

CARLA MENÊSES SANTOS

**PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NO
CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS EM DIFERENTES GRUPOS
POPULACIONAIS**

Recife, 2010

Livros Grátis

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

CARLA MENÊSES SANTOS

**PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NO
CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS EM DIFERENTES GRUPOS
POPULACIONAIS**

Dissertação de Mestrado apresentada ao
Programa Associado de Pós-graduação em
Educação Física UPE/UFPB como requisito
parcial à obtenção do título de Mestre.

Área de Concentração: Saúde, Desempenho e Movimento Humano

Orientador: Prof. Dr. Mauro Virgilio Gomes de Barros

Recife, 2010

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)
Escola Superior de Educação Física - ESEF - UPE – Recife

S237p Santos, Carla Menêses
Prevalência e fatores associados à inatividade física no
contexto dos deslocamentos em diferentes grupos populacionais
/ Carla Menêses Santos. – Recife: ESEF/UPE, 2010.
116 f.

Orientador: Prof. Dr. Mauro Virgilio Gomes de Barros
Dissertação (Mestrado em Saúde, Desempenho e Movimento
Humano da Universidade de Pernambuco, 2010.

1. Atividade motora. 2. Caminhada. 3. Ciclismo. 4. Estudos
epidemiológicos. I. Barros, Mauro Virgilio Gomes de (orient.). II.
Escola Superior de Educação Física, UPE. III. Título.

CDU 796(813.4) 2.ed.

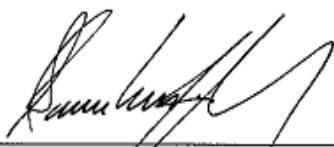
UNIVERSIDADE DE PERNAMBUCO
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
PROGRAMA ASSOCIADO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

A dissertação **PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS EM DIFERENTES GRUPOS POPULACIONAIS**

Elaborada por **CARLA MENÊSES SANTOS**

Foi julgada pelos membros da Comissão Examinadora e aprovado para obtenção do título de MESTRE EM EDUCAÇÃO FÍSICA na área de concentração: Saúde, Desempenho e Movimento Humano.

Data: 26 de fevereiro de 2010.

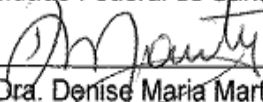


Prof. Dr. Mauro Virgílio Gomes de Barros
Coordenador

BANCA EXAMINADORA:



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



Profa. Dra. Denise Maria Martins Vancea
Universidade de Pernambuco



Prof. Dr. Raphael Mendes Ritti Dias
Universidade de Pernambuco

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus que sempre esteve ao meu lado e nunca me desamparou. Obrigada Senhor pelas oportunidades e conquistas!

A minha mãe, Suely, que se doou totalmente e renunciou aos seus sonhos, para que, muitas vezes, pudesse realizar os meus.

Minhas irmãs (Loraine e Noely) pelo incentivo para ingresso na Pós-Graduação. E, por muitas vezes acreditar mais na minha capacidade que eu mesma. Sem vocês eu jamais teria chegado onde cheguei.

Ao meu noivo Davi que tenta me ensinar a não levar a vida tão a sério e por se fazer presente mesmo na ausência com sua atenção e seu carinho.

Finalmente, dirijo-me com profunda gratidão e reconhecimento, ao meu orientador, Professor Mauro Barros, pelo conhecimento transmitido, pelo apoio, pela confiança, amizade e por nunca medir esforços em me ajudar. Sou muito grata por tudo!

A Simone Barros e sua família pelo admirável exemplo de amizade, companheirismo e solidariedade. Agradeço por toda ajuda pessoal e apoio no momento oportuno.

Aos membros que compõem a banca de avaliação. A professora Denise Vancea e aos professores Raphael Dias e Markus Nahas pelas importantes contribuições proporcionadas na qualificação, pré-banca e defesa.

Agradeço aos companheiros do GPES (Grupo de Pesquisa em Estilos de Vida e Saúde), em especial: Carlos, Caroline, Clécio, Jessyka, Josias, Juliana, Luanna, Raquel, Rildo, Simoninha, Taísa e Wanda. Com eles aprendi a cada dia o quanto é menos árduo os desafios da vida e o quanto os momentos compartilhados são mais alegres.

Ao professor Jorge Bezerra pelas oportunidades concedidas e por seu estímulo ao meu desenvolvimento profissional. E, ao professor José Cazuza que cedeu um pouco do seu tempo para oferecer treinamentos que contribuíram para este trabalho.

Aos colegas do mestrado, em especial, Bruno, Fábio, Eliene, João, Lausanne, Nilma, Ricardo e Tatiana. Juntos compartilhamos momentos inesquecíveis!

Aos professores e funcionários do PAPGEF e da ESEF/UPE que me apoiaram nesse processo.

A Andreza, Elaine, Simone, Vanessa pelos momentos de alegria e de dificuldades compartilhadas. Bem como às novas amigas conquistadas durante esse período: Amanda, Keynis, Lívia, Lícia, Marivalda e Priscila. Agradeço a todas pela troca de conhecimento, amizade e companheirismo.

A CAPES pelo auxílio financeiro conferido, permitindo minha dedicação integral aos estudos.

E a todas as pessoas que, de alguma forma, contribuíram para que esse trabalho pudesse ser realizado.

“O domínio de uma profissão não exclui o seu aperfeiçoamento.

Ao contrário, será mestre quem continuar aprendendo”.

(Pierre Furter)

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo verificar a prevalência e identificar os fatores associados à inatividade física no contexto dos deslocamentos em diferentes grupos populacionais do estado de Pernambuco, abrangendo uma revisão sistemática e dois estudos epidemiológicos transversais independentes, realizados a partir da análise secundária de dados. No primeiro estudo foi realizada uma síntese das evidências disponíveis sobre prática de atividades físicas no contexto dos deslocamentos e sobre a associação desta prática com eventos de saúde mediante análise dos estudos epidemiológicos conduzidos no Brasil. No segundo estudo foram investigados adolescentes estudantes do ensino médio da rede pública estadual de ensino do estado de Pernambuco. No terceiro estudo, a população alvo foi constituída por trabalhadores do setor industrial. Informações relativas à prática de atividades físicas nos deslocamentos para escola foram obtidas pelo número de dias que os estudantes relataram deslocar-se a pé ou de bicicleta para ir e voltar da escola e o tempo médio gasto para ir de casa para escola e voltar até a sua casa, durante os últimos sete dias. A prática de atividades físicas nos deslocamentos para o trabalho foi obtida pelo modo como os trabalhadores referiram deslocar-se para ir ao trabalho e o tempo do percurso despendido caminhando ou pedalando, para ir e voltar ao trabalho, na maioria dos dias da semana. As variáveis independentes foram distribuídas em fatores demográficos, socioeconômicos, comportamentais e relacionadas à instituição, além da medida de condutas e fatores de risco à saúde. Para análise dos dados foram utilizados os seguintes procedimentos: distribuição de frequências, testes de Qui-quadrado, Qui-quadrado para tendência e regressão logística binária. Os resultados da revisão sistemática evidenciaram que há poucos estudos sobre prática de atividades físicas no contexto dos deslocamentos e de sua associação com eventos de saúde. No Brasil, a inter-relação das atividades físicas nos deslocamentos foi investigada somente em relação à síndrome metabólica e índice de massa corporal. Verificou-se que 43% (IC95%: 41,5-44,5) dos adolescentes e 84,2% (IC95%: 82,5-85,8) dos industriários são fisicamente inativos nos deslocamentos para escola e para o trabalho, respectivamente. Entre os adolescentes, independente do sexo, identificou-se que a prevalência de inatividade física nos deslocamentos para escola foi maior entre os adolescentes residentes na área rural quando comparado aos residentes na área urbana e estava diretamente

associada ao aumento da escolaridade materna. Em trabalhadores, a prevalência de inatividade física nos deslocamentos para o trabalho estava diretamente associada ao aumento da renda familiar e ao porte da empresa. Os resultados dos estudos realizados permitem concluir que a prevalência de inatividade física nos deslocamentos que foi observada entre estudantes adolescentes e trabalhadores é alta em comparação aos resultados de estudos congêneres. Além disso, o comportamento dos sujeitos em relação à atividade física nos deslocamentos parece estar associado a fatores específicos, mas o fator socioeconômico (escolaridade materna entre os adolescentes e renda familiar entre os trabalhadores) parece ser importante nos dois grupos.

Palavras-chave. Atividade motora, caminhada, ciclismo, deslocamento residência-trabalho, grupos populacionais, estudos epidemiológicos.

ABSTRACT

The purpose of the present study was to determine the prevalence and to identify the factors associated with commuting physical inactivity in different groups. A systematic review and two independent cross-sectional epidemiological studies were carried out based on secondary data analysis. In the first study, a systematic review of epidemiological studies conducted in Brazil on commuting physical activity and its association with health outcomes was performed. The second study focused on adolescent high-school students from Pernambuco state (Brazil). The third study targeted industrial workers. Data on commuting to school physical activity were obtained by the number of days students reported walking or cycling to and from school and the average time it took them to go from and back home during the last seven days. The physical activity commuting to work was measured by the workers' report on how they went to work and the time spent walking or cycling in most days of the week. The independent variables were divided into demographic, socioeconomic, behavioral, institutional, and health-related factors. Data analyses were carried out by using the following procedures: distribution of frequencies, Chi-square and Chi-square for trend tests and binary logistic regression. The results of the systematic review showed that only a few studies conducted in Brazil focused on commuting physical activity and its association with health outcomes. The association between commuting physical activity and health outcomes was investigated only for metabolic syndrome and body mass index. It was verified that 43% (CI95%: 41.5-44.5) of the adolescents and 84.2% (CI95%: 82.5-85.8) of the industrial workers were classified as inactive in the commuting to school and commuting to work domains, respectively. Among adolescents, independently of the gender, it was observed that the prevalence of inactive commuting to school was higher among those residing in rural areas and was directly associated with increased maternal education. Among industrial workers, the prevalence of inactive commuting to work was directly associated with increased familiar income and size of the worksite. The results obtained showed a higher prevalence of commuting inactivity in both adolescent and worker groups when compared with similar studies. In addition, the physical activity behavior in the commuting domain seems to be associated to specific factors; however, the socioeconomic factor (maternal education, among adolescents, and

familiar income, among industrial workers) seems to be an important variable in both groups.

Keywords. Motor activity, walking, cycling, commuting, population groups, epidemiological studies.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1. Regiões do estado de Pernambuco	21
Figura 2. Gerências Regionais de Educação em Pernambuco	21
Quadro 1. Escolas e matrículas no ensino médio por dependência administrativa...	22
Quadro 2. Descrição das variáveis empregadas no estudo 2.	25
Quadro 3. Descrição das variáveis empregadas no estudo 3.	30

Artigo 2

Figura 1. Modelo hierárquico de análise de fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para escola.	59
--	----

Artigo 3

Figura 1. Modelo hierárquico de análise de fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para o trabalho.	79
--	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Número de empresas e trabalhadores na amostra por Unidade Regional do Departamento Regional do SESI-PE	28
--	----

Artigo 1

Tabela 1. Características metodológicas e principais achados dos estudos epidemiológicos brasileiros sobre atividade física nos deslocamentos.	37
---	----

Artigo 2

Tabela 1. Características demográficas, socioeconômicas, relacionada à escola e excesso de peso dos adolescentes (n=4.207) estudantes do ensino médio da rede pública estadual de ensino do estado de Pernambuco, Brasil, 2006.	60
--	----

Tabela 2. Proporção de adolescentes fisicamente inativos nos deslocamentos para escola de acordo com variáveis demográficas, socioeconômicas, relacionadas à escola e excesso de peso, estratificada por sexo. Pernambuco, Brasil, 2006.	61
---	----

Tabela 3. Análise de regressão logística para identificação de fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para escola em adolescentes do sexo masculino (n=1.681). Pernambuco, Brasil, 2006.	62
--	----

Tabela 4. Análise de regressão logística para identificação de fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para escola em adolescentes do sexo feminino (n=2.491). Pernambuco, Brasil, 2006.	63
---	----

Artigo 3

Tabela 1. Características demográficas, socioeconômicas e fatores de risco a saúde dos trabalhadores (n=1.910) do setor industrial do estado de Pernambuco, Brasil, 2006	80
--	----

Tabela 2. Proporção de trabalhadores fisicamente inativos nos deslocamentos para o trabalho de acordo com variáveis demográficas, socioeconômicas e fatores de risco a saúde, estratificada por sexo. Pernambuco, Brasil, 2006.	81
--	----

Tabela 3. Análise de regressão logística para identificação de fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para o trabalho em trabalhadores do sexo masculino (n=1.499). Pernambuco, Brasil, 2006.	83
---	----

Tabela 4. Análise de regressão logística para identificação de fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para o trabalho em trabalhadores do sexo feminino (n=411). Pernambuco, Brasil, 2006.	84
--	----

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
1.1 IMPORTÂNCIA DOS ESTUDOS SOBRE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS	14
1.2 OBJETIVOS DO ESTUDO	16
1.2.1 Objetivo geral	16
1.2.2 Objetivos específicos	16
1.3 DEFINIÇÃO DE TERMOS	17
2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	18
2.1 ESTUDO 1: “ATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS: REVISÃO SISTEMÁTICA DOS ESTUDOS EPIDEMIOLÓGICOS REALIZADOS NO BRASIL”	18
2.1.1 Estratégia de busca	18
2.1.2 Seleção dos artigos	19
2.1.3 Extração dos dados	19
2.1.4 Análise dos dados	20
2.2 ESTUDO 2: “PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NOS DESLOCAMENTOS PARA ESCOLA EM ADOLESCENTES”	20
2.2.1 Delineamento do estudo	20
2.2.2 População alvo	20
2.2.3 Seleção e dimensionamento amostral	22
2.2.4 Instrumentos	23
2.2.5 Descrição das variáveis	24
2.2.6 Procedimentos para tabulação dos dados	25
2.2.7 Análise dos dados	25
2.2.8 Aspectos éticos	26
2.3 ESTUDO 3: “PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NOS DESLOCAMENTOS PARA O TRABALHO EM TRABALHADORES DO SETOR INDUSTRIAL”	27
2.3.1 Delineamento do estudo	27
2.3.2 População alvo	27
2.3.3 Seleção e dimensionamento amostral	27
2.3.4 Instrumentos	29
2.3.5 Descrição das variáveis	29
2.3.6 Procedimentos para tabulação dos dados	31
2.3.7 Análise dos dados	31
2.3.8 Aspectos éticos	31
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	32
ARTIGO ORIGINAL 1	33
ARTIGO ORIGINAL 2	14
ARTIGO ORIGINAL 3	15
4 CONCLUSÃO	85
REFERÊNCIAS	86

ANEXOS	90
ANEXO A - Questionário sobre Estilo de Vida e Comportamentos de Risco à Saúde em Adolescentes Pernambucanos	91
ANEXO B - Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Hospital Agamenon Magalhães	103
ANEXO C - Termo Negativo de Consentimento	104
ANEXO D - Questionário sobre Estilo de Vida e Hábitos de Lazer dos Trabalhadores da Indústria.	105
ANEXO E - Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC	111
ANEXO F - Autorização para utilização do banco de dados dos trabalhadores da indústria do Estado de Pernambuco	112
Anexo G - Matéria para imprensa	113
Anexo H - Matéria publicada na imprensa	115

1 INTRODUÇÃO

1.1 IMPORTÂNCIA DOS ESTUDOS SOBRE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS

A atividade física é um fator que está associado a diversos eventos de saúde e vem sendo incluída como um tema de discussão tanto no campo da pesquisa quanto da intervenção. A Secretaria de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde tem desenvolvido diversas ações visando induzir programas e intervenções de promoção à saúde (MALTA et al., 2008). Dentre as ações da Política Nacional de Promoção a Saúde está à articulação com instituições de ensino e pesquisa para monitoramento e avaliação das ações no campo da atividade física (BRASIL, 2006).

