

Cecília Bertuol

**ASPECTOS PSICOSSOCIAIS PARA ATIVIDADE FÍSICA E  
PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER:  
CORRELATOS SOCIODEMOGRÁFICOS EM ADOLESCENTES  
CATARINENSES**

Dissertação submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito para obtenção do título de Mestre em Educação Física.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Kelly Samara da Silva

Florianópolis  
2016

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Bertuol, Cecília

Aspectos Psicossociais para Atividade Física e Prática  
de Atividade Física no Tempo de Lazer : Correlatos  
Sociodemográficos em Adolescentes Catarinenses / Cecília  
Bertuol ; orientadora, Kelly Samara da Silva -  
Florianópolis, SC, 2016.  
115 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa  
Catarina, Centro de Desportos. Programa de Pós-Graduação em  
Educação Física.

Inclui referências

1. Educação Física. 2. Aspectos Psicossociais. 3.  
Atividade Física. 4. Adolescentes. I. Silva, Kelly Samara  
da. II. Universidade Federal de Santa Catarina. Programa  
de Pós-Graduação em Educação Física. III. Título.

Cecília Bertuol

**ASPECTOS PSICOSSOCIAIS PARA ATIVIDADE FÍSICA E  
PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER:  
CORRELATOS SOCIODEMOGRÁFICOS EM ADOLESCENTES  
CATARINENSES**

Esta Dissertação foi julgada adequada para obtenção do Título de “Mestre em Educação Física”, e aprovada em sua forma final pelo Programa de Pós-Graduação em Educação Física.

Florianópolis, 26 de fevereiro de 2016.

---

**Prof. Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo, Dr.**  
Coordenador do Programa de Pós-graduação em Educação Física

**Banca Examinadora:**

---

**Prof.<sup>a</sup> Kelly Samara da Silva, Dr.<sup>a</sup>**  
Orientadora  
Universidade Federal de Santa Catarina

---

**Prof. Rafael Miranda Tassitano, Dr.**  
Universidade Federal Rural de Pernambuco

---

**Prof. Cassiano Ricardo Rech, Dr.**  
Universidade Federal de Santa Catarina

---

**Prof. Giovâni Firpo Del Duca, Dr.**  
Universidade Federal de Santa Catarina



Dedico este trabalho aos meus pais, Ana e Lauro, e à minha irmã Elisa, que sempre me incentivaram e estiveram ao meu lado dando todo o suporte e carinho possível e sem os quais nada disso seria possível.



## AGRADECIMENTOS

Inicialmente, agradeço aos meus pais, Ana e Lauro, por todo o apoio ofertado durante minha caminhada até o presente momento. Obrigada pelos ensinamentos, lições, cobranças e, principalmente, pelo amor que ambos proporcionam. Serei eternamente grata por tudo que fizeram por mim e saibam que minha admiração por vocês será eterna.

Agradeço a Elisa que muito me ajudou na correção deste trabalho e não falhou em nenhum momento no seu papel de irmã, amiga e conselheira. Obrigada pelas horas de estudo em grupo e pela parceria e cuidado desde sempre. Te amo, maninha.

Às minhas amigas Fernanda, Gabriela, Patrícia e Thayse que, mesmo sem a minha presença em muitos encontros importantes, sempre compreenderam a minha situação e estiveram do meu lado quando mais precisei. Obrigada pela amizade sincera.

Aos meus queridos amigos “mosqueteiros”, Gabriela e Davi, que acompanharam minha trajetória na Educação Física desde o início da minha graduação e que, mesmo distantes, souberam o momento certo para estender as mãos nas horas difíceis.

Um agradecimento especial à minha psicóloga Adriana, por saber lidar com os meus sentimentos e me ajudar a ser uma pessoa cada vez melhor.

À minha orientadora Kelly, por ter aceitado o desafio de me orientar e por ter me proporcionado momentos de sabedoria e reflexão, abrindo portas e me mostrando caminhos e oportunidades no meio científico. Muito obrigada.

Aos membros titulares da banca examinadora, professores Cassiano Ricardo Rech, Giovâni Firpo Del Duca e Rafael Miranda Tassitano, por participarem desse processo e por toda a contribuição desde a qualificação do projeto até o final dessa jornada.

Agradeço também aos professores e demais integrantes do Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde (NuPAF), em especial aos irmãos mais velhos Geyson, Jaqueline, Pablo e Rafaela, por contribuírem no meu crescimento pessoal e profissional.

À Coordenação e aos Professores do Programa de Pós-Graduação em Educação física pelo aprendizado e oportunidades e à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo auxílio financeiro concedido, possibilitando dedicação exclusiva ao mestrado.

A todos aqueles que, de alguma forma, colaboraram para que esta etapa fosse concluída, meu muitíssimo obrigada.



## RESUMO

Os objetivos deste estudo foram investigar a prevalência e os fatores sociodemográficos associados aos aspectos psicossociais para a atividade física (AF) (gosto e preferência), bem como à prática deste comportamento no tempo de lazer, de acordo com o sexo em escolares catarinenses. Para isso, realizou-se uma análise secundária de dados do projeto “Estilo de Vida e Comportamentos de Risco de Jovens Catarinenses”, realizado em 2011, com característica epidemiológica de base escolar e com delineamento transversal. Participaram deste estudo 6.529 adolescentes com idade de 15 a 19 anos, regularmente matriculados no ensino médio das escolas da rede pública estadual de Santa Catarina. Por meio de questionário, coletaram-se informações sobre o gosto pela prática de AF, a preferência por atividades de lazer e a prática de AF no tempo de lazer (variáveis de investigação), bem como sobre fatores sociodemográficos tais como idade, área de residência, arranjo familiar, turno de estudo, situação ocupacional, renda familiar e escolaridade materna. Para analisar a associação entre os fatores sociodemográficos e os desfechos investigados, utilizaram-se regressões logísticas binária bruta e ajustada (*Odds Ratio* - OR). Termos de interação entre o gosto e a preferência por AF sobre a prática deste comportamento no tempo de lazer foram adicionados a partir do teste de multiplicação de fatores. Os resultados mostraram que rapazes gostam (87,1% versus 79,2%), preferem (44,4% versus 29,5%) e praticam (85,3% versus 59,8%) mais AF em comparação às moças. Rapazes com maior renda familiar foram mais prováveis de gostar de AF ( $OR_{3-5 \text{ salários}}=1,53$  e  $OR_{\geq 6 \text{ salários}}=1,62$  respectivamente). Moças com 19 anos, comparadas às de 15 anos, apresentaram menos *odds* ( $OR= 0,28$ ) de gostar de AF. Por outro lado, aquelas que trabalhavam ( $OR= 1,45$ ) e tinham maior renda familiar ( $OR_{3-5 \text{ salários}}=1,35$ ) tinham mais *odds* de gostar deste comportamento. Para a preferência, os rapazes mais velhos preferiram mais AF ( $OR=2,48$ ), enquanto aqueles com maior renda, prefeririam menos ( $OR=0,70$ ). Moças residentes em área rural ( $OR=1,47$ ) e que trabalhavam ( $OR=1,31$ ) também tinham *odds* maior de preferir AF em comparação aos seus pares. Quanto à prática de AF no lazer, associações foram observadas entre o turno de estudo ( $OR_{\text{noturno}}=0,59$ ) e a escolaridade materna ( $OR_{\text{ensino médio}}=1,60$ ) para os rapazes e entre a idade ( $OR_{17 \text{ anos}}=0,69$  e  $OR_{18 \text{ anos}}=0,39$ ), o turno de estudo ( $OR_{\text{noturno}}=0,59$ ) e a renda familiar ( $OR_{\geq 6 \text{ salários}}=1,40$ ) para as moças. Ainda, verificou-se que aqueles que gostam e preferem AF

tiveram *odds* maior ( $OR_{\text{rapazes}}=18,38$  e  $OR_{\text{moças}}=10,89$ ) de praticar este comportamento em confronto aos que não gostam, independentemente da sua preferência. Conclui-se que rapazes possuem mais atitudes positivas para a prática de AF que as moças, e que algumas variáveis sociodemográficas parecem estar mais fortemente associadas a estas atitudes e comportamento que outras. Sugere-se que o padrão de renda familiar e a escolaridade da mãe são indicadores potenciais para mudança dos aspectos investigados nos rapazes e que a idade, a situação ocupacional e a renda familiar podem potencializar a mudança desses componentes nas moças. Deste modo, as atividades desenvolvidas com os adolescentes devem considerar o perfil e os interesses dessa população, favorecendo a sua participação e estimulando o envolvimento de comportamentos ativos, de forma a possibilitar o avanço em termos de promoção da saúde e de um estilo de vida mais ativo.

**Palavras-chave:** Atividade motora. Gosto. Preferência. Atividades de lazer. Fatores sociodemográficos. Estudantes. Adolescente.

## ABSTRACT

We aimed to investigate the prevalence and sociodemographic factors associated with psychosocial aspects of physical activity (PA) (enjoyment and preference) as well as PA practice in leisure time, according to sex in school adolescents from Santa Catarina state. A secondary analysis was carried out using data from the school-based cross-sectional study "Lifestyle and Risk Behaviors of Youth from Santa Catarina" held in 2011. 6,529 adolescents aged 15 to 19 years, enrolled in secondary education in public schools from Santa Catarina, participated in the study. A questionnaire was used to collect information about PA enjoyment, preference for leisure activities and PA practice in leisure time (dependent variables), as well as sociodemographic factors, such as age, area of residence, family arrangement, period of school attendance, occupational status, family income and maternal education. Crude and adjusted binary logistic regression models (*Odds Ratio* - OR) were used to analyze the association between sociodemographic factors and the outcomes of interest. Interaction terms between PA enjoyment and preference on PA practice during leisure time were included using the factors multiplication test. Our findings show that PA enjoyment (87.1% versus 79.2%), preference (44.4% versus 29.5%) and practice (85.3% versus 59.8%) are greater in males compared to females. Boys with higher household income were more likely to enjoy PA ( $OR_{3-5 \text{ wages}}=1.53$  e  $OR_{\geq 6 \text{ wages}}=1.62$  respectively). Girls with 19 years old, compared to those aged 15, had less chance ( $OR=0.28$ ) for PA enjoyment. On the other hand, girls who worked ( $OR=1.45$ ) and had higher household income ( $OR_{3-5 \text{ wages}}=1.35$ ) showed more *odds* to enjoy this behavior. Concerning PA preference, there was an association with age ( $OR_{19 \text{ years}}=2.48$ ) and family income ( $OR_{\geq 6 \text{ wages}}=0.70$ ) in males, and with area of residence ( $OR_{\text{rural}}=1.47$ ) and employment status ( $OR_{\text{workers}}=1.31$ ) in females. PA practice during leisure time was associated with school attendance period ( $OR_{\text{night}}=0.59$ ) and maternal education ( $OR_{\text{high school}}=1.60$ ) in males and with age ( $OR_{17 \text{ years}}=0.69$  e  $OR_{18 \text{ years}}=0.39$ ), school attendance period ( $OR_{\text{night}}=0.59$ ) and family income ( $OR_{\geq 6 \text{ wages}}=1.40$ ) in females. In addition, we observed that those who enjoy and prefer PA have higher odds of PA practice ( $OR_{\text{boys}}=18.38$  e  $OR_{\text{girls}}=10.89$ ) compared to those who do not enjoy it, regardless of preference. In conclusion, males have more positive attitudes toward PA practice than females, and some sociodemographic variables seem to be more strongly associated with

these attitudes and practice than others. The pattern of family income and maternal education are potential indicators to change the investigated aspects in males and age, occupational status and family income may enhance the change of these components in females. Therefore, activities promoted to adolescents should consider the profile and interests of this population, encouraging their participation and stimulating the involvement of active behaviors, in order to advance in health and active lifestyle promotion.

