



UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
“JÚLIO DE MESQUITA FILHO”
Faculdade de Ciências – Campus de Bauru

MÁRIO VIEIRA DUARTE FURTADO

**A INFLUÊNCIA DE FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS
SOBRE OS NÍVEIS DE ATIVIDADES FÍSICAS
HABITUAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**

Bauru
2023

MÁRIO VIEIRA DUARTE FURTADO

**A INFLUÊNCIA DE FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS
SOBRE OS NÍVEIS DE ATIVIDADES FÍSICAS
HABITUAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**

Trabalho apresentado como requisito parcial para aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso do Departamento de Educação Física da Faculdade de Ciências, Campus de Bauru, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho.

Orientador: Prof. Dr. Márcio Pereira da Silva

Bauru
2023

F992i Furtado, Mario Vieira Duarte
A influência de fatores sociodemográficos sobre os níveis de atividades físicas habituais em estudantes universitários / Mario Vieira Duarte Furtado. -- Bauru, 2023
35 p. : tabs.

Trabalho de conclusão de curso (-) - Universidade Estadual Paulista (Unesp), Faculdade de Ciências, Bauru
Orientador: Márcio Pereira da Silva

1. saúde. 2. fatores socioeconômicos. 3. hábitos de saúde. 4. exercícios físicos. I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca da Faculdade de Ciências, Bauru. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

AGRADECIMENTOS:

A todos os professores por todo o conhecimento transmitido.

A todos os amigos que fiz nessa jornada.

As diversas instituições privadas e públicas que de certo modo contribuíram também com meu ganho de conhecimento.

A minha família por todo suporte, em especial minha mãe que sempre me estimulou nessa busca por conhecimento, e meu irmão por todo auxílio com as avaliações estatísticas contidas neste.

Aos amigos e colegas da república Patagônia pelas companhias e conversas que fizeram dessa fase mais agradável.

Por último e não menos importante ao meu orientador, por me guiar e pela compreensão quanto a meus próprios conflitos.

RESUMO:

É tocante nos dias atuais, no ápice da modernidade tecnológica, observar as mudanças produzidas pela ciência de ponta e as suas demais consequências no cotidiano das pessoas, sejam elas no perímetro urbano ou rural ou em áreas como saúde, comunicação e transporte. Estes fatores sociodemográficos que se imbricam com o estilo de vida individual, estão, em estado de tensão, relacionados a baixos níveis de atividade física, sedentarismo e obesidade, nos quais, por sua vez, se têm os seus desdobramentos conectados diretamente a uma série de fatores de risco à saúde, como o acometimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT); sendo elas, por exemplo, doenças cardiovasculares, hipertensão e diabetes tipo 2. Haja visto que o excesso de peso chegou a atingir 60,3% da população de adultos acima de 18 anos em 2019, segundo dados do censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), é de suma importância compreender como esses fatores se relacionam e como levam a tal comportamento. Assim, o presente estudo buscou investigar como os fatores sociodemográficos interagem com níveis de atividades físicas habituais (AFH) em estudantes universitários e verificar se há dentro de uma “cultura universitária” uma preponderância para a prática de atividades físicas. Para isto, foi realizado um estudo transversal onde foram coletados idade, Índice de Massa Corporal (IMC), Nível Socioeconômico (NSE), ano de ingresso na universidade, tempo de tela, propriedade veicular, e o nível de atividade física que foi avaliado pela aplicação do questionário de Atividades Físicas Habituais (AFH) de Baecke; o estudo foi composto de uma amostra de 190 estudantes com idade média $21,2 \pm 2,9$ anos, dos quais 54,7% do sexo masculino, 44,2% do sexo feminino e 1,1% preferiram não declarar. As análises sobre os níveis de prática e os fatores sociodemográficos coletados foram realizadas utilizando teste *T student* (pareado e não pareado) e análise de variância (ANOVA), o nível de significância adotado foi de $p \leq 0,05$, o software utilizado foi o *GraphPad InsTat* na versão 3.05. Desta forma, observou-se menores níveis de AFH: entre as mulheres, tanto na variável de exercício físico durante o lazer (EFL), como no escore total de atividade física (ET); pelos mais jovens em EFL; e pelos proprietários de veículos na variável de atividades físicas na hora de lazer e locomoção (ALL). Quanto a classe social, não se encontrou grande influência desta sobre tais níveis, porém, ao analisar as atividades físicas ocupacionais (AFO), a classe DE apresentou maiores níveis que as demais, e, em outro ponto, os dados apontaram para a superioridade no indicador de EFL dos alunos que ingressaram

de 2018 para trás em relação aos estudantes que tiveram seu ano de ingresso em 2020 e em 2022, além do que 46,80% dos alunos que possuíam veículos apresentaram sobrepeso ou obesidade. Diante destes resultados, conclui-se que são vários os fatores sociodemográficos que se relacionam negativamente aos níveis de AFH e que aliados ao sedentarismo são condições de risco que aumentam a predisposição para o acometimento de várias DCNT. Por fim, considerando a importância da prática de atividades físicas e de outros hábitos saudáveis nessa fase universitária, faz-se necessário a educação para com a saúde como fator primordial de conscientização na proteção e prevenção desse público.

Palavras-chave: Exercício, Sobrepeso, Sedentarismo, Condição Socioeconômica, Universitários.

ABSTRACT:

It is touching nowadays, at the height of technological modernity, to observe the changes produced by cutting-edge science and its other consequences in people's daily lives, whether in urban or rural areas or in areas such as health, communication and transport. These sociodemographic factors that overlap with individual lifestyle, are, in a state of tension, related to low levels of physical activity, sedentary lifestyle and obesity, which, in turn, have their consequences directly connected to a series of health risk factors, such as suffering from Chronic Non-Communicable Diseases (NCDs); these being, for example, cardiovascular diseases, hypertension and type 2 diabetes. Given that excess weight reached 60.3% of the population of adults over 18 years of age in 2019, according to census data from the Brazilian Institute of Geography and Statistics (IBGE), it is extremely important to understand how these factors relate to each other and how they lead to such behavior. Thus, the present study sought to investigate how sociodemographic factors interact with levels of habitual physical activity (AFH) in university students and to verify whether there is a preponderance for the practice of physical activities within a "university culture". For this, a cross-sectional study was carried out where age, Body Mass Index (BMI), Socioeconomic Level (SES), year of entry into university, screen time, vehicle ownership, and the level of physical activity were collected, which was assessed by the application of the Baecke Habitual Physical Activities (AFH) questionnaire; the study was composed of a sample of 190 students with an average age of 21.2 ± 2.9 years, of which 54.7% were male, 44.2% were female and 1.1% preferred not to declare. Analyzes on practice levels and sociodemographic factors collected were carried out using the student T test (paired and unpaired) and analysis of variance (ANOVA), the level of significance adopted was $p \leq 0.05$, the software used was GraphPad InsTat in version 3.05. Thus, lower levels of AFH were observed: among women, both in the variable of physical exercise during leisure time (EFL) and in the total physical activity score (ET); by younger people in EFL; and by vehicle owners in the variable of physical activities during leisure time and transportation (ALL). As for social class, no great influence was found on these levels, however, when analyzing occupational physical activities (AFO), the DE class presented higher levels than the others, and, at another

point, the data pointed to superiority in EFL indicator of students who entered from 2018 backwards in relation to students who entered in 2020 and 2022, in addition to 46.80% of students who owned vehicles were overweight or obese. In view of these results, it is concluded that there are several sociodemographic factors that are negatively related to AFH levels and that, combined with a sedentary lifestyle, these are risk conditions that increase the predisposition for developing various NCDs. Finally, considering the importance of practicing physical activities and other healthy habits at this university stage, health education is necessary as a primary factor in raising awareness in the protection and prevention of this population.