Um estudo de síntese realizado por Hallal e colaboradores (2007) sugere que existe um interesse crescente por estudos sobre as atividades físicas ocupacionais, as domésticas e as realizadas nos deslocamentos. Diante disso, analisar estas práticas em diferentes contextos de vida parece ser uma importante estratégia para orientar o planejamento das ações desenvolvidas nos programas de promoção da atividade física.

Os deslocamentos ativos (caminhar ou pedalar) representam uma importante parcela do nível de atividade física geral (BERRIGAN et al., 2006; TIMPERIO et al., 2008; TUDOR-LOCKE et al., 2001). Evidências disponíveis na literatura internacional sugerem que indivíduos que utilizam opções de transporte fisicamente ativo para escola ou para o trabalho podem apresentar desfechos positivos em diversos eventos de saúde/doença, como redução do risco de incidência de mortalidade por doenças crônicas não transmissíveis (ANDERSEN et al., 2000), doenças cardiovasculares (HAMER & CHIDA, 2008), câncer de mama (HOU et al., 2004), diabetes (HU et al., 2003), acidente vascular cerebral isquêmico (HU et al. 2005) e redução de exposição a fatores de risco cardiovascular (SMITH E BORCH-JOHNSEN, 2007). Além disso, pode reduzir o índice de massa corporal, os níveis de obesidade, triglicérides, pressão arterial e níveis de insulina (GORDON-LARSEN et al., 2009).

Estudos que abordam a influência do ambiente físico na saúde também têm revelado a importância dos programas de desenvolvimento sustentável para a prática de atividade física. Programas educativos que promovem uma infra-estrutura

segura para o deslocamento fisicamente ativo pode reduzir os riscos da morbimortalidade por acidentes de trânsito (BACCHIERI, GIGANTE, ASSUNÇÃO, 2005; WATSON, DANNENBERG, 2008). De forma semelhante, pode favorecer a redução dos congestionamentos de rodovias (DEPARTMENT FOR EDUCATION AND SKILLS, 2003), o decréscimo nas emissões de gases poluentes (RISSEL, 2005) e conseqüentemente a diminuição da incidência de doenças respiratórias, como a asma (FRIEDMAN et al., 2001).

Apesar da relação benéfica da prática regular de atividade física com a saúde, a prevalência de inatividade física no contexto dos deslocamentos parece ser alta (ABU-OMAR; RUTTEN, 2008; GORDON-LARSEN et al., 2009). Estudos internacionais indicam que 16,7% dos adultos jovens americanos caminham ou andam de bicicleta para ir ao trabalho (GORDON-LARSEN et al., 2009) e 37,4% dos europeus relataram realizar pouco ou nenhum tipo de deslocamento ativo (ABU-OMAR; RUTTEN, 2008). Evidências disponíveis indicam, ainda, uma tendência de aumento na proporção de crianças e jovens americanos, australianos e canadenses, expostos a baixo nível de atividade física nos deslocamentos para a escola (BULIUNG, MITRA, FAULKNER, 2009; MCDONALD, 2007; HAM, MACERA, LINDLEY, 2005; PLOEG et al., 2008).

No Brasil, pouco tem sido estudado sobre o nível de atividade física dos sujeitos em seus deslocamentos (SANTOS et al., 2009). Os estudos que focalizaram este aspecto identificaram que há considerável proporção de sujeitos expostos a “inatividade física” neste contexto de vida.

Estudo conduzido na cidade de Pelotas identificou que 31% dos adolescentes (10 a 19 anos) não realizavam deslocamento ativo para escola e 42% não realizavam para o trabalho (BASTOS et al., 2008). Outro levantamento realizado por Silva et al. (2009), com estudantes (15 a 19 anos), de escolas públicas de Santa Catarina, verificou que 43% dos jovens utilizavam meios de transporte motorizado (carro, ônibus, moto) para ir para escola e 16,6% para ir ao trabalho. Vasques e Lopes (2009) verificaram que 38,1% dos escolares (11 a 17 anos), de Caxias do Sul-RS utilizavam meios de transporte motorizado para ir para escola. Um inquérito telefônico, desenvolvido por Peixoto et al. (2008), com a população adulta da cidade de Goiânia, identificou que a proporção de sujeitos classificados como fisicamente inativos no contexto dos deslocamentos foi de 91,5%.

A produção de conhecimentos relacionados a esta temática tem grande importância, pois pode orientar o desenvolvimento e a implantação de intervenções, além de subsidiar a proposição de políticas públicas no âmbito da promoção da atividade física. Trata-se de evidências que poderão auxiliar na articulação e no planejamento de intervenções intersetoriais entre a saúde, a educação, a economia e o setor de transportes; assim como, no desenvolvimento de campanhas educativas, com a participação da comunidade, dos gestores políticos e empresariais.

O conhecimento da prevalência e dos fatores associados à inatividade física no contexto dos deslocamentos pode ser de fundamental importância para informação de profissionais, educadores, gestores e da sociedade como um todo. Além disso, a análise da prevalência de inatividade física nos deslocamentos em populações específicas pode servir de referência diagnóstica para futuras análises de efetividade de intervenção.

1.2 OBJETIVOS DO ESTUDO

1.2.1 Objetivo geral

- Verificar a prevalência e identificar os fatores associados à inatividade física no contexto dos deslocamentos em diferentes grupos populacionais do estado de Pernambuco.

1.2.2 Objetivos específicos

- Sintetizar as evidências provenientes dos estudos epidemiológicos nacionais sobre prática de atividades físicas no contexto dos deslocamentos e sobre associação desta prática com eventos de saúde;
- Verificar a prevalência e identificar fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para escola em adolescentes;
- Verificar a prevalência e identificar fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para o trabalho em trabalhadores do setor industrial.

1.3 DEFINIÇÃO DE TERMOS

Atividade física: definida como qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos, que resulta em dispêndio de energia maior que os níveis de repouso (CASPERSEN, POWELL, CHRISTENSEN, 1985). É um comportamento complexo e que está presente em quatro domínios: atividades ocupacionais (trabalho), atividades domésticas (em casa e no quintal), nos deslocamentos (caminhar, pedalar, remar, patinar) e atividades de lazer, que incluem os esportes, danças, artes marciais e exercícios físicos.

Epidemiologia: estudo da distribuição e dos determinantes dos eventos ou padrões de saúde em populações definidas, e a aplicação deste estudo para controlar problemas de saúde (MEDRONHO et al., 2009).

Fatores de risco (fatores associados): são as circunstâncias do ambiente ou as características das pessoas, herdadas ou adquiridas, que lhes conferem uma maior probabilidade de acometimento, imediato ou futuro, por um dano à saúde (PEREIRA, 1995).

Levantamento (ou survey): é o método de investigação através de questionários. É usado em estudos que envolvem grande número de pessoas (como os estudos epidemiológicos que investigam a associação entre estilo de vida com saúde) (BARROS, 2004).

Prevalência: referente à proporção de indivíduos de uma população com certa característica de saúde, num determinado momento ou período (PEREIRA, 1995).

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Esta dissertação é composta por três estudos, abrangendo uma revisão sistemática e dois estudos epidemiológicos transversais independentes, realizados a partir da análise secundária de dados.

No primeiro estudo foi realizada uma síntese das evidências disponíveis sobre prática de atividades físicas no contexto dos deslocamentos e sobre a associação desta prática com eventos de saúde mediante análise dos estudos epidemiológicos conduzidos no Brasil. No segundo estudo foram investigados adolescentes (14-19 anos) estudantes do ensino médio da rede pública estadual de ensino do estado de Pernambuco. No terceiro estudo, a população alvo foi constituída por trabalhadores do setor industrial do estado de Pernambuco. Estas duas últimas investigações têm abrangência estadual e base populacional (escolas e indústrias, respectivamente).

2.1 ESTUDO 1: “ATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS: REVISÃO SISTEMÁTICA DOS ESTUDOS EPIDEMIOLÓGICOS REALIZADOS NO BRASIL”

2.1.1 Estratégia de busca

A revisão sistemática da literatura realizou-se a partir da busca por artigos epidemiológicos originais sobre a prática de atividades físicas nos deslocamentos no Brasil, num período de 1990 a 2008.

A pesquisa foi conduzida em duas bases de dados eletrônicas: Medline/PubMed e Lilacs, utilizando em português e inglês 14 descritores/termos. Dois grupos de comando foram empregados para encontrar os manuscritos. Dentro de cada grupo foi utilizado o operador booleano "OR" e entre os grupos foi utilizado o operador booleano "AND". No primeiro grupo, foram incluídos os termos relacionados à prática de atividade física nos deslocamentos (atividade física, exercício, aptidão física, sedentarismo, inatividade, atividade motora, transportes, deslocamento residência-trabalho, caminhada, ciclismo, viagem, locomoção). No segundo grupo, foram adicionamos os termos “Brasil” e “brasileiros” a fim de delimitar a busca aos artigos cuja coleta de dados foi realizada no Brasil.

2.1.2 Seleção dos artigos

Inicialmente, todas as referências recuperadas nas bases de dados foram analisadas e os títulos foram lidos, a fim de avaliar se os mesmos atendiam a todos os critérios de inclusão. Na impossibilidade de que esta decisão fosse tomada pela leitura do título e resumo, recorreu-se a leitura do artigo na íntegra. A seleção dos artigos teve como critérios de inclusão:

- a) amostra representativa de alguma população definida;
- b) tamanho da amostra de pelo menos 500 indivíduos;
- c) coleta de dados realizada no Brasil;
- d) mensuração da atividade física no contexto dos deslocamentos (caminhar e/ou pedalar) e relato de resultados relacionados a esta variável.

Não foram incluídos artigos de revisão, estudos de validação, monografias, dissertações e teses.

Dos 92 artigos com resumos avaliados, 21 foram selecionados para a leitura do texto integral, com base nos critérios de inclusão. Destes, 13 estudos foram excluídos por não apresentarem suficiente informação sobre como a medida da atividade física no contexto dos deslocamentos foi realizada ou por omissão de relato de resultados relacionados a esta variável. Em oito dos 13 estudos excluídos, a medida da atividade física nos deslocamentos foi efetuada, mas somente para estimativa do nível de atividade física global. Portanto, a presente revisão sistemática incluiu dados de oito artigos.

2.1.3 Extração dos dados

De cada artigo incluído nesta revisão foram observados os seguintes aspectos: a) delineamento do estudo; b) instrumentos de coleta de dados; c) definição operacional da medida de atividade física nos deslocamentos; d) critério para classificação do nível de atividade física nos deslocamentos; e) prevalências relatadas de exposição a baixo nível de atividade física no contexto dos deslocamentos; f) evidências de associação entre atividade física nos deslocamentos com outras variáveis de saúde.

2.1.4 Análise dos dados

Todas as publicações que preencheram os critérios de inclusão foram analisadas integralmente e independentemente por dois pesquisadores. Cada um elaborou um quadro com a síntese das informações extraídas dos manuscritos e, em seguida, os quadros foram comparados a fim de verificar a concordância entre os pares. Na eventualidade de divergências entre as informações sintetizadas pelos pares, o artigo foi revisado por um terceiro membro da equipe de pesquisa a fim de identificar as incoerências e definir quais as evidências que o manuscrito efetivamente veiculava.

2.2 ESTUDO 2: “PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NOS DESLOCAMENTOS PARA ESCOLA EM ADOLESCENTES”

2.2.1 Delineamento do estudo

Análise secundária dos dados de um levantamento epidemiológico, realizado em 2006, com estudantes do ensino médio da rede pública estadual de ensino do estado de Pernambuco. Trata-se, portanto, de um estudo transversal com componente descritivo (estudo de prevalência) e outro analítico (estudo de associação).

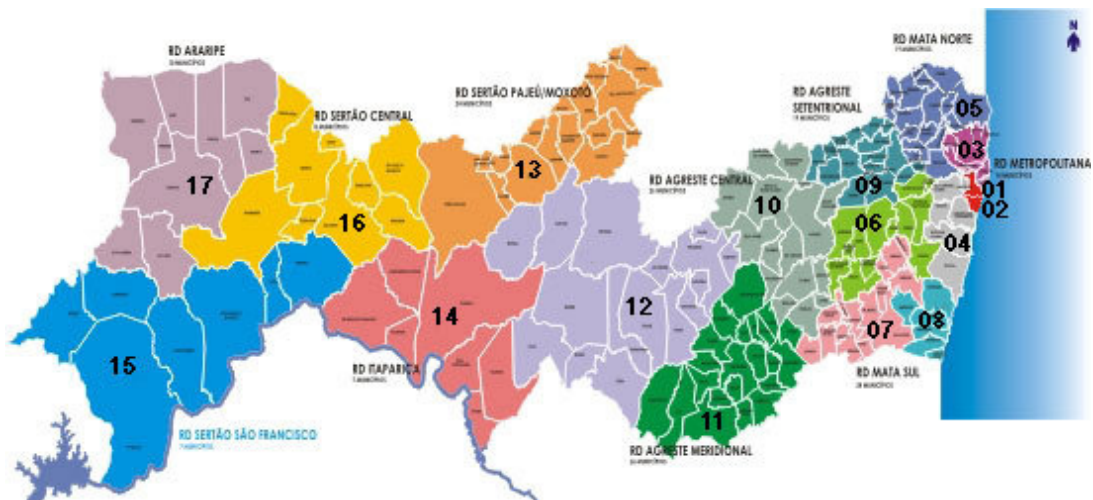
2.2.2 População alvo

A população alvo deste estudo foi limitada aos estudantes matriculados em escolas da rede pública estadual de ensino no Estado de Pernambuco, com idade entre 14 e 19 anos de idade. Essa população foi estimada em cerca de 340 mil sujeitos distribuídos em cinco regiões geográficas: Metropolitana, Zona da Mata, Agreste, Sertão e Região do São Francisco (figura 1), em 17 Gerências Regionais de Educação (GEREs), segundo dados da Secretaria de Educação e Cultura do Estado (SEDUC, 2005).



