

Prevalência e fatores associados a menores níveis de prática de atividades físicas no lazer em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia

Prevalence and associated factors to lower levels of leisure-time physical activity among college students in a public university of the State of Bahia, Brazil

Thiago Ferreira de Sousa¹
Markus Vinicius Nahas²

¹ Mestre em Educação Física; Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde (GPAF), Ilhéus, Bahia.

² Doutor em Educação Física; Professor do Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina.

Resumo

O objetivo foi estimar a prevalência e os fatores associados à prática de atividades físicas no lazer em menores níveis em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia. Este estudo foi realizado com uma amostra representativa de estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia matriculados no segundo semestre de 2010 em cursos de graduação. A amostra foi estratificada e proporcional aos cursos, período de estudo e ano de ingresso na universidade, sendo os sujeitos selecionados aleatoriamente em cada estrato. O desfecho deste estudo foi o comportamento menos ativo no lazer (≤ 149 minutos/semana). As variáveis independentes foram os indicadores sócio-demográficos e de vínculo com a universidade. As análises dos dados foram realizadas no programa *Stata* (versão 11.0) e empregou-se a Razão de Prevalência como medida de associação, por meio da regressão de Poisson. A prevalência de homens menos ativos no lazer foi de 49,1% (IC95%: 44,6-53,7) e de mulheres 77,9% (IC95%: 74,5-81,3). Apresentaram maiores chances de comportamentos menos ativo no lazer os homens que ingressaram em 2008 e do Departamento de Letras e Artes, e as mulheres com carga horária de 30 a 39 horas/semana em estágio/trabalho e pertencentes ao Departamento de Ciências da Educação. Homens e mulheres de áreas de estudo não relacionadas à saúde, assim como homens com três anos de vivência acadêmica e mulheres com atividades ocupacionais estavam mais propensos a menores níveis de prática de atividades físicas no lazer. Esses grupos devem ser priorizados em programas de promoção da atividade física na Universidade.

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

Abstract

The objective was to estimate the prevalence (and associated factors) of lower levels leisure-time physical activity (LTPA) among college students attending a public university in the State of Bahia, Brazil. This study is part of a larger prospective project intended to study health and quality of life indicators in a representative sample of college students enrolled in the second semester of 2010. The sample was proportional and stratified for each academic program, period of study, and year of entrance at the university, with students being randomly selected following those criteria. The outcome of this study was the lower level of LTPA (≤ 149 minutes/week). The independent variables included socio-demographic and academic program affiliation. Data analysis was performed using the *Stata* Software (version 11.0), and the measure of association was the Prevalence Ratio (Poisson Regression Analysis). The prevalence less active subjects during leisure-time was 49.1% (95%CI: 44.6 to 53.7) for men and 77.9% (95%CI: 74.5 to 81.3) for women. Higher chances to be less active during leisure-time were found for men who entered the University in 2008 and those from the Department of Arts and Letters; for women with 30 to 39 hours/week in occupational activities and associated with the Department of Education. Men and women in programs not related to health, men with three years of academic experience, and women with occupational activities were more likely to present lower levels of LTPA. Those groups should be the focus of programs designed to promote physical activity in this University.

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

Endereço para Correspondência

Thiago Ferreira de Sousa
Campus Universitário, Coordenadoria de Pós-Graduação em Educação Física, Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde Bairro Trindade, Florianópolis Santa Catarina, CEP 88040-900
e-mail: tfsousa_thiago@yahoo.com.br
Fone (48) 3721-8519

- Recebido: 06/05/2011
- Re-submissão: 04/07/2011
- Aceito: 06/07/2011

INTRODUÇÃO

A associação entre o baixo nível de prática de atividades físicas com a mortalidade por doenças cardiovasculares e por todas as causas está bem documentada na literatura^{1,2}. Além disso, informações sobre os potenciais benefícios à saúde, advindos da prática regular de atividades físicas são notórios em todas as fases da vida². Segundo as estimativas da Organização Mundial de Saúde³, a inatividade física é a quarta principal causa de morte em todo o mundo, especialmente em países de médio a alto rendimento.

Importante caracterizar que o perfil de prática de atividades físicas em níveis insuficientes tem iniciado em idades precoces, como na infância e adolescência e, observa-se a continuidade desse comportamento nas demais fases da vida⁴. Em estudantes universitários, grupo populacional que tem crescido nos últimos anos, tanto em ingressantes quanto em concluintes⁵, ressalta-se uma maior suscetibilidade a adoção de comportamentos de risco à saúde, como o menor envolvimento em atividades físicas regulares⁶.

Considerando a fase de transição dos estudantes universitários ao mercado de trabalho e, possivelmente a adoção de menores níveis de prática de atividades físicas⁶, assim como a necessidade do levantamento de informações para a região Nordeste do Brasil, especialmente para o Estado da Bahia, este estudo objetivou estimar a prevalência e os fatores associados à prática de atividades físicas no lazer em menores níveis em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia.

