoking and obesity combined. **American Journal Preventive Medicine**, Holanda, v. 31, n. 5, p. 355-62, nov., 2006.

GAMBARDELLA, A. M. D.; GOTLIEB, S. L. D. Dispendio energético de adolescentes estudantes do período noturno. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 32, n. 5, p. 413-9, out., 1998.

GODTFREDSSEN, N. S. et al. Smoking reduction, smoking cessation, and mortality: a 16-year follow-up of 19,732 men and women from the Copenhagen Centre for Prospective Population Studies. **American Journal of Epidemiology**, Estados Unidos, v. 156, n. 11, p. 994-1001, dez., 2002.

GORDON-LARSEN, P.; McMURRAY, R. G.; POPKIN, B. M. Determinants of adolescent physical activity and inactivity patterns. **Pediatrics**, Estados Unidos, v. 105, n. 6, p. 1-8, jun., 2000.

GORDON-LARSEN, P.; NELSON, M. C. POPKIN, B. M. Longitudinal physical activity and sedentary behavior trends adolescence to adulthood. **American of Journal of Preventive Medicine**, Holanda, v. 27, n. 4, p. 277-83, nov., 2004.

GUEDES, J. E. R. P.; GUEDES, D. P. Características dos programas de educação física escolar. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v.11, n.1, p.49-62, jan./jun., 1997.

GUEDES, D. P.; SANTOS, C. A.; LOPES, C. C. Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 8, n. 4, p. 5-15, out./dez., 2006.

HAASE, A. et al. Leisure-time physical activity in university students from 23 countries: associations with health beliefs, risk awareness, and national economic development. **Preventive Medicine**, Estados Unidos, v. 39, n. 1, p. 182-90, jul., 2004.

HALLAL, P. C. et al. Physical inactivity: prevalence and associated variables in brazilian adults. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Estados Unidos, v. 35, n. 11, p. 1894-900, nov., 2003.

HALLAL, P. C. et al. Adolescent physical activity and health. A systematic review. **Sports Medicine**, Nova Zelândia, v. 36, n. 12, p. 1019-30, dez. 2006a.

HALLAL, P. C. et al. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 6, p. 1277-87, jun., 2006b.

HALLAL, P. C. et al. Evolução da pesquisa epidemiológica em atividade física no Brasil: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 41, n. 3, p. 453-60, jun., 2007.

HINO, A. A. F.; REIS, R. S.; AÑEZ, C. R. R. Observação dos níveis de atividade física, contexto das aulas e comportamento do professor em aulas de Educação Física do ensino médio da rede pública. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, Rio Grande do Sul, v. 12, n. 3, p. 21-30, set./dez., 2007.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP). **Censo da educação superior**. 2008. Disponível em: <<http://www.inep.gov.br/superior/censosuperior/default.asp>>. Acessado em 14 de julho de 2010.

- KING, D. E. et al. Adherence to healthy lifestyle habits in US adults, 1988-2006. **The American Journal of Medicine**, Estados Unidos, v. 122, n. 6, p. 528-34, jun., 2009.
- KNUTH, A. G.; HALLAL, P. C. Temporal trends in physical activity: a systematic review. **Journal of Physical Activity and Health**, Estados Unidos, v. 6, n. 5, p. 548-59, set., 2009.
- LANDIS, J. R.; KOCH, G. G. The measurement of observer agreement for categorical data. **International Biometric Society**, v. 33, n. 1, p. 159-74, mar., 1977.
- LESLIE, E. et al. Insufficiently active Australian college students: perceived personal, social, and environmental influences. **Preventive Medicine**, Estados Unidos, v. 28, n. 1, p. 20-7, jan., 1999.
- LESSA, I. et al. Simultaneidade de fatores de risco cardiovascular modificáveis na população adulta de Salvador (BA), Brasil. **Revista Panamericana de Salud Pública**, Estados Unidos, v. 16, n. 2, p. 131-7, ago., 2004.
- LUIZ, R. R.; MAGNANINI, M. F. A lógica da determinação do tamanho da amostra em investigações epidemiológicas. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 9-28, dez., 2000.
- MADUREIRA, A. S. et al. Associação entre estágios de mudança de comportamento relacionados à atividade física e estado nutricional em universitários. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 10, p. 2139-46, out., 2009.
- MALINA, R. M. Tracking of physical activity across the lifespan. **President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest**, Estados Unidos, v. 3, n. 14, p. 1-8, set., 2001.
- MALTA, D. C. et al. Padrão de atividade física em adultos brasileiros: resultados de um inquérito por entrevistas telefônicas, 2006. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 18, n. 1, p. 7-16, mar., 2009.

MARCONDELLI, P.; COSTA, T. H. M.; SCHMITZ, B. A. S. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 21, n. 1, p. 39-47, jan./fev., 2008.

MATOS, A. P. S.; ALBUQUERQUE, C. M. S. Estilo de vida, percepção de saúde e estado de saúde em estudantes universitários portugueses: influência da área de formação. **International Journal of Clinical and Health Psychology**, Espanha, v. 6, n. 3, p. 647-63, set., 2006.

MIELKE, G. I. et al. Atividade física e fatores associados em universitários do primeiro ano da Universidade Federal de Pelotas. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, Rio Grande do Sul, v. 15, n. 1, p. 57-64, jan./mar., 2010.

MILLER, R. R. et al. Adherence to heart-healthy behaviors in a sample of the U.S. population. **Preventing Chronic Disease**, Estados Unidos, v. 2, n. 2, p. 1-15, abr., 2005.

MONTEIRO, C. A. et al. Monitoramento de fatores de risco para doenças crônicas por entrevistas telefônicas. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 1, p. 47-57, fev., 2005.

