

ASOCIACIÓN ENTRE LOS INDICADORES DE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICAS EN LA ADOLESCENCIA CON LOS NIVELES ACTUALES DE LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDADES FÍSICAS EN ACADÉMICOS DEL CURSO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NORDESTE DE BRASIL

Thiago Ferreira de Sousa

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Sueyla Ferreira da Silva dos Santos

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil

Ana Clara Souza Pie

Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, Brasil

Luana Callegaro Rossato

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Resumen

El objetivo fue identificar la frecuencia de inactivos en recreo actual y la asociación con la práctica de la actividad física en la adolescencia en el contexto escolar y no escolar en académicos del curso de Educación Física. Fue realizado un estudio transversal en que participaran 105 estudiantes del curso. La frecuencia de académicos inactivos en el recreo fue 23,1% con diferencia significativa entre los sexos ($p=0,003$), siendo mayor la frecuencia entre las mujeres (38,6%). Asociaciones fueron evidenciadas en académicos inactivos actual y la práctica de la actividad física realizada en el contexto no escolar ($p=0,047$). El profesor de Educación Física debe fomentar la práctica de actividades físicas buscando el contento por la práctica en toda la vida.

Palabras clave: Recreo. Adolescente. Estudiantes.

Introducción

La inactividad física representa un problema actual para la salud pública (WHO, 2002), teniendo en cuenta su relación con mayores posibilidades de mortalidad por problemas cardiovasculares (PAFFENBARGER et al., 1986; PAFFENBARGER et al., 1993; YUSUF et al., 2004), así como por otras morbideces (WHO, 2002).

La adopción de un estilo de vida activo es muy importante para una vida duradera y con calidad, principalmente por los potenciales beneficios ampliamente relatados en la literatura, provenientes de su práctica sistemática (UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES - USDHHS, 1996). De ese modo, divulgar y ampliar el alcance de las recomendaciones mínimas para la práctica de actividades físicas en la población de adultos se vuelve esencial para la adopción y mantenimiento de comportamientos saludables (UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES – USDHHS, 2008).

En estudios con subgrupos poblacionales, como los universitarios, se constata un abordaje pautado en diferentes características de estilo de vida (GIROTTO et al., 1996; RABELO et al., 1999; OLIVEIRA et al., 2007; ABOLFOTOUH et al., 2007; FRANCA; COLARES, 2008), en especial relacionado a la actividad física, englobando los cuatro dominios (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; SILVA et al., 2007) o solo el esparcimiento (STOCK et al., 2001; ABOLFOTOUH et al., 2007). En cambio, las informaciones provenientes del nivel de actividad física anterior, o sea, actividades físicas realizadas en edades anteriores a la etapa adulta (infantojuveniles), no están bien documentadas (ALVES et al., 2005), principalmente en poblaciones específicas de la Región Nordeste de Brasil.

La literatura demuestra que hay relación positiva entre el nivel de actividad física en la adolescencia y el nivel de actividad física en la etapa adulta (TAMMELIN et al., 2003; TELAMA et al., 2005). Teniendo en cuenta estas observaciones, ¿existe relación entre la práctica de actividad física en el esparcimiento actual y la práctica de actividad física realizada en la adolescencia en un ambiente escolar y no escolar en universitarios?

El objetivo de este estudio fue identificar la frecuencia de inactivos en el esparcimiento actual y su asociación con la práctica de actividad física en la adolescencia, en el contexto escolar y no escolar en académicos de un curso de Educación Física de una institución pública del Nordeste de Brasil.

Métodos

La presente encuesta deriva del estudio de característica transversal Perfil de los Indicadores de la Aptitud Física y Salud de

los Estudiantes de Educación Física de la Universidad Estadual de Santa Cruz (PAFIS - UESC/BAHIA), realizado en una universidad pública del Estado de Bahia, Región Nordeste de Brasil. Informaciones sobre el estudio PAFIS – UESC/BAHIA fueron presentadas anteriormente (SOUSA, 2009).