**Keywords:** Motor activity. Enjoyment. Preference. Leisure activities. Sociodemographic factors. Students. Adolescent.

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> – Resumo das teorias de mudança de comportamento relacionadas à atividade física (TASSITANO, 2013).....	31
<b>Figura 2</b> – <i>Odds Ratio</i> para a prática de atividade física no tempo de lazer a partir da interação entre gosto por atividades físicas e preferência por atividades de lazer, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=5.775).....	75



## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 1</b> – Síntese dos resultados encontrados relacionados à prática de atividade física.....	46
<b>Quadro 2</b> – Descrição e categorização das variáveis do estudo. Santa Catarina, 2011 (n=6.529).....	54



## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b> – População, amostra prevista e alcançada e escolas sorteadas, segundo a região geográfica. Santa Catarina, 2011.....	50
<b>Tabela 2</b> – Características sociodemográficas e de percepção de saúde da amostra. Santa Catarina, 2011 (n=6.529) .....	60
<b>Tabela 3</b> – Distribuição do gosto por atividades físicas de acordo com fatores sociodemográficos, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=5.346).....	64
<b>Tabela 4</b> – Análises bruta e ajustada do gosto por atividades físicas, de acordo com o sexo. Santa Catarina, 2011 (n=6.502).....	65
<b>Tabela 5</b> – Distribuição da preferência por atividades de lazer de acordo com fatores sociodemográficos, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=2.293).....	68
<b>Tabela 6</b> – Análises bruta e ajustada da preferência por atividades de lazer, de acordo com o sexo. Santa Catarina, 2011 (n=6.423) .....	69
<b>Tabela 7</b> – Distribuição da prática de atividade física no tempo de lazer de acordo com fatores sociodemográficos, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=4.576) .....	72
<b>Tabela 8</b> – Análises bruta e ajustada da prática de atividade física no tempo de lazer, de acordo com o sexo. Santa Catarina, 2011 (n=6.499).....	73



## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>21</b>
1.1 FORMULAÇÃO DA SITUAÇÃO PROBLEMA .....	21
1.2 JUSTIFICATIVA .....	23
1.3 OBJETIVOS .....	24
<b>1.3.1 Objetivo geral</b> .....	<b>24</b>
<b>1.3.2 Objetivos específicos</b> .....	<b>24</b>
1.4 DELIMITAÇÃO DA PESQUISA .....	25
1.5 DEFINIÇÃO TEÓRICA DE TERMOS .....	25
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	<b>27</b>
2.1 TEORIAS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELACIONADAS À ATIVIDADE FÍSICA E SEUS CONTRUTOS .....	27
2.2 GOSTO PELA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES .....	33
2.3 PREFERÊNCIA POR ATIVIDADES NO LAZER EM ADOLESCENTES .....	37
2.4 ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER EM ADOLESCENTES .....	42
<b>3 MATERIAIS E MÉTODOS</b> .....	<b>49</b>
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO .....	49
3.2 POPULAÇÃO, PLANEJAMENTO E PROCEDIMENTO AMOSTRAL .....	49
3.3 INSTRUMENTO PARA A COLETA DE DADOS .....	51
3.4 LOGÍSTICA DO ESTUDO .....	51
3.5 VARIÁVEIS DO ESTUDO .....	54
3.6 ANÁLISE DOS DADOS .....	57
3.7 RECURSOS FINANCEIROS E PROCEDIMENTOS ÉTICOS .....	58
<b>4 RESULTADOS</b> .....	<b>59</b>
4.1 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS E DE PERCEÇÃO DE SAÚDE DA AMOSTRA .....	59
4.2 GOSTO PELA PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS DOS ADOLESCENTES: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS .....	63
4.3 PREFERÊNCIA POR ATIVIDADES NO TEMPO DE LAZER: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS .....	67
4.4 PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS .....	71
<b>5 DISCUSSÃO</b> .....	<b>77</b>
<b>6 CONCLUSÃO</b> .....	<b>87</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>89</b>

<b>ANEXOS</b> .....	<b>107</b>
<b>ANEXO A</b> – Questionário “Comportamentos de risco dos Adolescentes Catarinenses” (Inquérito 2011).....	107
<b>ANEXO B</b> – Autorização da Secretaria de Estado da Educação de Santa Catarina.....	113
<b>ANEXO C</b> – Parecer do Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (Inquérito 2011).....	114
<b>ANEXO D</b> – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido: Forma Negativa (Inquérito 2011).....	115

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 FORMULAÇÃO DA SITUAÇÃO PROBLEMA

Os benefícios da prática regular de atividade física (AF) em adolescentes têm sido frequentemente explorados (CDC, 2011; HALLAL *et al.*, 2006; USDHHS, 2008), no entanto há poucas evidências da importância dos aspectos psicossociais sobre os níveis de AF nessa população (BAUMAN *et al.*, 2012; NASUTI; RHODES, 2013), os quais contemplam o gosto e a preferência pela prática deste comportamento. Essas atitudes favoráveis à AF consistem na percepção que os indivíduos têm sobre um determinado comportamento, na forma como eles participam da atividade e como agem diante dela, de maneira a trazer efeitos positivos ou negativos que podem afetar em suas decisões e escolhas (BERNSTEIN; PHILLIPS; SILVERMAN, 2011; DEFORCHE; DE BOURDEAUDHUIJ; TANGHE, 2006). Nesse sentido, analisar a prática de AF do adolescente, bem como o gosto pela prática e a preferência por atividades no lazer em rapazes e moças possibilita uma compreensão mais detalhada desses fenômenos.

Estudos nacionais (KNUTH *et al.*, 2011; SOUSA *et al.*, 2013) e internacionais (BAUMAN *et al.*, 2012; BIDDLE *et al.*, 2009) demonstraram que a prevalência de adolescentes que praticam AF em seu tempo de lazer alcança proporções bem abaixo do esperado pelas metas estabelecidas por instituições governamentais (MALTA; SILVA JUNIOR, 2013). Moares, Guerra e Menezes (2013), em revisão sistemática, verificaram que a prevalência insuficiente de AF em adolescentes variou entre 18,7% a 90,6%, estando associada a fatores demográficos, socioeconômicos, comportamentais e biológicos. Em revisão de meta-análise realizada somente com adolescentes brasileiros (BARUFALDI *et al.*, 2012), esta prevalência (considerada na maioria dos estudos como <300 minutos por semana de AF moderada a vigorosa) variou de 5,4% a 91,0%, com quase um terço dos rapazes e mais de dois terços das moças apresentando prevalências acima de 50%. Ainda que essa discrepância entre os valores encontrados já tenha sido discutida nos estudos e possa ser explicada por questões de natureza metodológica, questiona-se o papel dos fatores psicossociais na relação com a prática do comportamento ativo, uma vez que estes são os fatores mais proximais na cadeia causal da adoção e da manutenção da prática de AF, sendo, normalmente, os principais mediadores de grande parte das teorias e modelos na determinação da AF (DUMITH, 2008).

No entanto, ao considerar os fatores relacionados às atitudes – gostar e preferir a prática de AF –, percebe-se que não há um consenso na literatura a respeito de suas associações com a AF. Bergh e colaboradores (2011) mostraram que o gosto não está associado com maiores níveis de AF moderada a vigorosa. Em contraposição, Keating *et al.* (2005) evidenciaram que o gosto, juntamente com a autoeficácia e a motivação pela prática, era um dos principais determinantes cognitivos associados à prática de AF, sendo mais percebido entre os rapazes. Outro estudo realizado apenas com moças identificou que 50% delas afirmaram gostar muito das aulas de Educação Física e que o nível de AF moderada a vigorosa estava associado de maneira positiva ao gosto pelas aulas de Educação Física (BARR-ANDERSON *et al.*, 2008).

Para a preferência por atividades no lazer, pesquisadores verificaram que os adolescentes, em sua maioria, optam primeiramente por atividades de caráter sedentário (como assistir televisão ou utilizar o computador) e, posteriormente, por atividades fisicamente ativas (ESCULCAS; MOTA, 2005; MCHALE *et al.*, 2009; PÉTER *et al.*, 2008). No Brasil, Hardman *et al.* (2013) identificaram, a partir do relato de estudantes do ensino médio, que 41,5% dos adolescentes preferem atividades de lazer fisicamente ativas e que a probabilidade de os participantes optarem por essas atividades foi maior entre os rapazes e entre aqueles que participavam das aulas de Educação Física.

Embora seja notável a divergência entre os resultados dos estudos que envolvem o gosto pela prática de AF e a preferência por atividades no lazer, reconhece-se que investigar as diferenças entre rapazes e moças na relação entre os aspectos psicossociais e os fatores sociodemográficos pode auxiliar na identificação de lacunas que permanecem obscuras na literatura (como falta de reconhecimento do perfil e dos interesses dessa população), bem como intervir de maneira mais efetiva na promoção de AF dos adolescentes, seja com o intuito de estimular a prática ou de atender às recomendações de AF. Ressalta-se ainda a importância de verificar se existem diferenças na relação entre essas variáveis e o sexo, reconhecendo que as tradições culturais, os padrões de atividades e as condutas impostas pela sociedade podem diferir entre rapazes e moças (AOTA, 2008).

Diante dos fatos apresentados, o presente estudo se propõe a responder as seguintes questões: Qual a prevalência de rapazes e moças que gostam, preferem e praticam AF no lazer? E quais as variáveis sociodemográficas estão associadas com os aspectos psicossociais para a AF e com a prática de AF no tempo de lazer em rapazes e moças?

## 1.2 JUSTIFICATIVA

Já se sabe que os comportamentos adotados durante a infância e a adolescência refletem na vida adulta (AZEVEDO *et al.*, 2011; HALLAL *et al.*, 2006) e que a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo, por sua vez, está associada a fatores demográficos, econômicos, ambientais, culturais e psicossociais, os quais influenciam conjuntamente na aquisição deste comportamento complexo e multidimensional chamado AF (HALLAL *et al.*, 2006; MORARES; GUERRA; MENEZES, 2013). Nesse sentido, investigar os aspectos relacionados à prática deste comportamento na adolescência, destacando-se, neste trabalho, os fatores que envolvem a atitude – gostar de praticar e preferir essa prática – pode contribuir expressivamente para esclarecimentos na literatura e na realidade na qual esses adolescentes estão inseridos.