METODOLOGIA

Este estudo de característica transversal é derivado do primeiro inquérito da pesquisa de delineamento longitudinal *Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida em Acadêmicos (Monisa)*. O estudo Monisa tem como objetivo monitorar e caracterizar por um período de 10 anos os indicadores do estilo de vida e as condições ambientais e de aprendizagem em estudantes de uma universidade pública da região sul do Estado da Bahia, Brasil.

A população de referência foram os estudantes dos 30 cursos da instituição, sendo um total de 5.461. Foram incluídos os estudantes universitários regularmente matriculados no 2º semestre letivo de 2010 (cursando, no mínimo, uma disciplina) dos cursos de graduação presenciais da instituição. 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).

Para as estimativas do tamanho amostral utilizou-se a equação proposta por Luiz e Magnanini⁶ e empregou-se os seguintes parâmetros: população de referência, nível de confiança em 95%, prevalência para os desfechos desconhecidos em 50%, erro amostral de 3 p.p (pontos percentuais), percentual de acréscimo para perdas e recusas em 20% e 15% para o controle de potenciais fatores de confusão nas análises ajustadas. Mediante a aplicação desses parâmetros o tamanho da amostra obtida foi de 1.232 estudantes universitários. Os estudantes selecionados foram procurados na instituição em até três tentativas, em dias e horários diferentes e caso não fossem encontrados foram considerados como perdas ou caso não aceitassem participar foram considerados como recusa, não havendo reposição em ambas as situações.

Tendo em vista os parâmetros de poder deste estudo

como de 80%, nível de confiança de 95% e quantidade de sujeitos em cada variável independente, este estudo pode detectar razões de prevalência significativas nas análises brutas em homens, acima de 1,3 (não expostos ao comportamento menos ativo no lazer, estudantes universitários que ingressaram em 2010 e expostos os ingressantes em 2008) e em mulheres, acima de 1,2 (não expostos ao comportamento menos ativo no lazer, aquelas sem estágio/trabalho e expostas estudantes universitárias com carga horária semanal em estágio/trabalho de 30 a 39 horas). As análises de estimativas de poder deste estudo foram realizadas no Programa *Epi-Info 6.04*.

A amostragem foi estratificada e proporcional aos cursos (Biologia – licenciatura e bacharelado, Agronomia, Geografia – licenciatura e bacharelado, Medicina Veterinária, Administração, Ciências Contábeis, Biomedicina, Economia, Engenharia de Produção e Sistemas, Química – licenciatura e bacharelado, Física – licenciatura e bacharelado, Matemática – licenciatura e bacharelado, Ciências da Computação, Pedagogia, Enfermagem, Medicina, Educação Física – licenciatura, Direito, Ciências Sociais, História, Filosofia, Letras (Inglês), Letras (Espanhol), Língua Estrangeira Aplicada às Negociações Internacionais e Comunicação Social); período de estudo (diurno e noturno); e anos de ingresso na universidade (2010, 2009, 2008 e ≤2007).

Os estudantes universitários foram selecionados aleatoriamente em cada estrato, por meio da lista de matrícula em ordem alfabética. Solicitou-se o nome de uma disciplina que os estudantes cursavam na universidade, visando facilitar a localização dos selecionados na instituição, assim como os cronogramas com os horários das disciplinas de todos os cursos da universidade. Os departamentos da instituição foram informados sobre a realização do estudo via correspondência eletrônica e solicitado que informassem aos colegiados de cada curso.

Previamente a realização das coletas de dados, realizou-se nos meses de julho e agosto o treinamento com a equipe responsável pela coleta, composta por professores de Educação Física e discentes de diferentes cursos da universidade. As coletas de dados foram realizadas nos meses de setembro a novembro de 2010 nas salas de aula da universidade, antes do início das aulas ou durante o transcorrer das aulas antes, durante, ou ao final das aulas (conforme conveniência dos sujeitos selecionados). Nas disciplinas com o número igual ou superior a 10 universitários selecionados, foi solicitada a autorização dos docentes para a aplicação do instrumento de forma simultânea, nas demais ocasiões foi realizado o contato diretamente com os estudantes universitários selecionados ou em pequenos grupos.

Para a obtenção das informações foi construído um questionário tendo como base outros instrumentos previamente utilizados com adultos e estudantes universitários. Após a formulação do Questionário Isaq-A (Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos), o mesmo foi apreciado quanto à validade de face e conteúdo, clareza e reprodutibilidade, com intervalo de uma semana. O nível de reprodutibilidade da variável dependente (atividade física no lazer) deste estudo foi de $Kappa=0,61$.

Variável desfecho

Para este estudo, a variável dependente é a atividade física no lazer, que foi mensurada por meio de uma pergunta com 17 opções de atividades físicas de lazer e outros três espaços para a informação de outras atividades físicas praticadas que não constavam na lista. Além do tipo de atividade física praticada os estudantes responderam sobre a frequên-

cia semanal e o tempo de prática por dia em horas e minutos para cada atividade física praticada. Posteriormente, foi criado um escore em minutos por semana e dicotomizada em: *mais ativos no lazer* (estudantes universitários que obtiveram um mínimo de 150 minutos por semana em atividades físicas de lazer em uma semana normal); e *menos ativos no lazer* (universitários que apresentaram <150 minutos por semana em atividades físicas de lazer em uma semana normal), sendo essa a categoria de desfecho principal, conforme realizado em outras pesquisas com estudantes universitários^{7,8}

Para a construção do escore em minutos por semana, 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 METs⁹.