La encuesta fue realizado en el mes de mayo de 2007 y todos los académicos del curso de Licenciatura en Educación Física fueron invitados a participar de la investigación, siendo elegibles solo los estudiantes que estaban matriculados y desempeñando sus actividades frecuentemente (N=143). La obtención de datos fue realizada en las clases del curso, durante tres semanas, siendo así, los estudiantes que estaban presentes en las clases fueron informados sobre los objetivos y la forma de participación en el estudio.

Para la realización del estudio, se realizó una capacitación previa con los investigadores responsables para la aplicación de las pruebas de aptitud física y de los cuestionarios. El cuestionario para el relevamiento fue completado por los estudiantes de forma libre, aunque las dudas fueron aclaradas por los investigadores responsables por el relevamiento que acompañaron a los estudiantes durante la actividad.

El instrumento fue elaborado teniendo como base cuestionarios previamente validados en estudios poblacionales (BARROS, 1999; BRASIL, 2004) y compuesto por las siguientes secciones: informaciones sociodemográficas, indicador de salud y calidad de vida, estilo de vida (actividad física, hábitos alimentarios, control del estrés, comportamientos preventivos y relacionamientos), satisfacción y control de la masa corporal.

Para el presente estudio, las variables fueron categorizadas según lo demostrado en el Cuadro 1.

Variable	Criterios de categorización
Sociodemográficas	Franja etaria: hasta 22 años y 23 años o más; Grupo: referente al año de ingreso en el curso (2004, 2005, 2006 y 2007); Ingreso familiar bruto: múltiplos del salario mínimo, que en el momento era de R\$ 350,00 (hasta R\$ 1.750,00 y R\$ R\$ 1.751,00 o más).
Actividad física escolar	Inactivo – afirmar <i>raramente o nunca</i> haber frecuentado las clases de Educación Física, aún teniendo oportunidad de participar; Activo – mencionar haber participado de las clases de Educación Física en la <u>Enseñanza Primaria</u> y/o Secundaria.
Actividad física no escolar	Inactivo – afirmar <i>nunca</i> haber frecuentado escuelitas o equipos de deporte, danzas o luchas; Activo – mencionar haber participado de escuelitas o equipos de deporte, danzas o luchas en forma de competición y/o presentación.
Actividad física actual	Inactivo – mencionar no haber practicado de actividad física en el esparcimiento en las dos semanas anteriores al relevamiento de datos, como: ejercicios físicos (<i>gimnasia, caminata, carrera</i>), deportes, danzas o artes marciales; Activo – afirmar la práctica de actividad física como mínimo una vez por semana.

Cuadro 1 – Variables y criterios de categorización.

Los participantes del estudio PAFIS – UESC/BAHIA fueron informados acerca del anonimato y de la participación voluntaria en la investigación, así como la posibilidad de retiro del consentimiento en cualquier momento. Estas informaciones fueron suministradas antes de la aplicación del instrumento de investigación que ocurrió en las aulas del curso. Las condiciones de aplicación fueron semejantes para los cuatro grupos y la obtención de datos solo se inició después de la firma del Término de Consentimiento Libre e Informado, según uno de los procedimientos constantes en la Resolución 196/96.

Los datos fueron analizados en el paquete estadístico SPSS versión 16.0, buscando la aplicación de procedimientos de estadística

descriptiva, como promedio y frecuencia. Posteriormente fueron utilizadas las pruebas de Equis al cuadrado (X^2) y equis al cuadrado (X^2) para tendencia (cuando es conveniente) y prueba Fisher's Exact, considerando el valor de significancia de $p < 0,05$.