Se anteriormente o foco na área da AF relacionada à saúde era verificar a prevalência e os fatores associados ao comportamento ativo e reconhecer os efeitos benéficos da sua prática, hoje o desafio é outro: analisar os componentes relacionados aos aspectos psicossociais direcionados às mudanças de comportamento para a prática de AF. Reconhece-se que estes aspectos podem sofrer constantes mudanças, em especial, na adolescência, porém cabe destacar que atitudes positivas voltadas para a AF podem interagir na realização deste comportamento, modificando o efeito de sua prática. Explorar essas questões é relevante, pois pode auxiliar na decisão de medidas sociais e educativas para que essa população incorpore a prática de AF no seu dia a dia e, conseqüentemente, passe a ter hábitos mais ativos a curto e/ou a longo prazo.

Além disso, ressalta-se a necessidade de investigar escolares do ensino médio tendo em vista a redução dos níveis de AF da infância para a adolescência (ALLISON *et al.*, 2007; AZEVEDO *et al.*, 2011), bem como o fato de esse período ser marcado por transições biológicas e comportamentais (BAR-OR; ROWLAND, 2004; SEABRA *et al.*, 2008; SOUSA *et al.*, 2013), momento de grande importância para o estabelecimento de hábitos saudáveis que podem ser mantidos ao longo da vida. Dessa forma, estudar os aspectos psicossociais voltados para a AF e a própria realização deste comportamento no tempo de lazer do adolescente, considerando que outros fatores podem ser agregados nesta relação, possibilita um melhor entendimento desses fenômenos. Ainda, investigar o sexo como variável moderadora permite compreender como

a diferença entre rapazes e moças modifica as atitudes e a realização da AF a partir de diferentes características sociodemográficas.

Muitos estudos de associação e até mesmo as intervenções relacionadas à prática de AF têm como objetivo, entre outros, aumentar os níveis deste comportamento sem considerar a relação que as variáveis psicossociais podem apresentar nesta associação. Nesse contexto, para que haja mudanças eficazes no comportamento dos indivíduos, as atitudes favoráveis como o gosto pela prática de AF e a preferência por atividades no lazer devem ser exploradas. Ressalta-se que as mesmas não agem de forma isolada, porém seu reconhecimento pode facilitar o direcionamento adequado de propostas, bem como encorajar os adolescentes no engajamento de comportamentos ativos. Além disso, destaca-se a importância em investigar os aspectos psicossociais como possível estratégia para motivar mudanças nesta população, tendo em vista que a maioria das variáveis sociodemográficas é de difícil modificação.

No Brasil, não foram encontrados estudos sobre os fatores sociodemográficos e o gosto, a preferência e a prática de AF no tempo de lazer em rapazes e moças, separadamente. O conhecimento que será obtido por meio desta pesquisa poderá auxiliar na identificação dos fatores que têm relação direta com os aspectos psicossociais e com a prática em si de AF, bem como esclarecer possíveis interações entre atitudes positivas e a prática deste comportamento.

## 1.3 OBJETIVOS

### 1.3.1 Objetivo geral

Investigar a prevalência e os fatores sociodemográficos associados aos aspectos psicossociais para a AF (gosto e preferência) e à prática deste comportamento no tempo de lazer, em rapazes e moças de escolas públicas estaduais de Santa Catarina.

### 1.3.2 Objetivos específicos

- Estimar a prevalência do gosto pela prática de AF e identificar os fatores sociodemográficos (idade, área de residência, arranjo familiar, turno de estudo, situação ocupacional, renda familiar e escolaridade materna) associados, por sexo;

- Calcular a prevalência da preferência por atividades de lazer dos adolescentes e avaliar os fatores sociodemográficos associados a este desfecho, de acordo com o sexo;
- Estimar a prevalência de rapazes e moças que realizam AF no tempo de lazer, identificar os fatores sociodemográficos associados, assim como testar a interação entre os fatores psicossociais com a realização da AF no tempo de lazer.

#### 1.4 DELIMITAÇÃO DA PESQUISA

Este estudo está vinculado ao projeto de pesquisa “Estilo de Vida e Comportamentos de Risco de Jovens Catarinenses” – CompAC 2 (Comportamento do Adolescente Catarinense), realizado em 2011 e constituído de estudantes de 15 a 19 anos, de ambos os sexos, matriculados no ensino médio de escolas da rede pública estadual de Santa Catarina.

#### 1.5 DEFINIÇÃO TEÓRICA DE TERMOS

Gosto: compreende um estado afetivo positivo, o qual reflete sentimentos como prazer, diversão e satisfação, elementos estes considerados intrínsecos ao indivíduo (MOTL *et al.*, 2001; SCANLAN; SIMONS, 1992; WANKEL, 1993).

Preferência: consiste na atitude de uma pessoa acerca de um conjunto de objetos e que, normalmente, resulta em um processo de tomada de decisão (SLOVIC, 1995). Além disso, pode ser interpretado como um julgamento avaliativo na perspectiva de gostar ou não de um objeto ou estímulo (SCHERER, 2005). A preferência pode sofrer modificações notáveis ao longo do tempo, mesmo que de maneira inconsciente (SHAROT; DE MARTINO; DOLAN, 2009), demonstrando que a mesma não é necessariamente constante.

Atividade física: compreendida como um comportamento complexo e multidimensional, o qual “envolve movimento humano, resultando em atributos fisiológicos que inclui gasto de energia aumentado e aptidão física melhorada” (GABRIEL; MORROW; WOOLSEY, 2012).

Interação: a interação entre fatores representa o efeito adicional positivo ou negativo resultante da combinação de níveis de dois ou mais fatores sobre a variável dependente (PERECIN; FILHO, 2008). A ausência de interação evidencia que os fatores analisados são independentes e que, neste caso, a variável desfecho não depende da presença ou ausência de outros fatores. Em contrapartida, a existência de interação revela que a resposta de um determinado comportamento depende da variação de outros fatores (PERECIN; FILHO, 2008; QUINN; KEOUGH, 2002).

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

A presente seção foi organizada em quatro subtópicos: (1) apresentação das teorias de mudança de comportamento relacionadas à AF e seus construtos; (2) o gosto pela prática de AF; (3) a preferência por atividades de lazer; (4) AF no tempo de lazer, sendo os três últimos direcionados a estudos envolvendo adolescentes. Para tanto, realizou-se uma revisão da literatura, sendo utilizados termos específicos que representassem cada tema abordado. As buscas foram realizadas a partir de cinco grupos relacionados às temáticas investigadas e foram empregados termos em português e em inglês. O primeiro grupo foi destinado ao gosto por AF, com termos como “gosto”, “diversão”, “enjoyment”, “enjoyable” e “fun”. Para a preferência, utilizaram-se as palavras-chave “preferência”, “escolha”, “preference”, “choice” e “predilection”. O termo “atividades de lazer” foi usado como descritor em português e em inglês (“leisure activities”). Para a AF, optou-se por manter as palavras-chave “atividade física” e “physical activity” e os descritores “atividade motora” e “motor activity”. Por fim, para caracterizar a população do estudo, os termos utilizados foram “escolares”, “estudantes”, “adolescentes”, “jovens”, “students”, “adolescent” e “youth”. Para todas as buscas, levou-se em consideração os operadores booleanos “OR” e “AND”. Referências retiradas a partir de bibliotecas pessoais também foram utilizadas.

### 2.1 TEORIAS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELACIONADAS À ATIVIDADE FÍSICA E SEUS CONTRUTOS

Com o intuito de identificar os motivos que levam as pessoas a se engajar ou se manter em práticas de AF, bem como auxiliar na concepção de programas de promoção de AF (BRUG; OENEMA; FERREIRA, 2005), foram criadas, desde meados do século passado, diversas teorias que possibilitam a compreensão de como e por que as pessoas adotam a prática de um determinado comportamento (BIDDLE; NIGG, 2000; GLANZ; RIMER; VISWANATH, 2008). Normalmente, as teorias podem ser classificadas em três categorias, conforme seus níveis de influência, sendo estas intrapessoal, interpessoal e ambiental ou ecológica. A primeira categoria pressupõe que a adoção e a mudança de um determinado comportamento sofrem influência de um processo cognitivo individual. As teorias que têm o foco interpessoal consideram que a cognição é modificada pelo meio social, de forma a existir uma

relação entre o indivíduo e o meio em que faz parte. Já a concepção ambiental ou ecológica parte do pressuposto que não existe uma teoria predominante e que, para compreender e explicar um comportamento, é necessária a utilização de mais de uma teoria, sendo esta perspectiva conhecida por seus múltiplos níveis de influência (GLANZ; RIMER; VISWANATH, 2008).

As teorias mais frequentemente utilizadas e que se restringem aos fatores de âmbito individual, apontadas como intrapessoal são: Teoria da Crença na Saúde (Health Belief Model), Teoria do Comportamento Planejado (Theory of Planned Behavior) e o Modelo Transteorético (Transtheoretical Model). A Teoria da Crença na Saúde surgiu na década de 50 por Irwin Rosenstock com o intuito de explicar por que os indivíduos participavam e deixavam de participar de um programa voltado para o tratamento de tuberculose (ROSENSTOCK, 1958). Parte do pressuposto que a adoção de um comportamento depende da percepção da pessoa acerca da sua suscetibilidade a uma enfermidade decorrente a ausência de um comportamento, da sua gravidade e das expectativas sobre o comportamento em questão para a prevenção das potenciais enfermidades (SEEFELDT; MALINA; CLARK, 2002).

A teoria do Comportamento Planejado, proposta por Icek Ajzen em 1985, sugere que o principal determinante na adoção de um comportamento é a intenção que o sujeito possui para desempenhá-lo, e sofre influência das atitudes, normas sociais e controle percebido sobre o comportamento (COURNEYA, 1995). Sendo assim, a intenção de adotar ou manter a prática de AF é maior quando a pessoa está disposta a realizar o comportamento, quando o ambiente social instiga a isto e se ela compreende que poderá ser bem-sucedida em sua decisão, características estas associadas à atitude, norma social e controle percebido sobre o comportamento, respectivamente (ARMITAGE, 2005). O entendimento básico desta teoria é o controle percebido do comportamento, que indica a crença (intenção) de complexidade para a adaptação do comportamento de interesse (fatores intrínsecos ou extrínsecos ao indivíduo), admitindo que, muitas vezes, as intenções fracassam em razão da percepção de falta de capacidades (relacionadas com a autoeficácia), das barreiras situacionais, ou da instabilidade das intenções (TASSITANO, 2013).