MONTEIRO, C. R.; FARO, A. C. M. Physical exercise according to nursing students' perceptions. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, São Paulo, v. 14, n. 6, p. 843-8, dez., 2006.

MORRIS, J. N. et al. Coronary heart disease and physical activity of work. **The Lancet**, Inglaterra, v. 2, n. 6795, p. 1053-7, 1111-120, 1953.

NAHAS, M. V.; BARROS, M. V. G.; FRANCALACCI, V. O pentágulo do bem-estar – base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, Rio Grande do Sul, v. 5, n. 2, p. 48-59, mai./ago., 2000.

NAHAS, M. V.; ASSIS, M. A. A. **Nível de informação e comportamentos relacionados à saúde dos alunos dos cursos de educação física e nutrição da UFSC: um estudo longitudinal.** (Relatório de Pesquisa), 2001.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 4. ed. Revisada e Atualizada. Londrina: Midiograf, 2006.

NAHAS, M. V. **Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores das indústrias brasileiras.** Relatório Geral. SESI, 2009.

OEHLSCHLAEGER, M. et al. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 38, n. 2, p.157-63, abr., 2004.

PAFFENBARGER JR, R. S. et al. Physical Activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. **New England Journal of Medicine**, Inglaterra, v. 314, n. 10, p. 605-13, mar., 1986.

PAFFENBARGER JR, R. S. et al. The association of changes in physical activity level and other lifestyle characteristics with mortality among men. **New England Journal of Medicine**, Inglaterra, v. 328, n. 8, p. 538-45, fev., 1993.

PAFFENBARGER JR, R. S. et al. Changes in physical activity and other lifeway patterns influencing longevity. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Estados Unidos, v. 26, n. 7, p. 857-65, jul., 1994.

PALMA, A.; ABREU, R. A.; CUNHA, C. A. Comportamentos de risco e vulnerabilidade entre estudantes de Educação Física. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 117-26, mar., 2007.

PATE, R. et al. Associations between physical activity and other health behaviors in a representative sample of US adolescents. **American Journal of Public Health**, Estados Unidos, v. 86, n. 11, p. 1577-81, nov., 1996.

PATE, R. et al. Promotion of physical activity among high-school girls: a randomized controlled trial. **American Journal of Public Health**, Estados Unidos, v. 95, n. 9, p. 1582-7, set., 2005.

PITANGA, F. J. G.; LESSA, I. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo no lazer em adultos. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 3, p. 870-7, jun., 2005.

QUADROS, T. M. B. et al. The prevalence of physical inactivity amongst Brazilian university students: its association with sociodemographic variables. **Revista de Salud Pública**, Bogotá, v. 11, n. 5, p. 724-33, out., 2009.

RABELO, L. M. et al. Risk factors for atherosclerosis in students of a private university in São Paulo - Brazil. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, São Paulo, v. 72, n. 5, p. 575-80, mai., 1999.

RACETTE, S. B. et al. Changes in weight and health behaviors from freshman through senior year college. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, Estados Unidos, v. 40, n. 1, p. 39-42, jan./fev., 2008.

REGO, R. A. et al. Fatores de risco para doenças crônicas não-transmissíveis: inquérito domiciliar no município de São Paulo, SP (Brasil). Metodologia e resultados preliminares. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 24, n. 4, p. 277-85, ago., 1990.

RIBEIRO-NUNES, S. M. et al. Dança folclórica e caminhada: um estudo comparativo do gasto calórico de universitários. **Revista de Salud Pública**, Bogotá, v. 9, n. 4, p. 506-15, out./dez., 2007.

RODRIGUES, E. S. R.; CHEIK, N. C.; MAYER, A. F. Nível de atividade física e tabagismo em universitários. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 42, n. 4, p. 672-8, ago., 2008.

SAKAMAKI, R. et al. A comparative study of food habits and body shape perception of university students in Japan and Korea. **Nutrition Journal**, Inglaterra, v. 4, p. 31, out., 2005.

SALLIS, J. et al. The effects of a 2-year physical education program (SPARK) on physical activity and fitness in elementary school students. **American Journal of Public Health**, Estados Unidos, v. 87, n. 8, p.1328-34, ago., 1997.

SALVE, M. G. A prática da atividade física: estudo comparativo entre os alunos de graduação da UNICAMP (Universidade Estadual de Campinas, Brasil). **Motricidade**, Portugal, v. 4, n. 3, p. 41-7, set., 2008.

SANTOS C. **Estatística Descritiva**. Manual de Auto-aprendizagem. 2. ed. Lisboa, Edições Silabo. 2010.

SILVA, D. A. S.; PEREIRA, I. M. M. Estágios de mudança de comportamento para atividade física e fatores associados em acadêmicos de Educação Física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, Rio Grande do Sul, v. 15, n. 1, p. 15-20, jan./mar., 2010.

SILVA, G. S. F et al. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biologia. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 39-42, fev., 2007.

SILVA, K. S. et al. Associações entre atividade física, índice de massa corporal e comportamentos sedentários em adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 159-68, mar., 2008.

SILVA, K. S. et al. Fatores associados à atividade física, comportamento sedentário e participação na Educação Física em estudantes do ensino médio em Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 10, p. 2187-200, out., 2009.

SILVA, R.; MALINA, R. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 1091-7, dez., 2000.

SIMÃO, C. B.; NAHAS, M. V.; OLIVEIRA, E. S. A. Atividade física habitual, hábitos alimentares e prevalência de sobrepeso e obesidade em universitários da Universidade do Planalto Catarinense - UNIPLAC, Lages. SC. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, Rio Grande do Sul, v. 11, n. 1, p. 3-12, abr., 2006.