Figura 1. Regiões do estado de Pernambuco

Para efeito de gestão administrativa a Secretaria da Educação Cultura e Esportes subdivide o estado em 17 GEREs, cuja estruturação são organizados todos os dados censitários referentes às políticas públicas educacionais pernambucanas. Por esta razão, todo o planejamento do levantamento que gerou os dados para este estudo foi baseado na distribuição dos estudantes matriculados por GEREs, agrupando-se em seguida os dados disponíveis por região geográfica. A figura 2 ilustra a localização das GEREs no estado.



- | | |
|------------------------------------|---|
| ● 01 - Recife Norte | ● 09 - Vale do Capibaribe (Limoeiro) |
| ● 02 - Recife Sul | ● 10 - Agreste Centro Norte (Caruaru) |
| ● 03 - Metropolitano Norte | ● 11 - Agreste Meridional (Garanhuns) |
| ● 04 - Metropolitano Sul | ● 12 - Sertão do Moxotó Ipanema (Arcoverde) |
| ● 05 - Mata Norte (Nazaré da Mata) | ● 13 - Sertão do Alto Pajeú (Afogados da Ingazeira) |
| ● 06 - Mata Centro (Vitória) | ● 14 - Sertão do Submédio São Francisco (Floresta) |
| ● 07 - Mata Sul (Palmares) | ● 15 - Sertão do Médio São Francisco (Petrolina) |
| ● 08 - Litoral Sul (Barreiros) | ● 16 - Sertão Central (Salgueiro) |
| | ● 17 - Sertão do Araripe (Araripina) |

Figura 2. Gerências Regionais de Educação em Pernambuco

Segundo o censo escolar pernambucano de 2005, na rede estadual de ensino, estão matriculados 359.897 (80,2% do total de estudantes do ensino médio) (quadro 1), destes, 7.068 alunos estão matriculados em turmas de quarto ano, razão pela qual foram excluídos do planejamento amostral, retificando a população total de alunos do ensino médio da rede pública estadual foi de 352.829.

Quadro 1. Escolas e matrículas no ensino médio por dependência administrativa.

Dependência administrativa	Particular	Municipal	Federal	Estadual	Pernambuco
N.º de escolas	371	93	9	668	1.141
Matrículas	59.071	26.452	3.233	359.897	448.653

Fonte: Censo escolar 2005 - Secretaria de Educação e Cultura de Pernambuco – SEDUC

2.2.3 Seleção e dimensionamento amostral

Visando garantir a representatividade do estudo, a amostra foi composta por uma proporção semelhante de estudantes do ensino médio, distribuídos em escolas de pequeno, médio e grande porte, tanto nos períodos diurno quanto noturno. A classificação da escola, segundo o seu porte seguiu os seguintes critérios: pequeno porte - menos de 200 alunos; médio porte - 200 a 499 alunos; grande porte - 500 alunos ou mais. Os alunos matriculados no período da manhã e da tarde foram agrupados numa única categoria (estudantes do período diurno).

O processo de seleção da amostra foi por conglomerado em dois estágios. No primeiro estágio todas as escolas estaduais de Pernambuco foram consideradas elegíveis para a participação no estudo. A seleção da amostra foi aleatória e estratificada, observando-se os seguintes critérios: densidade da escola e estudantes de cada município e porte da escola (pequeno, médio e grande).

No segundo estágio, todas as turmas das escolas sorteadas foram consideradas elegíveis para o estudo. A amostragem utilizada foi aleatória simples, e como critério de estratificação foi considerado a densidade de turmas e estudantes matriculados nos períodos diurno e noturno. Os sorteios das escolas, do porte escolar e das turmas foram realizados mediante o programa *randomizer*, disponível em: www.randomizer.org, que forneceu números aleatórios.

Para cálculo do tamanho amostral foram adotados os seguintes parâmetros: população estimada em 352.829 estudantes; intervalo de confiança de 95%; erro tolerável de três pontos percentuais; prevalência estimada em 50%; e, efeito de

delineamento amostral estabelecido em quatro vezes o tamanho mínimo da amostra. Com base nesses parâmetros, o tamanho mínimo da amostra foi estimado em 4.217 sujeitos. Adicionalmente, visando diminuir as limitações atribuídas por eventuais perdas e preenchimento inadequado do instrumento decidiu-se por aumentar em 45% o tamanho amostral. Foram investigados 6.031 estudantes da rede pública estadual de ensino médio do estado de Pernambuco. No entanto, após serem excluídos os estudantes fora da faixa etária, a amostra final ficou em 4.207 adolescentes, mantendo-se o poder estatístico inicial.

Com este dimensionamento amostral foi possível analisar prevalência e associação entre as variáveis independentes e a inatividade física nos deslocamentos, com possibilidade de detectar como estatisticamente significativas razões de odds (OR) de 1,2 ou superiores e prevalência do desfecho (inatividade física nos deslocamentos para escola) entre 39% e 64% nos expostos e entre 35% e 60% nos não expostos; poder estatístico de 80%; e, nível de confiança de 95%.

2.2.4 Instrumentos

Os dados foram coletados através de um questionário para avaliação do estilo de vida e comportamentos de risco à saúde em adolescentes pernambucanos (Anexo A). O instrumento utilizado foi uma versão adaptada do *Global School-based Student Health Survey* (GSHS), proposto e desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em colaboração com o *United Nations Children's Fundations* (UNICEF) e *United Nations Programme on HIV/AIDS* (UNAIDS), juntamente com a assistência técnica do *Center for Disease Control and Prevention* (CDC). O instrumento foi adaptado e previamente testado para uso neste grupo populacional, observando-se que o mesmo apresenta boa consistência de medidas, e validade de face e conteúdo. Os indicadores de reprodutibilidade das questões variaram, em geral, de 0,46 a 1,0. Nas questões empregadas para medida da atividade física, os coeficientes foram de 0,64 ou superiores. O tempo para preenchimento do questionário na forma de entrevista coletiva foi de aproximadamente 40 minutos.

Após o preenchimento do questionário foi realizada a mensuração da massa corporal e da estatura. A massa corporal foi aferida utilizando balanças digitais portáteis, marca PLENNA (modelo Sport). A estatura foi avaliada através de estadiômetros, marca PLENNA (modelo 206), seguindo a padronização proposta na

literatura especializada (LOHMAN, ROCHE, MARTORELL, 1991). Foram realizadas três mensurações para cada aluno, adotando-se a média das mesmas como a medida final. A partir das medidas de massa e estatura corporal, efetuou-se cálculo do índice de massa corporal.

2.2.5 Descrição das variáveis

Para realização do estudo, foram considerados os dados de 11 variáveis, sendo uma delas dependente e outras 10, independentes. A seguir, apresenta-se uma descrição detalhada de cada variável.

Variável dependente

Medidas relativas à prática de atividades físicas nos deslocamentos de casa para a escola foram obtidas através de duas questões: “durante os últimos sete dias, em quantos dias você andou a pé ou de bicicleta para ir e voltar da escola?” e “durante os últimos sete dias, quanto tempo, em média, você gastou para ir de casa para escola e voltar até a sua casa?” (Questões 53 e 54, Anexo A). Foram classificados como “fisicamente inativos” aqueles sujeitos que relataram que em nenhum dos dias da última semana realizaram deslocamentos a pé ou de bicicleta para a escola ou aqueles que, independente da frequência semanal, relataram que a duração do deslocamento para a escola era inferior a 20 minutos por dia.

Variáveis independentes

As variáveis independentes foram agrupadas em quatro blocos: (1) fatores demográficos; (2) fatores socioeconômicos; (3) fatores relacionados à escola; e (4) excesso de peso. Para as análises de associação e regressão logística, algumas variáveis foram categorizadas, conforme o quadro 2.

Quadro 2. Descrição das variáveis empregadas no estudo 2.

	Variável	Classificação	Categorias de análise
1	Sexo	Categórica Nominal	Masculino Feminino
	Faixa etária	Categórica Nominal	14-16 anos 17-19 anos
	Local de residência	Categórica Nominal	Urbano Rural
2	Cor da pele	Categórica Nominal	Branco Não branco
	Situação ocupacional	Categórica Nominal	Sim Não
	Escolaridade materna	Categórica Ordinal	≤ 8 anos de estudo 9 - 11 anos de estudo ≥ 12 anos de estudo
3	Série	Categórica Ordinal	1º ano 2º ano 3º ano
	Turno de aulas	Categórica Nominal	Diurno Noturno
	Porte da escola	Categórica Ordinal	Pequeno (< 200 alunos) Médio (200 - 499 alunos) Grande (> 500 alunos)
4	Excesso de peso	Categórica Nominal	Não Sim

2.2.6 Procedimentos para tabulação dos dados

O procedimento de tabulação foi efetuado em um arquivo de dados do programa EpiData (versão 3.1), utilizando procedimentos eletrônicos de controle de entrada de dados. Recorreu-se à dupla digitação a fim de conferir a consistência na entrada dos dados.

2.2.7 Análise dos dados

A análise de dados foi realizada através do pacote estatístico STATA (versão 10.0). A análise descritiva incluiu, essencialmente, a distribuição de frequência (relativa e absoluta), enquanto a análise inferencial foi efetuada mediante aplicação do teste de Qui-quadrado e Qui-quadrado para tendência, para avaliar a associação entre a variável dependente (inatividade física nos deslocamentos para escola) e as variáveis independentes (sexo, faixa etária, local de residência, cor da pele, situação

ocupacional, escolaridade materna, série, turno de aulas, porte da escola e excesso de peso).

Para análise multivariada foi aplicado à regressão logística, adotando-se a ocorrência de inatividade física nos deslocamentos para escola como desfecho. Um modelo hierárquico, previamente estabelecido, conforme a recomendação da literatura (DUMITH, 2008) foi adotado para estabelecer a ordem de entrada das variáveis independentes. Em todos os testes, o nível de significância estatístico adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

2.2.8 Aspectos éticos

O estudo que integra o projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Hospital Agamenon Magalhães e aprovado por unanimidade em sessão realizada no dia primeiro de julho de 2005 (Anexo B). Todas as diretrizes estabelecidas nas resoluções 196 e 251, do Conselho Nacional de Saúde, foram observadas no delineamento deste estudo.

Não havia, para os sujeitos participantes, possibilidade de danos à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual, em qualquer fase deste estudo. Não houve qualquer remuneração aos participantes, que somente foram incluídos no estudo após expressarem a sua concordância em participar. Foram excluídos do estudo os estudantes que não foram autorizados pelos pais responsáveis a participar do mesmo mediante assinatura do Termo Negativo de Consentimento (Anexo C). No caso de estudantes menores de 18 anos, foi solicitada anuência por escrito dos pais. E para realização do trabalho de campo, os diretores de todas as escolas foram consultados e somente com a anuência dos mesmos os dados puderam ser coletados.

2.3 ESTUDO 3: “PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NOS DESLOCAMENTOS PARA O TRABALHO EM TRABALHADORES DO SETOR INDUSTRIAL”

2.3.1 Delineamento do estudo

Análise secundária dos dados de um levantamento epidemiológico, realizado em 2006, com trabalhadores de empresas do setor industrial instaladas no estado de Pernambuco. Trata-se, também, de um estudo transversal com componente descritivo (estudo de prevalência) e outro analítico (estudo de associação).

2.3.2 População alvo

A população considerada para este estudo foi de 132.647 trabalhadores da indústria, conforme dados fornecidos pelo Departamento Regional de Pernambuco do Serviço Social da Indústria (SESI, 2006) de todas as empresas de grande, médio e pequeno porte do estado de Pernambuco. Foram excluídas as empresas com menos de 20 trabalhadores, consideradas como microempresas, devido à volatilidade da força de trabalho e informalidade das relações de trabalho com os seus colaboradores.

2.3.3 Seleção e dimensionamento amostral

A seleção amostral permitiu incluir empresas e trabalhadores de todas as unidades do Departamento Regional do Sesi em Pernambuco. O processo amostral foi determinado em dois estágios, de modo a ser representativo do conjunto de indústrias instaladas no estado de Pernambuco. No primeiro estágio, recorreu-se à seleção aleatória de empresas, considerando a distribuição dos trabalhadores em empresas de grande (500 ou mais trabalhadores), médio (100 a 499) e pequeno porte (20 a 99). Foram selecionadas, aleatoriamente, aproximadamente 10% do total de empresas proporcionalmente à densidade de empresas instaladas em cada região do estado (áreas de adscrição/cobertura de cada unidade do Departamento Regional), fixando-se, ao final, em 105 o número de empresas a serem visitadas.

No segundo estágio, em cada uma das empresas sorteadas na fase anterior do processo amostral, foram selecionados também de forma aleatória trabalhadores

de ambos os sexos, em número proporcional ao total de trabalhadores na empresa, independente da função ou do cargo.

Para estabelecer o tamanho amostral foram adotados os seguintes parâmetros: a) população estimada em 132.647 mil sujeitos; b) erro amostral de três pontos percentuais; c) prevalência estimada em 50%; d) efeito do delineamento amostral fixado em 1,5. A estimativa inicial de tamanho amostral foi aumentada em 20% a fim de compensar eventuais perdas e recusas. O tamanho requerido da amostra foi fixado em 1.906 sujeitos, representando cerca de 1,4% do total de industriários pernambucanos.

Ver detalhes do plano amostral na tabela 1.

Tabela 1. Número de empresas e trabalhadores na amostra por Unidade Regional do Departamento Regional do SESI-PE

Unidade Regional	N de Empresas				N de Trabalhadores			
	G	M	P	Total	G	M	P	Total
1. Caruaru	0	2	8	10	0	25	38	63
2. Goiana	1	1	2	4	58	12	9	79
3. Jaboatão	1	2	7	10	76	44	46	166
4. Camaragibe	1	1	2	4	27	3	9	39
5. Cabo	1	2	2	5	11	65	13	89
6. Paratibe	1	4	9	14	97	113	54	264
7. Casa Amarela	2	4	12	18	129	112	62	303
8. Ibura	3	6	16	25	560	149	95	804
9. Petrolina	0	2	3	5	0	31	16	47
10. Escada	1	1	1	3	11	16	1	28
11. Ribeirão	0	1	1	2	0	7	4	11
12. Araripina	0	1	2	3	0	4	9	13
TOTAL	11	27	65	105	969	581	356	1.906

Fonte: SESI, 2006.