O Modelo Transteorético, por sua vez, teve origem no início dos anos 80 com Judith Prochaska e colaboradores e foi desenvolvido com o objetivo de compreender e explicar de que formas os indivíduos deixavam de fumar (PROCHASKA; VELICER, 1997; GLANZ;

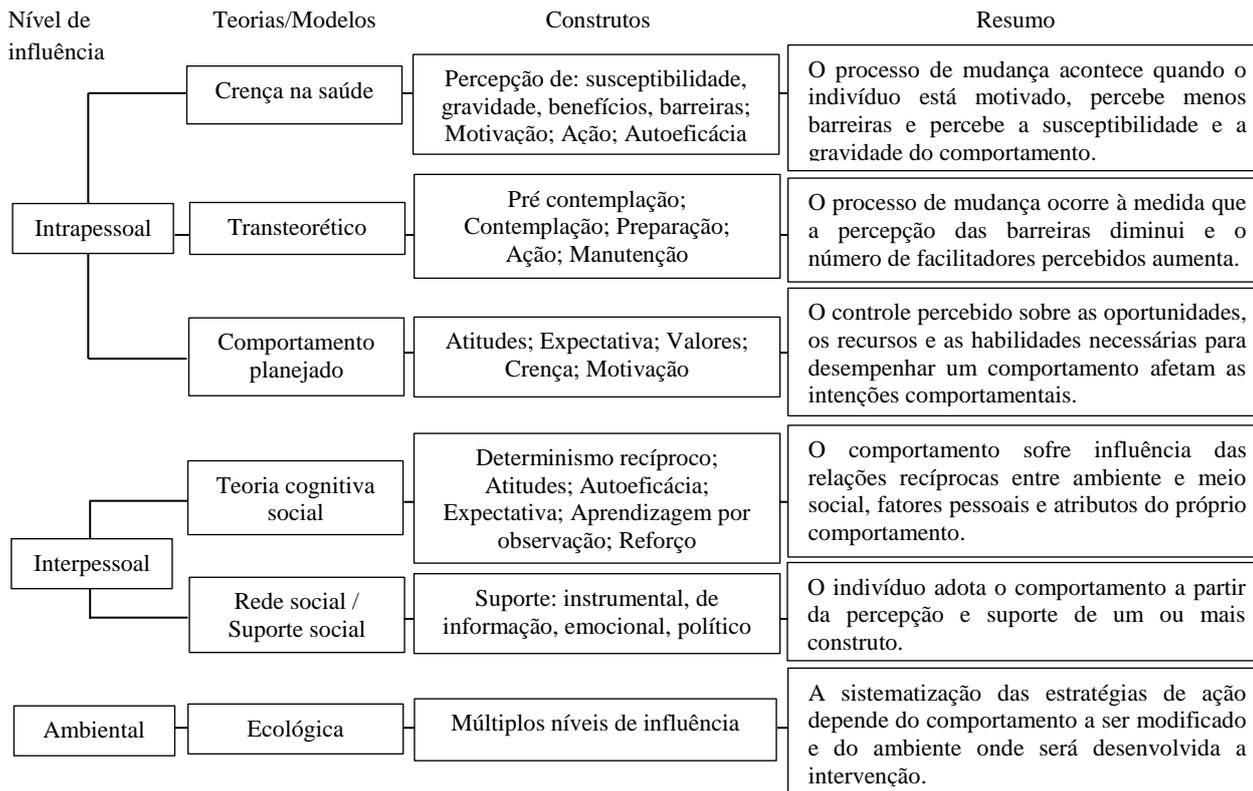
RIMMER; VISWANATH, 2008). Por representar um modelo integrativo de diversas teorias psicanalíticas que procuram explicar como os sujeitos adotam novos comportamentos, o modelo ganhou popularidade e, a partir da década de 90, passou a ter suporte para a aplicação de uma série de comportamentos, entre eles a AF (MARCUS; SIMKIN, 1993; GLANZ; RIMMER; VISWANATH, 2008). Envolve dimensões como os estágios de mudança de comportamento, os processos de mudança (representados pelos meios em que os indivíduos passam de um estágio para o outro), a tomada de decisão (balanço dos prós e contras para tomar uma atitude) e a autoeficácia (nível de confiança na própria capacidade para engajar-se em um comportamento e para atingir uma meta) (MARCUS; SIMKIN, 1994). Além disso, alguns autores ainda sugerem que, nos estágios iniciais de mudança de comportamento, os sujeitos necessitam de processos cognitivos, afetivos e avaliativos para que ocorra a progressão, ao passo que, nos estágios finais, estão mais condicionados, comprometidos e confiantes com a mudança e manutenção das ações, de modo a controlar seus estímulos e o ambiente e ter o suporte necessário para permanecer nestas posições (PROCHASKA; DiCLEMENTE; NORCROSS, 1992).

As teorias interpessoais, que enfatizam a interação do indivíduo e o meio em que convive, têm como destaque a Teoria Cognitivo-Social (Social Cognitive Theory). Esta teoria teve sua criação e aprimoramento por Albert Bandura na década de 60 a partir da Teoria de Aprendizagem Social. Preconiza que o comportamento é influenciado pelo ambiente, pelas características pessoais e até mesmo por ele próprio, em que a adoção ou manutenção da AF está relacionada com as expectativas criadas com os resultados, a autoeficácia e a intenção para a prática (SEEFELDT; MALINA; CLARK, 2002). Keating *et al.* (2005), apontam que, na teoria cognitivo-social, a ocorrência de um comportamento não age de maneira isolada, e afirmam que os fatores pessoais, ambientais e comportamentais influenciam mutuamente uns aos outros, com destaque no impacto proporcionado pelos processos cognitivos, entre eles a autoeficácia, o gosto pela prática, e a motivação. Resumidamente, sugere que: (1) as pessoas aprendem a partir da observação, (2) a aprendizagem pode ou não resultar em uma mudança de comportamento, (3) para atingir um determinado objetivo é necessário traçar certas estratégias, (4) o comportamento é auto direcionado, não sendo direcionado somente pelo ambiente, (5) o reforço/auxílio e a punição provocam efeitos ou repercussões

imprevisíveis e indiretas tanto para a aprendizagem quanto para o próprio comportamento (ORMROD, 2002).

Já a teoria conhecida como rede social e/ou suporte social, também com perspectiva interpessoal, sugere que o comportamento do indivíduo é determinado a partir da percepção pessoal em relação à interação do suporte emocional, suporte instrumental, suporte informacional e suporte avaliativo, indicando que um comportamento pode ser predito a partir do modo como o indivíduo percebe essas influências (GLANZ; RIMER; VISWANATH, 2008).

Por fim, a Teoria Ecológica, desenvolvida na década de 70 e classificada como ambiental de acordo com seu nível de influência, consiste no comportamento resultante a partir da interação entre os construtos intrapessoais, interpessoais e institucionais, com destaque para os fatores comunitários, dos sistemas sociais, de políticas públicas e relacionadas ao ambiente físico. Voltada principalmente para a aplicação na área da promoção da saúde, esta teoria determina não só a influência do ambiente sobre um comportamento, mas também como o ambiente e o próprio comportamento influenciam e afetam um ao outro (STOKOLS, 1992). Na figura 1, encontra-se um resumo das principais teorias de mudança de comportamento relacionadas à AF, de acordo com o seu nível de influência e construtos.



**Figura 1** – Resumo das teorias de mudança de comportamento relacionadas à atividade física (TASSITANO, 2013)

Tendo em vista que a adoção de um comportamento, nesse caso, a prática regular de AF, envolve uma série de fatores que podem influenciar a sua aquisição, Dumith (2008) teve como um de seus objetivos criar uma proposta de modelo teórico para estudar este comportamento. Nesse sentido, os fatores demográficos e socioeconômicos (sexo, idade, escolaridade, renda) e os fatores ambientais e socioculturais (acesso a locais, segurança, influência social) são caracterizados como determinantes distais na cadeia causal, os quais influenciam os fatores comportamentais (tabagismo, consumo de álcool, horas de sono) e os fatores de saúde/doença (obesidade, diabetes, percepção da saúde) – determinantes intermediários – bem como os fatores psicossociais – determinantes proximais. Geralmente, estes últimos, exemplificados pelas experiências anteriores, conhecimento, atitudes, motivação e autoeficácia, tendem a ser os principais mediadores de boa parte das teorias/modelos na determinação da AF (DUMITH, 2008).

Em relação aos fatores psicossociais especificamente, pode-se dizer que as experiências vivenciadas costumam contribuir para que os indivíduos adquiram gostos e conhecimentos sobre o comportamento em questão, de forma a facilitar a sua prática futuramente (DUMITH, 2008). Se as experiências passadas foram agradáveis, provavelmente as atitudes acerca da prática de AF serão positivas, caso contrário há uma tendência para que as atitudes sejam negativas (AARTS; PAULUSSEN; SCHAALMA, 1997). As atitudes indicam as expectativas que os sujeitos possuem sobre o comportamento e influenciam diretamente a motivação para a prática de AF (CHATZISARANTIS *et al.*, 2005). Além disso, possuem dois componentes: o afetivo, que demonstra a forma como o sujeito se sente em relação ao comportamento e o avaliativo, o qual diz respeito ao valor ou relevância atribuída ao comportamento (WALLACE; LAHTI, 2005).

A motivação é interpretada como uma determinação intrínseca em direção à conquista de um objetivo específico e já estabelecido (PLONCZYNSKI, 2000) e, normalmente, é analisada com base na intenção do sujeito para exercer o comportamento (DUMITH, 2008). No modelo teórico proposto, Dumith (2008) também considera o papel da autoeficácia como um elemento relevante para prática de AF, a qual é percebida pela confiança que a pessoa possui em suas próprias capacidades para desempenhar a ação almejada, apontada como a variável psicossocial que melhor presume a prática de AF (SHERWOOD; JEFFERY, 2000). Cabe ressaltar que, para haver a

manutenção do comportamento, é importante que o indivíduo esteja satisfeito com os resultados obtidos (DUMITH, 2008) considerando que as pessoas decidem manter um comportamento com o objetivo de conservar-se em uma condição favorável (ROTHMAN, 2000).

A partir do momento que o sujeito desenvolve os fatores psicossociais abordados anteriormente de forma positiva, a prática de AF pode se tornar ainda mais agradável e, conseqüentemente, o gosto por ela poderá ser ainda mais frequente (CROCKER; BOUFFARD; GESSAROLI, 1995; HASHIM; GROVE; WHIPP, 2008; SEEFELDT; MALINA; CLARK, 2002; WANKEL, 1997), bem como a preferência pela prática entre outras opções de atividades de lazer. Para isto, é fundamental que, desde o início de seu desenvolvimento motor e percepção de sua habilidade motora, o indivíduo tenha oportunidade de experimentar situações que envolvem o movimento corporal, seja incentivado tanto pela família quanto pelos amigos, colegas de escola e professores a praticar alguma AF e tenha o conhecimento necessário dos benefícios da prática e o que a mesma tem a oferecer. Sendo assim, indivíduos que tenham tido experiências passadas favoráveis, tenham conhecimento sobre o comportamento, possuam atitudes positivas – considerando, principalmente, o componente afetivo –, sejam motivados pela prática do mesmo e possuam autoeficácia suficiente para executar a ação desejada tendem a gostar mais da prática de AF e a preferir este comportamento no tempo de lazer, contribuindo, dessa forma, para uma possível melhora na percepção da qualidade de vida.