SIQUEIRA, F. V. et al. Prática de Atividade Física na Adolescência e Prevalência de Osteoporose na Idade Adulta. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 27-30, fev., 2009.

SOUSA, T. F. et al. Associação entre indicadores de prática de atividades físicas na adolescência com o nível atual de prática de atividades físicas no lazer em acadêmicos de um curso de Educação Física no nordeste do Brasil. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 12, n. 3, p.1-12, set./dez., 2009.

SOUSA, T. F.; SANTOS, S. F. S.; JOSÉ, H. P. M. Barreiras percebidas à prática de atividade física no nordeste do Brasil. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 13, n. 1, p. 1-15, jan./abr., 2010.

STOCK, C.; WILLE, L.; KRÄMER, A. Gender-specific health behaviors of German university students predict the interest in campus health promotion. **Health Promotion International**, Inglaterra, v. 16, n. 2, p. 145-54, jun., 2001.

STRONG, W. B. et al. Evidence based physical activity for school-age youth. **The Journal of Pediatrics**, Estados Unidos, v. 146, p. 732-7, jun., 2005.

TAMMELIN, T. et al. Adolescent participation in sports and adult physical activity. **American Journal of Preventive Medicine**, Holanda, v. 24, n. 1, p. 22-8, jan., 2003.

TELAMA, R. et al. Physical activity from childhood to adulthood a 21-year tracking study. **American Journal of Preventive Medicine**, Holanda, v. 28, n. 3, p. 267-73, abri., 2005.

TASSITANO, R. M. et al. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 9, n. 1, p. 55-60, mar., 2007.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES (USDHHS). **Physical activity and health**: a report of the Surgeon General. Atlanta, U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 1996.

UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES (USDHHS). **Physical Activity Guidelines for Americans**. Washington, 2008. Disponível em: <<http://www.health.gov/paguidelines/pdf/paguide.pdf>>. Acesso em: 20 de outubro de 2008.

VASQUES, D. G.; LOPES, A. S. Fatores Associados à atividade física e aos comportamentos sedentários em adolescentes. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 11, n. 1, p. 59-66, mar., 2009.

VIEIRA, V. C. R. et al. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Revista de Nutrição**, Campinas, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 273-82, set., 2002.

ZANCHETTA, L. M. et al. Inatividade física e fatores associados em adultos, São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v.13, n. 3, p. 387-99, set., 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **The world health report 2002**. Reducing risks, promoting healthy life. Geneva: WHO, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **World health statistics 2008**. Geneva: WHO, 2008.

YANCEY, A. K. et al. Physical inactivity and overweight among Los Angeles county adults. **American Journal of Preventive Medicine**, Holanda, v. 27, n. 2, p. 146-52, ago., 2004.

YUSUF, S. et al. Effect of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction in 52 countries (the INTERHEART study): case-control study. **The Lancet**, Inglaterra, v. 364, p. 937-52, set., 2004.

ANEXOS

ANEXO 1 – Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA - CEP/UESC

PARECER CONSUBSTANCIADO nº 545
- Reunião Ordinária nº 109, 12/mayo/2010 -

Protocolo: 352/10

Pesquisador responsável: THIAGO FERREIRA DE SOUSA

Título da Pesquisa: *"Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)"*.

O Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Santa Cruz analisou o projeto de pesquisa acima referenciado e constatou que o mesmo atende às exigências da Resolução CNS nº 196/96.

Situação do Protocolo: Considerando a relação favorável 'benefícios/riscos', e não havendo, pois, nenhum elemento que se constitua em comprometimento ético na realização do projeto, ele foi considerado **APROVADO** por este Comitê.

Conforme Resolução CNS 196/96, relatórios parciais e final, bem como eventuais alterações metodológicas durante a execução do trabalho deverão ser comunicadas e enviados ao CEP-UESC para acompanhamento. *É importante ressaltar que a responsabilidade do(s) pesquisador(es) sobre as conseqüências da pesquisa não se encerra com a conclusão da etapa de coleta de dados, mas sim estende-se para além do término do projeto de pesquisa, até a fase de divulgação e aplicação dos resultados.*

Campus Soane Nazaré de Andrade, 13 de maio de 2010.

APÊNDICES

APÊNDICE I – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da coleta de dados

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado Senhor(a):

Convido-o(a) para participar da pesquisa **“Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)”** que tem o objetivo de monitorar e caracterizar os indicadores do estilo de vida e das condições ambientais e de aprendizagem em acadêmicos da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), Ilhéus, Bahia, Brasil, por um período de dez anos, sendo os seguintes anos de realização do estudo: 2010, 2012, 2014, 2016 e 2018. Estas informações contribuirão para o diagnóstico e planejamento de ações relacionadas à oferta de possíveis programas de incentivo a adoção de hábitos saudáveis de vida e projetos institucionais acerca das condições de aprendizagem e ambiente, além de contribuir para a produção do conhecimento científico na área de estilo de vida e saúde.

Para sua participação voluntária na pesquisa de 2010, o Senhor(a) somente deverá preencher um questionário que constará de informações sobre o seu curso, indicadores sociodemográficos (sexo, idade, estado civil, ocupação, renda, cidade de residência permanente, município de residência atual, forma principal de deslocamento à universidade e escolaridade dos pais), estilo de vida e saúde (autopercepção de saúde e estresse, comportamentos preventivos à saúde, como tabagismo e etilismo, hábitos alimentares e controle do peso corporal, atividades físicas e opções de lazer), além de informações acerca do ambiente e das condições de aprendizagem na UESC. Tais procedimentos poderão lhe causar certo desconforto em relação algumas perguntas e somente serão necessários 15 a 20 minutos para o preenchimento do questionário.