* G - Grande porte; M - Médio porte; P - Pequeno porte

Recorrendo-se a cálculos de poder estatístico *a posteriori*, verificou-se que este dimensionamento amostral permitiria efetuar análise de associação entre as variáveis com possibilidade de detectar como estatisticamente significativas razões de odds (OR) de 1,4 ou superiores, considerando-se: (I) prevalência do desfecho (inatividade física nos deslocamentos para o trabalho) entre 20% a 81% nos expostos e entre 25% a 75% nos não expostos; (II) poder estatístico de 80%; e, (III) nível de confiança de 95%.

2.3.4 Instrumentos

No levantamento dos dados foi empregado um questionário (Anexo D), construído e validado para utilização no projeto “Estilo de vida e hábitos de lazer de trabalhadores da indústria”. O instrumento foi construído a fim de coletar medidas auto-referidas de fatores relacionados ao estilo de vida e hábitos de lazer. Trata-se de um questionário com 58 perguntas que abrange os seguintes módulos: 1) informações pessoais; 2) indicadores de saúde e comportamentos preventivos; 3) atividades físicas e opções de lazer; 4) controle de peso e hábitos alimentares.

A aplicação do instrumento foi efetuada por aplicadores previamente treinados, sendo que os respondentes podiam no momento da aplicação solicitar esclarecimentos e a ajuda dos aplicadores. Na eventualidade de que um trabalhador, por razões cognitivas, não pudesse preencher sozinho o seu questionário este era auxiliado pelo aplicador que conduzia uma entrevista individual. Este instrumento padrão foi utilizado pelo SESI em todos os estados brasileiros, possibilitando comparação entre as diversas populações de industriários. A aplicação do questionário em um pequeno grupo de trabalhadores (8 a 15 sujeitos por aplicação) demorava aproximadamente 30 minutos.

2.3.5 Descrição das variáveis

Para o desenvolvimento desse estudo, foram utilizadas informações de 14 variáveis, sendo uma delas dependente e outras 13 independentes. A seguir, apresenta-se uma descrição detalhada de cada variável.

Variável dependente

Medidas relativas à prática de atividades físicas nos deslocamentos para o trabalho foram obtidas através das seguintes questões: “na maioria dos dias da semana, como você se desloca para ir ao trabalho?” e “considerando os trajetos de ida e volta ao trabalho, na maioria dos dias da semana, quanto tempo do percurso você gasta caminhando ou pedalando?” (Questões 27 e 28, Anexo D). Foram classificados como “fisicamente inativos” aqueles trabalhadores que relataram que não caminham ou pedalam para ir para o trabalho e aqueles que, independente do

modo de deslocamento, referiram que no trajeto despendiam tempo inferior a 10 minutos por dia.

Variáveis independentes

As variáveis independentes foram selecionadas através de informações referentes aos fatores sociodemográficos, indicadores de saúde e dados relativos à morbidade referida. Para a melhor compreensão, algumas variáveis foram categorizadas. O quadro 3 apresenta a descrição das variáveis, o tipo, a classificação e suas respectivas categorias.

Quadro 3. Descrição das variáveis empregadas no estudo 3.

Variável	Classificação	Categorias de análise
Sexo	Categórica Nominal	Masculino Feminino
Faixa etária	Categórica Nominal	<39 ≥ 40 anos
Estado civil	Categórica Nominal	Casado Não casado
Renda familiar bruta	Categórica Nominal	Até 1.500 reais Acima de 1.500 reais
Escolaridade	Categórica Nominal	Até o fundamental completo Ensino médio completo ou superior
Porte da empresa	Categórica Ordinal	Pequeno (20- 99 funcionários) Médio (100-499 funcionários) Grande (≥500 funcionários)
Percepção de saúde	Categórica Nominal	Positiva (Excelente/Boa) Negativa (Regular/Ruim)
Percepção de estresse	Categórica Nominal	Positiva (Excelente/Boa) Negativa (Regular/Ruim)
Excesso de peso	Categórica Nominal	Sim Não
Prática de atividade física no lazer	Categórica Nominal	Sim Não
Pressão arterial elevada (referida)	Categórica Nominal	Sim Não
Nível de colesterol elevado (referido)	Categórica Nominal	Sim Não
Diabetes (referido)	Categórica Nominal	Sim Não

2.3.6 Procedimentos para tabulação dos dados

A construção do banco de dados dos trabalhadores da indústria foi realizada através da leitura ótica dos questionários por meio do software SPHYNX. Para detectar possíveis erros e *outliers*, os dados de cada variável foram revisados e corrigidos eletrônica e manualmente.

2.3.7 Análise dos dados

Para análise estatística, os dados foram exportados para o programa estatístico STATA (versão 10.0). A análise descritiva incluiu, essencialmente, a distribuição de frequência, enquanto a análise inferencial foi efetuada mediante aplicação do teste de Qui-quadrado e Qui-quadrado para tendência, para avaliar a associação entre a variável dependente (inatividade física nos deslocamentos para o trabalho) e as variáveis independentes (sexo, faixa etária, estado civil, renda familiar bruta, escolaridade, porte da empresa, percepção de saúde, percepção de estresse, excesso de peso, prática de atividade física no lazer, pressão arterial elevada, nível de colesterol elevado e diabetes).

Para análise multivariada foi aplicado à regressão logística, adotando-se a ocorrência de inatividade física nos deslocamentos para o trabalho como desfecho. Um modelo hierárquico, previamente estabelecido, conforme a recomendação da literatura (DUMITH, 2008), foi adotado para estabelecer a ordem de entrada das variáveis independentes. Em todos os testes, o nível de significância estatístico adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

2.3.8 Aspectos éticos

O estudo que integra o projeto de pesquisa foi submetido e aprovado ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (Parecer nº 009/2007), conforme Anexo E. Todas as diretrizes estabelecidas nas resoluções 196 e 251, do Conselho Nacional de Saúde, foram observadas no delineamento deste estudo. Todos os trabalhadores foram informados do caráter voluntário da participação neste levantamento e a garantia de anonimato das informações fornecidas. Também, foi solicitado, ao coordenador do projeto de pesquisa, autorização para utilização do banco de dados e somente com o consentimento do mesmo o trabalho foi realizado (Anexo F).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme previsto no regimento do Programa Associado de Pós-Graduação em Educação Física UPE/UFPB, optou-se por desenvolver a dissertação em formato de artigos. A apresentação e a discussão dos resultados estão inseridas nos artigos abaixo.

Artigo 1: “Atividade física no contexto dos deslocamentos: revisão sistemática dos estudos epidemiológicos realizados no Brasil”. Está publicado na Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde.

Artigo 2: “Prevalência e fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para escola em adolescentes”. Está submetido aos Cadernos de Saúde Pública.

Artigo 3: “Prevalência e fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para o trabalho em trabalhadores”. Será submetido à Revista Panamericana de Salud Pública, após incorporar as alterações sugeridas pela banca.

ARTIGO ORIGINAL 1

ARTIGO ORIGINAL 2

ARTIGO ORIGINAL 3

4 CONCLUSÃO

Consideradas as limitações atribuídas aos estudos dessa natureza, a análise e a discussão dos resultados apresentados nos três artigos permitem concluir que:

- a) há pouco estudos sobre prática de atividades físicas no contexto dos deslocamentos e de sua associação com eventos de saúde. No Brasil, a inter-relação das atividades físicas nos deslocamentos foi investigada somente em relação à síndrome metabólica e índice de massa corporal;
- b) a prevalência de inatividade física nos deslocamentos que foi observada entre adolescentes estudantes e trabalhadores do setor industrial é alta em comparação aos resultados de estudos congêneres.
- c) independente do sexo, o local de residência e a escolaridade materna foram estatisticamente associados à inatividade física nos deslocamentos para casa e a renda familiar e o porte da empresa foram estatisticamente associados à inatividade física nos deslocamentos para o trabalho.

O comportamento dos sujeitos em relação à atividade física no contexto dos deslocamentos parece estar associado a fatores específicos, mas o fator socioeconômico (escolaridade materna entre os adolescentes e renda familiar entre os trabalhadores) parece ser importante nos dois grupos.

Tais evidências podem fornecer indicadores que permitam o planejamento de intervenções priorizando os subgrupos mais vulneráveis e o desenvolvimento de programas educativos para promoção da atividade física neste contexto de vida.

REFERÊNCIAS

- ABU-OMAR, K.; RUTTEN, A. Relation of leisure time, occupational, domestic, and commuting physical activity to health indicators in Europe. **Preventive Medicine**, v. 47, p. 319-323, 2008.
- ANDERSEN, L. B. et al. All-cause mortality associated with physical activity during leisure time, work, sports, and cycling to work. **Archives of Internal Medicine**, v. 160, p. 1621-1628, 2000.
- BACCHIERI, G.; GIGANTE, D. P., ASSUNÇÃO, M. C. Determinantes e padrões de utilização da bicicleta e acidentes de trânsito sofridos por ciclistas trabalhadores da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, v. 21, n. 5, p. 1499-1508, 2005.
- BARROS, M. V. G. **Atividades físicas e padrão de consumo alimentar em estudantes do ensino médio em Santa Catarina: do Estudo Descritivo à Intervenção**. 2004. 184 p. Tese (Doutorado em Ciências do Movimento Humano). Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- BASTOS, J.P.; ARAÚJO, C.L.P.; HALLAL, P.C. Prevalence of insufficient physical activity and associated factors in brazilian adolescents. **Journal of Physical Activity and Health** v. 5, p. 777-794, 2008.
- BERRIGAN, D. et al. Active transportation increases adherence to activity recommendations. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 31, n. 3, p. 210-216, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política nacional de promoção da saúde**. Série B. Textos Básicos de Saúde, p. 60, 2006.
- BULIUNG, R. N.; MITRA, R.; FAULKNER, G. Active school transportation in the Greater Toronto Area, Canada: An exploration of trends in space and time (1986–2006). **Preventive Medicine**, v.48, p. 507-512, 2009.
- CASPERSEN, C. J.; POWELL, K.E. Christensen, G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public health Reports*, v.100, n.2, 1985, p. 126-131.

DEPARTMENT FOR EDUCATION AND SKILLS. **Department for education and skills, travelling to school: an action plan**. UK, 2003. Disponível em: <<http://www.dft.gov.uk/pgr/sustainable/schooltravel/travelling/avellingtoschoolanactionplan.pdf>> Acessado em julho de 2009.

DUMITH, S. C. Proposta de um modelo teórico para a adoção da prática de atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 13 n. 2, p. 52-62, 2008.

FRIEDMAN, M. S.; POWELL, K. E.; HUTWAGNER, L. et al. Teague, Impact of changes in transportation and commuting behaviors during the 1996 Summer Olympic Games in Atlanta on air quality and childhood asthma. **Journal of the American Medical Association**, v. 285, n. 7, p. 897-905, 2001.

GORDON-LARSEN, P. et al. Active commuting and cardiovascular disease risk: the CARDIA study. **Archives of Internal Medicine**, v. 169, n. 13, p. 1216-1223, 2009.

HALLAL, P. C. et al. Evolução da pesquisa epidemiológica em atividade física no Brasil: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n3, 453-460, 2007.

HAM, S.A.; MACERA, C.A.; LINDLEY, C. Trends in walking for transportation in the United States, 1995 and 2001. **Preventing Chronic Disease** [online] 2005. Disponível: <http://www.cdc.gov/pcd/issues/2005/oct/04_0138.htm>

HAMER, M.; CHIDA, Y. Active commuting and cardiovascular risk: a meta-analytic review. **Preventive Medicine**, v. 46, p. 9-13, 2008.

HOU, L. et al. **Commuting Physical Activity and Risk of Colon Cancer in Shanghai, China**. *American Journal of Epidemiology*, v. 160, p. 860-867, 2004.

HU, G. et al. Occupational, commuting, and leisure-time physical activity in relation to risk for type 2 diabetes in middle-aged Finnish men and women. **Diabetologia**, v. 46, p. 322-329, 2003.

HU, G. et al. Leisure time, occupational, and commuting physical activity and the risk of stroke. **Stroke**, v. 36, p.1994-1999, 2005.

LOHMAN, T.G.; ROCHE, A.F.; MARTORELL, R. **Anthropometric standardization reference manual**. Champaign, Ill: Human Kinetics Books; 1991

MALTA, D.C. et al. A promoção da saúde e da atividade física no Sistema Único de Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saude**, v. 13, n. 1, p. 24-27, 2008.

MCDONALD, N. C. Active transportation to school: trends among U.S. schoolchildren, 1969-2001. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 32, n. 6, p. 509-516, 2007.

MEDRONHO, R. A. et al. **Epidemiologia**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2009.

PEIXOTO, M. R. G. et al. Monitoramento por entrevistas telefônicas de fatores de risco para doenças crônicas: experiência de Goiânia, Goiás, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 24, n. 6, p. 1323-1333, 2008.

PEREIRA, M. G. **Epidemiologia: teoria e prática**. Ed. Guanabara Koogan, Rio de Janeiro, 1995.

PLOEG, V. D. et al. Trends in Australian children traveling to school 1971–2003: burning petrol or carbohydrates? **Preventive Medicine**, v. 46, p. 60-62, 2008.

RISSEL, C. Clinicians prescribing exercise: is air pollution a hazard? **Medical Journal of Australia**, v. 183, n. 6, p. 334-336, 2005.

SANTOS, C. M. et al. Atividade física no contexto dos deslocamentos: revisão sistemática dos estudos epidemiológicos realizados no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 14, n.1, p.13-20, 2009.

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA DO ESTADO DE PERNAMBUCO (SEDUC). **Censo escolar**. Número de escolas por município, dependência administrativa e tipo de ensino, 2005. Disponível: http://www.educacao.pe.gov.br/censo_escolar_2005.shtml.

SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA (SESI). **Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores das indústrias de Pernambuco**: relatório geral, Recife, 2006.

SILVA, K. S. et al. Fatores associados à atividade física, comportamento sedentário e participação na Educação Física em estudantes do Ensino Médio em Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 10, p. 2187-2200, 2009.

SMITH, L. H.; BORCH-JOHNSEN, K. Commuting physical activity favorably associated with biological risk factors for cardiovascular disease. **European Journal of Epidemiology**, v. 22, p. 771-779, 2007.

TIMPERIO, A. et al. Improving nutrition and physical activity in child care: what parents recommend. **Journal of the American Dietetic Association**, v. 108, n. 11, p. 1907-1911, 2008.

TUDOR-LOCKE, C.; AINSWORTH, B. E.; POPKIN, B. M. Active commuting to school: an overlooked source of childrens' physical activity? **Sports Medicine**, v. 31, n. 5, p. 309-313, 2001.