Variáveis independentes

As variáveis independentes são referentes aos indicadores sócio-demográficos e de vínculo com a universidade: *faixa de idade* em anos completos, categorizada em terços (17 a 20 anos, 21 a 23 anos e 24 a 52 anos); *situação conjugal*, dicotomizada em sem parceiro(a) (solteiro(a), viúvo(a), separado(a) ou divorciado(a)) e com parceiro(a) (casado(a) ou vivendo com parceiro(a)); *carga horária semanal em atividades de estágio/trabalho* em horas/semana (zero; 1-19; 20-29; 30-39; ≥ 40), e caso exercesse duas ocupações, foi considerado aquela de maior carga horária semanal; *departamentos (áreas) da universidade*, conforme categorização utilizada pela instituição (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); *anos de ingresso na universidade* (2010, 2009, 2008 e ≤ 2007); e *período de estudo* (diurno e noturno).

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. Foram utilizados 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.

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. Todas as variáveis independentes foram para a análise ajustada e foi realizado um ajuste simultâneo, independente do valor de *p* da análise bruta e empregou-se o procedimento de seleção de variáveis *backward*. Permaneceram ajustadas no modelo final as variáveis

que apresentaram valor de *p* do teste de *Wald* $< 0,20$. Todas as análises realizadas foram estratificadas por sexo.

O estudo Monisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Santa Cruz, sob o número de protocolo 382/10 e todos os estudantes universitários envolvidos foram informados sobre o sigilo com o tratamento das informações de identificação, tanto de forma oral pelos pesquisadores como no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que foi assinado previamente à participação no estudo.

RESULTADOS

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%. Dentre os 12,0% de perdas/recusas, somente quatro sujeitos recusaram participar, sendo um estudante dos cursos de Administração e Ciência da Computação e, dois estudantes do curso de Direito. As análises entre as perdas/recusas com a amostra alcançada, de acordo com o sexo e período de estudo demonstraram a não existência de diferenças, contudo, foram observadas diferenças para o ano de ingresso na universidade. Em contrapartida, essa diferença não foi observada quando foram realizadas análises entre a proporção de estudantes universitários na população com a amostra alcançada, de acordo com o ano de ingresso na universidade (dados não apresentados).

No presente estudo tanto em homens quanto em mulheres a mediana da idade foi de 22 anos e, a média de idade foi de 23,8 anos (DP=5,5 anos; 17 a 52 anos) e 23,3 anos (DP=5,0 anos; 17 a 49 anos), respectivamente. Houve uma maior participação de mulheres (54,7%), e as principais características sócio-demográficas e de vínculo com a universidade para as estudantes universitárias foram: faixa de idade de 21 a 23 anos (37,7%), sem estágio/trabalho (43,2%), sem parceiro(a) (86,0%), do período de estudo diurno (70,3%) e do ano de ingresso na universidade ≤ 2007 (31,6%) (Tabela 1). Em homens predominou a faixa de idade de 24 a 52 anos (37,3%), sem parceiro(a) (87,0%), sem estágio/trabalho (40,5%), do período de estudo diurno (64,8%) e do ano de ingresso na universidade ≤ 2007 (34,8%) (Tabela 1). Com relação à proporção de estudantes universitários por departamento e de acordo com o sexo (Figura 1), observou-se maior proporção de homens para o DCET (23,4%; IC95%: 19,7-27,2) e de mulheres para o DLA (18,1%; IC95%: 15,0-21,2).

A prevalência de estudantes universitários menos ativos no lazer foi de 65,0% (IC95%: 62,1-67,9) e, para os homens 49,1% (IC95%: 44,6-53,7) e para as mulheres 77,9% (IC95%: 74,5-81,3). Maiores prevalências de comportamento menos ativo no lazer em homens foram observadas em ingressantes na universidade no ano de 2008 (RP=1,35; IC95%=1,02-1,78) e do DLA (RP=1,63; IC95%=1,03-2,59) (Tabela 2). Para as mulheres, aquelas que referiram uma carga horária semanal em estágio/trabalho de 30 a 39 horas apresentaram 20% mais chance de comportamento menos ativo no lazer (Tabela 3). Além disso, as mulheres do DCEd apresentaram maiores prevalências de prática de atividades físicas no lazer em menores níveis que as universitárias do DCS (RP=1,30; IC95%=1,10-1,53) (Tabela 3).

DISCUSSÃO

A prevalência de estudantes universitários menos ativos no lazer deste estudo foi maior que a proporção observada para os estudantes da Universidade Federal de Pelotas (UFPel),

Tabela 1

Distribuição da amostra alcançada de estudantes universitários de acordo com os indicadores sócio-demográficos e de vínculo com a universidade, por sexo. Monisa 2010.