## 2.2 GOSTO PELA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES

O termo “gosto” pode ser entendido como um estado afetivo positivo, o qual reflete sentimentos como prazer, diversão e satisfação, elementos estes considerados intrínsecos ao indivíduo (MOTL *et al.*, 2001; SCANLAN; SIMONS, 1992; WANKEL, 1993). Para De Bourdeaudhuij e Sallis (2002), o conceito de gosto, ou em inglês interpretado pela expressão “enjoyment”, não é completamente claro, pois envolve diversos aspectos psicológicos. Representado como um construto multidimensional, o gosto está relacionado com afeto, emoção, percepção de competência, atitude e cognição (CROCKER; BOUFFARD; GESSAROLI, 1995; HASHIM; GROVE; WHIPP, 2008; WANKEL, 1997). Quando abordado o conceito de gosto voltado para a AF, Kimiecik e Harris (1996) demonstram que sua definição pode ser

considerada como uma resposta positiva para a prática da mesma, principalmente se os indivíduos já adotaram esse comportamento na vida cotidiana. Além disso, representa um fator intrínseco e afetivo associado à motivação de se envolver e de se manter em práticas de AF ou aulas de Educação Física (DISHMAN *et al.*, 2005; HASHIM; GROVE; WHIPP, 2008).

Nesse sentido, diversos estudos mostram a relação entre o gosto e a prática de AF (KEATING *et al.*, 2005; NASUTI; RHODES, 2013; SEABRA *et al.*, 2008). Keating e colaboradores (2005), em revisão de meta-análise a respeito dos comportamentos sobre a AF em uma população de universitários, identificaram que os principais determinantes cognitivos em relação à mesma eram a autoeficácia, seguido pelo gosto e motivação pela prática. Constatou-se também que divertir-se foi um dos principais motivos para a participação de AF dos estudantes, porém o gosto divergiu entre os sexos, em que os rapazes relataram gostar mais da prática que as moças (KEATING *et al.*, 2005). Em outra revisão, o gosto pelos exercícios aparece como determinante dos hábitos de AF e, além disso, os autores mencionam que a diminuição dos níveis de AF dos adolescentes com o aumento da idade pode estar relacionada com a elevada insatisfação e desinteresse por parte dos mesmos no ambiente escolar (SEABRA *et al.*, 2008). Diante deste contexto, evidencia-se a importância e o impacto que o prazer, o gosto e o divertimento na disciplina de Educação Física poderá refletir na prática de AF no tempo de lazer (SALLIS *et al.*, 1999; SEABRA *et al.*, 2008).

Em estudo transversal cujo objetivo era examinar o gosto pelas aulas de Educação Física e seus fatores associados em escolares do sexo feminino, utilizou-se um questionário em que as participantes deveriam relatar, por meio de uma escala *Likert*, se elas gostavam das aulas (BARR-ANDERSON *et al.*, 2008). Verificou-se que 50% delas indicaram gostar muito das aulas e que as variáveis associadas positivamente ao gosto foram o nível de AF (de moderada a vigorosa), os benefícios observados pela prática, a autoeficácia para a AF no tempo de lazer e influência do professor durante as aulas, sendo todas preditoras significativas, ao passo que o índice de massa corporal foi inversamente associado ao gosto (BARR-ANDERSON *et al.*, 2008).

Prochaska *et al.* (2003) investigaram, durante três anos, o gosto pelas aulas de Educação Física em escolares e constataram que o mesmo diminuiu significativamente com o aumento das séries (4<sup>a</sup> para a 6<sup>a</sup>), foi menor nas meninas quando confrontados com os meninos e nos participantes que não praticavam outras AF. Em relação à etnia e ao

índice de massa corporal, as mesmas não foram variáveis preditoras significativas para o gosto (PROCHASKA *et al.*, 2003). Em intervenção realizada a fim de promover o gosto nas aulas de Educação Física e na prática de AF e proporcionar o aumento na autoeficácia, observou-se, por meio da modelagem de equações estruturais, que a mesma teve efeito positivo na AF e nos fatores que influenciam o gosto pelas aulas de Educação Física e, conseqüentemente, explicou os efeitos no aumento do gosto pela prática de AF e autoeficácia (DISHMAN *et al.*, 2005).

Mais recentemente, um estudo teve como objetivo avaliar simultaneamente as contribuições relacionadas aos fatores pessoais, aos que envolvem a família, os amigos, a escola e o bairro em que vivem para a prática de AF moderada a vigorosa (GRAHAM *et al.*, 2014). O mesmo foi conduzido com 2793 estudantes americanos de Minneapolis-Saint Paul, com média de idade de 14,4 anos e, como resultado, verificou-se que as cinco variáveis pessoais (autoeficácia, auto-gestão, participação em esportes, percepção de barreiras e gosto pela prática) foram preditoras significativas associadas com mais AF moderada a vigorosa, tanto para meninos quanto para meninas.

No Brasil, Hardman *et al.* (2013) investigaram a associação entre a participação nas aulas de Educação Física e o gosto e a preferência por atividades de lazer fisicamente ativas em estudantes com idade entre 14 e 19 anos, do Estado de Pernambuco. Os participantes deveriam opinar, a partir de cinco opções de resposta em escala tipo *Likert*, sobre a afirmativa “Eu gosto de fazer AF”, variável categorizada, posteriormente, em “concorda” (para aqueles que responderam que concordavam totalmente ou parcialmente) e “discorda” (para quem discordava totalmente, em parte ou nem concordava/nem discordava). Verificou-se que 76,3% dos adolescentes referiram gostar de fazer AF e que a proporção de estudantes que concordaram com a afirmativa sobre o gosto pela prática foi significativamente maior entre os rapazes em confronto as moças e nos trabalhadores em relação aos que não trabalhavam. Quando ajustado para faixa etária, local de residência, situação ocupacional e turno escolar, o gosto pela prática de AF estava estatisticamente associado à participação nas aulas de Educação Física, com *odds* 73% maior nos rapazes e 93% nas moças quando comparados àqueles que não participavam das aulas (HARDMAN *et al.*, 2013).

No entanto, é possível evidenciar que o fato de gostar de AF, em alguns casos, não apresenta associação com a prática (BERGH *et al.*, 2011; SALLIS; PROCHASKA; TAYLOR, 2000; VAN DER HORST *et al.*, 2007). Bergh e colaboradores (2011), em trabalho sobre os correlatos

personais e socioambientais da AF medido objetivamente em crianças pré-adolescentes, verificaram que o gosto não estava associado com o nível de AF moderada a vigorosa, resultado este consistente com as revisões de Sallis, Prochaska e Taylor (2000) e van der Horst *et al.* (2007). Para Bergh *et al.* (2011), uma possível explicação para estes achados poderia estar relacionada com a forma como a AF foi mensurada, uma vez que este comportamento era contabilizado pelos acelerômetros, o qual registra todos os tipos de atividades realizadas, independente da intensidade. Nesse sentido, o sujeito está exposto a uma série de atividades que, muitas vezes, pode não proporcionar prazer ou gosto e, ainda assim, serão compiladas no dispositivo. Quando analisados os mediadores de AF em adultos e crianças, a revisão de Lewis *et al.* (2002) também mostrou que não há garantia de que o gosto é um mediador da AF.

Schneider e Cooper (2011), em intervenção de nove meses com 122 meninas com idade média de 15,04 anos, observaram que o gosto moderou o efeito da intervenção sobre a AF de intensidade vigorosa. Além disso, as meninas participantes da intervenção que gostavam pouco de exercícios no início do estudo aumentaram os níveis de AF vigorosa, enquanto aquelas que gostavam bastante de exercícios não apresentaram qualquer alteração pré ou pós-intervenção da atividade vigorosa (SCHNEIDER; COOPER, 2011). Outro estudo (WILLIAMS *et al.*, 2006), embora realizado com adultos de 18 a 65 anos de idade, examinou o efeito moderador do gosto da AF sobre a eficácia de uma intervenção de AF (com duração de seis meses) e encontrou resultados opostos, ou seja, os investigados que tinham uma percepção maior quanto ao gosto pela prática obtiveram níveis mais elevados de AF moderada a vigorosa, comparados àqueles que gostavam menos.

Alguns pesquisadores acreditam que os indivíduos não mudam o comportamento somente pelo fato de outras pessoas pedirem (BRAITHWAITE; MCDANIEL; REED, 2003). É necessário considerar uma série de fatores e elaborar políticas e intervenções baseadas em modelos teóricos que explicam e predizem o comportamento da AF de maneira adequada (BARANOWSKI; ANDERSON; CARMACK, 1998), a fim de estimular o gosto pela prática, e não apenas a prática da atividade em si. Ainda, quanto ao possível efeito moderador do sexo na relação entre os fatores sociodemográficos e o gosto pela AF, não foram encontrados estudos que abordam essa temática. Nesse sentido, ressalta-se a necessidade de novas investigações que possam demonstrar essa relação em adolescentes escolares, bem como a continuidade de estudos

que analisam o gosto pelo comportamento ativo em diferentes contextos, e não apenas nas aulas de Educação Física.

### 2.3 PREFERÊNCIA POR ATIVIDADES NO LAZER EM ADOLESCENTES

A temática do lazer tem destaque nos estudos na atualidade em diversas áreas do conhecimento, sobressaindo-se as produções nas áreas de Educação Física, Sociologia e Psicologia. As principais características do lazer estão relacionadas à liberdade de escolha das atividades a serem desenvolvidas durante este momento, à oportunidade de desligar-se dos compromissos ou preocupações do dia a dia, bem como ao sentimento de prazer que se almeja conquistar ao escolher uma atividade para realizar no tempo de lazer (QUEIROZ; SOUZA, 2009). Para Melo e Alves Jr. (2003), o lazer apresenta três finalidades essenciais: descanso, divertimento, além do desenvolvimento pessoal e social, as quais possibilitam ao indivíduo a criação de novos vínculos e relações, o intercâmbio de experiências, a descoberta daquilo que é novo e a busca e a formação da sua personalidade (PFEIFER; MARTINS; SANTOS, 2010).

De acordo com o sociólogo francês Joffre Dumazedier (1973), o lazer pode ser definido como:

um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária, ou sua livre capacidade criadora, após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações familiares, profissionais e sociais (DUMAZEDIER, 1973, p.34).