Keywords: Exercise, Overweight, Sedentary lifestyle, Socioeconomic Condition, College student.

LISTA DE QUADROS:

Quadro 1 – Critério de Classificação Socioeconômica do Brasil (2022).....	18
---	----

LISTA DE TABELAS:

Tabela 1 - Caracterização dos participantes.....	20
Tabela 2 - Dados de IMC (valores brutos e relativos) estratificados por sexo.....	20
Tabela 3 - Valores para AFO, EFL, ALL e ET distribuídos por sexo.....	21
Tabela 4 - Valores para AFO, EFL, ALL e ET estratificados por nível socioeconômico.....	22
Tabela 4.1 - Nível socioeconômico em relação ao IMC.....	22
Tabela 5 - Valores para AFO, EFL, ALL e ET estratificados por NSE e sexo.....	23
Tabela 6 - Valores para AFO, EFL, ALL e ET distribuídos por faixa etária.....	23
Tabela 7 - Valores para AFO, EFL, ALL e ET para propriedade de veículo.....	24
Tabela 8 - Valores para AFO, EFL, ALL e ET distribuídos por ano de ingresso.....	25

LISTAS DE SIGLAS:

ABEP- Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa
ABNT – Associação Brasileira de Normas Técnicas
ONU – Organização das Nações Unidas
AFO - Atividades Físicas Ocupacionais
ALL - Atividades Físicas no Lazer e Locomoção
BMI- Body Max Index
DCNT- Doenças Crônicas Não Transmissíveis
DP- Desvio Padrão
EFL- Exercícios Físicos no Lazer
ET- Escore Total em Atividade Física Habitual
HPA- Habitual Physical Activity
IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IMC- Índice de Massa Corporal
INEP- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Anísio Teixeira
IPAQ- Questionário Internacional de Atividade Física
LLA- Leisure and Locomotion Activities
MEC- Ministério da Educação
NSE- Nível Socioeconômico
NCD- Non-communicable diseases
OPA- Occupational Physical Activities
PEL- Physical Exercises in Leisure
SUS- Sistema Unico de Saude
SES- Socioeconomic Status
TCLE- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TS- Total Physical Activity Score

LISTA DE SÍMBOLOS:

Cm - Centímetros

Kg - Quilogramas

R\$ - Moeda Brasileira

> - Maior que

< - Menor que

SUMÁRIO:

1- Introdução.....	13
2- Objetivo.....	17
3- Materiais e Métodos.....	18
3.1-Variáveis.....	18
3.2- Amostra.....	19
3.3- Estatístico.....	Método 19
4- Discussões.....	Resultados e 19
5- Finais.....	Considerações 26
6- Apêndice.....	28
7- Referências.....	30

1- INTRODUÇÃO:

Na contemporaneidade, nota-se os inúmeros progressos alcançados pela ciência e pela indústria que, mutuamente associados, nos circundam, com um tremendo arcabouço de tecnologias e produtos, na sua mais diversa infinidade. Torna-se inegável reiterar os avanços na medicina, na educação, no transporte e na comunicação, porém, é também imprescindível apontar as consequências negativas que com elas se acarretam; ora se expressando na geração de novos hábitos e estilos de vida menos saudáveis, ora refletidas nos níveis de atividade física, lazer e locomoção.

Posto isto, associam-se também os vários fatores sociodemográficos que permeiam a todos na sociedade em geral de múltiplas formas, sendo de suma importância a investigação dessas relações e de como se dá a construção dessa teia de variáveis. Junta-se a isso o fato de nos inserirmos numa forte cultura universitária, não só o autor no caso, como estudante universitário e pesquisador durante o processo de conclusão da graduação, mas também muitos dos jovens em nosso país num recorte de idade bem próximo, principalmente depois do advento da política de cotas para as universidades públicas.

Exposto estes indicadores ganha corpo a motivação do presente trabalho que se dá, aqui, na pesquisa destas variáveis sociodemográficas e de como elas se relacionam com as taxas de atividades físicas habituais no público universitário, de modo a tentar entender como estes fatores se conectam com uma juventude que através da tecnologia, das redes sociais e da internet está cada vez mais conectada. Assim, se valendo de um tratamento estatístico e coletando os dados da amostra por meio de questionário objetiva-se dar lastro a essas relações e ao mesmo tempo convertê-las na materialidade de resultados a respeito de um cenário ainda um pouco latente.

Neste trabalho tal qual Krug *et al.* (2018), adota-se aqui o conceito de que variáveis sociodemográficas são indicadores como idade, sexo, estado civil, moradia, escolaridade, situação empregatícia, poder aquisitivo etc. Sobre o cenário a ser investigado e a população alvo do estudo, observa-se na literatura que, segundo dados do censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) realizado em 2019, no Brasil uma em cada quatro pessoas acima de dezoito anos estava obesa, grupo este onde o excesso de peso identificado pelo Índice de Massa Corporal (IMC) $>25\text{Kg/m}^2$

chega a atingir 60,3% da população. Quantificado este dado e considerando-se que a obesidade e o sedentarismo são os principais fatores no desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), tais como o diabetes, hipertensão, cardiopatias e alguns tipos de câncer (CARLUCCI et al, 2014), estes indicadores sobre a condição de sobrepeso da população brasileira acendem um sinal de alerta para esta questão de saúde pública e é nessa lacuna onde tenta-se enquadrar este presente estudo.

É sabido por meio desta mesma literatura que a prática de atividades físicas, por sua vez, pode promover alguns benefícios fisiológicos, como a melhora da pressão arterial, da resistência à insulina, do metabolismo lipídico e glicídico, da composição corporal, da densidade mineral óssea, entre outros (FONSECA, 2009). Deste modo, segundo Carvalho *et al.* (1996), a regularidade na prática de exercícios físicos pode combater o desenvolvimento de condições clínicas como doença aterosclerótica coronariana, hipertensão arterial sistêmica, acidente vascular encefálico, doença vascular periférica, obesidade, diabetes tipo II, osteoporose e osteoartrose, câncer de colon, mama, próstata, pulmão e ainda a ansiedade e a depressão.