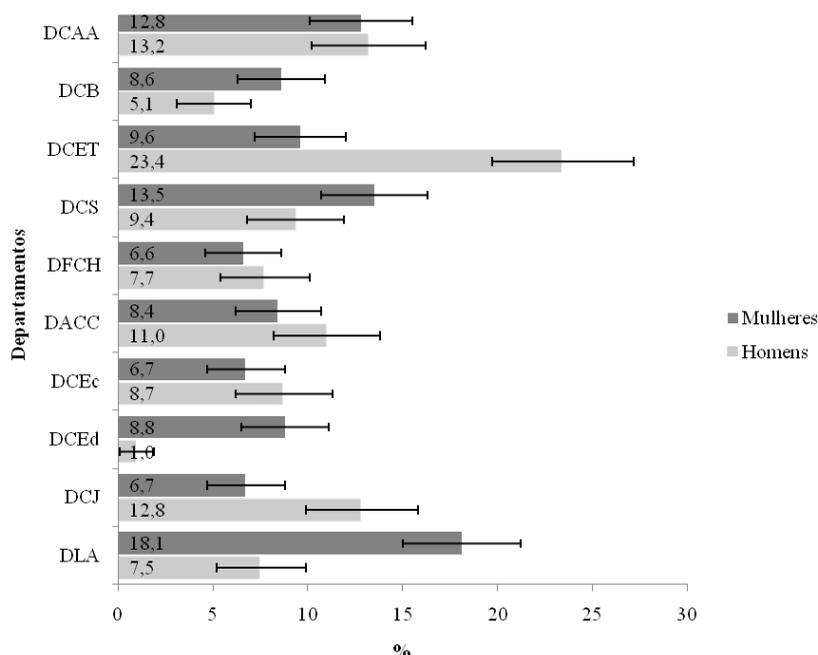
Variáveis	Homens			Mulheres		
	n	%	IC	n	%	IC
	491	45,3	42,4-48,3	592	54,7	51,7-57,6
Faixa de idade (tercis)						
17 a 20 anos	124	25,6	21,7-29,5	161	27,6	24,0-31,2
21 a 23 anos	180	37,1	32,8-41,4	220	37,7	33,8-41,7
24 a 52 anos	181	37,3	33,0-41,6	202	34,6	30,8-38,5
Situação conjugal						
Sem parceiro(a)	427	87,0	84,0-90,0	509	86,0	83,2-88,8
Com parceiro(a)	64	13,0	10,0-16,0	83	14,0	11,2-16,8
Carga horária semanal em estágio/trabalho						
Zero horas/semana	197	40,5	36,1-44,9	250	43,2	39,1-47,2
1 a 19 horas/semana	44	9,1	6,5-11,6	77	13,3	10,5-16,1
20 a 29 horas/semana	106	21,8	18,1-25,5	146	25,2	21,7-28,8
30 a 39 horas/semana	45	9,3	6,7-11,8	38	6,6	4,5-8,6
≥40 horas/semana	94	19,3	15,8-22,9	68	11,7	9,1-14,4
Período de estudo						
Diurno	318	64,8	60,5-69,0	416	70,3	66,6-74,0
Noturno	173	35,2	31,0-39,5	176	29,7	26,0-33,4
Ano de ingresso na universidade						
2010	103	21,0	17,4-24,6	130	22,0	18,6-25,3
2009	103	21,0	17,4-24,6	164	27,7	24,1-31,3
2008	114	23,2	19,5-27,0	111	18,7	15,6-21,9
≤2007	171	34,8	30,6-39,0	187	31,6	27,8-35,3

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

RS (42,9%)⁸ e de uma universidade pública em São Cristovão, SE (45,2%)¹⁰. Maiores prevalências de comportamento menos ativo no lazer foram observadas em estudantes de Medicina (43,1%)¹¹ e Fisioterapia (44,4%)¹². Em estudantes universitários

australianos¹³ e egípcios¹⁴ à proporção de insuficientemente ativos foi menor que a do presente estudo.

A prevalência observada neste estudo pode estar relacionada à falta de administração do tempo despendido para



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; Barras horizontais representam o Intervalo de Confiança (95%).

Figura 1

Proporção de estudantes universitários de acordo com os departamentos da universidade, por sexo. Monisa 2010.