As informações que serão coletadas com esse instrumento serão utilizadas para a produção de trabalhos acadêmicos e emissão de relatório para a Reitoria e Departamentos com sugestões para possíveis intervenções, com exceção dos dados de identificação e outros confidenciais, que serão mantidos em sigilo, de forma a garantir a sua privacidade. Se, por ventura, o Senhor(a) sofrer algum prejuízo moral por causa do estudo, informo que me responsabilizarei em indenizá-lo(a). Mas, se mesmo assim, o Senhor(a) optar por não participar do estudo ou desistir a qualquer momento, não sofrerá qualquer tipo de penalidade por parte da instituição.

Por outro lado, se está claro para o Senhor(a) a finalidade desta pesquisa e se concorda em participar, peço que assinie o presente documento.

Desde já, expresso meus sinceros agradecimentos por sua participação.

Prof. Thiago Ferreira de Sousa

Pesquisador Responsável – (73) 3680-5279

Eu, _____, RG _____, acito participar das atividades da pesquisa de 2010 do estudo: **“Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)”**, mediante o preenchimento de um questionário, conforme fui anteriormente informado. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade, e que as informações de identificação serão tratadas confidencialmente.

Ilhéus, ___/___/2010

Assinatura

APÊNDICE II – Instrumento de coleta de dados

Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde – GPAF/UESC

Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)

Caro estudante,

- . Você não precisa escrever o seu nome; suas respostas são anônimas e serão mantidas em sigilo;
- . Não existem respostas certas ou erradas, não se trata de um teste;
- . Para cada pergunta, leia com atenção todas as alternativas de resposta antes de responder;
- . Evite deixar perguntas sem resposta;

Muito Obrigado pela sua participação!!

INFORMAÇÕES SOBRE SEU CURSO

1. Em qual CURSO de graduação você está matriculado? _____
2. Qual foi o ANO de sua entrada no curso (coloque os quatro primeiros números da sua matrícula)? _____
3. As aulas do seu curso ocorrem FREQUENTEMENTE em qual PERÍODO? (Marque SOMENTE uma opção)
 Matutino Vespertino Diurno (matutino e vespertino) Noturno

INDICADORES SOCIODEMOGRÁFICOS

4. Qual o seu SEXO?
 Masculino Feminino
5. Qual a sua IDADE completa? _____ anos
6. No MOMENTO atual você está:
 Solteiro(a) Divorciado(a) ou separado(a)
 Viúvo(a) Casado(a) ou vivendo com parceiro(a)
7. Você TRABALHA? (Marque SOMENTE uma opção e caso exerça dois trabalhos marque a que você dedica MAIOR carga horária semanal).
 Não trabalho Trabalho com salário
 Faço estágio profissionalizante (com ou sem remuneração) Trabalho sem salário
8. Qual é a CARGA HORÁRIA SEMANAL do trabalho que você respondeu na questão 7?
 _____ hora(s) por semana Não trabalho
9. Qual a sua RENDA mensal em reais?
 Não tenho < R\$ 510,00 R\$ 510,00 a 1.530,00 R\$ 1.531,00 a 2.549,00 ≥ R\$ 2.550,00
10. Qual a sua cidade de RESIDÊNCIA PERMANENTE (lugar de moradia principal)?
 _____ Estado _____
11. Qual MUNICÍPIO você reside ATUALMENTE?
 Itabuna Ilhéus Outro. Qual? _____
12. Qual o meio de TRANSPORTE PRINCIPAL você utiliza predominantemente para IR e VOLTAR da Universidade (Marque SOMENTE uma opção para IR e SOMENTE uma opção para VOLTAR):
 IR: Ônibus Carro ou moto própria Carona
 A pé bicicleta Outro. Qual? _____

 VOLTAR: Ônibus Carro ou moto própria Carona
 A pé bicicleta Outro. Qual? _____

13. Marque com "X" até que ANO ESCOLAR seu pai e sua mãe estudaram.

Pai										Universidade		
Ensino Fundamental					Ensino Médio					Universidade		
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	incompleta	completa	Não sei
<input type="checkbox"/>												

Ensino Fundamental					Ensino Médio					Universidade		
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	incompleta	completa	Não sei
<input type="checkbox"/>												

INDICADORES DO ESTILO DE VIDA E SAÚDE

14. De um modo geral, como você considera o seu ESTADO DE SAÚDE atual?
 Muito ruim Ruim Regular Bom Muito bom

Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde – GPAF/UDESC

15. Como você classifica o NÍVEL DE ESTRESSE na sua vida?

- ¹ Nunca estressado(a)
 ² Raramente estressado(a)
 ³ Às vezes estressado(a), vivendo razoavelmente bem
 ⁴ Quase sempre estressado(a)
 ⁵ Sempre estressado(a), com dificuldade para enfrentar a vida diária.

16. Com relação ao HÁBITO DE FUMAR, qual a sua situação atual?

- ¹ Nunca fumei
 ² Parei de fumar há 2 anos ou mais
 ³ Parei de fumar há menos de 2 anos
 ⁴ FUMO até 10 cigarros por dia
 ⁵ FUMO de 11 a 20 cigarros por dia
 ⁶ FUMO mais de 20 cigarros por dia

17. Nos ÚLTIMOS TRINTA DIAS, você tomou 5 ou mais DOSES DE BEBIDA ALCOÓLICA numa mesma ocasião?

- (1 dose = 1/2 garrafa de cerveja, ou 1 lata de cerveja, ou 1 copo de vinho ou 1 dose de uísque, conhaque, cachaça ou vodka)
 ¹ Não
 ² Sim, em uma ocasião
 ³ Sim, mais de uma vez

SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES E CONTROLE DO PESO CORPORAL

18. Qual o seu PESO CORPORAL? _____ kg. Ex.: 65,5 kg (Não preencha se estiver GRÁVIDA ou esteja no período PÓS PARTO de até 6 meses).