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

WATSON, M.; DANNENBERG, A. L. Investment in Safe Routes to School Projects: Public Health Benefits for the Larger Community. **Preventing Chronic Disease** 2008; 5 (3). Disponível: <http://www.cdc.gov/pcd/issues/2008/jul/07_0087.htm>

ANEXOS

ANEXO A - Questionário sobre Estilo de Vida e Comportamentos de Risco à Saúde em Adolescentes Pernambucanos



Projeto

HÁBITOS DE SAÚDE DOS ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO

- Versão Adaptada do Global Student Health Survey -

Orientações:

- Este questionário é sobre seus hábitos e coisas que você faz e que podem afetar a sua saúde.
- Em todo o estado de Pernambuco, estudantes como você estarão respondendo o mesmo questionário. As informações fornecidas serão utilizadas para desenvolver programas de saúde.
- Atenção! Não escreva o seu nome neste questionário, pois as informações que você fornecer serão mantidas em sigilo e serão anônimas. Ninguém irá saber o que você respondeu, por isto seja bastante sincero nas suas respostas.
- Lembre que não há respostas certas e erradas. As suas respostas devem se basear naquilo que você realmente conhece, sente ou FAZ.
- Lembre que a sua participação nesta pesquisa é voluntária.
- Leia com atenção todas as questões, se tiver dúvidas solicite ajuda do professor que estiver aplicando o questionário na sua sala de aula.
- NÃO DEIXE QUESTÕES EM BRANCO (SEM RESPOSTA).

Preencha o quadro abaixo conforme orientações do aplicador:

Gere	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Escola	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Turno	<input type="checkbox"/> Diurno <input type="checkbox"/> Noturno
Turma	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Qual o nome da Cidade onde você mora: _____	

INFORMAÇÕES PESSOAIS

1. Qual a sua idade, em anos?
 - Menos de 14 anos
 - 14
 - 15
 - 16
 - 17
 - 18
 - 19
 - 20
 - 21 anos ou mais
2. Qual o seu sexo?
 - Masculino
 - Feminino
3. Em que série você está?
 - 1^a série
 - 2^a. série
 - 3^a. série
4. Qual o seu estado civil?
 - Solteiro (a)
 - Casado (a)/vivendo com parceiro(a)
 - Outro
5. Você trabalha?
 - Não trabalho
 - Sou empregado com salário
 - Faço um estágio profissionalizante (com ou sem remuneração)
 - Trabalho como voluntário
6. Você mora com o seu pai?
 - Sim
 - Não
7. Você mora com a sua mãe?
 - Sim
 - Não
8. Onde você mora (reside)?
 - Casa
 - Apartamento
 - Residência coletiva (alojamento, pensão, pensionato, etc.)
 - Outro
9. A sua residência fica localizada em região/área:
 - Urbana
 - Rural
10. Você se considera:
 - Branco (a)
 - Preto (a)
 - Pardo (a)
 - Mulata (a)
 - Moreno (a)
 - Indígena (a)
 - Amarelo (a)
 - Outro (a)
11. Marque com um "X" a alternativa que melhor indica o nível de estudo da sua mãe (ou da pessoa que cuida de você)
 - Minha mãe não estudou
 - Minha mãe NÃO concluiu o 1^o. grau
 - Minha mãe concluiu o 1^o. grau
 - Minha mãe NÃO concluiu o 2^o. grau
 - Minha mãe concluiu o 2^o. grau
 - Minha mãe NÃO concluiu a faculdade
 - Minha mãe concluiu a faculdade
 - Não sei
12. Existe banheiro dentro da sua casa?
 - Sim
 - Não
13. Existe geladeira dentro da sua casa?
 - Sim
 - Não
14. Existe computador na sua casa?
 - Sim
 - Não
15. A casa onde você mora foi feita de tijolos (casa de alvenaria)?
 - Sim
 - Não
16. Na casa onde você mora existe água encanada?
 - Sim
 - Não

CONSUMO DE ÁLCOOL E USO DE OUTRAS DROGAS

- As questões seguintes perguntam sobre ingestão de bebidas alcoólicas. Isso inclui cerveja, cachaça, vinho, vodka, rum, batida ou qualquer outra bebida contendo álcool.
- Beber álcool não inclui beber poucos goles de vinho por motivos religiosos

17. Nos últimos 30 dias, em quantos dias você consumiu pelo menos uma dose de bebida contendo álcool?

- 0 dias
- 1 ou 2 dias
- 3 a 5 dias
- 6 a 9 dias
- 10 a 19 dias
- 20 a 29 dias
- Todos os 30 dias

18. Durante os últimos 30 dias, nos dias em que você consumiu bebida alcoólica, quantas doses você usualmente bebeu por dia?

- Eu não consumi álcool durante os últimos 30 dias
- Menos que 1 dose
- 1 dose
- 2 doses
- 3 doses
- 4 doses
- 5 ou mais doses

19. Durante os últimos 30 dias, como você conseguiu a bebida que você consumiu?

- Eu não consumi bebidas alcoólicas nos últimos 30 dias
- Eu comprei num bar, num restaurante ou num supermercado
- Eu comprei de um vendedor de rua

- Eu dei dinheiro a alguém para alguém comprar
- Eu consegui com meus amigos
- Eu consegui na minha casa
- Eu roubei
- Eu consegui de alguma outra forma

20. Durante a sua vida, quantas vezes você bebeu tanto que ficou embriagado (bêbado)?

- Nenhuma vez
- 1 a 2 vezes
- 3 a 9 vezes
- 10 vezes ou mais

21. Durante a sua vida, quantas vezes você teve ressaca, se sentiu doente, teve problemas com sua família ou amigos, faltou à escola ou se envolveu em brigas devido a ingestão de bebidas alcoólicas?

- Nenhuma vez
- 1 a 2 vezes
- 3 a 9 vezes
- 10 vezes ou mais

22. Durante a sua vida, quantas vezes você utilizou drogas tais como loló, cola de sapateiro, lança perfume, maconha, crack, cocaína ou outras?

- Nenhuma vez
- 1 a 2 vezes
- 3 a 9 vezes
- 10 vezes ou mais

HÁBITOS ALIMENTARES

23. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes você sentiu fome porque não tinha comida suficiente na sua casa?

- Nunca
- Raramente
- Algumas vezes
- A maioria das vezes
- Sempre

- As questões seguintes são sobre a frequência com que você consome alguns alimentos

24. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você comeu frutas, como banana, laranja, abacaxi, goiaba ou outras?

- Eu NÃO comi frutas nos últimos 30 dias
- Menos de 1 vez por dia
- 1 vez por dia
- 2 vezes por dia
- 3 vezes por dia
- 4 ou mais vezes por dia

25. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você tomou suco natural de frutas?

- Eu NÃO tomei sucos nos últimos 30 dias
- Menos de 1 vez por dia
- 1 vez por dia
- 2 vezes por dia
- 3 vezes por dia
- 4 ou mais vezes por dia

26. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você comeu verduras, como alface, cebola, tomate, pimentão, cenoura, beterraba e outras?

- Eu não comi verduras nos últimos 30 dias
- Menos de 1 vez por dia
- 1 vez por dia
- 2 vezes por dia
- 3 vezes por dia
- 4 ou mais vezes por dia

27. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você bebeu refrigerantes ou outras bebidas artificiais?

- Eu não bebi refrigerantes nos últimos 30 dias
- Menos de 1 vez por dia
- 1 vez por dia
- 2 vezes por dia
- 3 vezes por dia
- 4 ou mais vezes por dia

28. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você comeu feijão com arroz?

- Eu não comi feijão com arroz nos últimos 30 dias
- Menos de 1 vez por dia
- 1 vez por dia
- 2 vezes por dia
- 3 vezes por dia
- 4 ou mais vezes por dia

HIGIENE

- As questões seguintes são sobre hábitos de higiene pessoal como escovar os dentes e lavar as mãos.

29. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você escovou os dentes?

- Eu não escovei meus dentes nos últimos 30 dias
- Menos de 1 vez por dia
- 1 vez por dia
- 2 vezes por dia
- 3 vezes por dia

30. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você lavou as mãos antes de comer?

- 4 ou mais vezes por dia
- Nunca
- Raramente
- Algumas vezes
- A maioria das vezes
- Sempre

31. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você lavou as mãos depois de usar o banheiro?

- Nunca
- Raramente
- Algumas vezes
- A maioria das vezes
- Sempre

32. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes por dia você usou sabonete ou sabão para lavar as suas mãos?

- Nunca
- Raramente
- Algumas vezes
- A maioria das vezes
- Sempre

SENTIMENTOS E RELACIONAMENTOS

- As questões seguintes são sobre os seus sentimentos e sobre a qualidade dos seus relacionamentos

33. Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você se sentiu sozinho?

- Nunca
- Raramente
- Algumas vezes
- A maioria das vezes
- Sempre

34. Durante os últimos 12 meses, com que frequência você esteve tão preocupado com alguma coisa que não conseguiu dormir à noite?

- Nunca
- Raramente
- Algumas vezes
- A maioria das vezes
- Sempre

35. Durante os últimos 12 meses, você se sentiu “muito triste” ou “sem esperança” quase todos os dias durante duas semanas ou mais seguidos, a ponto de você ter que parar de fazer suas atividades normais?

- Sim
- Não

36. Durante os últimos 12 meses, você já pensou seriamente em tentar suicídio?

- Sim
- Não

37. Durante os últimos 12 meses, você fez planos sobre como tentaria se suicidar?

- Sim
- Não

38. Quantos amigos próximos (pessoas com quem você pode contar se precisar) você tem?

- 0
- 1
- 2
- 3 ou mais

- As questões seguintes são sobre o seu sono e sua religiosidade.

39. Quantas horas, em média, você dorme por dia?

- Menos de 4 horas por dia
- De 4 a 6 horas por dia
- De 6 a 7 horas por dia
- De 7 a 8 horas por dia
- De 8 a 10 horas por dia
- Mais do que 10 horas por dia

40. Como você avalia a qualidade do seu sono?

- Ruim
- Regular
- Boa
- Muito Boa
- Excelente

41. Qual a sua Religião?

- Não tenho Religião
- Católica
- Evangélica
- Espírita
- Outra

42. Você se considera praticante da sua religião?

- Sim
- Não

ATIVIDADES FÍSICAS

- As questões seguintes são sobre atividade física. Atividade física é qualquer atividade que provoca um aumento nos seus batimentos cardíacos e na sua frequência respiratória. Atividade física pode ser realizada praticando esportes, fazendo exercícios, trabalhando, realizando tarefas domésticas, dançando, jogando bola com os amigos ou andando a pé ou de bicicleta.
- Para responder as questões seguintes considere o tempo que você gastou em todas as atividades que realizou.

43. Durante os últimos 7 dias, quantos dias você foi fisicamente ativo por um total de pelo menos 60 minutos por dia?
- 0 dia
 1 dia
 2 dias
 3 dias
 4 dias
 5 dias
 6 dias
 7 dias
44. Durante uma semana típica ou normal, em quantos dias você é fisicamente ativo por um total de pelo menos 60 minutos ao dia?
- 0 dia
 1 dia
 2 dias
 3 dias
 4 dias
 5 dias
 6 dias
 7 dias
45. Durante uma semana típica ou normal, em quantas aulas de Educação Física você participa?
- 0
 1
 2
 3
46. Você realiza, regularmente, algum tipo de atividade física no seu tempo livre, como exercícios, esportes, danças ou artes marciais?
- Sim
 Não
47. “Eu gosto de fazer atividades físicas”!
 O que você diria desta afirmação:
- Discordo totalmente
 Discordo em partes
 Nem concordo, nem discordo
 Concordo em parte
 Concordo totalmente
48. Considera-se fisicamente ativo o jovem que acumula pelo menos 60 minutos diários de atividades físicas em 5 ou mais dias da semana. Em relação aos seus hábitos de prática de atividades físicas, você diria que:
- Sou fisicamente ativo há mais de 6 meses
 Sou fisicamente ativo há menos de 6 meses
 Não sou, mas pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 30 dias
 Não sou, mas pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 6 meses
 Não sou, e não pretendo me tornar fisicamente ativo nos próximos 6 meses
49. Qual a atividade de lazer de sua preferência?(marcar apenas uma)
- Praticar esportes
 Fazer exercícios
 Nadar
 Pedalar
 Jogar dominó ou cartas
 Assistir TV
 Jogar videogame
 Usar o computador
 Conversar com os amigos
 Outras atividades

- A questão seguinte é sobre o tempo que você fica sentado quando não está na escola ou fazendo trabalhos domésticos.

50. Em um DIA TÍPICO OU NORMAL, quanto tempo você gasta sentado, assistindo televisão, jogando no computador, conversando com amigos, jogando cartas ou dominó?

- Menos de 1 hora por dia
- 1 a 2 horas por dia
- 3 a 4 horas por dia
- 5 a 6 horas por dia
- 7 a 8 horas por dia
- Mais do que 8 horas por dia

51. Nos dias de aula (segunda a sexta-feira), quantas horas por dia você assiste **TV**?

- Eu não assisto TV em dias da semana
- < 1 hora por dia
- 1 hora por dia
- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 horas por dia
- 5 ou mais horas por dia

52. Nos finais de semana (sábado e domingo), quantas horas por dia você assiste **TV**?

- Eu não assisto TV em dias de final de semana
- < 1 hora por dia
- 1 hora por dia

- 2 horas por dia
- 3 horas por dia
- 4 horas por dia
- 5 ou mais horas por dia

- As questões seguintes são sobre o modo como você se desloca para ir de casa para escola e da escola para sua casa.

53. Durante os últimos 7 dias, em quantos dias você andou a pé ou de bicicleta para ir e voltar da escola?

- 0 dia
- 1 dia
- 2 dias
- 3 dias
- 4 dias
- 5 dias
- 6 dias
- 7 dias

54. Durante os últimos 7 dias, quanto tempo em média você gastou para ir de casa para escola e voltar até a sua casa (some o tempo que você leva para ir e para voltar)?