Tabela 2

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

Variáveis	n	%	Bruta RP (IC95%)	p	Ajustada [‡] RP (IC95%)	p
Faixa de idade (tercis)				0,66*		0,91*
17 a 20 anos	117	48,7	1,00		1,00	
21 a 23 anos	176	46,6	0,96 (0,75-1,22)		0,88 (0,66-1,16)	
24 a 52 anos	169	50,9	1,04 (0,82-1,32)		0,96 (0,71-1,29)	
Situação conjugal				0,89		0,66
Sem parceiro(a)	410	49,3	1,00		1,00	
Com parceiro(a)	58	48,3	0,98 (0,74-1,30)		0,94 (0,70-1,25)	
Carga horária semanal em estágio/trabalho				0,61*		0,81*
Zero horas/semana	188	46,3	1,00		1,00	
1 a 19 horas/semana	44	61,4	1,32 (1,00-1,75)		1,26 (0,94-1,68)	
20 a 29 horas/semana	100	51,0	1,10 (0,86-1,41)		1,06 (0,82-1,37)	
30 a 39 horas/semana	44	36,4	0,78 (0,52-1,20)		0,74 (0,48-1,14)	
≥ 40 horas/semana	89	53,9	1,16 (0,91-1,49)		1,15 (0,86-1,54)	
Período de estudo				0,79		0,78
Diurno	306	48,7	1,00		1,00	
Noturno	162	50,0	1,03 (0,85-1,24)		0,97 (0,79-1,19)	
Ano de ingresso na universidade				0,28*		0,31*
2010	99	42,4	1,00		1,00	
2009	96	47,9	1,13 (0,83-1,54)		1,14 (0,84-1,55)	
2008	112	57,1	1,35 (1,02-1,78)		1,35 (1,02-1,78)	
≤ 2007	161	48,4	1,14 (0,86-1,51)		1,13 (0,86-1,50)	
Departamentos (áreas)				0,04		0,04
DCS	42	38,1	1,00		1,00	
DCAA	61	42,6	1,12 (0,69-1,81)		1,12 (0,69-1,81)	
DCB	25	60,0	1,57 (0,95-2,60)		1,57 (0,95-2,60)	
DCET	110	50,0	1,31 (0,85-2,01)		1,31 (0,85-2,01)	
DFCH	33	51,5	1,35 (0,81-2,25)		1,35 (0,81-2,25)	
DACC	51	45,1	1,18 (0,72-1,93)		1,18 (0,72-1,93)	
DCEc	41	39,0	1,02 (0,59-1,76)		1,02 (0,59-1,76)	
DCEd	5	40,0	1,05 (0,33-3,29)		1,05 (0,33-3,29)	
DCJ	63	58,7	1,54 (0,99-2,39)		1,54 (0,99-2,39)	
DLA	37	62,2	1,63 (1,03-2,59)		1,63 (1,03-2,59)	

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; 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; * Teste de *Wald* para tendência linear; ‡ As variáveis que apresentaram valor de p do teste de *Wald* <0,20 permaneceram ajustadas no modelo final.

as atividades acadêmicas e de lazer, assim como a percepção de outros limitantes relacionados ao clima, falta de vontade e cansaço¹⁵. As comparações com outros estudos realizados são limitadas, pois, existem importantes divergências, quanto às amostras dos estudos com estudantes universitários brasileiros, que envolvem somente um curso, ou 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 esportiva¹⁶, ou atividades físicas no lazer^{10,14,17}, ou deslocamento⁸, ou atividades físicas em todos os domínios^{18,19}.

As mulheres neste estudo apresentaram maior prevalência de comportamento menos ativo no lazer que os rapazes.

Essa característica tem sido amplamente observada em estudos populacionais, que mensuraram os níveis de prática de atividades físicas no lazer^{20,21}, assim como em estudos com estudantes universitários^{7,14,17}. 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^{22,23}, proporcionando assim maiores diferenças quanto ao nível de prática.

Com relação à idade, neste estudo não houve associação linear entre as faixas de idade e a prática de atividades físicas no lazer. Outros estudos com estudantes universitários demonstram essa semelhança, porém, foram realizados somente com estudantes do curso de Educação Física^{7,10}. Em

Tabela 3

Prevalência e fatores associados às mulheres estudantes universitárias menos ativas no lazer. Monisa 2010. Razões de Prevalências (RP) brutas e ajustadas estimadas por Regressão de Poisson.