19. Qual a sua ESTATURA (altura)? _____ m. Ex.: 1,75 m

20. Em quantos dias de uma SEMANA NORMAL você: (Marque com um "X" a quantidade de DIAS que você consome)

COME FRUTAS?	0	1	2	3	4	5	6	7
COME VERDURAS ou SALADAS VERDES?	0	1	2	3	4	5	6	7
COME CARNE VERMELHA gordurosa (de boi, porco ou cabrito)?	0	1	2	3	4	5	6	7
COME FRANGO COM PELE sem remover a gordura visível?	0	1	2	3	4	5	6	7
COME SALGADINHOS (coxinhas, pastéis, acarajé e outras frituras)?	0	1	2	3	4	5	6	7
Toma REFRIGERANTE (ou H ₂ O, ou succ artificial como Tampico)?	0	1	2	3	4	5	6	7

21. Que TIPO de REFRIGERANTE você principalmente toma?

- ¹ Não tomo refrigerante
 ² Normal
 ³ Diet/Light/Zero
 ⁴ Ambos

22. Você faz REFEIÇÕES no Restaurante Universitário (RU)?

- ¹ Não
 ² Sim. Se SIM, nº de vezes por semana:
- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

SOBRE ATIVIDADES FÍSICAS E OPÇÕES DE LAZER

As questões 23 a 25 referem-se à prática de atividade física ANTES de você INGRESSAR na Universidade.

23. Você FREQUENTOU REGULARMENTE quantos anos da EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR (EFE) nos seguintes ensinos: (Marque a quantidade de ANOS frequentados regularmente para cada ENSINO. Ex.: 2 anos)

- Ensino Médio (1^o ao 3^o ano): _____ anos. ¹ Nunca ou raramente frequentei as aulas de EFE no Ensino Médio
 Ensino Fundamental II (5^o a 8^o série): _____ anos. ² Nunca ou raramente frequentei as aulas de EFE no Ensino Fund. II
 Ensino Fundamental I (1^o a 4^o série): _____ anos. ³ Nunca ou raramente frequentei as aulas de EFE no Ensino Fund. I

24. SEM CONSIDERAR A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, qual a PRINCIPAL ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER que você praticou antes de ingressar na universidade? (Marque SOMENTE uma opção).

- ¹ Futebol
 ² Voleibol
 ³ Basquetebol
 ⁴ Handebol
 ⁵ Ginástica em geral (com uso de elásticos, trampolins, etc.)
 ⁶ Corrida em ambientes abertos (parques, praças, etc.)
 ⁷ Caminhada em parques, praias, trilhas, etc. (não considerar deslocamento para o trabalho, estudo, compras, etc.)
 ⁸ Ginástica aeróbica
 ⁹ Musculação
 ¹⁰ Lutas ou Artes Marciais
 ¹¹ Tênis de quadra
 ¹² Corrida em esteira
 ¹³ Caminhada em esteira
 ¹⁴ Hidroginástica
 ¹⁵ Natação
 ¹⁶ Bicicleta (não considerar deslocamento para o trabalho, estudo, compras, etc.)
 ¹⁷ Outra. Qual? _____
 ¹⁸ Não pratiquei atividades físicas de lazer

25. Por quanto TEMPO em média você realizou a prática REGULAR dessa ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER (QUESTÃO 24) antes de ingressar na universidade? (Considere SOMENTE o maior período de participação. Ex.: 5 anos e 2 meses)

- _____ ano(s) _____ mês(es) ¹ Não pratiquei atividades físicas de lazer

Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde – GPAF/UESC

(Favor não considerar as aulas da Prática de Educação Física curricular da Universidade)

26. Durante uma SEMANA NORMAL, qual(is) a(s) ATIVIDADE(S) FÍSICA(S) que você pratica no seu lazer?

Marque com "X" as atividades físicas que você pratica e informe a quantidade de DIAS por semana.

Para cada atividade física praticada informe o tempo de prática em HORAS e/ou MINUTOS por DIA.

Exemplo: [X] Futebol em 3 dias da semana sendo 1 hora e 45 minutos por DIA

DURAÇÃO POR DIA

[] Futebol	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Voleibol	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Basquetebol	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Handebol	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Ginástica em geral (com uso de elásticos, trampolins, etc.)	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Corrida em parques, praças, etc.	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Ginástica aeróbica	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Bicicleta (não considerar deslocamento para o trabalho, estudo, compras, etc.)	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Lutas ou Artes Marciais	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Tênis de quadra	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Corrida em esteira	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Caminhada em esteira	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Hidroginástica	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Surfe	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Natação	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Musculação	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Caminhada em parques, praias, trilhas, etc. (não considerar deslocamento para o trabalho, estudo, compras, etc.)	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Outra. Qual?	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Outra. Qual?	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Outra. Qual?	_____ dia(s)	_____ hora(s) e _____ minuto(s)
[] Não pratico, mas estou interessado(a) em realizar atividade física no meu lazer num futuro próximo		
[] Não pratico e não estou interessado(a) em realizar atividade física no meu lazer num futuro próximo		

27. Considerando uma SEMANA NORMAL, qual a MAIOR DIFICULDADE que você percebe para a prática de atividades físicas no seu lazer? Enumere ATÉ TRÊS OPÇÕES (Exemplo: [1], [2] e [3]) por ordem de importância.