Nesse sentido, o indivíduo tem a possibilidade de escolher, entre uma diversidade de opções, a atividade que faz mais sentido para atingir um determinado objetivo (BYRNES, 2002). Este rol de atividades exige tempo dos sujeitos, e aquelas de maior valor para eles são apontadas como ocupação (NEISTADT; CREPEAU, 2002). A ocupação é entendida como atividades habituais que expressam valores culturais, proporcionam suporte e significado à vida e correspondem às necessidades pessoais de autocuidado, satisfação e interação com a sociedade, ressaltando-se, nesse trabalho, o lazer (AOTA, 2008).

Conforme o interesse central norteador que estimula os indivíduos a procurarem por práticas de lazer, o mesmo passou a ser classificado em conjuntos de interesses culturais. Em 1979, Dumazedier (1979) distribuiu as atividades em cinco categorias, entre elas: interesses artísticos (associados ao imaginário, como ir ao cinema, assistir a espetáculos de dança), intelectuais (ligados ao ato de raciocinar, como xadrez, gamão, participação em palestras e cursos), físico-esportivos (atividades nas quais prevalece o movimento, como caminhar ou jogar bola), manuais (em que há a manipulação de objetos e produtos, como artesanato, jardinagem, costura) e sociais (os quais envolvem os relacionamentos). Posteriormente, Camargo (1998) incluiu os interesses turísticos, em que ocorre a quebra da rotina temporal ou espacial, como passeios e viagens, e Schwartz (2003) propôs a inclusão dos interesses virtuais, os quais envolvem atividades por vias eletrônicas.

Outros estudiosos, como Formiga, Ayroza e Dias (2005), ao reproduzirem uma escala para avaliar as atividades de hábitos de lazer de jovens estudantes, condensaram as respostas obtidas em três categorias: hábitos hedonistas, hábitos lúdicos e hábitos instrutivos. O primeiro deles refere-se a atividades capazes de oferecer prazer individual, exemplificados por encontros com amigos, participação em shows ou demais eventos culturais e utilização de meios eletrônicos (assistir filmes e navegar na internet). Os hábitos lúdicos de lazer foram caracterizados como ocupações que contemplam jogos, brinquedos, passeios e divertimentos, sendo, preferencialmente, de caráter instrumental, e têm como exemplos jogar videogame, ir ao zoológico e praticar esportes (ou AF de modo geral). Por fim, os hábitos instrutivos estão relacionados a atividades que auxiliam no desenvolvimento pessoal e social, como a leitura de livros e revistas, visitar a família, ir à igreja (FORMIGA; AYROZA; DIAS, 2005).

A respeito da categorização das atividades de lazer, alguns críticos defendem que estas divisões poderiam modificar sua integralidade e multidimensionalidade (QUEIROZ; SOUZA, 2009). Em contrapartida, Schwartz (2003) alega que a mesma não prejudica a integridade do tema e justifica que a divisão em categorias serve como uma estratégia pedagógica relevante a fim de contribuir na compreensão de seus pontos de vista e estimular reflexões e discussões. Ademais, outras propostas de categorização são abordadas na literatura (GOMES; PINTO, 2006; MATIAS *et al.*, 2012) e sua utilização depende, principalmente, do objetivo que se pretende responder em cada trabalho. Um exemplo claro é a divisão adotada em estudos cujo objetivo é

analisar as preferências pelas práticas de lazer, categorizando-as em lazer sedentário e de hábitos ativos.

Hardman e colaboradores (2013), em trabalho realizado a fim de analisar a associação entre a participação nas aulas de Educação Física e atitudes relacionadas à AF (gostar de praticar e preferir atividades de lazer fisicamente ativas) em estudantes de Pernambuco, de 14 a 19 anos, agruparam as atividades de lazer em duas categorias: atividades fisicamente ativas (esportes, exercícios, nadar, pedalar) e atividades sedentárias (jogar dominó ou cartas, utilizar o computador, assistir TV, jogar videogame, conversar com os amigos). Os autores constataram que 41,5% dos adolescentes preferem atividades de lazer fisicamente ativas e que as atividades preferidas de lazer foram: praticar esportes (25,0%), conversar com amigos (23,5%) e assistir TV (18,7%). O sexo, a faixa etária, a situação ocupacional e o turno escolar estavam associados às preferências por atividades de lazer ativo, em que os rapazes, aqueles mais velhos, os que trabalhavam e os que estudavam no turno noturno atingiram proporções maiores em relação aos seus pares. Além disso, a *odds* de preferir atividades fisicamente ativas foi maior para os sujeitos que participavam das aulas de Educação Física, sendo 97% e 72% superiores nos rapazes e moças, respectivamente (HARDMAN *et al.*, 2013).

Em estudo realizado com adolescentes de 13 a 19 anos, estudantes do ensino médio de um Centro Federal de Educação Tecnológica de Santa Catarina, verificou-se que mais da metade das atividades de lazer citadas pelos participantes possuía caráter sedentário (69,1%) e que as atividades de lazer preferidas por eles, independente do nível de AF, eram o uso do computador e as atividades esportivas (MATIAS *et al.*, 2012). Também foi possível perceber que a prevalência na preferência por atividades de cunho sedentário foi de aproximadamente 53,5% para os estudantes ativos e de 91,1% para aqueles considerados sedentários. Em relação ao sexo, observou-se que as meninas preferem mais atividades sedentárias em relação aos meninos e que apenas 23,8% delas optaram por atividades de lazer ativo em comparação a 33,3% deles (MATIAS *et al.*, 2012).

Pesquisas desenvolvidas em âmbito internacional apontam resultados semelhantes. Esculcas e Mota (2005), ao analisarem as escolhas dos adolescentes portugueses de 12 a 20 anos, observaram que as atividades com características sedentárias prevaleciam, sendo que as AF não estruturadas foram assinaladas em décimo quarto lugar, com 42,2% das respostas, e as organizadas ou de competição, em décimo

quinto, com 41%. Ao estudar o estilo de vida dos adolescentes de 15 a 19 anos de Budapeste, pesquisadores relataram que assistir televisão ou utilizar o computador eram as atividades mais realizadas pelos meninos (34,7%) e ouvir música, a mais constante para as meninas (33,7%) e que a prática de atividades ativas era mais frequente nos meninos (PÉTER *et al.*, 2008). Em jovens mexicanos que moram nos Estados Unidos, as atividades mais realizadas durante a semana foram assistir televisão, atividades acadêmicas e, na sequência, praticar esportes (MCHALE *et al.*, 2009). Em compensação, Coatsworth e colaboradores (2005) analisaram as atividades de lazer de adolescentes dos Estados Unidos, Chile e Itália e perceberam que, dentre cinco categorias de atividades (social, instrumental, esportes, desempenho/artes plásticas e religiosas/atividades altruístas), a mais realizada por todos os países foi a prática de esportes e a menos realizada, atividades religiosas/altruístas.

Em estudantes portugueses do 7º ao 12º ano, foi possível notar que as moças estavam significativamente mais envolvidas em atividades de cunho social (ir a festas, encontrar os amigos, fazer compras), atividades manuais, como ajudar com o trabalho doméstico ou fazer trabalhos voluntários, e artísticas, enquanto os meninos estavam mais engajados com os esportes (competitivo organizado ou não) (MOTA; SANTOS; RIBEIRO, 2008). Após ajuste para a idade, foram encontradas associações significativas entre AF e atividades esportivas e de cunho social durante o tempo de lazer.

Em Dublin, capital da Irlanda, estudo conduzido com crianças de 5 a 14 anos comparou as atividades de lazer que as mesmas realizavam após o período escolar e aquelas que elas preferiam (COULTER; WOODS, 2011). Verificou-se que mais da metade (50,7%) dos investigados preferia atividades fisicamente ativas, como brincar na rua com os amigos e praticar algum esporte em um clube, enquanto que, para as atividades sedentárias, 23,2% assinalaram assistir TV e jogar jogos de computador. Não houve diferença significativa entre o sexo na escolha das atividades preferidas sedentárias e fisicamente ativas, em que aproximadamente 52,1% dos meninos e 48,8% das meninas optaram por atividades fisicamente ativas (COULTER; WOODS, 2011).

Bult e colaboradores (2014) analisaram a discrepância entre as atividades de lazer que as crianças de 6 a 18 anos, com e sem deficiência física preferem e aqueles que elas realmente participam. Ambos os grupos foram igualmente capazes de participar das atividades de sua preferência e a discrepância entre preferência e desempenho variou de acordo com a idade e o sexo apenas para as crianças sem deficiência.

Dessa forma, a idade foi um preditor significativo para atividades físicas, atividades sociais, atividades de auto aperfeiçoamento e atividades formais e informais e o sexo, para atividades sociais, atividades baseadas em habilidades específicas e atividades formais (BULT *et al.*, 2014).

É importante considerar que as escolhas ou preferências pelas atividades no contexto do lazer, apesar de não disporem do mesmo significado, possuem efeito positivo na adoção de um estilo de vida fisicamente ativo, bem como na qualidade de vida das pessoas (PYLRO; ROSSENTI, 2005). Além disso, sabe-se que a preferência por comportamentos ativos entre outras opções de lazer apresenta influência direta na realização destas atividades (SALMOM *et al.*, 2003; SANTOS *et al.*, 2010; TEIXEIRA *et al.*, 2012). Lewin (1952) revela que a decisão de escolha possui influência expressiva sobre a motivação, assegurando que os indivíduos estariam mais dispostos a se engajar em uma atividade se eles acreditassem que tinham escolhido. Dados de meta-análise constataram que o tipo, o número de possibilidades ofertadas, o número de escolhas feitas, a oportunidade de recompensa e a maneira como um grupo de comparação é tratado são pressupostos que podem intervir na magnitude ou na direção do efeito de escolha e que, de fato, a disponibilidade de mais opções de escolha pode ter maior efetividade sobre a motivação, pois os indivíduos afirmam o seu poder de autonomia e independência (PATALL; COOPER; ROBINSON, 2008). Lonsdale *et al.* (2009) verificaram que, em comparação às aulas de Educação Física as quais são estruturadas e sem direito de escolha, a prática de AF era maior quando os alunos tinham a oportunidade de fazer escolhas e eram capazes de decidir por si mesmos que comportamento realizar.

Ressalta-se ainda a existência de algumas barreiras socioculturais estabelecidas pela sociedade que, muitas vezes, podem não favorecer a prática de atividades de lazer, restringindo assim o convívio social, a autoestima e motivação, a capacidade de explorar e adquirir novas experiências e a emergência de comportamentos (PRIMEAU; PARHAM, 2002). Neste cenário, evidenciam-se dois papéis: o cultural, o qual se remete às tradições e costumes, às convicções e religião, aos padrões de atividades e às condutas impostas pela sociedade a qual o indivíduo está inserido; e o pessoal, que envolve a faixa etária, o sexo, o fator econômico e a posição educacional (AOTA, 2008). Apesar disso, as atividades de lazer devem estimular as pessoas a se libertar e conquistar sua individualidade, na perspectiva de novas buscas e conhecimentos e satisfação pessoal, como também resgatar sua relação interpessoal, voltada à cooperação e participação social, no sentido de

ajudar o próximo e contribuir no meio em que vive (FITZGERALD *et al.*, 1995; PERREIRA, 1987).