Resultados

Informaciones acerca de las características sociodemográficas de los estudiantes son presentadas en la Tabla 1. De los 143 estudiantes regularmente matriculados en el curso, participaron de la presente investigación 105, lo que equivale a una merma de aproximadamente el 27,0%. Tal merma ocurrió por la ausencia de los alumnos en el salón de clases durante el periodo del relevamiento, siendo que ningún sujeto se negó a participar del estudio. La edad promedio de los estudiantes fue de 23,2 años ($\pm 4,9$; 17 a 42), siendo el promedio de edad de los hombres de 23,5 años ($\pm 5,4$; 17 a 42) y de las mujeres de 22,7 ($\pm 4,2$; 18 a 35). La mayor frecuencia de individuos participantes fue del género masculino (57,1%) y del grupo referente al año de 2004 (28,6%). Pérdidas de datos para la variable ingreso familiar bruto fueron confirmadas y tales informaciones son referentes a solo 94 estudiantes del curso.

Tabla 1. Informaciones sociodemográficas de los estudiantes, por género.				
Variables	Hombres	Mujeres	Total	P
	% (N)	% (N)	% (N)	
Franja etaria				0,923 [#]
Hasta 22 años	53,6 (30)	54,5 (24)	54,0 (54)	
23 años o más	43,4 (26)	45,5 (20)	46,0 (46)	
Grupo				0,052 ^{###}
2004	23,3 (14)	35,6 (16)	28,6 (30)	
2005	21,7 (13)	26,7 (12)	23,8 (25)	
2006	28,3 (17)	24,4 (11)	26,7 (28)	
2007	26,7 (16)	13,3 (06)	21,0 (22)	
Ingreso				0,162 [#]
Hasta R\$ 1.750,00	59,3 (32)	42,5 (17)	52,1 (49)	
R\$ 1.751,00 años o más	40,7 (22)	57,5 (23)	47,9 (45)	
[#] Prueba Equis al cuadrado (χ^2); ^{###} Prueba de Equis al cuadrado (χ^2) para tendencia; ^{***} Prueba Fisher's Exact				

La frecuencia de estudiantes de Educación Física que afirmaron no haber realizado actividades físicas ningún día de las dos semanas anteriores al relevamiento de datos fue del 23,1%. Las mujeres

mencionaron no haber practicado actividades físicas en el esparcimiento con mayor proporción que los hombres, 38,6% y 11,7% respectivamente, y tal diferencia fue estadísticamente significativa (Tabla 2).

Tabla 2. Frecuencia de Inactividad Física en el Esparcimiento por variables sociodemográficas.		
Variables	% IFL (N)	P
Género		0,003[#]
Masculino	11,7 (07)	
Femenino	38,6 (17)	
Franja etaria		0,222[#]
Hasta 22 años	18,5 (10)	
23 años o más	31,1 (14)	
Grupo		0,164^{###}
2004	30,0 (09)	
2005	25,0 (06)	
2006	21,4 (06)	
2007	13,6 (03)	
Ingreso		0,371[#]
Hasta R\$ 1.750,00	20,8 (10)	
Superior de R\$ 1.751,00	31,1 (14)	
[#] Prueba Equis al cuadrado (χ^2); ^{###} Prueba Equis al cuadrado (χ^2) para tendencia ^{***} Prueba Fisher's Exact		

A pesar de que la asociación entre inactividad física y género fue constatada en los análisis considerando todos los sujetos involucrados en la investigación, tal evidencia no fue constatada en los análisis estratificados por género (Tabla 3). Sin embargo, frecuencias superiores de inactividad física fueron demostradas para el género femenino destacando a las mujeres de edad igual o superior a 23 años (47,4%), el grupo inicial en 2006 (45,5%) y la franja de ingreso familiar bruta superior a R\$ 1.751,00 (47,8%).

Tabla 3. Frecuencia de Inactividad Física en el Esparcimiento por variables sociodemográficas, por género.				
Variables	Hombres		Mujeres	
	% IFL (N)	P	% IFL (N)	P
Franja etaria		0,231 ^{###}		0,535 [#]
Hasta 22 años	6,7 (02)		33,3 (08)	
23 años o más	19,2 (05)		47,4 (09)	
Grupo		0,698 ^{##}		0,437 ^{##}
2004	14,3 (02)		43,8 (07)	
2005	15,4 (02)		36,4 (04)	
2006	5,9 (01)		45,5 (05)	
2007	12,5 (02)		16,7 (01)	
Ingreso		0,606 ^{###}		0,755 [#]
Hasta R\$ 1.750,00	12,5 (04)		37,5 (06)	
Superior a R\$ 1.750,00	13,6 (03)		47,8 (11)	
[#] Prueba de Equis Cuadrado (χ^2); ^{##} Prueba Equis cuadrada (χ^2) para tendencia; ^{###} Prueba Fisher's Exact				