[] ¹ Cansaço	[] ¹ Clima desfavorável
[] ¹ Excesso de trabalho	[] ⁸ Falta de vontade
[] ² Obrigações de estudo	[] ⁹ Obrigações familiares
[] ² Distância até o local de prática	[] ¹⁰ Falta de habilidade motora
[] ³ Falta de condições físicas	[] ¹¹ Falta de instalações
[] ³ Falta de dinheiro para pagar mensalidades ou profissional	[] ¹² Outra. Qual? _____
[] ³ Falta de condições de segurança	[] ¹³ Não tenho percebido dificuldades

INDICADORES DO AMBIENTE E DAS CONDIÇÕES DE APRENDIZAGEM

Como você avalia os itens abaixo, considerando a escala:

1 – Muito boa/Muito bom

2 – Boa/Bom

3 – Ruim

4 – Muito ruim

Aspectos	1	2	3	4
1. Condições estruturais das salas de aula (paredes e teto) ofertadas pelo seu curso				
2. Condições de ruído e temperatura das salas de aula do seu curso				
3. Condições de limpeza e iluminação das salas de aula do seu curso				
4. Adequação dos equipamentos (data show e retroprojektor) para execução das aulas do seu curso				
5. Relacionamento com os demais colegas do seu curso				
6. Relacionamento com os professores do seu curso				
7. Oportunidades para expressar suas opiniões em relação ao desenvolvimento das aulas do seu curso				
8. Oportunidades de crescimento e desenvolvimento para a formação profissional ofertados pela UESC				
9. Seu nível de conhecimento antes do ingresso no ensino superior				
10. Seu nível de conhecimento para exercer as atividades da sua futura profissão				
11. Seu grau de motivação e ânimo para assistir as aulas do seu curso				
12. Oportunidade de participação em atividades de ensino, extensão e pesquisa na sua área				
13. Imagem da universidade perante a sociedade				
14. Relevância do seu curso para a universidade				
15. Relevância do seu curso para a sociedade				

Por favor, responda novamente:

28. De um modo geral, como você considera o seu ESTADO DE SAÚDE atual?

[] ¹ Muito ruim[] ¹ Ruim[] ² Regular[] ³ Bom[] ⁴ Muito bom

Muito Obrigado!!!

APÊNDICE III – Processo de validação do instrumento de coleta de dados do estudo Monisa

Validade de face e conteúdo

O instrumento foi submetido à apreciação de seis professores/pesquisadores em Educação Física e Saúde Pública, selecionados por conveniência. Para validação, considerou-se válido o parecer de no mínimo três avaliadores. Sendo assim, após o prazo determinado de no máximo 15 dias para o envio dos pareceres, juntamente com a avaliação e sugestões para modificações para cada pergunta e opções de resposta, três pareceres foram devolvidos e o questionário obteve índice médio de validade de 92%. A escala de avaliação de cada pergunta foi: 0 a 2, não é válida; 3 a 6, pouco válida; e 7 a 10, válida.

Das 69 perguntas do questionário inicialmente construído com base em outros instrumentos previamente utilizados em estudos com adultos e com universitários, 71 perguntas fizeram parte da versão final do instrumento, conforme apresentado na Tabela 11.

Tabela 11 – Número de questões nas versões inicial e final do questionário do estudo Monisa, de acordo com as seções do instrumento. 2010.

Seções do instrumento	Versão inicial	Versão final
	N	N
Informações sobre o curso	6	4
Indicadores sociodemográficos	12	12
Indicadores do estilo de vida e saúde	4	5
Hábitos alimentares e controle do peso corporal	7	9
Atividades físicas e opções de lazer	15	15
Comportamentos preventivos	11	11
Indicadores do ambiente e das condições de aprendizagem	14	15
Total	69	71

N = Número de questões

O aumento na quantidade de questões ocorreu em consideração às sugestões dos avaliadores, visando complementar informações

essenciais para o estudo. Vale salientar que algumas perguntas foram modificadas, pois, demonstrariam uma maior sensibilidade para o levantamento das informações sobre os comportamentos relacionados à saúde em universitários. Os índices observados para as perguntas utilizadas no presente estudo são apresentadas na Tabela 12.

Tabela 12 – Índices médios observados para as variáveis analisadas no presente estudo com a validação de face e conteúdo. 2010

Variáveis	Média
Curso	10,0
Ano de entrada na universidade	8,3
Período de estudo	8,0
Sexo	10,0
Idade	9,3
Situação conjugal	10,0
Carga horária de ocupação	10,0
Atividade física no lazer	9,3
Educação física no ensino médio	10,0
Educação física no ensino fundamental II	10,0
Atividade física progressiva no lazer	9,7
Tempo de prática de AFPL em anos	10,0
Tempo de prática de AFPL em meses	10,0

AFPL = Atividade física progressiva no lazer.

Clareza do instrumento (pré-testagem)

Para a etapa de clareza (pré-testagem), foram convidados 10 discentes de graduação de diferentes cursos e anos de ingresso na faculdade de uma instituição ensino superior particular do município de Itabuna, Bahia. As informações sobre a forma de participação nessa etapa foram disponibilizadas no TCLE que consta no Apêndice IV que foi assinado antes da participação nessa etapa.