O discernimento das ações realizadas no âmbito do lazer é uma questão relevante para o planejamento e a execução de intervenções a fim de promover a prática de atividades fisicamente ativas (HARDMAN *et al.*, 2013). Sendo assim, o reconhecimento da importância das práticas de lazer, a possibilidade de escolha de tais práticas e o entendimento dos fatores que podem não favorecer o mesmo pode ser um mecanismo considerável para a idealização de iniciativas direcionadas à saúde pública e educação, com o intuito de fomentar a participação em atividades ativas no lazer, por adolescentes e demais grupos populacionais.

#### 2.4 ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER EM ADOLESCENTES

Diversos são os benefícios advindos da prática regular de AF. Na adolescência, em termos fisiológicos, este comportamento pode estimular o crescimento físico e o desenvolvimento saudável dos tecidos musculoesqueléticos, do sistema cardiovascular e da consciência neuromuscular (ERLICHMAN; KERBEV; JAMES, 2002; MAIA *et al.*, 2001). Em relação aos benefícios psicológicos, o comportamento ativo proporciona o controle sobre a ansiedade e a depressão, o aumento da autoestima, além de contribuir para o desenvolvimento social (HALLAL *et al.*, 2006; SALLIS; PROCHASKA; TAYLOR, 2000). Estudos epidemiológicos demonstram que mesmo as atividades de intensidades leves estão associadas a menores possibilidades de ocorrências de doenças cardiovasculares, diabetes, alguns tipos de câncer, obesidade, quadros de depressão e ansiedade (FRANKISH; MILLIGAN; REID, 1998; USDHHS, 2008). Além disso, evidências apontam que a prática regular de AF pode estar vinculada ao nível deste comportamento na vida adulta, em que jovens fisicamente ativos tendem a se tornar adultos ativos (AZEVEDO *et al.*, 2007).

No entanto, a prevalência de AF tem sofrido uma redução considerável e, atualmente, este fenômeno apresenta o mesmo comportamento tanto em países de maior renda quanto naqueles de renda média e baixa (CECCHINI *et al.*, 2010; MORAES; GUERRA; MENEZES, 2013; USDHHS, 2008). Considerando que os níveis de inatividade física têm aumentado gradativamente e que tal processo é marcado por aspectos demográficos, sociais, culturais e econômicos,

esse comportamento vem sendo alvo de estudos de pesquisadores e instituições nacionais e internacionais de distintas áreas do conhecimento (BRASIL, 2014; SILVA *et al.*, 2009; USDHHS, 2008). Nessa premissa, percebe-se um reconhecimento notório da importância das atividades realizadas no tempo em que os jovens não estão envolvidos com suas obrigações, como os estudos ou o trabalho, visto que esse momento parece ser um período relevante que determina o engajamento em algum comportamento ativo (MOTA; SANTOS; RIBEIRO, 2008).

A prática de AF pode ser realizada a partir de quatro domínios: trabalho, deslocamento, atividades domésticas e lazer. Dessa forma, crianças e adolescentes podem atender às recomendações de AF em apenas um ou na soma dos domínios (NAHAS; GARCIA, 2010), ou, ainda, podem simplesmente fazer AF de modo regular, sem necessariamente atender às recomendações. Dumith (2009), em revisão sistemática sobre a prevalência de AF no Brasil, constatou que, dentre 47 estudos encontrados, a maioria deles trabalhava com o comportamento no domínio do lazer, considerado uma das mais importantes esferas da AF. Ainda a respeito deste domínio, pesquisadores identificaram que as crianças e adolescentes possuem um grande componente de tempo livre não estruturado (aproximadamente 40%) e que este momento poderia ser aproveitado para o desenvolvimento de atividades fisicamente ativas (ESCULCAS; MOTA, 2005).

Tenório e colegas (2010) verificaram que 65,1% dos adolescentes pernambucanos (14 a 19 anos) não atendiam às recomendações de AF e que as moças, os estudantes que moravam em área rural, que não trabalhavam, estudavam no turno noturno, pertenciam ao primeiro ano do ensino médio e não participavam das aulas de Educação Física tinham *odds* superior de serem classificados como insuficientemente ativos. Em Aracaju, SE, pesquisadores observaram que 74,7% dos estudantes eram pouco ativos, sendo as moças menos ativas que os rapazes (81,5% vs. 66,1%) e os estudantes com nível econômico baixo (76,1%) e médio (77,1%), menos ativos em comparação aos que possuíam nível econômico alto (66,3%) (SILVA; SILVA, 2008).

Em estudo transversal, o qual analisou os membros de uma coorte de nascimento em Pelotas (RS), observou-se que a proporção de adolescentes de 14 e 15 anos envolvidos em alguma AF de lazer foi de 75,6%, com prevalência maior para os meninos em relação às meninas (DUMITH *et al.*, 2010). Verificou-se que a cor de pele estava associada

à prática de AF somente para as meninas, que a escolaridade do chefe de família e o índice de massa corporal apresentou associação somente para os meninos e que o tempo de televisão, o uso de computador e o fato de os pais praticarem mais de 150 minutos por semana de AF associaram-se para ambos os sexos. Além disso, se somente a AF no lazer fosse considerada, a prevalência global para alcançar os níveis recomendados de AF, tendo como critério pelo menos 300 minutos por semana, seria de 38,2%.

Ainda em Pelotas, pesquisadores avaliaram a associação entre a prática de AF no lazer aos 15 e 19 anos e o nível de AF neste mesmo domínio aos 23 anos (AZEVEDO *et al.*, 2011). Observou-se um declínio nas prevalências de AF com o passar do tempo, em que 74,6% dos participantes eram ativos aos 15 anos, 40,4%, aos 19 anos e 37,3%, aos 23 anos. Em todas as fases do estudo, pode-se dizer que os homens foram mais ativos que as mulheres, enquanto que para a variável cor da pele, não houve associação para a AF. Quanto à renda familiar e à escolaridade, ambas apresentaram associação positiva com a AF somente quando os participantes tinham 23 anos. Ao analisar a prevalência de AF aos 23 anos, verificou-se que os indivíduos mais ativos eram aqueles que também costumavam ser ativos aos 15 e aos 19 anos. No entanto, os testes de interação para AF na adolescência e sexo não apresentaram valores significativos.

Maciel e Veiga (2012) investigaram a intenção da mudança de comportamento para a prática de AF de lazer (ação e manutenção foram considerados ativos) em adolescentes entre 14 e 19 anos, da região metropolitana de Belo Horizonte (MG). Os autores destacaram que 75% da amostra foi considerada inativa no lazer, sendo este valor composto em sua maioria pelo sexo feminino e pelos níveis socioeconômicos mais baixos. Além disso, as variáveis sexo, atitude e controle percebido foram consideradas os fatores mais relevantes para classificar o nível de AF, ao passo que as variáveis relacionadas ao nível socioeconômico e de norma subjetiva tiveram efeito reduzido para prever a intenção de mudança de comportamento para a prática dessas atividades.

Evidências internacionais também apresentaram resultados semelhantes. Chen, Haase e Fox (2006) avaliaram a prevalência de AF em adolescentes de Taiwan, com idade entre 12 e 18 anos e verificaram que, embora 78,2% dos participantes praticassem algum tipo de AF, somente 28,4% atendiam às recomendações. A prevalência de AF diminuiu com a idade (12-14 anos para 15-18) tanto para os meninos quanto para as meninas e aqueles do sexo masculino e que moravam em

área urbana eram mais ativos que seus pares. No Nepal, 67% dos estudantes de 15 a 20 anos realizavam alguma AF no tempo de lazer de 10 minutos a uma hora e, novamente, a prevalência foi maior nos meninos (PAUDEL *et al.*, 2014). Para o sexo feminino, as mais novas (15 a 17 anos), aquelas que ainda vivem com a família de origem e que são de famílias mais pobres eram mais propensas a praticar AF no lazer, enquanto que, para sexo masculino, aqueles que estudavam em escolas que ofertavam atividades extracurriculares e que se deslocavam para a escola de bicicleta tiveram *odds* maiores para a prática de AF no tempo de lazer (PAUDEL *et al.*, 2014).

Biddle e colaboradores (2009), ao investigar adolescentes escoceses com idade entre 12 e 17 anos, verificaram que 47,3% dos meninos não realizavam nenhuma AF durante os dias da semana e que este valor aumentava para 50% aos finais de semana. No sexo feminino, 52,6% e 76,9% reportaram não praticar AF durante a semana e nos finais de semana, respectivamente. Bengoechea, Juan e Bush (2013), por sua vez, investigaram os fatores associados à AF no tempo de lazer em adolescentes com faixa etária de 12 a 17 anos, moradores da região sudeste da Espanha. Para ambos os sexos, as chances de ser categorizado como “não participante” foram maiores entre aqueles que relataram auto percepção física negativa, que eram fumantes, com relato de que seus amigos não se preocupavam com a sua prática, e cujos pais nunca se envolveram em AF no tempo de lazer. Menos percepções positivas e mais notas baixas nas aulas de Educação Física também foram associados com a não participação em AF no tempo de lazer, assim como frequentar escolas públicas para os meninos (BENGOECHEA; JUAN; BUSH, 2013). O quadro 1 apresenta os principais resultados dos estudos aqui apresentados.

É importante ressaltar que os estudos investigados apresentaram diferentes instrumentos de pesquisa, critérios para a aferição de dados e pontos de corte inconsistentes nos estudos sobre AF. Essa variação demonstra a complexidade que se tem para comparar os resultados obtidos (BARUFALDI *et al.*, 2012; VANCEA *et al.*, 2012). Pesquisadores têm encontrado prevalências maiores quando os instrumentos de coleta envolviam todos os domínios e diferentes ambientes para a prática de AF em comparação aqueles que não consideravam estes contextos (BARUFALDI *et al.*, 2012). Dessa forma, sugere-se que a interpretação e discussão dos resultados aqui apresentados sejam feitas com cautela.

Por fim, o engajamento em AF no tempo de lazer deve ser encorajado desde a infância e adolescência a fim de contribuir consideravelmente não só com o desenvolvimento dos indivíduos, mas também com uma melhor distribuição do tempo de lazer dessas pessoas. Além disso, reitera-se a importância de pesquisas que busquem identificar as prevalências e os fatores associados à prática de AF nesse domínio com o objetivo de auxiliar na proteção contra situações de risco e propor novas alternativas em termos de políticas e investimentos, de forma a proporcionar saúde e qualidade de vida, diferentes possibilidades e acessos àqueles que, muitas vezes, são desfavorecidos (SARRIERA *et al.*, 2007).