En cuanto a la práctica de actividad física en la adolescencia, considerando todo el grupo de estudiantes, los análisis demostraron las siguientes frecuencias para el contexto no escolar: activos=80,8% e inactivos=19,2%. Para el contexto escolar fueron: activos=92,3% e inactivos=7,7%. Asociaciones significativas fueron identificadas solo entre la actividad física practicada en el esparcimiento actualmente y la práctica realizada en el contexto no escolar ($p=0,047$; $X^2 = 3,948$) cuando fueron analizados en función de los académicos de un modo general. La frecuencia de inactividad física en el esparcimiento fue superior (42,1%) para los estudiantes que mencionaron inactividad física en el ámbito no escolar (Tabla 4).

Tabla 4. Frecuencia de Inactividad Física en el Esparcimiento por Actividad Física en el Contexto Escolar y No Escolar en estudiantes del curso de Educación Física.

Variables	IFL	P
	% (N)	
Actividad física escolar		0,382###
Activo	21,9 (21)	
Inactivo	37,5 (03)	
Actividad física no escolar		0,047#
Activo	17,9 (15)	
Inactivo	42,1 (08)	

Prueba Equis al cuadrado (χ^2); ### Prueba de Equis al cuadrado (χ^2) para tendencia; #### Prueba Fisher's Exact

En función del género (Tabla 5), la diferencia estadística fue evidenciada solo para el género femenino ($p=0,030$) entre las mismas variables que presentaron asociación en el análisis considerando a todos los individuos. La proporción de mujeres inactivas actualmente fue superior para la categoría referente a la inactividad física en el contexto no escolar (70,0%) cuando es comparada a las mujeres que aseguraron haber practicado (29,4%).

Tabla 5. Frecuencia de Inactividad Física en el Esparcimiento por Actividad Física en el Contexto Escolar y No Escolar en estudiantes del curso de Educación Física, por género.

Variables	Hombres		Mujeres	
	% IFL (N)	P	% IFL (N)	P
Actividad física escolar		0,601###		0,282###
Activo	12,5 (07)		35,0 (14)	
Inactivo	0 (0)		75,0 (03)	
Actividad física no escolar		0,647###		0,030###
Activo	10,0 (05)		29,4 (10)	
Inactivo	11,1 (01)		70,0 (07)	

Prueba Equis al cuadrado (χ^2); ### Prueba de Equis al cuadrado (χ^2) para tendencia; #### Prueba Fisher's Exact

Discusión

El presente estudio buscó identificar la asociación entre la práctica

de actividad física actual y la práctica de actividad física antes, en dos contextos, escolar y no escolar. Teniendo en cuenta la realización de un estudio de tipo transversal, se destaca la imposibilidad de causalidad entre las informaciones observadas.

Además de eso, a pesar de la limitación existente acerca del número reducido de sujetos en esta investigación (N=105), que inviabilizan análisis controlando las variables de confusión, el porcentaje de participantes (73,0%) es representativo de los estudiantes del curso de Educación Física de UESC. La no participación ocurrió, principalmente, por la ausencia de los estudiantes durante el periodo de la obtención (tres semanas).

En cuanto a la frecuencia de inactividad física actual encontrada (23,1%), demostró ser inferior a la prevalencia de inactividad física evidenciada para la población de Brasil (29,2%), así como para la población de la capital baiana, Salvador (28,0%). Se destaca que la prevalencia citada se refiere a los cuatro dominios de la actividad física (MOURA et al., 2008), más allá del presente estudio que solo identificó informaciones de la práctica de actividad física actual en el contexto del esparcimiento.