Observa-se que a atividade física na vida diária pode ser categorizada em atividades ocupacionais, esportivas, de condicionamento, domésticas ou outras (CASPERSEN; POWELL; CHRISTENSON, 1985). Sabemos que os benefícios significativos para a saúde podem ser obtidos com atividades de intensidade relativamente baixa e comuns no cotidiano, sendo elas como o ato de andar, subir as escadas, pedalar e dançar. (CARVALHO *et al.*, 1996).

Segundo Trost *et al.* (1996), diversos fatores podem influenciar na prática de atividades físicas e sua permanência, dentre eles: fatores demográficos, biológicos, psicológicos, cognitivos e emocionais, atributos comportamentais, sociais e culturais, o ambiente físico e as características da atividade física; em sua revisão, os autores identificaram relação entre a prática de atividades físicas e fatores demográficos, dos quais o sexo, a idade e o nível socioeconômico (NSE). Bauman *et al.* (2012) também realizaram uma revisão e identificaram 68 artigos relacionando a prática de atividade física em países de classe baixa e média, sendo 39 desses no Brasil, e que os fatores demográficos biológicos são os que mais se relacionam com os níveis de prática de atividades físicas, entre estes a idade, o sexo e o nível socioeconômico (NSE).

Nisso temos que o comportamento sedentário se refere ao envolvimento com atividades que não despendem energia acima dos níveis de repouso, ou seja, variando entre 1.0 a 1.5 múltiplos de equivalentes metabólicos (METs); são estas atividades como, por exemplo, se deitar, sentar, dormir e assistir à televisão. Por vezes, erroneamente, o comportamento sedentário é agrupado às atividades físicas mais leves, ou seja, com gastos entre 1.6 e 2.9 METs, que são representadas em exercícios como o caminhar devagar, o escrever, o cozinhar e lavar as louças. (PATE; O'NEILL; LOBELO, 2008)

Nota-se também que Azevedo *et al.* (2007) realizaram um estudo populacional com 2577 indivíduos residentes no município de Pelotas (Rio Grande do Sul), buscando relacionar a prática de atividades físicas sistematizadas na adolescência e o nível de atividade física no lazer durante a vida na idade adulta por meio de Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) e auto relato das práticas na adolescência. Como resultado, observaram que aqueles indivíduos envolvidos com práticas na adolescência apresentam maior probabilidade de serem suficientemente ativos na vida adulta.

É interessante pontuar que, segundo dados do Censo da Educação Superior realizado pelo Ministério da Educação, as matrículas em cursos de graduação cresceram 32,8% entre os anos 2011 e 2021 no Brasil, chegando a atingir 8.987.120 (MEC/INEP, 2022). Visto que muitas vezes essa fase vem acompanhada de uma série de mudanças como de cidade, da saída da casa dos pais, de convívio social e com os afazeres da universidade, muitos universitários acabam optando por condutas que são nocivas à saúde como a redução dos níveis de atividade física (OLIVEIRA *et al.*, 2014), o que corrobora com a preocupação do nosso presente estudo tanto no que se refere ao público analisado, quanto no que toca a “cultura universitária” que com eles se relaciona e os permeia.

Observou-se também que, em um estudo realizado sobre os níveis de prática de atividade física com 605 estudantes da Universidade Federal do Piauí, os resultados obtidos ao aplicar o IPAQ revelaram que, desses estudantes, 28,4% eram sedentários e 23,6% considerados insuficientemente ativos (MARTINS *et al.*, 2010).

Ao tentar investigar como se dão essas relações e identificar a prevalência e os fatores que influenciam em baixos níveis de prática de atividade física em estudantes universitários, Fontes e Vianna (2009) entrevistaram 1503 estudantes da Universidade Federal da Paraíba, identificando que 31,2% apresentavam baixos níveis de atividade física, segundo questionário IPAQ na sua versão longa, e que estavam associados a fatores como o ano de ingresso, com quem mora, forma de custeio das próprias despesas, se exerce atividade remunerada e o NSE.

A essa altura tendo em vista que baixos níveis de atividade física podem vir a desencadear uma série de fatores de risco a saúde, e que doenças como a hipertensão, o diabetes e a obesidade chegaram a custar 3,45 bilhões de reais (R\$) ao Sistema Único de Saúde (SUS) no ano de 2018 (NILSON *et al.*, 2020), faz-se importante e necessário se entender melhor como esses indicadores se conectam e quais são os fatores que contribuem para este comportamento e assim buscar soluções para combatê-los.

Assim, considerando que o Brasil apresenta uma crescente de sobrepeso e obesidade como resultado de levantamentos nacionais, que os baixos níveis de atividade física estão diretamente relacionados ao desenvolvimento desta condição, que a prática de atividade física leva à manutenção de diversos parâmetros de saúde auxiliando na prevenção DCNTs e que os jovens estão propensos também a essas condições, o referênte trabalho busca explicitar e entender as possíveis associações que ocorrem entre os fatores sociodemográficos e os níveis de atividade física habitual em estudantes universitários, de modo a quantificar como se dão essas relações, de que forma interagem e quão preponderantes se mostram no público alvo desta pesquisa; o que pode ser sintetizado pelas seguintes perguntas: Qual a significância dos fatores sociodemográficos nos índices de atividade física habitual no grupo analisado? Como é que essas variáveis interagem entre si com os níveis de atividade física? E o que se observa nas variáveis como influência da chamada “cultura universitária” na qual os indivíduos participantes do estudo se encontram imersos?

2- OBJETIVO:

Geral: Observar e investigar as prováveis relações entre os fatores sociodemográficos sobre os níveis de atividades físicas habituais em estudantes universitários, não só identificando-as como também as quantificando, de forma a serem expressas através dos resultados na materialidade dos dados.

Específico: Realizar observação se há conexão entre a “cultura universitária” e as variáveis e notar como elas se comportam no que se refere a atividade ou inatividade física do público estudado.

3- MATERIAIS E MÉTODOS:

A referida pesquisa se valeu de um estudo transversal com estudantes universitários de ambos os sexos, residentes no município de Bauru; os indivíduos foram entrevistados via questionário preenchido de forma digital (via *Google Forms*). As entrevistas ocorreram durante os intervalos entre aulas, os estudantes foram selecionados de forma aleatória e abordados enquanto frequentavam o campus, onde também eram questionados se estudavam ali; então, lhes era apresentado um *Qr Code* que os direcionava ao questionário. Todos os entrevistados concordaram em ter seus dados utilizados na pesquisa ao assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), (Anexo B) disponível no apêndice desta obra.