Variáveis	n	%	Bruta RP (IC95%)	p	Ajustada [‡] RP (IC95%)	p
Faixa de idade (tercis)				0,48*		0,99*
17 a 20 anos	157	77,1	1,00		1,00	
21 a 23 anos	214	76,6	0,99 (0,89-1,11)		0,98 (0,86-1,11)	
24 a 52 anos	195	80,0	1,04 (0,93-1,16)		1,00 (0,87-1,14)	
Situação conjugal				0,14		0,24
Sem parceiro(a)	495	77,0	1,00		1,00	
Com parceiro(a)	79	83,5	1,08 (0,97-1,21)		1,08 (0,97-1,20)	
Carga horária semanal em estágio/trabalho				0,23*		0,50*
Zero horas/semana	241	78,0	1,00		1,00	
1 a 19 horas/semana	76	69,7	0,89 (0,76-1,05)		0,87 (0,74-1,02)	
20 a 29 horas/semana	143	75,5	0,97 (0,86-1,09)		0,95 (0,85-1,07)	
30 a 39 horas/semana	38	94,7	1,21 (1,10-1,34)		1,20 (1,08-1,32)	
≥ 40 horas/semana	63	80,9	1,04 (0,90-1,19)		0,99 (0,86-1,14)	
Período de estudo				0,25		0,70
Diurno	402	76,6	1,00		1,00	
Noturno	172	80,8	1,05 (0,96-1,15)		1,02 (0,92-1,13)	
Ano de ingresso na universidade				0,85*		0,88*
2010	124	79,8	1,00		1,00	
2009	158	75,3	0,94 (0,83-1,07)		0,94 (0,83-1,07)	
2008	108	80,6	1,01 (0,89-1,15)		1,03 (0,91-1,17)	
≤ 2007	184	77,2	0,97 (0,86-1,09)		0,96 (0,85-1,09)	
Departamentos (áreas)				0,02		0,04
DCS	80	70,0	1,00		1,00	
DCAA	73	78,1	1,11 (0,92-1,35)		1,11 (0,92-1,34)	
DCB	50	70,0	1,00 (0,79-1,26)		1,00 (0,79-1,26)	
DCET	57	82,5	1,18 (0,98-1,42)		1,18 (0,98-1,42)	
DFCH	37	75,7	1,08 (0,86-1,36)		1,06 (0,84-1,34)	
DACC	49	73,5	1,05 (0,84-1,31)		1,05 (0,84-1,30)	
DCEc	39	82,0	1,17 (0,95-1,44)		1,17 (0,95-1,44)	
DCEd	51	92,2	1,32 (1,12-1,55)		1,30 (1,10-1,53)	
DCJ	38	81,6	1,16 (0,95-1,43)		1,17 (0,95-1,44)	
DLA	100	78,0	1,11 (0,93-1,33)		1,11 (0,93-1,33)	

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; 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; * Teste de *Wald* para tendência linear; [‡]As variáveis que apresentaram valor de p do teste de *Wald* <0,20 permaneceram ajustadas no modelo final.

estudantes da UFPel de diversos cursos, foi observado um aumento linear de insuficientemente ativos com o aumento da idade⁸ e de maneira semelhante em estudantes universitários australianos essa característica também foi observada, tanto em moças como em rapazes¹³. Neste estudo, uma possível explicação estaria relacionada à forma que as obrigações acadêmicas contribuem de maneira similar em estudantes universitários de diferentes faixas de idade tanto em homens como em mulheres, como observado em estudantes do curso de Educação Física¹⁵.

No presente estudo e de forma semelhante a outras publicações sobre o nível de atividade física em estudantes universitários, a situação conjugal não se associou a prática de atividade física no lazer^{10,24}. Considerando a limitação de

informações acerca da associação entre atividade física e situação conjugal em estudantes da universidade, especialmente pela escassez de estudos longitudinais com essa população, essas informações levantam possíveis direções acerca da associação entre esses dois indicadores.

Quanto à associação da carga horária semanal em atividades de estágio/trabalho com a prática de atividade física no lazer, observou-se associação para as mulheres que realizavam essas atividades em regime de 30 a 39 horas. Silva e Pereira¹⁰ não observaram associação entre trabalho e atividade física no lazer em estudantes universitários de Sergipe, após o ajuste para outras variáveis, entretanto, em estudantes universitárias australianas foram observadas maiores proporções de insuficientemente ativos entre aquelas que não desem-

penhavam algum tipo de trabalho¹³. Em outros estudos realizados com estudantes universitários não foram observadas diferenças nas prevalências de inatividade física para aqueles que realizavam algum tipo de trabalho^{7,25}.

As características da ocupação, como mais ou menos qualificadas, podem representar fatores que favorecem ou limitam a obtenção de maiores níveis de prática de atividades físicas^{21,26}. Em pesquisa sobre horas trabalhadas e inatividade física, não foi observada associação positiva entre inatividade física e horas de trabalho por semana²⁶. Outro possível fator relacionado ao baixo nível de atividade física é o tempo de permanência na universidade¹⁹, de maneira que um menor tempo de vivência na universidade possibilitaria uma maior prevalência de atividades físicas em níveis insuficientes, tendo em vista à possível não participação em atividades de lazer disponibilizadas pela instituição.

Quanto ao período de estudo, não foram observadas diferenças na prevalência de universitários menos ativos no lazer, no entanto, Quadros *et al.*²⁵ observaram em estudantes recém ingressantes (calouros) na Universidade Federal de Santa Catarina, SC, que aqueles pertencentes ao período noturno foram mais inativos que os do período diurno, independente do sexo, escolaridade dos pais e condições econômicas. De forma semelhante, Fontes e Vianna¹⁹ em estudo com amostra representativa de estudantes da Universidade Federal da Paraíba, PB, também observaram que aqueles do período noturno, independente do sexo e idade, apresentaram maiores chances de baixos níveis de atividade física. Vale salientar que esses estudos mensuraram os níveis de atividades físicas em todos os domínios^{19,25}, diferentemente do presente estudo. Possivelmente, os universitários 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.