- Menos de 10 minutos por dia
- 10 a 19 minutos por dia
- 20 a 29 minutos por dia
- 30 a 39 minutos por dia
- 40 a 49 minutos por dia
- 50 a 59 minutos por dia
- 60 minutos ou mais por dia

SEUS COMPORTAMENTOS NA ESCOLA

- As questões seguintes são sobre suas experiências na escola e em casa.
- | | |
|--|---|
| <p>55. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você perdeu aula ou deixou de ir à escola sem permissão?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> 0 dia <input type="radio"/> 1 a 2 dias <input type="radio"/> 3 a 5 dias <input type="radio"/> 6 a 9 dias <input type="radio"/> 10 ou mais dias <p>56. Durante os últimos 30 dias, com que frequência você percebeu que a maioria dos estudantes da sua escola estava sendo gentis e colaboradores?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Raramente <input type="radio"/> Algumas vezes <input type="radio"/> A maioria das vezes <input type="radio"/> Sempre <p>57. Durante os últimos 30 dias, com que frequência seus pais ou responsáveis verificaram se as suas tarefas escolares estavam feitas?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Nunca | <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Raramente <input type="radio"/> Algumas vezes <input type="radio"/> A maioria das vezes <input type="radio"/> Sempre <p>58. Durante os últimos 30 dias, com que frequência seus pais ou responsáveis entenderam seus problemas e preocupações?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Raramente <input type="radio"/> Algumas vezes <input type="radio"/> A maioria das vezes <input type="radio"/> Sempre <p>59. Durante os últimos 30 dias, quantas vezes seus pais ou responsáveis realmente sabiam o que você estava fazendo no seu tempo livre?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Raramente <input type="radio"/> Algumas vezes <input type="radio"/> A maioria das vezes <input type="radio"/> Sempre |
|--|---|

COMPORTAMENTO SEXUAL

- As questões seguintes são sobre relação sexual [isso inclui relação vaginal - quando um homem coloca o pênis na vagina de uma mulher; e, relação anal - quando um homem coloca o pênis no ânus de sua (seu) parceira (o)].
- | | |
|--|--|
| <p>60. Você já teve relação sexual?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <p>61. Quantos anos você tinha quando teve a primeira relação sexual?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Eu nunca tive relação sexual <input type="radio"/> Menos de 12 anos <input type="radio"/> 12 anos <input type="radio"/> 13 anos <input type="radio"/> 14 anos <input type="radio"/> 15 anos <input type="radio"/> 16 anos ou mais | <p>62. Durante toda a sua vida, com quantas pessoas você já teve relação sexual?</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Eu nunca tive relação sexual <input type="radio"/> 1 pessoa <input type="radio"/> 2 pessoas <input type="radio"/> 3 pessoas <input type="radio"/> 4 pessoas <input type="radio"/> 5 pessoas <input type="radio"/> 6 pessoas ou mais pessoas |
|--|--|

63. Durante os últimos 12 meses, você tem tido relação sexual?
- Sim
 - Não
64. Na última vez que você teve relação sexual, você ou seu parceiro usou preservativo?
- Eu nunca tive relação sexual
 - Sim
 - Não
65. Você conhece o contraceptivo de emergência (pílula do dia seguinte)?
- Não tenho relações sexuais e não conheço
 - Não tenho relações sexuais, mas conheço
 - Tenho relações sexuais e não conheço
 - Tenho relações sexuais e conheço
66. Caso você tenha tido informações para a utilização do contraceptivo de emergência (pílula do dia seguinte), onde obteve?
- Nunca tive orientação
 - Pais ou parentes
 - Amigos
 - Profissionais de saúde
 - Propagandas
 - Farmácia
 - Escola
67. Você fez uso de contraceptivo de emergência (pílula do dia seguinte) nos últimos 12 meses?
- Nunca tive relação sexual
 - Tenho relação sexual, mas nunca usei esse método (ou minha parceira nunca usou)
 - Sim, usei (ou minha parceira usou) 1 vez nos últimos 12 meses
 - Sim, usei (ou minha parceira usou) 2 vezes nos últimos 12 meses
 - Sim, usei (ou minha parceira usou) 3 vezes nos últimos 12 meses
 - Sim, usei (ou minha parceira usou) 4 vezes nos últimos 12 meses
 - Sim, usei (ou minha parceira usou) 5 ou mais vezes nos últimos 12 meses
68. Caso você tenha usado o contraceptivo de emergência (a pílula do dia seguinte), como você ou sua parceira utilizou?
- Nunca tive relação sexual
 - Tenho relação sexual, mas nunca usei esse método (ou minha parceira nunca usou).
 - Quando falta a menstruação
 - Antes da relação sexual
 - Antes das primeiras 72 horas da relação sexual desprotegida
 - Após as 72 horas da relação sexual desprotegida

TABAGISMO

- As questões seguintes são sobre o uso de cigarros ou outro tipo de tabaco

69. Quantos anos você tinha quando experimentou cigarro pela primeira vez?
- Eu nunca fumei cigarros
 - Menos de 8 anos
 - 8 ou 9 anos
 - 10 ou 11 anos
 - 12 ou 13 anos
 - 14 ou 15 anos
 - 16 anos ou mais velho
70. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você fumou cigarros?
- 0 dia
 - 1 ou 2 dias
 - 3 a 5 dias
 - 6 a 9 dias
 - 10 a 19 dias
 - 20 a 29 dias
 - Todos os 30 dias

71. Durante os últimos 30 dias, em quantos dias você usou qualquer outra forma de tabaco, como cigarro de palha, cachimbo ou cigarro de fumo de rolo?

- 0 dia
- 1 ou 2 dias
- 3 a 5 dias
- 6 a 9 dias
- 10 a 19 dias
- 20 a 29 dias
- Todos os 30 dias

72. Durante os últimos 12 meses, você já tentou parar de fumar cigarros?

- Eu nunca fumei cigarros
- Eu não fumei cigarro nos últimos 12 meses
- Sim
- Não


73. Durante os últimos 7 dias, em quantos dias alguém fumou na sua presença?

- 0 dia
- 1 ou 2 dias
- 3 ou 4 dias
- 5 ou 6 dias
- Todos os 7 dias

74. Qual dos seus pais ou responsáveis usam alguma forma de tabaco?


- Nenhum
- Pai ou responsável
- Mãe ou responsável
- Os dois
- Eu não sei

VIOLÊNCIA

- 
 ▪ As próximas questões são sobre violência física. Violência física é quando uma ou mais pessoas batem em alguém ou quando uma ou mais pessoas machucam outra pessoa com arma (pau, faca ou revólver). Não é considerada violência física quando dois estudantes de mesma força decidem brigar entre si.

75. Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você sofreu algum tipo de violência física?

- Nenhuma vez
- 1 vez
- 2 ou 3 vezes
- 4 ou 5 vezes
- 6 ou 7 vezes
- 8 ou 9 vezes
- 10 ou 11 vezes
- 12 vezes ou mais

- 
 ▪ A próxima questão é sobre brigas. Uma briga acontece quando dois ou mais estudantes com mais ou menos a mesma força decidem lutar entre si.

76. Durante os últimos 12 meses, quantas vezes você esteve envolvido numa briga?

- Nenhuma vez
- 1 vez
- 2 ou 3 vezes
- 4 ou 5 vezes
- 6 ou 7 vezes
- 8 ou 9 vezes
- 10 ou 11 vezes
- 12 vezes ou mais

- As próximas questões perguntam sobre o dano mais grave que aconteceu com você nos últimos 12 meses. Um dano grave é aquele que faz você perder no mínimo um dia inteiro de suas atividades diárias ou requer tratamento com médico ou enfermeira.

77. Durante os últimos 12 meses, o que você fazia quando aconteceu com você um dano grave?

- Eu não sofri nenhum machucado durante os últimos 12 meses
- Jogando ou treinando para um esporte
- Andando ou correndo, mas não era parte de um jogo ou treino para um esporte
- Andando de bicicleta, a pé ou em outra específica forma de transporte não-motorizado
- Como passageiro ou dirigindo um carro ou outro veículo a motor
- Fazendo um trabalho (remunerado ou não), inclusive tarefas domésticas como cuidando do jardim ou cozinhando
- Nada
- Alguma outra coisa

78. Durante os últimos 12 meses, **qual foi a principal causa** do dano grave ocorrido com você?

- Eu não sofri nenhum machucado durante os últimos 12 meses
- Eu estava num acidente com veículo motor ou fui atropelado por um veículo a motor

- Eu caí
- Alguma coisa caiu em mim ou bateu em mim
- Eu estava brigando com alguém
- Eu fui atacado, agredido ou abusado por alguém
- Eu estava em um incêndio, “queimada” ou muito perto de chama ou alguma coisa quente
- Alguma outra coisa causou meu ferimento

79. Durante os últimos 12 meses, **como foi que ocorreu** o dano mais sério com você?

- Eu não sofri nenhum machucado durante os últimos 12 meses
- Eu me machuquei por acidente
- Alguém me machucou por acidente
- Eu me machuquei de propósito
- Alguém me machucou de propósito

80. Durante os últimos 12 meses, **qual foi o dano** mais sério ocorrido com você?

- Eu não sofri nenhum machucado durante os últimos 12 meses
- Eu tivesse osso quebrado ou uma articulação deslocada
- Eu tive um corte ou uma perfuração
- Eu tive uma convulsão, ou outro dano na cabeça ou pescoço, eu estive desmaiado, ou não pude respirar
- Eu tive um ferimento de tiro
- Eu tive uma queimadura séria
- Eu perdi todo ou parte do meu pé, perna, mão ou braço
- Alguma outra coisa aconteceu comigo

Obrigado pela sua colaboração!

Siga agora para a sala de medidas, levando com você este questionário.

MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

Medida	1º	2º	3º	Final
Massa (kg)	_____	_____	_____	_____
Estatura (cm)	_____	_____	_____	_____
Circunf. da cintura (cm)	_____	_____	_____	_____

MEDIDA DA PRESSÃO ARTERIAL

Medida	1º	2º	3º
Pressão Sistólica	_____	_____	_____
Pressão Diastólica	_____	_____	_____

Equipe Responsável

Aplicador (questionário): _____

Medida da Massa: _____

Medida da Estatura: _____

Medida da Circunferência: _____

Medida da Pressão Arterial: _____

Outros Participantes: _____

Data da Aplicação: ____ / ____ / 2006

ANEXO B - Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Hospital Agamenon Magalhães



SECRETARIA DE SAÚDE DO ESTADO DE PERNAMBUCO
HOSPITAL AGAMENON MAGALHÃES

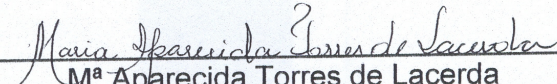
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

Recife, 01 de julho de 2005

Prezados Investigadores

Informamos a V.Sª que foi aprovado na reunião do dia 30/06/2005, pelo Comitê de Ética em Pesquisa deste Hospital, o Projeto de Pesquisa **“ESTILOS DE VIDA E COMPORTAMENTOS DE RISCO À SAÚDE EM ADOLESCENTES: DO ESTUDO DE PREVALÊNCIA À INTERVENÇÃO”** conforme normas para pesquisa envolvendo seres humanos resolução 196/96.

Atenciosamente,


Mª Aparecida Torres de Lacerda
Secretária do Comitê de Ética em Pesquisa
HAM

ANEXO C - Termo Negativo de Consentimento

TERMO NEGATIVO DE CONSENTIMENTO

Senhores Pais ou Responsáveis,

O Grupo de Pesquisa em Estilos de Vida e Saúde da Universidade de Pernambuco em parceria com Secretaria de Educação e Cultura do Estado de Pernambuco está desenvolvendo um trabalho de pesquisa sobre a saúde dos estudantes do Ensino Médio em Pernambuco. A pesquisa focaliza, principalmente, no estudo de hábitos que podem afetar a saúde, provocando doenças e outros agravos que podem se manifestar tanto na adolescência quanto na vida adulta.

Nos próximos dias os pesquisadores do nosso grupo estarão efetuando coleta de dados na escola do seu (sua) filho (a). Este procedimento inclui a aplicação de questionários a serem respondidos pelos próprios estudantes com auxílio de professores da Universidade e da própria escola, assim como a realização de medidas de peso, altura, circunferência da cintura e pressão arterial.

Informamos, ainda, que nenhum dos procedimentos empregados na coleta de dados representa risco à saúde, não havendo possibilidade de que os mesmos possam causar qualquer tipo de dano ou constrangimento. As informações fornecidas serão anônimas e não haverá qualquer tipo de identificação individual no questionário. Se o (a) senhor (a) não se sente suficientemente esclarecido ou deseja conversar um pouco mais sobre o projeto entre em contato com os pesquisadores responsáveis através dos telefones 3423-6433 (com os professores Mauro ou Jorge).

Caso NÃO concorde com a participação do seu (sua) filho (a) no projeto, solicitamos preencher e devolver à escola este termo negativo de consentimento. Neste caso, informe o nome completo de seu (sua) filho (a) e o seu nome, assinatura e telefone para contato. Assinale, também, a opção que diz “não autorizo a participação do meu (minha) filho (a) no estudo”.

Nome do estudante (seu filho) _____

Nome do Responsável _____

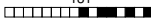

Assinatura do Responsável _____

Telefone(s) de contato _____

NÃO AUTORIZO a participação do meu filho (a) no estudo

Atenção: Se a sua decisão foi AUTORIZAR o seu (sua) filho (a) a participar do estudo você não precisa informar a sua decisão.

ANEXO D - Questionário sobre Estilo de Vida e Hábitos de Lazer dos Trabalhadores da Indústria.