3.1- Variáveis:

Neste estudo as variáveis coletadas para a pesquisa foram: sexo (classificados em masculino, feminino e não declarado), IMC (a partir dos valores de peso e altura em *Kg* e *cm*, respectivamente relatados via questionário), idade (agrupando-se os valores em abaixo de 19, entre 20 e 21, entre 22 e 23 e mais de 24 anos), ano de ingresso na universidade (onde foram considerados os anos de 2022, 2021, 2020, 2019 e estratificados os anteriores a 2018), NSE (considerando o estrato socioeconômico conforme renda média proposto pela ABEP, dados disponíveis no quadro 1), propriedade veicular, tempo de tela (estratificado entre < 3h e > 3h/dia) e aplicado o questionário de Atividades Físicas Habituais (AFH) de Baecke (FLORINDO; LATORRE, 2003).

Quadro 1- Critério de Classificação Socioeconômica do Brasil (2022)

Estrato Socio Econômico	Renda Média
A	21.826,74
B1	10.361,48
B2	5.755,23
C1	3.276,76
C2	1.965,87
DE	900,60
TOTAL	3.383,06

Observa-se que, a critério de esclarecimento, o questionário de AFH de Baecke (Anexo A, disponível no apêndice desta obra) é responsável por gerar um escore total de atividade física (ET), o qual possui 16 questões que abrangem as atividades físicas habituais em três diferentes categorias: atividades físicas ocupacionais (AFO) contempladas nas questões de 1 a 8, exercícios físicos durante o lazer (EFL) nas referentes questões 9 a 12 e atividades físicas na hora de lazer e locomoção (ALL) nas questões de 13 a 16.

3.2- Amostra:

A população alvo deste estudo, de onde se foi coletado os dados, era formada inicialmente por 211 jovens adultos entre 17 e 29 anos de idade, residentes no município de Bauru, regularmente matriculados no segundo semestre letivo das universidades UNESP ou USP de Bauru. Desses, 21 foram excluídos das análises por não preencherem corretamente alguma das partes do questionário de AFH de Baecke, resultando num total de 190 participantes. A coleta de dados aconteceu entre outubro e dezembro de 2022.

3.3- Método Estatístico:

Durante as análises produzidas por esta pesquisa a respeito dos fatores sociodemográficos (IMC, sexo, idade, NSE, propriedade veicular e tempo de tela) e dos níveis de atividade habitual, cujos valores foram expressos em média \pm desvio padrão, foram utilizados teste *T Student* (pareado ou não pareado) e análise de variância

(ANOVA), conforme apropriado. A distribuição foi considerada normal pelo teste de Kolmogorov e Smirnov, o nível de significância adotado foi de $p \leq 0,05$ e o software de análise utilizado foi o *Graphpad InStat* na versão 3.05.

4- RESULTADOS E DISCUSSÕES:

Inicialmente, tomamos que para esta pesquisa foram consideradas e validadas as entrevistas de 190 estudantes universitários com idade média de $21,2 \pm 2,9$ anos. Conforme apresentado nas tabelas 1 e 2 os grupos se aglutinam com as seguintes representações percentuais: o maior contingente dos participantes é do sexo masculino com 54,7%, os que são pertencentes às classes sociais B2 e C1 representam 29,5% e 25,8% (respectivamente), os que possuem idade ≤ 19 anos são 30,5%, os que ingressaram na universidade em 2022 totalizam 34,2%, os que dedicam tempo de tela acima de 3 horas têm 85,8%, os que não possuem veículos seguem com 77,9% e os que apresentam IMC entre 18,6 e 24,9kg/m² somam 59,5%.

TABELA 1- Caracterização dos participantes

Variáveis	n°	%
	190	
Sexo		
Masculino	104	54,7%
Feminino	84	44,2%
Preferiram não declarar	2	1,1%
Nível Socioeconômico		
A	11	5,8%
B1	41	21,6%
B2	56	29,5%
C1	49	25,8%
C2	24	12,6%
DE	9	4,7%
Idade		
<19	58	30,5%
20-21	54	28,4%
22-23	52	27,4%
24>	26	13,7%
Ano de Ingresso		
Antes de 2018	13	6,8%
2019	49	25,8%
2020	27	14,2%
2021	36	18,9%
2022	65	34,2%
Tempo de tela		
Abaixo de tres horas	27	14,2%
Acima de tres horas	163	85,8%
Possuem Veiculo		
Sim	42	22,1%
Não	148	77,9%

TABELA 2- Dados de IMC (valores brutos e relativos) estratificados por sexo.

	Ate 18,5kg/m ²		18,6kg/m ² a 24,9kg/m ²		25kg/m ² a 29,9kg/m ²		30kg/m ² a 34,9kg/m ²		35kg/m ² a 39,9kg/m ²	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
n	190	6,8%	113	59,5%	43	22,6%	15	7,9%	4	2,1%
Feminino	6	46,2%	54	47,8%	16	37,2%	6	40,0%	1	25,0%
Masculino	6	46,2%	59	52,2%	27	62,8%	8	53,3%	3	75,0%
Preferiram não declarar	1	7,7%					1	6,7%		

Nota-se que, conforme exposto na tabela 2, embora a maioria dos universitários agrupados em homens e mulheres se encontrasse dentro da faixa de normalidade do IMC (de 18,6 a 24,9kg/m²), 22,6% apresentavam condição de sobrepeso e 10% foram identificados como obesos pelo IMC, percentual esse que, somado chega a 32,6%, merece nossa atenção para o melhor esclarecimento das

relações que envolvem estes dados no sentido de elucidar os fatores causadores da redução de atividades físicas habituais.

Seguindo com os resultados, ao analisar os valores para AFO, EFL, ALL e ET distribuídos por sexo (tabela 3), foram observadas diferenças significativas em EFL masculino quando comparado ao sexo feminino ($p=0.0044$) e também para ET masculino comparado ao sexo oposto ($p=0.0339$), assim como já foi observado por Bauman *et al.* (2012) e Oliveira *et al.* (2014). Estes dados nos ligam o alerta, até no que tange futuras investigações, de se compreender melhor porque o sexo feminino apresentou índices menores de atividades físicas habituais, seja em EFL ou em ET, o que pode abarcar como possível explicação são as questões culturais da nossa sociedade, ligadas ao sexo feminino, no que toca a prática de exercícios físicos como lazer ou mesmo no incentivo da prática da atividade física em geral, mas que propriamente não são o objeto desta pesquisa.

