

ATIVIDADE FÍSICA NO DESLOCAMENTO EM ESTUDANTES DA COORTE ESEF UFPEL

**CIANA ALVES GOICOCHEA¹, TIAGO SILVA DOS SANTOS², OTAVIO AMARAL
DE ANDRADE LEÃO³, MARCELO COZZENSA DA SILVA⁴**

¹*Universidade Federal de Pelotas – cianagoicochea@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas - tiago.blah@hotmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas - otaviaoaleao@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – cozzensa@terra.com.br*

1. INTRODUÇÃO

Os benefícios da Atividade Física (AF) relacionados à saúde e bem-estar da população encontram-se fortemente reconhecidos na literatura científica, evidenciando a importância deste comportamento na prevenção e tratamento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (LEE et al., 2012). Apesar disso, estudos que abordaram essa temática têm observado que grande parcela populacional não atinge as recomendações mínimas de prática de AF para benefícios à saúde (HALLAL et al., 2012; SALLIS et al., 2016).

No Brasil, dados do VIGITEL analisaram tendências dos indicadores de AF no lazer e no deslocamento entre adultos residentes nas capitais brasileiras, identificando um tímido aumento nos percentuais de indivíduos fisicamente ativos no tempo de lazer, indo de 29,9% em 2009 para 33,8% no ano de 2013. Por outro lado, uma preocupante redução foi verificada no domínio de deslocamento, onde na primeira avaliação 17% da amostra relatou ser fisicamente ativo na forma de se deslocar para a escola ou trabalho, enquanto que no ano de 2013 este percentual foi de 12,1% (MALTA et al., 2015).

Entre as diferentes populações a serem estudadas, um olhar cauteloso deve ser concedido aos comportamentos relacionados à adolescentes e jovens, especialmente estudantes universitários, visto que as condutas de saúde estabelecidas durante este período podem ter impacto significante na ocorrência de doenças futuras (JOIA, 2010). Franca e Colares (2008) destacam ainda, que uma série de comportamentos de risco para a saúde se tornaram parte da rotina dessa população, entre os quais baixos níveis de AF. Segundo Brito et al. (2014), é comum que parte dos estudantes universitários passem a adotar um estilo de vida pouco saudável durante a vida acadêmica, incluindo, neste grupo, os alunos de cursos de Educação Física (EF).

Alguns estudos mediram o nível de AF de estudantes de graduação em EF e os fatores a ele associados (MIELKE et al., 2010; SILVA et al., 2016). Entretanto, pouco se considerou esse comportamento durante diferentes períodos da graduação, bem como a identificação dos determinantes que podem influenciar a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo.

Baseado nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo avaliar de forma longitudinal o nível de AF no deslocamento e fatores associados em estudantes ingressantes nos cursos de Educação Física (EF) de uma universidade pública do sul do Brasil.

2. METODOLOGIA

Foi realizado um estudo longitudinal envolvendo todos os alunos ingressantes nos cursos de licenciatura (diurno e noturno) e de bacharelado (diurno) em EF da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas (N=115). Foram excluídos os alunos que não estavam matriculados ou frequentando regularmente as aulas de seus respectivos cursos, sendo essas informações obtidas nos colegiados de curso de graduação e com os professores das disciplinas da unidade acadêmica.

Todos os alunos responderam a um questionário padronizado e codificado na semana de ingresso à Universidade, ocorrendo a reaplicação do mesmo instrumento na primeira semana do terceiro semestre letivo de seus respectivos curso, caracterizando então o encerramento do ciclo de um ano de graduação.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário contendo questões sociodemográficas – sexo; idade (anos completos); cor da pele (relatada pelo entrevistado); nível econômico (A/B, C, D/E), de acordo com o Critério de Classificação Econômica Brasil da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisas (2008); tipo de instituição frequentada no ensino médio (pública, privada/federal); nível de atividade física (domínios de deslocamento); e nutricional, com avaliação do índice de massa corporal (IMC) calculado pelo peso (kg) referido, dividido pela altura (cm) referida elevada ao quadrado, sendo classificados em baixo eutrofia e sobrepeso/obesidade (WHO, 2002). A principal variável de interesse, o nível de AF, foi avaliado através da seção de deslocamento, com recordatório dos últimos sete dias, baseado no Questionário Internacional de Atividade Física (CRAIG *et al.*, 2003), versão longa. Foram considerados ativos os alunos que atingiram, em cada domínio separadamente ou no total, 150 minutos ou mais de atividades físicas na semana anterior ao estudo. O banco de dados foi construído no programa Excel e a análise dos dados realizada através do programa STATA 13.0. A análise estatística utilizou teste de qui-quadrado para heterogeneidade e tendência para comparação de proporções e teste de McNemar para dados pareados (comparação pré-pós).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 2. Prevalência de AF no deslocamento entre os acadêmicos dos cursos de EF da ESEF UFPel de acordo com variáveis socioeconômicas, demográficas e nutricional (N=115).