Observou-se para os homens que ingressaram em 2008 maiores chances de comportamento menos ativo no lazer. Outros estudos realizados com estudantes universitários demonstraram, em ambos os sexos^{19,24} e, somente para as mulheres⁷, menores níveis de prática de atividades físicas naqueles com um maior tempo de ingresso na universidade. Em contrapartida, Racette *et al.*²⁷ não observaram diferenças na proporção de não praticantes de exercícios físicos entre estudantes universitários ingressantes e concluintes. Possivelmente, o contexto da universidade para os homens em período próximo aos anos finais de conclusão, exerça forte associação a não adesão a práticas de atividades físicas no lazer em maiores níveis do que os homens com um semestre de vivência na universidade.

Quanto às áreas de estudo que os universitários são vinculados, observou-se para os homens do Departamento de Letras e Artes e, para as mulheres do Departamento de Ciências da Educação maiores prevalências de atividades físicas no lazer em menores níveis que os universitários do Departamento de Ciências da Saúde. Em pesquisa realizada com estudantes de uma universidade em Santa Catarina²⁸, os universitários das áreas de estudo: Saúde e Letras e Artes, apresentaram maiores prevalências de inatividade física que as outras áreas (Exatas e tecnológicas e, Humanas e econômico-jurídico). Em estudantes universitários da Paraíba (UFPB), a menor prevalência de baixo nível de atividade física (19,7%) foi observada para o Centro de Ciências da Saúde¹⁹.

Estudantes vinculados aos cursos de áreas relacionadas à saúde, possivelmente, pelos conteúdos disponibilizados podem estimular adoção de comportamentos saudáveis, como

a prática de atividades físicas. Marcondelli *et al.*²⁹ observaram que os estudantes dos cursos de Educação Física e Nutrição apresentaram menores prevalências de inatividade física, quando comparados a outros cursos da área de saúde. Em outros estudos, observa-se que os estudantes do curso de Educação Física, apresentam maiores níveis de prática de atividades físicas no lazer⁸ e global¹⁸.

As limitações deste estudo estão relacionadas a um possível viés recordatório dos minutos de prática de atividades físicas realizadas no lazer. Informações detalhadas, especialmente, relacionadas a menores períodos a serem recordados possibilitam menores correlações entre as medidas. Além disso, a não inclusão da *dança*, como opção de resposta no questionário pode ter contribuído como um possível viés, no entanto, esse viés foi minimizado pela possibilidade de resposta na opção *outras atividades físicas praticadas*, disponibilizada no instrumento. Outra potencial limitação está relacionada à causalidade reversa, exceto para a informação sobre o sexo, tendo em vista o desenho transversal.

Vale salientar que 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 anos de ingresso na universidade, selecionados aleatoriamente, haja vista que em outras pesquisas os estudantes são selecionados por conveniência em um curso ou área de estudo. Além disso, em outros estudos observa-se a utilização dos termos *inativos* ou *insuficientemente ativos*, mediante o levantamento do nível de atividade física no lazer, sendo assim, neste estudo, visando evitar possíveis denominações de insuficiência de prática de atividades físicas somente pelo domínio do lazer, optou-se pela utilização do termo *menos ativo no lazer*.

Com base nas informações observadas, conclui-se que a prevalência de universitários menos ativos no lazer foi maior que todos os outros estudos analisados, sendo essa prevalência maior em mulheres. Os homens que ingressaram em 2008 e aqueles vinculados ao DLA estavam mais propensos ao comportamento menos ativo no lazer, para as mulheres aquelas com regime de estágio/trabalho de 30 a 39 horas por semana e vinculadas ao DCEd apresentaram maiores chances de menores níveis de atividades físicas no lazer. Considerar o contexto universitário é de extrema relevância, pois, representa um período de transformações e oscilações quanto à vida diária. No entanto, a necessidade de conciliar o tempo destinado as atividades acadêmicas e de lazer são essenciais, especialmente pela inclusão de ações destinadas à prática regular de atividades físicas em âmbito universitário.

Agradecimentos

A Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal em Nível Superior (CAPES) pelo apoio financeiro ao primeiro autor, como forma de bolsa em nível de mestrado. Aos estudantes universitários envolvidos e aos professores da instituição que colaboraram com a realização do estudo Monisa. Ao professor Ms. Silvío A. Fonseca, pela colaboração na proposta do estudo Monisa. O Orientador do Trabalho, Professor Markus V. Nahas é Bolsista 1C do CNPq.

Colaboração dos autores

O primeiro autor, Thiago Sousa, idealizou a proposta do estudo, conduziu as coletas de dados, realizou as análises e a redação do artigo, que faz parte da dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina. O segundo

autor, Markus Nahas, orientou o desenvolvimento do estudo e contribui com a redação final do artigo.