Tabela 3- Valores para AFO, EFL, ALL e ET distribuídos por sexo

sexo	n	afo_mean±SD	efl_mean±SD	all_mean±SD	et_mean±SD
Feminino	84	2.44 ± 0.6127	2.42 ± 0.7872	2.54 ± 0.6456	7.41 ± 1.5365
masculino	104	2.42 ± 0.7788	2.78 ± 0.8679 **	2.71 ± 0.5668	7.91 ± 1.6208 *
prefiro não declarar	2	3.06 ± 0.4419	2.12 ± 0.5303	3.12 ± 0.8838	8.31 ± 0.9722

AFO: Atividades Físicas Ocupacionais; EFL: Exercício Físico no lazer; ALL: Atividades físicas na hora de lazer e locomoção; ET: Escore Total de Atividade Física

**: $p=0.0044$ *: $p=0.0339$

Agora quando explicitados e comparados os dados distribuídos por classe econômica (tabela 4), foi identificado diferenças significativas quanto a AFO em relação a classe DE que apresentou valores maiores que as demais classes ($p<0.01$, comparado à classe A; e $p<0.05$, comparado a B1, B2 e C1). No entanto, na mesma distinção da classe econômica não foi possível quantificar preponderâncias do poder aquisitivo em relação aos valores do IMC dos participantes, o que não foi significativo para afirmar se há uma relação à favor de uma condição saudável associada ao aumento de renda ou desfavorável a essa mesma relação no que se refere ao IMC, vide na tabela 4.1 os comparativos que mostram os percentuais dessas relações.

Tabela 4- Valores para AFO, EFL, ALL e ET estratificados por nível socioeconômico

socioeconomico	n°	Valores			
		afo_mean±SD	efl_mean±SD	all_mean±SD	et_mean±SD
A	11	2.01 ± 0.4274 **	2.56 ± 0.7079	2.29 ± 0.5790	6.87 ± 1.411
B1	41	2.45 ± 0.6596 *	2.69 ± 0.8812	2.65 ± 0.6999	7.80 ± 1.745
B2	56	2.33 ± 0.6025 *	2.59 ± 0.9458	2.54 ± 0.6032	7.47 ± 1.678
C1	49	2.42 ± 0.7918 *	2.59 ± 0.8506	2.70 ± 0.5481	7.37 ± 1.480
C2	24	2.60 ± 0.7960	2.54 ± 0.6903	2.81 ± 0.5578	7.96 ± 1.333
DE	9	3.18 ± 0.5629	2.80 ± 0.6935	2.75 ± 0.5995	8.73 ± 1.364

AFO: Atividades Físicas Ocupacionais; EFL: Exercício Físico no lazer; ALL: Atividades físicas na hora de lazer e locomoção; ET: Escore Total de Atividade Física.
 **:p<0.01; *:p<0.05 diferença para classe DE

Tabela 4.1- Nível socioeconômico em relação ao IMC

NSE/IMC	< 18,4	18,5 a 24,9	25 a 29,9	> 30
A	15,38%	5,55%	4,16%	4,16%
B1	7,69%	23,01%	20,83%	29,16%
B2	15,38%	30,15%	29,16%	29,16%
C1	46,15%	26,19%	27,08%	20,83%
C2	7,69%	13,49%	8,33%	12,5%
DE	7,69%	1,58%	10,41%	4,16%

Quanto às classes socioeconômicas, o fato dos universitários de DE apresentarem diferenças significativas com relação às atividades físicas ocupacionais AFO difere do que aponta Bauman *et al.* (2012), ao observarem positiva associação entre níveis mais elevados de prática por aqueles das classes mais altas em países de baixa e média renda. Nossos resultados também diferem de Fontes e Vianna (2009), os quais relacionam níveis reduzidos de prática de atividades físicas para as classes mais altas. Considerando-se que no presente estudo, os universitários da classe DE apresentaram maior pontuação em AFO, isto se justifica em razão de que a maior parte dos estudantes das demais classes tinha como AFO exclusivamente os estudos, enquanto a maior parte dos universitários DE, por se tratar de uma classe de menor renda, acabam tendo maior necessidade de exercer trabalho remunerado para se manter

financeiramente em uma condição de graduação quando comparados às demais classes analisadas, aumentando sua demanda física com nessas atividades.

Quando analisados as classes distribuídas por sexo (tabela 5), não houve diferenças significativas nas diferentes categorias de AFH.

Tabela 5- Valores para AFO, EFL, ALL e ET estratificados por NSE e sexo

sexo	socioeconomico	n°	afo_mean±SD	efl_mean±SD	all_mean±SD	et_mean±SD
Feminino	A	5	1.85 ± 0.3235	2.50 ± 0.6373	2.20 ± 0.4107	6.55 ± 0.9039
Feminino	B1	20	2.41 ± 0.4517	2.51 ± 0.8902	2.43 ± 0.6633	7.36 ± 1.5135
Feminino	B2	21	2.28 ± 0.5140	2.30 ± 0.7327	2.38 ± 0.7315	6.97 ± 1.6870
Feminino	C1	20	2.50 ± 0.6737	2.31 ± 0.7942	2.56 ± 0.5121	7.37 ± 1.3078
Feminino	C2	15	2.71 ± 0.7536	2.50 ± 0.8073	2.91 ± 0.5799	8.13 ± 1.4793
Feminino	DE	3	3.12 ± 0.2500	3.00 ± 0.7500	2.91 ± 0.8036	9.04 ± 1.6645
masculino	A	6	2.14 ± 0.4835	2.62 ± 0.8177	2.37 ± 0.7202	7.14 ± 1.7702
masculino	B1	21	2.48 ± 0.8205	2.86 ± 0.8573	2.86 ± 0.6829	8.22 ± 1.8794
masculino	B2	34	2.35 ± 0.6615	2.77 ± 1.0396	2.61 ± 0.4654	7.73 ± 1.6336
masculino	C1	28	2.33 ± 0.8659	2.83 ± 0.8362	2.82 ± 0.5646	7.99 ± 1.5895
masculino	C2	9	2.43 ± 0.8774	2.61 ± 0.4695	2.63 ± 0.5017	7.68 ± 1.0663
masculino	DE	6	3.20 ± 0.6922	2.70 ± 0.7144	2.66 ± 0.5400	8.58 ± 1.3361
prefiro não declarar	B2	1	2.75 ± NA	2.50 ± NA	3.75 ± NA	9.00 ± NA
prefiro não declarar	C1	1	3.37 ± NA	1.75 ± NA	2.50 ± NA	7.62 ± NA

AFO: Atividades Físicas Ocupacionais; EFL: Exercício Físico no lazer ; ALL: Atividades físicas na hora de lazer e locomoção; ET: Escore Total de Atividade Física; NSE: Nível Socioeconômico

Ao dividir a amostra por faixa etária, é observada diferença entre os valores de EFL (tabela 6), onde aqueles com mais de 24 anos apontam valores significativamente maiores ao comparar com os mais novos entre 17-19 anos ($p < 0.01$), e entre 20-21 anos e 22-23 anos ($p < 0.05$). Estes resultados diferem dos dados observados por Bauman *et al.* (2012), Martins *et al.* (2020) e Trost *et al.* (1996), os quais relatam efeito negativo do avançar da idade sobre o nível de prática de atividades físicas.