Cuando se compara a las informaciones disponibles sobre universitarios, se constata que, con relación al estudio con estudiantes de Educación Física de la Universidad de Pelotas (BIELEMANN et al., 2007), la prevalencia de inactividad física en el esparcimiento (prevalencia general: 25,8%; parámetro inferior a 150 minutos/semana) fue superior en las mujeres (35,3%) que en los hombres (15,2%), hecho también evidenciado en los estudiantes de Educación Física de UESC, siendo tales asociaciones estadísticamente significativas en ambos estudios ($p=0,003$). Otros estudios realizados con universitarios también demostraron la tendencia evidenciada en la presente investigación, cuando son analizados en función del nivel de actividad física global (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; SILVA et al., 2007) y solo para el contexto de esparcimiento (STOCK et al., 2001; ABOLFOTOUH et al., 2007). Estudios de alcance poblacional convergen con las informaciones sobre el nivel de actividad física en el esparcimiento en función del género observado en este estudio (BARROS; NAHAS, 2001; PITANGA; LESSA, 2008; MOURA et al., 2008).

Al contrario de la prevalencia de inactividad física actual

identificada, otros estudios realizados con universitarios demostraron valores superiores con relación a la inactividad física, como el estudio que englobó a académicos del área de la salud de la Universidad de Brasilia (Medicina, Nutrición, Farmacia, Enfermería, Odontología y Educación Física) (MARCONDELLI et al., 2008). La prevalencia de estudiantes insuficientemente activos (gasto energético acerca de las actividades físicas realizadas el día anterior a la obtención de datos) fue 65,5% en función de todos los cursos, en contrapartida, los estudiantes de Educación Física presentaron prevalencia de solo 6,5% en relación a los demás cursos.

En un reciente estudio realizado con universitarios (n=871) de Tocantins, Región Norte de Brasil (RODRIGUES et al., 2008), se constató, por medio de la aplicación del International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) – versión corta, prevalencia de estudiantes considerados sedentarios de solo el 7,6%, con mayor proporción de sedentarios para los individuos de 20 años de edad o mayor, con relación a los de edad inferior (< 25 años), 38,3% y 26,2%, respectivamente. En esta investigación no fue identificada asociación estadística entre la actividad física y la franja etaria, sin embargo los hombres y las mujeres presentaron frecuencias de inactividad física elevada en la franja de edad superior, lo que representa una característica demostrada en diversos estudios realizados con universitarios (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; BIELEMANN et al., 2007) y poblaciones (BARROS; NAHAS, 2001; HALLAL et al., 2003).

Además, en un estudio realizado con universitarios del área de salud de dos universidades públicas del Estado de Pernambuco, Región Nordeste de Brasil, se verificó que el 65,1% y el 57,2% de los estudiantes del primer y del último semestre, respectivamente, demostraron valores porcentuales para la inactividad física en la semana anterior a la obtención de datos (FRANCA; COLARES, 2008) superiores a los de los académicos de UESC. Informaciones acerca del progreso de los estudiantes en el curso de UESC revelaron un crecimiento de la frecuencia de inactividad física con el avance de los años en el curso, principalmente para el género femenino, aunque tales evidencias no hayan presentado asociación lineal. El crecimiento de la frecuente inactividad física en el esparcimiento en los estudiantes puede estar relacionado a una mayor demanda de tareas relacionadas al curso, o puede estar relacionada a la transición

de los estudiantes al mercado de trabajo, por medio de pasantías o actividades remuneradas en el área.

Sin embargo, las mayores comparaciones entre los estudios son limitadas, principalmente por el uso de medidas diferentes para evaluar el nivel de práctica de la actividad física en universitarios, teniendo en cuenta que cada instrumento empleado abarca uno o más dominios de la práctica de actividad física, sea en el esparcimiento, desplazamiento, actividades ocupacionales o domésticas. Sin embargo, las tendencias identificadas para los estudios realizados con universitarios (GUEDES; SANTOS; LOPES, 2006; SILVA et al., 2007; STOCK et al., 2001; ABOLFOTOUH et al., 2007) son semejantes a los de alcance poblacional (HALLAL et al., 2003; MOURA et al., 2008).