Optou-se em realizar essa etapa com estudantes de outra instituição visando acelerar o processo de validação do instrumento, por tanto, foi realizado o contato com esses discentes na instituição, sendo os mesmos selecionados de forma não probabilística. Mediante essa etapa, o questionário apresentou 96% de clareza, tendo sido utilizado como critério de avaliação para cada pergunta a seguinte escala: 0 a 2,

confusa; 3 a 6, pouco clara; e 7 a 10, clara. Todas as perguntas obtiveram índices referentes ao nível claro, superiores ao valor sete (7). As observações apresentadas pelos discentes para cada pergunta foram consideradas para a reformulação do instrumento. Após a reformulação do instrumento, foi realizada uma nova aplicação do mesmo em outros 10 estudantes dessa instituição particular, com intuito de observar, tempo médio de preenchimento e possíveis incoerências por conta do possível não entendimento das questões.

Análise de reprodutibilidade e etapa piloto do estudo

Para essa etapa, estimou-se o tamanho da amostra mínima necessária em 29 universitários, assumindo-se um erro tipo I de 5% e erro tipo II de 20%, para que as correlações a partir de 0,50 pudessem ser detectadas como estatisticamente significativas. Sendo assim, foram selecionados aleatoriamente 50 estudantes dos cursos de Licenciatura em Educação Física e Bacharelado em Enfermagem da IES pública participante do Monisa, contudo, os referidos estudantes não estavam incluídos nas etapas posteriores do estudo. Esses estudantes universitários foram selecionados com base na lista em ordem alfabética de matriculados no segundo semestre de 2010. Os questionários foram aplicados pelo pesquisador responsável principal do Monisa durante as duas ocasiões, separadas por sete dias.

Optou-se por selecionar estudantes desses cursos pela facilidade de contato com os mesmos, bem como para testar a logística de aplicação do instrumento nas salas de aulas, como uma etapa piloto. Esses universitários foram procurados em sala de aula e informados sobre essa etapa do estudo, bem como a forma de participação. Realizou-se o contato com um professor de cada curso e foi agendada a visita à sua aula. Os universitários que participaram dessa etapa assinaram o TCLE (Apêndice V) antes do preenchimento do questionário.

Dos 50 universitários selecionados, 41 foram encontrados e participaram da primeira aplicação, para o reteste somente 33 universitários foram encontrados e participaram novamente. Visando obter os níveis de reprodutibilidade foram aplicados os testes *Kappa* (K) para variáveis categóricas em escala nominal e ordinal e *Coefficiente de Correlação Intraclasse* (CCI) para as variáveis contínuas com distribuição normal e *Correlação de Spearman* (Rho) para as variáveis que não apresentaram distribuição normal. As informações sobre os

níveis de reprodutibilidade das variáveis do presente estudo são apresentadas na Tabela 13. Adotou-se a seguinte classificação para o índice *Kappa*: $\leq 0,20$: concordância leve, pobre; 0,21 e 0,40: concordância fraca, regular; 0,41 e 0,60: concordância moderada; 0,61 e 0,80: concordância forte; $\geq 0,80$: concordância perfeita (LANDIS; KOCH, 1977) e para o CCI e Rho adotou-se a seguinte classificação: -1=perfeita negativa; <-1 a $-0,80$ =forte negativa; $<-0,80$ a $-0,50$ =moderada negativa; $<-0,50$ a $-0,10$ =fraca negativa; $<-0,10$ a $-0,01$ =ínfima negativa; 0=nula; 0,01 a $<0,10$ =ínfima positiva; $\leq 0,10$ a $<0,50$ =fraca positiva; $\leq 0,50$ a $<0,80$ =moderada positiva; $\leq 0,80$ a <1 =forte positiva; 1=perfeita positiva (SANTOS, 2010).

Tabela 13 – Resultados dos níveis de reprodutibilidade das variáveis analisadas no presente estudo. 2010.

Variáveis	n	Teste	Valor do teste
Curso	33	Kappa	1,00
Ano de entrada na universidade	33	Kappa	1,00
Período de estudo	32	Kappa	1,00
Sexo	33	Kappa	1,00
Idade	33	CCI	0,99
Situação conjugal	33	Kappa	1,00
Carga horária de ocupação	30	CCI	0,84
AF no lazer	31	CCI	0,81
Educação física no ensino médio	33	Spearman	0,81
Educação física no ensino fundamental II	33	Spearman	0,70
Atividade física pregressa no lazer	28	Kappa	0,74
Tempo de prática de AFPL em anos	32	Spearman	0,76
Tempo de prática de AFPL em meses	33	Spearman	0,55

AF no Lazer = Somatório do tempo (minutos/semana) das atividades físicas praticadas no lazer; AFPL = Atividade física pregressa no lazer; CCI = Coeficiente de Correlação Intraclasse.

Com a aplicação dessa etapa, observou-se a necessidade de redução do instrumento, tendo em vista a extensão do instrumento que poderia contribuir com erros de respostas ou mesmo recusas em participar, pois, seria necessário um tempo mínimo de 30 minutos para o seu preenchimento. Por fim, a versão utilizada (Apêndice II) do questionário foi composta por 43 questões e o tempo médio de preenchimento foi de 15 minutos.