Tabela 6- Valores para AFO, EFL, ALL e ET distruibuídos por faixa etária

faixa_etaria	n	afo_mean±SD	efl_mean±SD	all_mean±SD	et_mean±SD
17-19	58	2.44 ± 0.6981	2.51 ± 0.8116 **	2.71 ± 0.633	7.67 ± 1.616
20-21	54	2.40 ± 0.6974	2.59 ± 0.9024 *	2.59 ± 0.601	7.59 ± 1.634
22-23	52	2.33 ± 0.6719	2.56 ± 0.8208 *	2.65 ± 0.608	7.54 ± 1.604
24+	26	2.71 ± 0.7846	3.01 ± 0.7871	2.52 ± 0.584	8.26 ± 1.380

AFO: Atividades físicas ocupacionais; EFL; Exercício Físico no lazer; ALL: Atividades Físicas na hora de lazer e locomoção; ET: Escore Total de Atividade Física.

**: $p < 0.01$; *: $p < 0.05$ para faixa etaria 24+

Também foi encontrada diferença significativa quanto aos valores de ALL (tabela 7), onde universitários que não possuem veículos apresentam maiores valores do que aqueles que os possuem ($p=0.0189$), indicando que o possuir veículo reduz consideravelmente os níveis de atividade física no lazer e locomoção. Estes resultados estão em acordo com o que foi observado por Sisson e Tudor-Locke (2007), onde aqueles envolvidos com transporte ativo tendem a apresentar maiores valores de atividade física quando comparados a aqueles com posse de automóveis. Matsudo *et al.* (2015), por sua vez, relatam maiores chances de crianças não atingirem as recomendações de atividade física moderada e vigorosa, e de passos diários quando presentes veículos na residência.

Basaglia (2018) também realizou estudo com estudantes universitários do campus de Bauru e identificou que aqueles que não possuíam veículos e se deslocavam ativamente até o campus (por meio de caminhada ou uso de bicicletas) apresentavam maior ALL que aqueles que utilizavam veículos motorizados no deslocamento. Outro dado interessante é capturado quando se compara o IMC dos indivíduos que possuíam veículos, destes que compunham um grupo de 47 pessoas, 22 apresentaram sobrepeso ou obesidade o que representa 46,80%, e ainda que não seja a maioria do mesmo, mostra ser um valor considerável.

Tabela 7- Valores para AFO, EFL, ALL e ET para propriedade de veículos

carro	n	afo_mean±SD	epl_mean±SD	all_mean±SD	et_mean±SD
não	148	2,40 ± 0,6807	2,56 ± 0,7851	2,70 ± 0,6183 *	7,66 ± 1,561
sim	42	2,57 ± 0,7896	2,82 ± 1,023	2,45 ± 0,5425	7,84 ± 1,713

AFO: Atividades Físicas Ocupacionais; EFL: Exercício Físico no Lazer; ALL: Atividade Física na hora de Lazer e Locomoção; ET: Escore Total de atividade Física.

*: $p < 0.05$

Quando observados os valores de atividades físicas habituais para as variáveis de IMC e tempo de tela, nenhuma diferença significativa foi encontrada. Entretanto, visto que 85,8% da amostra apontou passar mais de 3 horas em atividades de tela e que esses comportamentos sedentários estão relacionados aos baixos níveis de prática de atividades físicas e a efeitos deletérios à saúde, faz se necessário a conscientização da

redução de tais comportamentos, ou do incentivo a prática de atividade intercaladas a esses.

Por fim, restou ainda comentar sobre as variáveis que tangem o ano de ingresso dos estudantes universitários (tabela 8). É bem observado que, tal qual a tabela 6 contrariou a literatura expressando um maior índice de EFL dos alunos com mais de 24 anos em relação aos mais jovens, na tabela 8 os dados apontam para superioridade no indicador de EFL dos alunos que ingressaram de 2018 para trás em relação aos estudantes que tiveram seu ano de ingresso em 2020 e em 2022, o que apoia a tese de que em meio a essas relações de mudança e intempéries que, como citado anteriormente pela literatura, permeiam a “cultura universitária” pode-se concluir também que essa inserção também favorece, positivamente, a prática de atividade físicas no período de lazer durante o transcorrer da graduação, ou seja, a medida que os anos vão se passando e os mesmos indivíduos vão se distanciando do ano de ingresso, portanto, mais imersos nesse meio, maior vai sendo a probabilidade deles aderirem a práticas no seu ambiente de lazer.

Tabela 8- Valores para AFO, EFL, ALL e |ET distribuidos por ano de ingresso

ano de ingresso	n	afo_mean±SD	efl_mean±SD	all_mean±SD	et_mean±SD
2022	71	2.52±0.7470	2.46±0.9276 *	2.69±0.6863	7.64±1.801
2021	40	2.48±0.7606	2.53±0.9977	2.57±0.6620	7.53±1.841
2020	32	2.21±0.5872	2.33±0.9293 *	2.51±0.6082	7.02±1.426
2019	54	2.38±0.7106	2.62±0.8090	2.56±0.5546	7.52±1.390
<2018	14	2.51±0.9248	3.27±0.7224	2.72±0.4336	8.45±1.565

AFO: Atividades Físicas Ocupacionais; EFL: Exercício Físico no Lazer; ALL: Atividades físicas na hora do lazer e locomoção; ET: Escore Total de Atividade Física.

*: p<0.05 diferença para ano de ingresso <2018

5- CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Acredita-se que este estudo teve êxitos em seus objetivos, seja no identificar as possíveis associações entre fatores sociodemográficos em relação aos níveis de atividades físicas habituais em estudantes universitários, o que foi demonstrado pela exposição das tabelas durante o trabalho e através das digressões, seja em tentar verificar através dos dados alguma relação do período de graduação dos estudantes, e a sua consequente imersão nesse meio universitário, com as atividades físicas habituais o que se exprimiu e, relação ao ano de ingresso. Essas relações foram quantificadas via questionário e expressas através de um tratamento estatístico, onde coube ao pesquisador tentar investigar e decifrar essas relações, tanto para validá-las como significativas quanto para desconsiderá-las como irrelevantes.

Ao longo do estudo observou-se que a predominância dos entrevistados foi de universitários homens, os quais apresentaram maiores níveis de atividades físicas habituais em relação às universitárias, tanto quando comparados o valor de escore total (ET) quanto para exercícios físicos de lazer (EFL), havendo necessidade de se entender melhor o menor envolvimento das participantes com EFL. O que novamente, como anteriormente exposto, nos aponta para a necessidade de futuras pesquisa sobre essas questões em específico, o que, ao nosso olhar, abre uma janela para possíveis indagações de ordem cultural, ainda subscritas na nossa sociedade, no que se refere a prática de atividades físicas em momentos de lazer do sexo feminino.