Con relación a los indicadores de actividad física anterior de los empleados en los análisis, tanto en el contexto escolar como en el no escolar, se identifican posibles limitaciones en cuanto al recordatorio de las actividades físicas realizadas, pues las medidas solo representan indicadores de la práctica regular, y pueden estar siendo superestimadas, teniendo en cuenta que representan comportamientos saludables aceptados por la sociedad. Además, no permiten la discriminación en cuanto a la intensidad de las actividades practicadas, teniendo en cuenta que son informaciones importantes para la caracterización del nivel de actividad física. En líneas generales, mediante el análisis de esos dos indicadores de actividad física anterior, se constataron frecuencias de inactividad física inferior a la inactividad física en el esparcimiento actualmente (Inactividad Física Escolar: 7,7%; Inactividad Física no Escolar: 19,2%).

Se observó la asociación estadística entre la actividad física en el esparcimiento y la práctica de actividad física no escolar ($p=0,047$), representando así un indicador de la relación entre esas dos variables. Tales presupuestos fueron relatados en demás estudios que indicaron mayores niveles de práctica de actividad física en adultos que practicaron actividad física cuando niños y/o adolescentes en un contexto no escolar (TELAMA et al., 2005; TAMMELIN et al., 2003; ALVES et al., 2005), así como refutados en cuanto a la existencia de esa relación (GORDON-LARSEN et al., 2004). Sin embargo, Conroy et al. (2005) demostraron relación entre la práctica de actividad física

tanto en el ambiente escolar como en el no escolar y la práctica de actividad física en niveles recomendados en la etapa adulta.

Aunque haya divergencia entre los estudios, se considera de baja a moderada la relación entre la práctica de actividad física en la adolescencia y la práctica en la etapa adulta, según lo identificado en un estudio realizado por medio de un seguimiento de los individuos a lo largo de los años (longitudinal) (TELAMA et al., 2005). A pesar de esa relación de baja a moderada, los estudios sustentan la existencia de una relación positiva entre la práctica de actividad física en la adolescencia y la consecuente realización en la etapa adulta, sin embargo sería necesario para que el individuo permaneciese activo a lo largo de la vida no está claro (HALLAL et al., 2006), así como el tipo de actividad física específica para producir mayores posibilidades de práctica en la etapa adulta (TAMMELIN et al., 2003).

Conclusiones

Se constató que el 23,1% de los estudiantes del curso de Licenciatura en Educación Física de UESC fueron considerados inactivos en el esparcimiento. Las mujeres presentaron mayor frecuencia a la inactividad física actual que los hombres y, de manera análoga, la frecuencia en relación a los demás indicadores sociodemográficos fue superior para las mujeres. Se destaca que la demanda de actividades curriculares, así como la posibilidad de inserción en el mercado de trabajo, pueden contribuir a una práctica de actividad física en el esparcimiento en niveles considerados no deseables, según lo observado por la frecuencia superior de inactividad física en estudiantes que cursaban los últimos periodos de universidad (2004).

Con relación a la asociación entre los indicadores de actividad física anterior (escolar y no escolar) y la actividad física en el esparcimiento actual, se observó diferencia estadística para el contexto no escolar, que englobó la participación en actividades estructuradas, como los juegos en equipos y/o clubes (escuelitas) deportivos, danzas y luchas, en forma de competición y/o presentación. Los análisis demostraron frecuencia de inactividad física en el esparcimiento del 42,1% en estudiantes de Educación Física inactivos físicamente en contexto no escolar, en función del género estas observaciones fueron identificadas para las mujeres.