APÊNDICE IV – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da etapa de clareza do instrumento de coleta de dados

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado Senhor (a):

Convido o (a) para participar como membro da etapa de pré-testagem (CLAREZA) do instrumento da pesquisa **“Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)”** que tem o objetivo de monitorar e caracterizar os indicadores do estilo de vida e das condições ambientais e de aprendizagem em acadêmicos da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), Ilhéus, Bahia, Brasil, por um período de dez anos. Para sua participação voluntária na pesquisa, o Senhor (a) apenas deverá ler atentamente cada questão e suas alternativas de respostas e pontuar se estão claras para você, não há a necessidade de responder as perguntas. Sugere-se que o Senhor (a) avalie cada questão e responda no CARTÃO RESPOSTA de acordo com a seguinte escala:

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Confusa			Pouco clara				Clara			

Além disso, o Senhor (a) poderá apontar sugestões para tornar esse instrumento claro para a aplicação em acadêmicos. Esse questionário constará de informações sobre o seu curso, indicadores sociodemográficos (sexo, idade, estado civil, ocupação, renda, cidade de residência permanente, município de residência atual, local onde mora e quantidade de moradores na residência atual, forma principal de deslocamento à universidade e escolaridade dos pais), estilo de vida e saúde (autopercepção de saúde, estresse e sono, satisfação com a vida, hábitos alimentares e controle do peso corporal, atividades físicas e opções de lazer e comportamentos preventivos à saúde, como tabagismo, etilismo e drogas ilícitas), além de informações acerca do ambiente e das condições de aprendizagem na UESC. Para a realização de tais procedimentos somente serão necessários 15 a 25 minutos.

As informações dessa etapa que será realizada apenas em 2010, contribuirão para o processo de construção do instrumento de pesquisa (questionário) que deverá ser utilizado em cinco inquéritos com acadêmicos da UESC por um período de dez anos. As informações que serão coletadas com esse instrumento serão utilizadas para a produção de trabalhos acadêmicos e emissão de relatório para a Reitoria e Departamentos com sugestões para possíveis intervenções. Se, por ventura, o Senhor (a) sofrer algum prejuízo moral por causa do estudo, informo que me responsabilizarei em indenizá-lo (a). Por outro lado, se está claro para o Senhor (a) a finalidade desta etapa da pesquisa e se concorda em participar, peço que assine o presente documento.

Desde já, expresso meus sinceros agradecimentos por sua participação.

Prof. Thiago Ferreira de Sousa
Pesquisador Responsável – (73) 3680-5279

Eu, _____, RG _____, ocito participar da etapa de pré-testagem (Clareza) do instrumento de pesquisa do estudo: **“Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)”**, mediante a avaliação do questionário quanto à clareza das perguntas e alternativas de resposta, conforme fui anteriormente informado. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Ilhéus, ___/___/2010

Assinatura

APÊNDICE V – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da etapa de reprodutibilidade do instrumento de coleta de dados

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado Senhor(a):

Convido-o(a) para participar como membro da etapa de TESTE-RETESTE da pesquisa “**Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)**” que tem o objetivo de monitorar e caracterizar os indicadores do estilo de vida e das condições ambientais e aprendizagem em acadêmicos da Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), Ilhéus, Bahia, Brasil, por um período de dez anos. As informações observadas pelo diagnóstico do presente estudo poderão culminar em ações relacionadas à oferta de possíveis programas de incentivo à adoção de hábitos saudáveis de vida e projetos institucionais acerca das condições de aprendizagem e ambiente, além de contribuir para a produção de conhecimento científico na área de estilo de vida e saúde. Para sua participação voluntária na pesquisa, o Senhor(a) apenas deverá responder o questionário em dois momentos, sendo o segundo após sete dias, caracterizando assim o reteste.

Esse questionário constará de informações sobre o seu curso, indicadores sociodemográficos (sexo, idade, estado civil, ocupação, renda, cidade de residência permanente, município de residência atual, local onde mora e quantidade de moradores na residência atual, forma principal de deslocamento à universidade e escolaridade dos pais), estilo de vida e saúde (autopercepção de saúde, estresse e sono, satisfação com a vida, hábitos alimentares e controle do peso corporal, atividades físicas e opções de lazer e comportamentos preventivos à saúde, como tabagismo, etilismo e drogas ilícitas), além de informações acerca do ambiente e das condições de aprendizagem na UESC. Tais procedimentos poderão lhe causar certo desconforto em relação algumas perguntas e somente serão necessários 15 a 25 minutos para o preenchimento do questionário em cada momento.

Essa etapa do estudo que somente será realizada apenas em 2010, contribuirá para o processo de validação do instrumento de pesquisa (questionário), ou seja, torna-lo apto a medir o que se propõe a medir que será utilizado em cinco inquéritos com acadêmicos da UESC, com início em 2010. As informações desse estudo serão utilizadas para a produção de trabalhos acadêmicos, além da divulgação em meios científicos, com exceção dos dados de identificação e outros confidenciais, que serão mantidos em sigilo, de forma a garantir a privacidade dos participantes. Destaca-se que as informações de identificação e outros confidenciais do Senhor(a), relativo à etapa de teste-reteste, serão tratadas com sigilo e privacidade.

Se por ventura, o Senhor(a) sofrer algum prejuízo moral por causa dessa etapa do estudo, informo que me responsabilizarei em indenizá-lo(a). Mas, se mesmo assim, o Senhor(a) optar por não participar dessa etapa ou desistir a qualquer momento, não sofrerá qualquer tipo de penalidade por parte da instituição. Por outro lado, se está claro para o Senhor(a) a finalidade desta etapa da pesquisa e se concorda em participar, peço que assine o presente documento.

Desde já, expresso meus sinceros agradecimentos por sua participação.

Prof. Thiago Ferreira de Sousa
Pesquisador Responsável – (73) 3680-5279

Eu, _____, RG _____, aceito participar da etapa de teste-reteste do instrumento de pesquisa do estudo: “**Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Monisa)**”, mediante o preenchimento do instrumento de pesquisa em dois momentos, sendo o segundo após sete dias, conforme fui anteriormente informado. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Ilhéus, ____/____/2010

Assinatura