O mais interessante foi voltar-se, ainda que possa parecer paradoxal, para o fato de que um universitário ser pertencente à classe DE, o que requer muitas vezes adicionar à rotina de estudos a realização de um trabalho para contribuir com a renda familiar, cria para ele, ao mesmo tempo, um ambiente de maiores dificuldades relacionadas à condição socioeconômica e um possível fator protetivo sobre seus níveis

de atividades físicas habituais por aumentar suas demandas com AFO. Este mesmo paradoxo é observado quando a dificuldade em adquirir/manter um veículo decorrente da condição socioeconômica aumenta a demanda com ALL.

Conclui-se que, em síntese, alguns fatores sociodemográficos parecem se associar a baixos níveis de atividade física habitual em estudantes universitários, sendo que desses os mais expostos são aqueles do sexo feminino, de menor faixa etária e aqueles que possuem veículos.

Diante desses resultados, é de suma importância o desenvolvimento de políticas públicas que levem em consideração tais fatores sociodemográficos para a promoção de atividades físicas como um dos principais fatores na manutenção de uma vida saudável, nisso cabe ao bacharel em Educação Física compreender os principais fatores que levam a tais comportamentos e, de modo preciso, agir, por meio de um papel de conscientização, incentivando a práticas mais saudáveis.

6- APÊNDICE:

ANEXO A - Questionário de Atividade Física Habitual de Baecke:

Anexo 1. Questionário de Atividade Física Habitual

1) Qual a sua ocupação principal? _____

2) No trabalho, eu fico sentado:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre

3) No trabalho, eu fico em pé:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre

4) No trabalho, eu ando:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre

5) No trabalho, eu levanto objetos pesados:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre () Muito frequentemente

6) Depois do trabalho, eu me sinto cansado:
() Muito frequentemente () Frequentemente () Às vezes () Raramente () Nunca

7) No trabalho, eu sudo:
() Muito frequentemente () Frequentemente () Às vezes () Raramente () Nunca

8) Em comparação com o trabalho de outras pessoas da minha idade, o meu trabalho é fisicamente:
() Muito mais pesado () Mais pesado () Iguamente pesado () Mais leve () Muito mais leve

9) Você pratica exercício físico? () Sim () Não
Se sim:
Qual exercício você pratica mais frequentemente? _____
Quantas horas por semana você pratica este exercício? _____
Quantos meses por ano? _____
Se você pratica um segundo exercício físico:
Qual exercício? _____
Quantas horas por semana você pratica este exercício? _____
Quantos meses por ano? _____

10) Em comparação com outras pessoas da minha idade, minha atividade física durante os momentos de lazer é:
() Muito maior () Maior () Igual () Menor () Muito menor

11) Durante os momentos de lazer, eu sudo:
() Muito frequentemente () Frequentemente () Às vezes () Raramente () Nunca

12) Durante os momentos de lazer, eu pratico exercícios físicos:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre

13) Durante os momentos de lazer, eu assisto à televisão:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre

14) Durante os momentos de lazer, eu ando:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre

15) Durante os momentos de lazer, eu ando de bicicleta:
() Nunca () Raramente () Às vezes () Frequentemente () Sempre () Muito frequentemente

16) Quantos minutos você caminha e/ou anda de bicicleta por dia para ir ou voltar do trabalho, escola e shopping? _____

ANEXO B - Termo de consentimento livre e esclarecido:

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Bauru, de de 2022

Prezado (a) Universitário (a),

Solicitamos vossa autorização para realização do estudo intitulado "A influência da condição sócioeconômica na prática de atividades físicas entre universitários". Esclarecemos que as informações a serem coletadas buscam relacionar dados socioeconômicos com o nível de prática de atividade física em jovens universitários. Para isso, realizaremos levantamento de dados acerca das horas despendidas por dia com atividades físicas intensas, de grande esforço, de moderado esforço e de trabalho sedentário, assim como a coleta de dados socioeconômicos. Reforçamos que não será adotado nenhum procedimento que venha a interromper ou atrapalhar suas atividades rotineiras.

Após as explicações e leitura deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, se alguma dúvida ainda persistir ou se julgar necessárias informações adicionais sobre quaisquer aspectos deste projeto de pesquisa, sinta-se à vontade para perguntar ao avaliador ou entre em contato com o orientador abaixo citado. Esclarecemos, ainda, que poderá deixar de colaborar com esta pesquisa a qualquer momento que desejar ou mesmo não responder a questões e/ou se submeter a procedimentos que julgar "inconvenientes", mantendo-se sigilo sobre sua identidade.

É importante considerar que esta pesquisa pode gerar alguns riscos, tais como: desconforto em responder alguma questão; cansaço ou aborrecimento; estresse; medo de não saber responder ou de ser identificado; receio de quebra de sigilo, e vergonha. Mas, para diminuir a chance desses riscos acontecerem, assumimos o compromisso de: garantir liberdade para não responder questões que venham a ser constrangedoras; assegurar a confidencialidade e a privacidade, a proteção da imagem e a não estigmatização, garantindo a não utilização das informações em seu prejuízo, inclusive em termos de autoestima, de prestígio e econômico; garantir que o estudo será suspenso imediatamente ao perceber algum risco ou danos à sua saúde, conseqüente à pesquisa, não previstos no termo de consentimento. Você não é obrigado(a) a participar da pesquisa, podendo deixar de participar dela em qualquer momento, sem que seja penalizado ou que tenha prejuízos decorrentes de sua recusa. De igual maneira, caso ocorra algum dano decorrente da sua participação durante o estudo, será devidamente indenizado, conforme determina a Lei. Caso decida retirar seu consentimento, você não será mais contactado(a) pelos pesquisadores.

7- REFERÊNCIAS:

Abep- Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de Classificação Econômica do Brasil. 2022. Disponível em https://www.abep.org/criterioBr/01_cceb_2022.pdf

AZEVEDO, M. R. *et al.*. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n. Rev. Saúde Pública, 2007 41(1), fev. 2007. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rsp/a/hmxfBRW5t4vSyjnXmCcjhqh/?lang=en#>

BASAGLIA, J. **Deslocamento ativo: fatores associados, influência sobre a aptidão física relacionada à saúde e nível de atividade habitual entre universitários**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física). Faculdade de Ciências, Universidade Estadual Paulista, Bauru, 2013.