ESTILO DE VIDA E HÁBITOS DE LAZER DOS TRABALHADORES DA INDÚSTRIA - 2006/2007																
<p>ATENÇÃO:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Você não precisa escrever o seu nome; suas respostas são anônimas e serão mantidas em sigilo. · Por favor, para cada pergunta, leia atentamente todas as alternativas de resposta antes de responder. · Assinale apenas uma opção e, em caso de dúvidas, pergunte ao instrutor. - Marcar as respostas com caneta preta ou azul, conforme model <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> 																
INFORMAÇÕES PESSOAIS																
As questões 1 a 11 referem-se a informações pessoais.																
<p>1. Em qual DEPARTAMENTO REGIONAL DO SESI (Estado) você trabalha?</p> <table> <tr> <td><input type="checkbox"/> Acre</td> <td><input type="checkbox"/> Mato Grosso</td> <td><input type="checkbox"/> Rio Grande do Norte</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Alagoas</td> <td><input type="checkbox"/> Mato Grosso do Sul</td> <td><input type="checkbox"/> Rio de Janeiro</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Amapá</td> <td><input type="checkbox"/> Pará</td> <td><input type="checkbox"/> Roraima</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Amazonas</td> <td><input type="checkbox"/> Paraíba</td> <td><input type="checkbox"/> São Paulo</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Ceará</td> <td><input type="checkbox"/> Paraná</td> <td></td> </tr> </table>		<input type="checkbox"/> Acre	<input type="checkbox"/> Mato Grosso	<input type="checkbox"/> Rio Grande do Norte	<input type="checkbox"/> Alagoas	<input type="checkbox"/> Mato Grosso do Sul	<input type="checkbox"/> Rio de Janeiro	<input type="checkbox"/> Amapá	<input type="checkbox"/> Pará	<input type="checkbox"/> Roraima	<input type="checkbox"/> Amazonas	<input type="checkbox"/> Paraíba	<input type="checkbox"/> São Paulo	<input type="checkbox"/> Ceará	<input type="checkbox"/> Paraná	
<input type="checkbox"/> Acre	<input type="checkbox"/> Mato Grosso	<input type="checkbox"/> Rio Grande do Norte														
<input type="checkbox"/> Alagoas	<input type="checkbox"/> Mato Grosso do Sul	<input type="checkbox"/> Rio de Janeiro														
<input type="checkbox"/> Amapá	<input type="checkbox"/> Pará	<input type="checkbox"/> Roraima														
<input type="checkbox"/> Amazonas	<input type="checkbox"/> Paraíba	<input type="checkbox"/> São Paulo														
<input type="checkbox"/> Ceará	<input type="checkbox"/> Paraná															
<p>2. Em qual UNIDADE REGIONAL/CAT do SESI está a sua empresa? (O Instrutor deve informar)</p> <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 7 <input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 9 <input type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/> 11 <input type="checkbox"/> 12																
<p>3. Qual o TAMANHO DA EMPRESA em que você trabalha?</p> <input type="checkbox"/> Pequena (20 - 99 empregados) <input type="checkbox"/> Média (100 - 499 empregados) <input type="checkbox"/> Grande (500 empregados ou mais)																
<p>4. Qual o RAMO DE ATIVIDADE de sua empresa?</p> <table> <tr> <td><input type="checkbox"/> Alimentos</td> <td><input type="checkbox"/> Bebidas</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Construção civil</td> <td><input type="checkbox"/> Eletro-eletrônico</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Extrativismo</td> <td><input type="checkbox"/> Fundação</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Frigorífico e carnes</td> <td><input type="checkbox"/> Metal-mecânica</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Móveis / celulose</td> <td><input type="checkbox"/> Plásticos</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Têxtil</td> <td><input type="checkbox"/> Outro ramo</td> </tr> </table>		<input type="checkbox"/> Alimentos	<input type="checkbox"/> Bebidas	<input type="checkbox"/> Construção civil	<input type="checkbox"/> Eletro-eletrônico	<input type="checkbox"/> Extrativismo	<input type="checkbox"/> Fundação	<input type="checkbox"/> Frigorífico e carnes	<input type="checkbox"/> Metal-mecânica	<input type="checkbox"/> Móveis / celulose	<input type="checkbox"/> Plásticos	<input type="checkbox"/> Têxtil	<input type="checkbox"/> Outro ramo			
<input type="checkbox"/> Alimentos	<input type="checkbox"/> Bebidas															
<input type="checkbox"/> Construção civil	<input type="checkbox"/> Eletro-eletrônico															
<input type="checkbox"/> Extrativismo	<input type="checkbox"/> Fundação															
<input type="checkbox"/> Frigorífico e carnes	<input type="checkbox"/> Metal-mecânica															
<input type="checkbox"/> Móveis / celulose	<input type="checkbox"/> Plásticos															
<input type="checkbox"/> Têxtil	<input type="checkbox"/> Outro ramo															
<p>5. Qual o seu SEXO?</p> <input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Feminino																
<p>6. Qual a sua IDADE?</p> <input type="checkbox"/> Menos de 30 anos <input type="checkbox"/> 30 a 39 anos <input type="checkbox"/> 40 a 49 anos <input type="checkbox"/> 50 anos ou mais																
<p>7. Qual o seu ESTADO CIVIL?</p> <input type="checkbox"/> Solteiro (a) <input type="checkbox"/> Casado(a) / vivendo com parceiro (a) <input type="checkbox"/> Viúvo (a) <input type="checkbox"/> Divorciado (a) / separado (a)																
<p>8. Quantos FILHOS você tem?</p> <input type="checkbox"/> Nenhum <input type="checkbox"/> 1 ou 2 filhos <input type="checkbox"/> 3 ou 4 filhos <input type="checkbox"/> Mais de 4 filhos																
<p>9. Qual o seu nível de ESCOLARIZAÇÃO?</p> <input type="checkbox"/> Fundamental incompleto (não concluiu a 8ª série) <input type="checkbox"/> Fundamental completo (concluiu a 8ª série) <input type="checkbox"/> Ensino médio completo (concluiu a 3ª série do 2º grau) <input type="checkbox"/> Superior completo																
<p>181</p> 																
<p>Página 1 / 6</p> 																

10. Qual a sua RENDA FAMILIAR BRUTA mensal?

- até 600 reais 601 a 1.500 reais 1.501 a 3.000 reais Acima de 3.000 reais

11. Quantas pessoas (incluindo você) MORAM JUNTAS em sua residência?

- Moro sozinho 2 3 4 5 6 7 8 ou mais pessoas

INDICADORES DE SAÚDE E COMPORTAMENTOS PREVENTIVOS

As questões 12 a 26 referem-se a indicadores de saúde atual e características do seu estilo de vida.

12. Como você classifica seu ESTADO DE SAÚDE atual?

- Excelente Bom Regular Ruim

13. Com que frequência você considera que DORME BEM?

- Sempre Quase sempre Às vezes Nunca / raramente

14. Como você classifica o NÍVEL DE ESTRESSE em sua vida?

- Raramente estressado
 Às vezes estressado, vivendo razoavelmente bem
 Quase sempre estressado
 Sempre estressado, com dificuldade para enfrentar a vida diária

15. Com que frequência você tem se sentido TRISTE OU DEPRIMIDO?

- Nunca / raramente Às vezes Quase sempre Sempre

16. Você se considera uma pessoa RELIGIOSA?

- Sim, praticante Sim, mas não pratico Não tenho religião Não quero responder

17. Como você se sente, atualmente, em relação à sua vida no LAR?

- Muito bem Bem Mais ou menos Mal Muito mal

18. Como você se sente, atualmente, quando está no TRABALHO?

- Muito bem Bem Mais ou menos Mal Muito mal

19. Como você se sente, atualmente, em relação ao seu LAZER?

- Muito bem Bem Mais ou menos Mal Muito mal

20. Com relação ao FUMO, qual a sua situação?

- Nunca fumei
 Parei de fumar há mais de 2 anos
 Parei de fumar há menos 2 anos
 FUMO até 10 cigarros / dia
 FUMO de 10 a 20 cigarros / dia
 FUMO mais de 20 cigarros / dia

21. Quantas DOSES DE BEBIDAS ALCOÓLICAS você toma em uma SEMANA NORMAL?

(1 dose = ½ garrafa de cerveja, 1 copo de vinho ou 1 dose de uísque / conhaque / cachaça / vodca)

- Nenhuma 1 a 7 doses 8 a 14 doses 15 doses ou mais

22. Nos ÚLTIMOS TRINTA DIAS, você tomou 5 ou mais DOSES DE BEBIDA ALCOÓLICA numa mesma ocasião? (1 dose = ½ garrafa de cerveja, 1 copo de vinho ou 1 dose de uísque / conhaque / cachaça / vodca)

Não Sim

23. Quando você está em ambiente ensolarado, por mais de 30 minutos, COM QUE FREQUÊNCIA VOCÊ USA PROTETOR SOLAR, BONÉ OU CHAPÉU, OU OUTRO TIPO DE PROTEÇÃO CONTRA O SOL?

Sempre Quase sempre Às vezes Nunca / raramente

24. Algum médico, enfermeiro ou agente comunitário de saúde já lhe disse que você tem PRESSÃO ALTA?

Não Sim
 Não lembro Nunca medi minha pressão sanguínea

25. Algum médico, enfermeiro ou nutricionista já lhe disse que você tem COLESTEROL ALTO (um tipo de gordura presente no sangue)?

Não Sim
 Não lembro Nunca fiz exame para medir colesterol

26. Algum médico já lhe disse que você tem DIABETES (açúcar no sangue acima do normal)?

Não Sim
 Não lembro Nunca fiz exame para medir o açúcar no sangue

ATIVIDADES FÍSICAS E OPÇÕES DE LAZER

As questões 27 a 43 referem à prática de atividades físicas no seu deslocamento, no trabalho, em casa e no lazer.

27. Na maioria dos dias da semana, COMO VOCÊ SE DESLOCA para ir ao trabalho?

A pé De bicicleta De ônibus De carro / moto

28. Considerando os trajetos de IDA e VOLTA ao trabalho, na maioria dos dias da semana, QUANTO TEMPO do percurso você gasta CAMINHANDO ou PEDALANDO?

Não caminho ou pedalo para o trabalho
 menos de 10 minutos
 de 10 a 29 minutos
 de 30 a 59 minutos
 60 minutos ou mais

29. Suas ATIVIDADES NO TRABALHO podem se descritas como: (assinale apenas uma opção)

Passo a maior parte do tempo sentado(a) e, quando muito, caminho distâncias curtas
 Na maior parte do dia realizo atividades físicas moderadas, como caminhar rápido ou executar tarefas manuais
 Frequentemente realizo atividades físicas intensas (trabalho pesado)

30. Você costuma fazer TAREFAS DOMÉSTICAS MAIS PESADAS (lavar vidros, esfregar o chão, lavar roupa, faxina, cuidar do quintal)?

Sim, 1 ou 2 vezes por semana
 Sim, 3 ou 4 vezes por semana
 Sim, 5 ou mais vezes por semana
 Não faço tarefas pesadas em casa

31. Você realiza, regularmente, algum tipo de ATIVIDADE FÍSICA NO SEU LAZER, como: exercícios físicos (ginástica, caminhada, corrida), esportes, danças ou artes marciais?

- Sim, 1 ou 2 vezes por semana
 Sim, 3 ou 4 vezes por semana
 Sim, 5 ou mais vezes por semana
 Não, mas estou interessado (a) em realizar atividade física no meu lazer num futuro próximo
 Não estou interessado (a) em realizar atividade física no meu lazer num futuro próximo

32. Qual o TIPO PRINCIPAL DE ATIVIDADE FÍSICA que você pratica no seu lazer?(Marque somente uma opção)

- Esportes Caminhada
 Corrida Ciclismo
 Ginástica / Musculação Natação / Hidroginástica
 Dança / atividades rítmicas Outra
 Yoga / tai-chi-chuan / alongamentos Não pratico atividades físicas de lazer
 Artes marciais / lutas

33. COMO você pratica atividades físicas no lazer?

- Sozinho(a) Com parceiro(a) Em grupo Não pratico atividades físicas de lazer

34. ONDE (em que local) você MAIS FREQUENTEMENTE pratica as suas atividades físicas de lazer?

- Instalações do SESI Instalações da indústria Clubes / academias
 Nas ruas / parques Outro Não pratico atividades físicas de lazer

35. Qual a maior dificuldade que você vê para a prática de ATIVIDADES FÍSICAS NO SEU LAZER? (Marque uma opção)

- Cansaço Clima desfavorável
 Excesso de trabalho Falta de vontade
 Obrigações de estudos Obrigações familiares
 Distância até o local de prática Falta de habilidade motora
 Falta de condições físicas (aptidão, disposição) Falta de instalações
 Falta de dinheiro Outra
 Condições de segurança NÃO TENHO DIFICULDADES

36. A empresa em que você trabalha OFERECE PROGRAMA DE GINÁSTICA NA EMPRESA (ginástica laboral)?

- Sim, com instrutores do SESI
 Sim, com instrutores próprios ou de outra empresa
 Não

37. Você participa do PROGRAMA DE GINÁSTICA NA EMPRESA (ginástica laboral)?

- Sim, regularmente Sim, às vezes Não

38. Comparando com pessoas da sua idade e sexo, como você considera a sua condição física (aptidão física ou preparo)?

- Melhor Semelhante Pior Não sei responder

<p>39. COMO VOCÊ SE SENTE (fisicamente) ao chegar a casa após um dia de trabalho?</p> <p><input type="checkbox"/> Bem disposto <input type="checkbox"/> Disposto <input type="checkbox"/> Mais ou menos <input type="checkbox"/> Cansado <input type="checkbox"/> Muito cansado</p>
<p>40. Quantas horas (em média) você assiste à televisão num DIA DE SEMANA normal?</p> <p><input type="checkbox"/> até 1 hora <input type="checkbox"/> 2 horas <input type="checkbox"/> 3 horas <input type="checkbox"/> 4 horas <input type="checkbox"/> 5 horas ou mais <input type="checkbox"/> Não assisto televisão</p>
<p>41. Quantas horas (em média) você assiste à televisão num DIA DE FIM DE SEMANA?</p> <p><input type="checkbox"/> até 1 hora <input type="checkbox"/> 2 horas <input type="checkbox"/> 3 horas <input type="checkbox"/> 4 horas <input type="checkbox"/> 5 horas ou mais <input type="checkbox"/> Não assisto televisão</p>
<p>42. Qual das ATIVIDADES ARTÍSTICO-CULTURAIS abaixo você acha mais interessante:</p> <p><input type="checkbox"/> Dança <input type="checkbox"/> Música</p> <p><input type="checkbox"/> Teatro <input type="checkbox"/> Exposição/mostra de arte</p> <p><input type="checkbox"/> Outra _____</p>
<p>43. De que ATIVIDADE ARTÍSTICO-CULTURAL, você participou com mais frequência nos últimos 12 meses?</p> <p><input type="checkbox"/> Teatro <input type="checkbox"/> Exposição/mostra de arte</p> <p><input type="checkbox"/> Dança <input type="checkbox"/> Música</p> <p><input type="checkbox"/> Outra _____</p>
<p>CONTROLE DE PESO E HÁBITOS ALIMENTARES</p>
<p>As questões 44 a 58 referem-se a seu peso, sua altura e hábitos alimentares.</p>
<p>44. Qual o seu PESO? (NÃO PREENCHA SE ESTIVER GRÁVIDA) Exemplo: 77,5 Kg</p> <p>_____</p>
<p>45. Qual a sua ALTURA? Exemplo 1,68 m</p> <p>_____</p>
<p>46. Você está SATISFEITO (A) com o seu peso?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não (gostaria de diminuir) <input type="checkbox"/> Não (gostaria de aumentar)</p>
<p>47. Se você está tentando PERDER PESO, é com orientação de um profissional de saúde?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Não estou tentando perder peso</p>
<p>48. Se você está tentando PERDER PESO, o que está fazendo?</p> <p><input type="checkbox"/> Dieta <input type="checkbox"/> Dieta e exercícios <input type="checkbox"/> Dieta e tomando remédios <input type="checkbox"/> Não estou tentando perder peso</p>
<p>49. Com que frequência, numa semana normal, você ALMOÇA NA EMPRESA?</p> <p><input type="checkbox"/> Nenhum dia</p> <p><input type="checkbox"/> Às vezes</p> <p><input type="checkbox"/> Todos os dias de trabalho</p> <p><input type="checkbox"/> Não são oferecidas refeições na empresa</p>
<p>50. Em quantos dias de uma semana normal você toma CAFÉ DA MANHÃ? (Desjejum)</p> <p><input type="checkbox"/> Nenhum dia <input type="checkbox"/> 1 dia <input type="checkbox"/> 2 dias <input type="checkbox"/> 3 dias <input type="checkbox"/> 4 dias <input type="checkbox"/> 5 dias <input type="checkbox"/> 6 dias <input type="checkbox"/> 7 dias</p>

51. Em quantos dias de uma semana normal você COME FRUTAS ou TOMA SUCOS NATURAIS?
 Nenhum dia 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias 5 dias 6 dias 7 dias

52. Em quantos dias de uma semana normal você COME VERDURAS ou SALADAS VERDES?
 Nenhum dia 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias 5 dias 6 dias 7 dias

53. Em quantos dias de uma semana normal você come SALSICHAS/CACHORRO QUENTE ou HAMBÚRGUER?
 Nenhum dia 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias 5 dias 6 dias 7 dias

54. Em quantos dias de uma semana normal você come CARNE VERMELHA?
 Nenhum dia 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias 5 dias 6 dias 7 dias

55. Em quantos dias de uma semana normal você come "SALGADINHOS" (coxinhas, pastéis, empanados e frituras)?
 Nenhum dia 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias 5 dias 6 dias 7 dias

56. Em quantos dias de uma semana normal você come "DOCES" (bolos, tortas, sonhos, sorvetes)?
 Nenhum dia 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias 5 dias 6 dias 7 dias

57. Em quantos dias de uma semana normal você toma REFRIGERANTES?
 Nenhum dia 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias 5 dias 6 dias 7 dias

58. QUE TIPO de REFRIGERANTE você geralmente toma?
 Não tomo refrigerante Normal Diet / light Os dois tipos

Obrigado! Sua participação é muito importante.