REFERÊNCIAS

1. Paffenbarger Jr RS, Hyde R, Wing AL, et al. Physical Activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. *N Engl J Med* 1986; 314 (10): 605-13.
2. 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>>. Acessado em 20 de outubro de 2008.
3. World Health Organization (WHO). Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks. Geneva: WHO; 2009.
4. Gordon-Larsen P, Nelson MC, Popkin BM. Longitudinal physical activity and sedentary behavior trends adolescence to adulthood. *Am J Prev Med* 2004; 27 (4): 277-83.
5. 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.
6. Luiz RR, Magnanini MF. A lógica da determinação do tamanho da amostra em investigações epidemiológicas. *Cad Saúde Coletiva* 2000; 8 (2): 9-28.
7. Bielleman R, Karini G, Azevedo MR, Reichert FF, et al. Prática de atividade física no lazer entre acadêmicos de Educação Física e fatores associados. *Rev Bras Ativ Fis Saúde* 2007; 12 (3): 65-72.
8. Mielke GI, Ramis TR, Habeyche EC, et al. Atividade física e fatores associados em universitários do primeiro ano da Universidade Federal de Pelotas. *Rev Bras Ativ Fis Saúde* 2010; 15 (1): 57-64.
9. Ainsworth BE, Haskell WL, Whitt MC, et al. Compendium of physical activities: an update of activity codes and MET intensities. *Med Sci Sports Exerc* 2000; 32 (9): S498-S516.
10. Silva DAS, Pereira IMM. Estágios de mudança de comportamento para atividade física e fatores associados em acadêmicos de Educação Física. *Rev Bras Ativ Fis Saúde* 2010; 15 (1): 15-20.
11. Coelho VG, Caetano LF, Liberatone Jr RD, et al. Perfil lipídico e fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes de Medicina. *Arq Bras Cardiol* 2005; 85 (1): 57-62.
12. Correia BR, Cavalcante E, Santos E. A prevalência de fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes universitários. *Rev Bras Clin Med* 2010; 8 (1): 25-29.
13. Leslie E, Owen N, Salmon J, et al. Insufficiently active Australian college students: perceived personal, social, and environmental influences. *Prev Med* 1999; 28 (1): 20-7.
14. Abolfotouh MA, Bassiouni FA, Mounir GM, Fayyad RC. Health-related lifestyle and risk behaviours among students living in Alexandria University hostels. *Eastern Mediterranean Health Journal* 2007; 13 (2): 376-91.
15. Sousa TF, Santos SFS, José HPM. Barreiras percebidas à prática de atividade física no nordeste do Brasil. *Pensar a Prática* 2010; 13 (1): 1-15. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/feff/article/view/8448/6682>>. Acessado em 29 de dezembro de 2010.
16. Vieira VCR, Priore SE, Ribeiro SMR, Franceschini SCC, Almeida LP. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. *Rev Nutr* 2002; 15 (3): 273-82.
17. Sousa TF, Santos SFS, Pie ACS, Rossato LC. 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* 2009; 12 (3): 1-12. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/feff/article/view/6521/5975>>. Acessado em 14 de maio de 2010.
18. Silva GSF, Bergamaschine R, Rosa M, et al. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biologia. *Rev Bras Med Esporte* 2007; 13 (1): 39-42.
19. Fontes ACD, Vianna RPT. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. *Rev Bras Epidemiol* 2009; 12 (1): 20-9.
20. Ministério da Saúde do Brasil. 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 2009. Brasília: Ministério da Saúde; 2010.
21. Zanchetta LM, Barros MBA, César CLG, et al. Inatividade física e fatores associados em adultos, São Paulo, Brasil. *Rev Bras Epidemiol* 2010; 13 (3): 387-99.
22. Dumith SC, Domingues MR, Gigante DP. Epidemiologia das atividades físicas praticadas no tempo de lazer por adultos do Sul do Brasil. *Rev Bras Epidemiol* 2009; 12 (4): 646-58.
23. Malta DC, Moura EC, Castro AM, et al. Padrão de atividade física em adultos brasileiros: resultados de um inquérito por entrevistas telefônicas, 2006. *Epidemiol Serv Saúde* 2009; 18 (1): 7-16.
24. Guedes DP, Santos CA, Lopes CC. Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum* 2006; 8 (4): 5-15.
25. Quadros TMB, Petroski EL, Silva DAS, Gordia AP. The prevalence of physical inactivity amongst Brazilian university students: its association with sociodemographic variables. *Rev Salud Pública* 2009; 11 (5): 724-33.
26. Burton NW, Turrell G. Occupation, hours worked, and leisure-time physical activity. *Prev Med* 2000; 31 (6): 673-81.
27. Racette SB, Deusinger SS, Strube MJ, Highstein GR, Deusinger RH. Changes in weight and health behaviors from freshman through senior year college. *JNEB* 2008; 40 (1): 39-42.
28. Simão CB, Nahas MV, Oliveira ESA. Atividade física habitual, hábitos alimentares e prevalência de sobrepeso e obesidade em universitários da Universidade do Planalto Catarinense - UNIPAC, Lages. SC. *Rev Bras Ativ Fis Saúde* 2006; 11 (1): 3-12.
29. Marcondelli P, Costa THM, Schmitz BAS. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. *Rev Nutr* 2008; 21 (1): 39-47.