Las informaciones sobre la práctica de actividad física regular en la adolescencia demostraron ser indicadores de actividades que pueden contribuir para la práctica de actividad física en la vida adulta. Como los hábitos de actividad física, obtenidos durante la infancia y la adolescencia, convergen durante la vida entera, nos parece importante que las actividades deportivas sean estimuladas y desarrolladas en esos grupos etarios más jóvenes. En cambio, vale destacar el importante papel del profesional de Educación Física en el estímulo a la práctica desde las edades iniciales, y consecuente realización a lo largo de la vida. Por otro lado, se sugiere que los estudios con diseño longitudinal sean realizados, buscando caracterizar la relevancia de la práctica de actividad física en el ámbito escolar para un estilo de vida activo en la vida adulta.

Referencias

ABOLFOTOUH, M. A. et al. Health-related lifestyle and risk bahaviours among students living in Alexandria University hostels. *East Mediterr Health J.*, Egypt, v. 13, n. 2, p. 376-91, mar./abr., 2007.

ALVES, J. G. B. et al. Práctica de deportes durante la adolescencia y actividad física en el esparcimiento en la vida adulta. *Rev Bras Med Esporte*, Niterói, v. 11, n. 5, p. 291-94, set./oct., 2005.

BARROS, M. V. G. *Actividades físicas en el esparcimiento y otros comportamientos relacionados a la salud de los trabajadores de la industria en el estado de Santa Catarina, Brasil*. 1999. 131f. Disertación (Maestría en Educación Física) – Curso de Educación Física, Centro de Deportes, Universidad Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 1999.

BARROS, M. V. G.; NAHAS, M. V. Comportamiento de riesgo, autoevaluación del nivel de salud y percepción de estrés entre trabajadores de la industria. *Rev Saúde Publ*, São Paulo, v. 35, n. 6, p. 554-63, dic., 2001.

BIELEMANN, R. et al. Práctica de actividad física en el esparcimiento entre académicos de Educación Física y factores

asociados. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Florianópolis, v. 12, n. 3, p. 65-72, set./dic., 2007.

BRASIL. Ministerio de Salud. Instituto Nacional del Cáncer. Coordinación de Prevención y Vigilancia. *Averiguación domiciliaria sobre comportamientos de riesgo y morbilidad referida a enfermedades y agravios no transmisibles: Brasil. 15 capitales y Distrito Federal, 2002-2003*. 183f. Rio de Janeiro: INCA. 2004.

CONROY, M. B. et al. Past physical activity, current physical activity, and risk of coronary heart disease. *Med Sci Sports Exerc*, USA, v. 37, n. 8, p. 1251-56, ago., 2005.

FRANCA, C.; COLARES, V. Estudio comparativo de conductas de salud entre universitarios en inicio y al final del curso. *Rev Saude Publ*, São Paulo, v. 42, n. 3, p. 420-7, 2008.

GIROTTO, C. A. et al. Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en ingresantes universitarios. *Rev Saude Publ*, São Paulo, v. 30, n. 6, p. 576-86, dic., 1996.

GORDON-LARSEN, P. et al. Longitudinal physical activity and sedentary behavior Trends. Adolescence to Adulthood. *Am J Prev Med*, Netherlands, v. 27, n. 4, p. 277-83, out., 2004.

GUEDES, D. P.; SANTOS, C. A.; LOPES, C. C. Prácticas de cambio de comportamiento y práctica habitual de actividad física en universitarios. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*, Florianópolis, v. 8, n. 4, p. 5-15, oct./dic., 2006.

HALLAL, P. C. et al. Physical inactivity: prevalence and associated variables in brazilian adults. *Med Sci Sports Exerc*, USA, v. 35, n. 11, p. 1894-900, nov., 2003.

HALLAL, P. C. et al. Adolescent physical activity and health. A systematic review. *Sports Med*, New Zeland, v. 36, n.12, p. 1019-30, dez., 2006.

MARCONDELLI, P. et al. Nivel de actividad física y hábitos alimenticios de universitarios de 3º a 5º semestres del área de salud. *Rev Nutr*, Campinas, v. 21, n. 1, p. 39-47, ene./feb., 2008.