ANEXO E - Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS
 Parecer Consubstanciado Projeto nº. 099/2007

I - Identificação

Data de entrada no CEP: não anotado.

Título do Projeto : "Estilo de vida e hábitos de lazer do trabalhador da indústria em seis estados brasileiros e no DF"

Pesquisador Responsável: Markus Vinicius Nahas (Orientador)

Pesquisador Principal: Mauro Virgílio Gomes de Barros e Elusa Santina de Oliveira

Propósito: Não referido

Instituição onde se realizará:

II- Objetivos: Geral: Realizar um levantamento das características gerais do estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores da indústria em 14 estados brasileiros, visando a expansão do Programa Lazer Ativo em caráter nacional.

III- Sumário do Projeto: Trata-se de um estudo, de caráter epidemiológico descritivo. Além de informações pessoais, serão coletadas informações sobre indicadores de saúde e bem-estar, morbidade referida de doenças crônicas não transmissíveis, atividades físicas de lazer, participação em programas de ginástica na empresa, controle de peso e hábitos alimentares. A amostragem terá como base empresas cadastradas pelo SESI nos Departamentos Regionais dos estados do Acre, Alagoas, Amapá, Amazonas, Ceará, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Pará, Paraíba, Paraná, Rio de Janeiro, Roraima e São Paulo. Serão selecionadas empresas com 500 trabalhadores ou mais (grandes), 100 a 499 trabalhadores (médias) e pequenas, com 20 a 99 trabalhadores. De cada uma delas serão selecionadas aleatoriamente trabalhadores de ambos os sexos, em numero proporcional ao previsto em cada Unidade Regional. Um questionário foi adaptado do projeto anterior feito em oito estados.

IV- Comentários: O desenho metodológico do projeto protocolado sob o numero 306/2005, que foi aprovado por este Comitê. O pesquisador responsável tem a competência necessária à empreitada, toda a documentação exigida está presente e o trabalho tem relevância social e científica.

V- Parecer: Pelo exposto, somos de parecer que o presente projeto seja aprovado por este Comitê.

Aprovado (x)

Aprovado "ad referendum" ()

Aprovado e encaminhado ao CONEP ()

Com pendências ()

Reprovado()

VI- Data da Reunião


Florianópolis, 07 de maio de 2007.

Prof. Washington Portela de Souza
 Washington Portela de Souza
 Coordenador

Fonte: CONEP/ANVS - Resoluções 196/ 96 e 251/ 97 do CNS

ANEXO F - Autorização para utilização do banco de dados dos trabalhadores da indústria do Estado de Pernambuco

mail - Enc: Re: Autorização <https://mail.google.com/mail/?ui=2&ik=6d888c666d&view=pt&sear..>

 **Carla Meneses Santos** <carlinhams@gmail.com>

Enc: Re: Autorização
1 mensagem

mauro.barros@pq.cnpq.br <mauro.barros@pq.cnpq.br> **30 de janeiro de 2010 20:00**
Para: carlinhams@gmail.com

Carla segue autorização encaminhada pelo Markus.

Mauro

----- Mensagem encaminhada de markus@cds.ufsc.br -----
Data: Sat, 30 Jan 2010 20:04:21 -0200
De: markus@cds.ufsc.br
Reponder para: markus@cds.ufsc.br
Assunto: Re: Autorização
Para: mauro.barros@pq.cnpq.br

Prezada Mestranda CARLA MENESES SANTOS
Curso de Mestrado em Educação Física - UPE/UFPB

Como coordenador nacional da Pesquisa "Estilo de Vida e Hábitos de Lazer do Trabalhador da Indústria", realizado em parceria com o SESI-DN, autorizo o uso do banco de dados do DR - Pernambuco para, numa análise secundária de dados, desenvolver o estudo de sua dissertação intitulada "PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS À INATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO DOS DESLOCAMENTOS EM DIFERENTES GRUPOS POPULACIONAIS.

Cordialmente,

Markus V. Nahas
Professor Titular - UFSC
Coordenador do NuPAF / UFSC

Anexo G - Matéria para imprensa

Alto índice de inatividade física nos deslocamentos entre adolescente e trabalhadores da indústria

Resultado de estudos epidemiológicos, realizados a partir da análise de dados pelos pesquisadores do Programa Associado de Pós-Graduação em Educação Física da Escola Superior de Educação Física da Universidade de Pernambuco (Esef/UPE), Carla Menêses Santos e Mauro Virgílio Gomes de Barros, mostram a alta prevalência de inatividade física no contexto dos deslocamentos em diferentes grupos populacionais investigados.

Foram investigados 4.207 adolescentes (14-19 anos), que fazem parte de um projeto de pesquisa da Esef/UPE, denominado “Estilos de vida e comportamentos de risco à saúde em adolescentes: do estudo de prevalência à intervenção”, o qual investigou os hábitos de saúde dos estudantes do ensino médio da rede pública estadual de ensino do estado de Pernambuco, no ano de 2006. Neste período, também foram investigados 1.910 trabalhadores de empresas do setor industrial instaladas no Estado, que está vinculado ao projeto de pesquisa intitulado “Estilo de vida e hábitos de lazer de trabalhadores da indústria”, também da Escola da UPE.

A proporção de adolescentes fisicamente inativos neste contexto de vida foi de 43%, sendo superior nos rapazes (45%) em comparação as moças (41,6%). No estudo com trabalhadores, a proporção foi de 84,2%, no entanto, não foi observada diferença significativa entre a distribuição de mulheres (85,2%) e homens (83,9%) fisicamente inativos nos deslocamentos. Dessa forma, o baixo nível de prática de atividade física neste domínio pode ser visto como um resultado preocupante.

Entre os trabalhadores, de ambos os sexos, os fatores associados à inatividade física nos deslocamentos foram à renda familiar e o porte da empresa. Trabalhadores com alta renda familiar apresentaram maior chance de inatividade física nos deslocamentos para o trabalho em comparação aqueles com baixa renda. Foi identificado, ainda, que a escolaridade e o diabetes entre os homens são fatores significativamente associados à inatividade física nos deslocamentos.

Este é o primeiro levantamento realizado em Pernambuco que investigou a prevalência e os fatores associados à inatividade física nos contextos dos deslocamentos em diferentes grupos populacionais. Este estudo apresenta informações inéditas e de grande relevância para pesquisadores, educadores,

gestores, órgãos públicos e privados e para a sociedade como um todo. Todas as evidências deste estudo serão publicadas, em breve, sob a forma de artigos científicos, em revistas e periódicos especializados.

A pesquisa contou, também, com a colaboração do professor da Universidade Federal da Paraíba, José Cazuza de Farias Júnior, além de outros pesquisadores do Grupo de Pesquisa em Estilos de Vida e Saúde da Esef/UPE.

29 de janeiro de 2010.

Anexo H - Matéria publicada na imprensa



vida urbana

DIÁRIO DE PERNAMBUCO
.com.br

Compre a nova versão Flip do Diário
Textos, fotos e anúncios. Agora, com tecnologia 3D e zoom infinito. Conteúdo restrito a assinantes.

versão impressa
Leia os textos da edição de hoje do Diário. Conteúdo aberto.

Home
Política
Brasil
Mundo
Economia
Esporte Total
Vida Urbana
Viver
Blogs
Assine o Diário

Índice geral

Índice do caderno

[O Caso Jennifer // Polícia pode renovar prisão dos Tonelli](#)

[Placas irregulares são retiradas](#)

[Juizes vão discutir escravidão](#)

[Graças // Temakeria é assaltada](#)

[Caminhada para o sedentarismo](#)

[Colisão // Acidente de moto faz uma vítima](#)

Caminhada para o sedentarismo

Pesquisa aponta que 43% dos pernambucanos entre 14 e 19 anos usam veículo para ir à escola, quando poderiam seguir a pé
Rafael Dias
rafael.dias.pe@dabr.com.br

Lucas estuda no Colégio Damas e mora na Praça Professor Fleming, nas imediações do Parque da Jaqueira. Há um ano, quando estudava de manhã, ele ia a pé à escola, na companhia de uma tia ou da mãe. O trajeto de Lucas era feito sem tropeço ou demora de engarrafamento em cerca de 15 minutos. Mas agora que ele estuda à tarde o calor do sol a pino e o medo de assalto lhe fizeram aposentar as caminhadas matinais. Todos os dias Lucas Simões, 14 anos, vai e volta de carro. O comportamento da família de Lucas não é exclusivo. Quase metade do estudantes pernambucanos (43%) na faixa etária dele, entre 14 e 19 anos, usa veículo motorizado para ir à escola, às vezes em distâncias curtas que poderiam ser feitas em algumas passadas. Sem fazer atividade física, pesquisas indicam que os jovens ficam mais suscetíveis a doenças crônicas na vida adulta.

O dado inédito foi levantado pela pesquisa "Estilo de vida e hábitos de lazer de trabalhadores da indústria", projeto de conclusão da graduanda Carla Meneses Santos, da Escola de Educação Física (Esef), da Universidade de Pernambuco (UPE). O estudo, que coletou informações junto a 4.207 estudantes de 46 municípios da Capital ao Interior, é pioneiro no país ao tratar sobre como os adolescentes se comportam no deslocamento casa-escola. Em paralelo, o levantamento também analisa a mesma situação entre os trabalhadores adultos. E a conclusão é muito pior. Mais de 80% dos operários são inativos em deslocamentos. Alguns deles moram em zonas rurais e vão à fábrica a bordo de Toyotas. E levam uma vida sedentária, dentro e fora da indústria.

Não é o caso de Lucas, que tem uma vida até razoavelmente ativa em termos de atividades recreativas. Todas as sexta-feiras ele joga futebol com os amigos em um campinho alugado. A questão é que a maioria das pessoas que não praticam atividades nas horas de lazer é inativa também no dia-a-dia. A inatividade nos deslocamentos é, portanto, um sinal de que o resto não anda bem. "Hoje em dia as pessoas têm um lazer cada vez mais pobre. Fazer atividade no deslocamento diminuiria o risco de desenvolver doenças", defende o professor do programa de pós-graduação da Esef, Mauro de Barros.

É o que faz a estudante Larah Lins, 17. Não haveria por que ela pegar um carro para ir à escola, afinal mora a dois prédios de distância do Colégio Motivo, onde faz o 3º ano do Ensino Médio. Mas ela conta que muitas colegas de sala em situação semelhante ainda optam por usar veículo. "Tem uma amiga minha que mora na Avenida Domingos Ferreira e vem de carro. Não vejo necessidade. Acho o trajeto a pé muito mais rápido. De carro tem de fazer muitos retornos", disse a estudante.

Trânsito ruim - O professor Mauro de Barros lembra que caminhadas e pedaladas são ainda uma opção consiente em prol de um trânsito melhor. "A pesquisa foi feita para se ter um indicador para estimular a atividade física na população e também refletir sobre o planejamento urbano em termos de transporte", frisou o professor.

Dentro do grupo pesquisado, muitos porém moram longe. A pesquisa é também um alerta para que as pessoas façam mais atividades físicas. Ações que deem prazer, como cuidar de jardim ou levar o cachorro para passear. "Como no trabalho não há como interferir, é possível mudar o lazer e o deslocamento", atesta Barros.

Saiba mais

Adolescentes entre 14 e 19 anos*

43% usam carro, ônibus, moto ou qualquer veículo motorizado para ir ou voltar da escola
57% vão à escola a pé, de bicicleta ou em qualquer veículo não-motorizado

A porcentagem de inativos em deslocamento é maior em garotos. Entre eles, a incidência é de 45%; entre as meninas, 41,6%

*pesquisa feita em 2006, com 4.207 estudantes em 46 municípios pernambucanos

Trabalhadores industriais**

84,2% usam ônibus, utilitários, motos ou caminhões para ir até a empresa
15,8% vão a pé ou de bicicleta
Entre as mulheres, 85,2% dizem não fazer atividade enquanto se deslocam. Entre os homens, o índice é de 83,9%

** foram ouvidos, no mesmo período, 1.910 trabalhadores dentro das empresas instaladas no setor industrial de Pernambuco

Fonte: pesquisa "Estilo de vida e hábitos de lazer de trabalhadores da indústria", de Carla Meneses Santos sob orientação do prof. Mauro de Barros (Esef/UPE)

Clique na imagem para vê-la maior



Edição de segunda-feira, 15 de março de 2010

Selecione a data do Diário que você deseja visualizar

Dia: 15

Mês: Março

Ano: 2010

[Procurar](#)

Índice do caderno

[O Caso Jennifer // Polícia pode renovar prisão dos Tonelli](#)

[Placas irregulares são retiradas](#)

[Juizes vão discutir escravidão](#)

[Graças // Temakeria é assaltada](#)

[Caminhada para o sedentarismo](#)

[Colisão // Acidente de moto faz uma vítima](#)

Edição de segunda-feira, 15 de março de 2010

Selecione a data do Diário que você deseja visualizar

Dia: 1

Mês: Janeiro

Ano: 2010

Anteriores

Livros Grátis

(<http://www.livrosgratis.com.br>)

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)
[Baixar livros de Matemática](#)
[Baixar livros de Medicina](#)
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)
[Baixar livros de Meteorologia](#)
[Baixar Monografias e TCC](#)
[Baixar livros Multidisciplinar](#)
[Baixar livros de Música](#)
[Baixar livros de Psicologia](#)
[Baixar livros de Química](#)
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)
[Baixar livros de Serviço Social](#)
[Baixar livros de Sociologia](#)
[Baixar livros de Teologia](#)
[Baixar livros de Trabalho](#)
[Baixar livros de Turismo](#)