Variáveis	Licenciatura Diurno				Bacharelado				Licenciatura Noturno			
	2014 (N=47)	2015 (N=42)	2014 (N=38)	2015 (N=32)	2014 (N=30)	2015 (N=23)	2014 (N=30)	2015 (N=23)	2014 (N=30)	2015 (N=23)	2014 (N=30)	2015 (N=23)
Sexo	%	p	%	p	%	p	%	p	%	p	%	p
Masculino	50,0	0,3	16,67	0,3	75,9	0,04	27,6	0,3	40,0	0,4	45,0	0,1
Feminino	64,3		7,1		22,2		44,4		54,6		18,18	
Idade												
até 24 anos	60,5	0,5	18,5	0,2	65,5	0,5	38,0	0,06	50,0	0,3	40,9	0,3
25 anos ou mais	50,0		0		55,6		11,1		33,3		22,2	
IMC												
Eutrofia	51,7	0,2	11,1	0,4	73,1	0,06	75	0,1	47,4	0,7	42,1	0,5
Sobre peso/obesidade	70,6		21,4		41,7		42,9		41,7		25,0	
Cor da Pele												
Branca	56,1	0,3	12,2	0,3	71,9	0,01	31,2	0,2	44,4	0,8	37,1	0,3
Não branca	80,0		0		16,6		33,3		50,0		25,0	
Renda												
A/B	57,1	0,5	0	0,7	85,7	0,4	100	0,6	50,0	0,6	66,7	0,8
C	33,3		25		50,0		50		57,1		50,0	
D/E	66,6		13,1		68,4		61,5		37,5		62,5	
Tipo de Instituição no Ensino Médio												
Pública	58,8	0,9	14,7	0,1	60,0	0,5	36,0	0,4	52,9	0,3	29,4	0,4
Privada/Federal	58,3		0		69,2		23,1		35,7		42,8	

Teste de qui-quadrado.

Tabela 1. Descrição da amostra de acadêmicos dos cursos de EF da ESEF UFPel de acordo com variáveis socioeconômicas, demográficas e nutricional (N=115).

Variáveis	Licenciatura Diurno		Bacharelado		Licenciatura Noturno	
	2014 (N=47)	2015 (N=42)	2014 (N=38)	2015 (N=32)	2014 (N=30)	2015 (N=23)
Sexo						
Masculino	40,4	40,4	76,3	76,3	63,3	63,3
Feminino	59,6	59,6	23,7	23,7	36,7	36,7
Idade						
até 24 anos	82,6	84,4	76,3	68,4	70,9	73,7
25 anos ou mais	17,4	15,6	23,7	31,6	29,1	26,3
IMC						
Eutrofia	63,1	56,3	68,4	63,2	61,3	57,9
Sobre peso/obesidade	36,9	43,7	31,6	36,8	38,7	42,1
Cor da Pele						
Branca	89,4	89,4	84,2	84,2	86,7	86,7
Não branca	10,6	10,6	15,8	15,8	13,3	13,3
Renda						
A/B	24,4	6,9	23,3	6,3	11,6	29,4
C	7,3	13,8	13,4	12,5	26,9	23,5
D/E	68,3	79,3	63,3	81,2	61,5	47,1
Tipo de instituição no Ensino Médio						
Pública	73,9	73,9	65,8	65,8	54,8	54,8
Privada/Federal	26,1	26,1	34,2	34,2	45,2	45,2

Tabela 3. Prevalência de AF no deslocamento entre os acadêmicos dos cursos de EF da ESEF UFPel de acordo com o curso frequentado (N=115).

	2014	2015	p#
	%	%	
Licenciatura diurno	58,7	10,9	0,001
Licenciatura noturno	43,3	33,3	0,3
Bacharelado diurno	63,2	31,5	0,004
p*	0,2	0,8	

p* teste de qui-quadrado de heterogeneidade para diferença entre cursos; p# teste de McNemar para diferença entre as coletas pré e pós no mesmo curso.

4. CONCLUSÕES

Diante do exposto, foi possível concluir que os acadêmicos de EF dessa universidade podem apresentar comportamentos distintos quanto à prática de AF no deslocamento dependendo do período analisado, observando-se uma redução na prevalência de deslocamento ativo entre o primeiro e segundo anos de curso. A elaboração de estratégias como forma de incentivo à adoção e manutenção de hábitos de vida saudáveis, tais como o deslocamento ativo, podem ser úteis e bem recebidas pelos universitários.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRITO, B.J.Q.; GORDIA, A.P.; QUADROS, T.M.B. Revisão da literatura sobre o estilo de vida de estudantes universitários. **Rev Bras Qualidade de Vida**. v.6, n.2, p. 66-76, 2014.
- FRANCA, C.D.; COLARES, V. Estudo comparativo de condutas de saúde entre universitários no início e no final do curso. **Rev. Saúde Pública**. v.42, n.3, p.420-47, 2008.
- HALLAL, P.C.; ANDERSEN, L.B.; BULL, F.C.; GUTHOLD, R.; HASKELL, W.; EKELUND, U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **The Lancet**. v.380, n.9838, p.219-29, 2012.
- JOIA, L.C. Perfil do estilo de vida individual entre estudantes universitários. **Revista Movimento**. v.3, n.1, p.16-23, 2010.
- LEE, I-M.; SHIROMA, E.J.; LOBELO, F.; PUSKA, P.; BLAIR, S.N.; KATZMARZYK, P.T. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. **The Lancet**. v.380, n.9838, p.219-29, 2012.
- MALTA, D.C.; ANDRADE, S.S.A.; SANTOS, M.A.S.; RODRIGUES, G.B.A.; MIELKE, G.I. Tendências dos indicadores de atividade física em adultos: Conjunto de capitais do Brasil 2006-2013. **Rev Bras Ativ Fís Saúde**. v.20, n.2, p.141-151, 2015.
- SILVA, I.; SASAKI, J.; GONÇALVES, P. Mensuração da atividade física e tempo sedentário por meio de acelerômetros: cenário atual, perspectivas e demandas futuras. **Rev Bras Ativ Fís Saúde**. v.21, n.4, p.293-296, 2016.
- SALLIS, J.F.; BULL, F.; GUTHOLD, G.W.; INOUE, S.; KELLY, P.; et al. Progress in physical activity over the Olympic quadrennium. **The Lancet**, v.388, n.10051, p.1325-36, 2016.