MOURA, E.C. et al. Vigilancia de factores de riesgo para enfermedades crónicas por averiguación telefónica en las capitales de los 26 estados brasileños y en el Distrito Federal (2006). *Rev Bras Epidemiol*, São Paulo, v. 11, sup. 1, p. 20-37, may., 2008.

OLIVEIRA, M. et al. Estudios de creencias y expectativas acerca del alcohol en estudiantes universitarios. *Int J Clin Health Psychol*, Granada, v. 7, n. 2, p. 421-33, may., 2007.

PAFFENBARGER et al. Physical activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. *N Engl J Med*, USA, v. 314, n. 10, p. 605-13, mar., 1986.

PAFFENBARGER et al. The association of changes in physical-activity level and other lifestyle characteristics with mortality among men. *N Engl J Med*, USA, v. 328, n. 8, p. 538-45, feb., 1993.

PITANGA, F. J. G; LESSA, I. Asociación entre inactividad física en el tiempo libre e internaciones hospitalarias en adultos de la ciudad de Salvador – Brasil. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*, Florianópolis, v. 10, n. 4, p. 347-353, oct./dic., 2008.

RABELO, L. M. et al. Risk factors for atherosclerosis in students of a private university in São Paulo – Brazil. *Arq Bras Cardiol*, Rio de Janeiro, v. 72, n. 5, p. 575-80, may., 1999.

RODRIGUES, E. S. R. Nivel de actividad física y tabaquismo en universitarios. *Rev Saude Publ*, São Paulo, v. 42, n. 4, p. 672-8, ago., 2008.

SILVA, G. S. F. et al. Evaluación del nivel de actividad física de estudiantes de graduación de las áreas salud/biología. *Rev Bras Med Esporte*, Niterói, v. 13, n. 1, p. 39-42, ene./feb., 2007.

SOUSA, T. F. Autoevaluación del nivel de salud en estudiantes de Educación Física. *Revista Saúde e Pesquisa*, Maringá, v. 2, n. 1, p. 17-21, ene./abr., 2009.

STOCK, C. et al. Gender-specific health behaviors of German university students predict the interest in campus health promotion. *Health Promot Int*, England, v. 16, n. 2, p. 145-54, jun., 2001.

TAMMELIN, T. et al. Adolescent participation in sports and adult

physical activity. *Am J Prev Med*, Netherlands, v. 24, n. 1, p. 22-28, ene., 2003.

TELAMA, R. et al. Physical activity from childhood to adulthood A 21-year tracking study. *Am J Prev Med*, Netherlands, v. 28, n. 3, p. 267-73, abr., 2005.

UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES (USDHHS). *Physical activity and health: a report of the Surgeon General*. Atlanta, U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 1996. Disponible en: < <http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/contents.htm> > . Acceso el: 13 ene. 2006.

UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES (USDHHS). *Physical Activity Guidelines for Americans*. Washington, 2008. Disponible en: <<http://www.health.gov/paguidelines/pdf/paguide.pdf>>. Acceso el: 20 oct. 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *The world health report 2002*. Reducing risks, promoting healthy life. Geneva, 2002. Disponible en: <http://www.who.int/whr/2002/en/whr02_en.pdf>. Acceso el: 24 ene. 2008.

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

Agradecimientos

Al Grupo de Investigación en Actividad Física y Salud, por el soporte en la etapa de obtención, Prof. Erick Fróes Almeida, Profa. Viviane Valentim Alves, Prof. Leandro Garcia Doroteio, Prof. Msc. Silvio Aparecido Fonseca y a los estudiantes del curso de Educación Física que participaron del estudio PAFIS – UESC/BAHIA.

Recebido em: 03/07/2009

Revisado em: 11/08/2009

Aprovado em: 08/09/2009

Endereço para correspondência

tfsousa_thiago@yahoo.com.br

Thiago Ferreira de Sousa

Universidade Federal de Santa Catarina

Coordenadoria de Pós-Graduação em Educação Física

Campus Universitário,

CEP: 88.040-900, Florianópolis - Santa Catarina - Brasil