Bauman A, Reis R, Sallis J, Wells J, Loos R, Martin B, *et al.* Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? **Lancet**. 2012;380:258–271. Disponível em [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60735-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60735-1)

Carlucci E, Gouvêa J, Oliveira A *et al.* Obesidade e sedentarismo: fatores de risco para doença cardiovascular. **Com. Ciências Saúde**. 2013; 24(4): 375-384. Disponível em https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/artigos/ccs/obesidade_sedentarismo_fatores_risco_cardiovascular.pdf

Carvalho T, Nóbrega A, Lazzoli J, Magni J, Rezende L, Drummond F *et al.* Posição oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde. **Rev Bras Med Esport** V. 2, Nº 4 – Out/Dez, 1996. Disponível em http://www.medicinadoesporte.com/SBME_PosicionamentoOficial_1997_AtividadeFisicaeSaude.pdf

Caspersen C, Powell K, Christenson G. Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. **Public Health Reports** March-April 1985, Vol. 100, No. 2. Disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424733/pdf/pubhealthrep00100-0016.pdf>

FLORINDO A.A., LATORRE M.R.D.O. Validação e reprodutibilidade do questionário de Baecke de avaliação da atividade física habitual em homens adultos. **Rev Brasileira**

de Medicina do Esporte, v. 9, n. 3, pp. 129-35, 2003. Disponível em <http://old.scielo.br/pdf/rbme/v9n3/17261.pdf>

Fontes A, Vianna R. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil. **Rev Brasileira de Epidemiologia**. 2009, v. 12 n.1 [Acessado 1 Janeiro 2023] Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2009000100003>

FONSECA, Vera Regina da. Atividade física, absenteísmo e demanda por atendimento à saúde de funcionários de indústria automobilística de São Caetano do Sul. 2009. **Tese (Doutorado em Cardiologia)** - Faculdade de Medicina, University of São Paulo, São Paulo, 2009. doi:10.11606/T.5.2009.tde-29042009-150055. Acesso em: 2023-01-09. Disponível em <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5131/tde-29042009-150055/en.php>

Galaviz, Uriel Zúñiga et al. SOCIOECONOMIC STATUS AND PHYSICAL ACTIVITY DURING ELEMENTARY SCHOOL STUDENT RECESS. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte** [online]. 2021, v. 27, n. 1 [Accessed 1 February 2022], pp. 80-83. Available from: <https://doi.org/10.1590/1517-8692202127012019_0033>. Epub 08 Mar 2021. ISSN 1806-9940. https://doi.org/10.1590/1517-8692202127012019_0033.

IBGE- Instituto Brasileira de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde. 2019, V.2. Disponível em <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/9160-pesquisa-nacional-de-saude.html?=&t=resultados>

INEP. Censo da Educação Superior. 2022, Pag 22. Disponível em https://download.inep.gov.br/educacao_superior/censo_superior/documentos/2021/apresentacao_censo_da_educacao_superior_2021.pdf

Krug, R.; Schneider, I.; Giehl, M.; Antes, D.; Confortin, S.; Mazo, G.; Xavier, A.; D’Orsi, E. Fatores sociodemográficos, comportamentais e de saúde associados à autopercepção de saúde positiva de idosos longevos residentes em Florianópolis, Santa Catarina. **Rev. Bras. Epidemiol.** 2018; 21: e180004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/QVWvjf7KXf8tpgxbrJksrxp/?lang=pt>

Lourenço C, Sousa T, Fonseca S, Virtuoso Junior J, Barbosa A. Comportamento sedentário em estudantes Universitários. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde** [Internet]. 1º de janeiro de 2016 [citado 1º de fevereiro de 2022];21(1):67-7. Disponível em: <https://rbafs.emnuvens.com.br/RBAFS/article/view/6771>

Martins M, Ricarte I, Rocha C, Maia R, Silva V, Veras A, Filho M et al. Pressão Arterial, Excesso de Peso e Nível de Atividade Física em Estudantes de Universidade Pública. **Arq Bras Cardiol** 2010; 95(2) : 192-199. Disponível em <https://www.scielo.br/j/abc/a/kkqV7GHpwVcThN4jTxZfYZJ/?format=pdf&lang=pt>

Martins, Tatiana Carvalho Reis et al. Influência do nível socioeconômico, idade, gordura corporal e sintomas depressivos na frequência de atividade física em adultos: uma análise de caminhos. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2020, v. 25, n. 10 [Acessado 1 Fevereiro 2022] , pp. 3847-3855. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.24742018>>. Epub 28 Set 2020. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.24742018>.

Matsudo V, Ferrari G, Araújo T, Oliveira L, Mire E, Barreira T, Tudor-Locke C, Katzmarzyk P. Socioeconomic status indicators, physical activity, and overweight/obesity in Brazilian children. **Rev Paul Pediatr**. 2016 Apr-Jun; 34(2): 162–170. Disponível em [10.1016/j.rppede.2015.08.018](https://doi.org/10.1016/j.rppede.2015.08.018)

MONTERO-LOPEZ, Melina et al . Determinantes sociales de la salud y prevalencia de sobrepeso-obesidad en mujeres urbanas, según nivel socioeconómico. **Hacia promoc. Salud**, Manizales , v. 26, n. 2, p. 192-207, Dec. 2021 . Available from <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772021000200192&lng=en&nrm=iso>. access on 01 Feb. 2022. Epub Sep 10, 2021. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2021.26.2.14>.

Nilson E, Andrade R, Brito D, Oliveira M. Custos atribuíveis a obesidade, hipertensão e diabetes no Sistema Único de Saúde, Brasil, 2018. **Rev Panam Salud Publica** V.44, Maio, 2020. Disponível em <https://scielosp.org/article/rpsp/2020.v44/e32/pt/>

Oliveira C, Gordia A, Quadros T, Compos W et al. ATIVIDADE FÍSICA DE UNIVERSITÁRIOS BRASILEIROS: UMA REVISÃO DA LITERATURA. **Revista de**

Atenção à Saúde, v. 12, n. 42, out./dez. 2014, p.71-77. Disponível em <https://doi.org/10.13037/rbcs.vol12n42.2457>

Pate RR, O'Neill JR, Lobelo F. The evolving definition of "sedentary". **Exerc Sport Sci Rev.** 2008 Oct;36(4):173-8. Disponível em https://journals.lww.com/acsm-essr/Fulltext/2008/10000/The_Evolving_Definition_of_Sedentary__2.aspx

Sardinha A, Levitan M, Lopes F, Perna G, Esquivel G, Griez E, Nardi A. Tradução e adaptação transcultural do Questionário de Atividade Física Habitual. **Rev Psiq Clín.** 2010;37(1):16-22. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/KhJ79gxLPJCWsNGrGPCccJG/?lang=pt&format=pdf>

Silva T, Oliveira H, Bergmann M, Bergmann G. Associação entre atividade física e tempo de tela com o nível socioeconômico em adolescentes. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde** [Internet]. 1º de setembro de 2015 [citado 1º de fevereiro de 2022];20(5):503. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/5465>

Sisson SB, Tudor-Locke C. Comparison of cyclists' and motorists' utilitarian physical activity at an urban university. *Prev Med.* 2008 Jan;46(1):77-9. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17707076/>

Trost S, Owen N, Bauman A, Sallis J, Brown W et al. Correlates of adults' participation in physical activity: review and update. **Med Sci Sports Exerc.** 2002 Dec;34(12):1996-2001. Disponível em DOI: [10.1097/00005768-200212000-00020](https://doi.org/10.1097/00005768-200212000-00020)