**Quadro 1** – Síntese dos resultados encontrados relacionados à prática de atividade física.

<b>Autor (ano)</b>	<b>Amostra e local</b>	<b>Principais resultados relacionados à AF</b>
Tenório <i>et al.</i> (2010)	- Estudantes de 14 a 19 anos. - Pernambuco.	- 65,1% não atendiam às recomendações. - Moças, adolescentes que residiam em área rural, que não trabalhavam, que estudavam no turno noturno, que estavam no primeiro ano do ensino médio e que não participavam das aulas de Educação Física tinham chance superior de serem insuficientemente ativos.
Silva; Silva (2008)	- Estudantes do ensino fundamental (15,24 ± 2,40). - Aracaju (SE).	- 74,7% eram pouco ativos. - Moças eram menos ativas que rapazes. - Indivíduos com nível econômico baixo e médio eram menos ativos que aqueles com maior poder econômico.
Dumith <i>et al.</i> (2010)	- Adolescentes de 15 a 19 anos. - Pelotas (RS).	- 75,6% praticavam AF no lazer. - Rapazes faziam mais AF que moças. - Associação para moças: cor da pele. - Associação para rapazes: escolaridade do chefe de família e índice de massa corporal. Associação para ambos os sexos: tempo de televisão, uso do computador e prática de AF pelos pais.

**Quadro 1 – Continuação**

Azevedo <i>et al.</i> (2007)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adolescentes de 15, 19 e 23 anos.</li> <li>- Pelotas (RS).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 74,6% eram ativos aos 15 anos.</li> <li>- 40,4% eram ativos aos 19 anos.</li> <li>- 37,9% eram ativos aos 23 anos.</li> <li>- Rapazes eram mais ativos que moças.</li> <li>- Aqueles mais ativos aos 23 anos também costumavam ser ativos aos 15 e 19 anos.</li> </ul>
Maciel; Veiga (2012)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adolescentes de 14 a 19 anos.</li> <li>- Belo Horizonte (MG).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 75,0% foram considerados inativos no lazer.</li> <li>- Moças e adolescentes menos favorecidos economicamente eram mais inativos.</li> <li>- As variáveis sexo, atitude e controle percebido foram consideradas os fatores mais relevantes para classificar o nível de AF.</li> </ul>
Chen; Haase; Fox (2006)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crianças e adolescentes de 12 a 18 anos.</li> <li>- Taiwan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 78,2% participavam de alguma AF.</li> <li>- 28,4% atendiam às recomendações.</li> <li>- A prevalência de AF reduziu com a idade para ambos os sexos.</li> <li>- Rapazes e adolescentes que moravam em área urbana eram mais ativos que seus pares.</li> </ul>
Paudel <i>et al.</i> (2014)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudantes de 15 a 20 anos.</li> <li>- Nepal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 67,0% realizavam alguma AF no lazer.</li> <li>- Rapazes faziam mais que moças.</li> <li>- Associação para moças: idade, arranjo familiar e renda.</li> <li>- Associação para rapazes: oferta de atividades na escola e deslocamento ativo.</li> </ul>
Biddle <i>et al.</i> (2009)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adolescentes de 12 a 17 anos.</li> <li>- Escócia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 47,3% dos rapazes e 52,6% das moças não realizavam AF durante a semana.</li> <li>- 50% dos rapazes e 76,9% das moças não realizavam AF durante o final de semana.</li> </ul>
Bengoechea; Juan; Bush (2013)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Crianças e adolescentes de 12 a 17 anos.</li> <li>- Espanha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aqueles que relataram auto percepção física negativa, que eram fumantes, que tinham amigos que não se importavam com a prática de AF, que tinham mais que não se envolviam com AF tiveram maior chance de ser categorizado como “não participante de AF no lazer”.</li> </ul>



### 3 MATERIAIS E MÉTODOS

#### 3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

O presente estudo é uma análise secundária do banco de dados vinculado ao projeto intitulado “Estilo de Vida e Comportamentos de Risco de Jovens Catarinenses” – CompAC 2 (Comportamento do Adolescente Catarinense), que teve como objetivo analisar o estilo de vida dos adolescentes estudantes do ensino médio das escolas públicas estaduais, com base nos seis indicadores preconizados pela Organização Mundial da Saúde (tabagismo, ingestão de bebidas alcoólicas, inatividade física, alimentação inadequada, situações de violência, e atividades sexuais desprotegidas) (WHO, 2009). Essa pesquisa apresenta característica epidemiológica de base escolar, com abrangência estadual e delineamento transversal, realizada no ano de 2011.

#### 3.2 POPULAÇÃO, PLANEJAMENTO E PROCEDIMENTO AMOSTRAL

Participaram da pesquisa, adolescentes regularmente matriculados nas séries do ensino médio das escolas da rede pública estadual do Estado de Santa Catarina. A população alvo foi composta por estudantes dos turnos diurno e noturno, de 15 a 19 anos de idade, de ambos os sexos, residentes em Santa Catarina, no ano de 2011.

Para a estimativa do tamanho amostral, foram utilizados os dados de escolares matriculados no ensino médio nas escolas públicas estaduais, de acordo com o Censo Escolar de 2010, cujo valor correspondente foi de 205.572 alunos, distribuídos em 36 Gerências Regionais de Educação (GEREDs) alocadas nas seis regiões do estado – Norte, Vale do Itajaí, Litoral, Sul, Planalto Serrano e Oeste (SANTA CATARINA, 2011). Quanto aos parâmetros estatísticos para o cálculo amostral, utilizou-se prevalência desconhecida estimada em 50% (em virtude da quantidade de variáveis investigadas), assumindo, dessa forma, máxima variância dos estimadores amostrais. Além disso, adotou-se nível de confiança de 95% e erro máximo de dois pontos percentuais. Pelo fato de a amostra ser por conglomerados e para efeito de delineamento, multiplicou-se o valor encontrado por dois ( $n=4.746$ ) e, em sequência, acrescentou-se mais 25% para possíveis casos de perdas ou recusas durante a coleta, alcançando-se tamanho amostral previsto de 5.932 adolescentes. Do total de 6.569 estudantes que participaram da

pesquisa, 40 foram excluídos devido ao preenchimento incorreto do questionário, resultando em 6.529 participantes. Para o estudo em questão, que envolveu a análise de três desfechos distintos, foram considerados elegíveis 6.499 adolescentes, que responderam à pergunta sobre AF no tempo de lazer, no sentido de realizar ou não a prática, 6.502 adolescentes, que opinaram sobre o gosto pela prática de AF e 6.423 adolescentes, que assinalaram sobre a atividade de lazer de sua preferência.

A amostragem realizada por conglomerados considerou as regiões geográficas e respectivas GEREDs como estratos. O sorteio foi conduzido em dois estágios: escolas sorteadas conforme o porte (grande:  $\geq 500$  alunos; médio: de 200 a 499 alunos e pequeno:  $< 200$  alunos) e turmas, estratificadas por turno e série escolar. Todos os alunos das turmas sorteadas, presentes em sala de aula no momento da coleta de dados, eram elegíveis a participar da mesma (SILVA *et al.*, 2013).

O critério de proporcionalidade foi aplicado para a realização do cálculo do número de escolas necessário em cada estrato. Selecionou-se um total de 90 escolas, das 725 escolas existentes, não havendo recusas. A fim de reduzir a variabilidade do número de turmas por porte de escola, aquelas de pequeno e médio porte foram agrupadas, respeitando suas respectivas alocações nas GEREDs correspondente. Nesse sentido, foram contabilizadas 76 Unidades Primárias de Amostragem. Quanto ao número de turmas, o mesmo foi estruturado de acordo com a necessidade do tamanho amostral, sendo adotado um número fixo de cinco turmas por escola. Maiores informações sobre a amostra podem ser verificadas na tabela 1, bem como em trabalho previamente publicado (SILVA *et al.*, 2013).

**Tabela 1** – População, amostra prevista e alcançada e escolas sorteadas, segundo a região geográfica. Santa Catarina, 2011

Regiões	População	Amostra				Escolas	
		Prevista		Alcançada		N	n
	N	n	%	n	%		
Sul	31.009	896	15,1	1.121	17,2	114	16
Norte	43.428	1.252	21,1	1.091	16,7	120	14
Litoral	22.326	647	10,9	454	7,0	67	7
Vale	50.228	1.447	24,4	1.538	23,6	150	18
Planalto	13.509	392	6,6	532	8,1	52	8
Oeste	45.072	1.299	21,9	1.793	27,4	222	27
Total	205.572	5.932	100,0	6.529	100,0	725	90

### 3.3 INSTRUMENTO PARA A COLETA DE DADOS

Como instrumento de pesquisa, utilizou-se o questionário CompAC, elaborado em 2001 para o primeiro inquérito, com base em instrumentos internacionais publicados na literatura. Realizou-se um estudo piloto com o propósito de avaliar as características psicométricas do instrumento, considerando os aspectos de reprodutibilidade, objetividade e validade de face e conteúdo realizada e validada por três especialistas (DE BEM, 2003).

Em 2011, modificações foram conduzidas e o questionário foi reestruturado para possibilitar a tabulação dos dados por meio da leitura ótica, de forma a esperar menos inconsistências. Algumas questões foram excluídas e outras, incluídas, a fim de reduzir o tempo de aplicação do questionário e a taxa de não resposta, bem como investigar outros elementos considerados relevantes. Sendo assim, a versão final (Anexo A) foi composta por 49 questões distribuídas em seis seções: 1ª) informações pessoais; 2ª) atividades físicas e comportamentos sedentários; 3ª) percepção do ambiente escolar e da Educação Física; 4ª) hábitos alimentares e controle de peso; 5ª) consumo de álcool e tabaco; 6ª) percepção de saúde e comportamento preventivo. Cabe ressaltar que, para aperfeiçoar e detalhar a forma de aplicação, um manual de instruções foi organizado e entregue a cada participante.

Em virtude das mudanças realizadas para o segundo inquérito, fez-se a análise de reprodutibilidade do questionário mediante o procedimento de teste-reteste, com intervalo de até duas semanas entre as aplicações. Por meio do software Stata® Standard Edition (versão 11.0), utilizou-se o índice de Kappa e a correlação de Spearman para mensurar o grau de reprodutibilidade das questões categóricas e contínuas, respectivamente. Dessa forma, os valores de R por unidade temática variaram de 0,51 a 0,96, tornando o instrumento válido e confiável para essa população (SILVA *et al.*, 2013).

### 3.4 LOGÍSTICA DO ESTUDO

A coleta de dados ocorreu no período de 15 de agosto a 15 de outubro de 2011. Após autorização formal da Secretaria de Estado da Educação de Santa Catarina (SEE-SC), foi estabelecido contato com as GEREDs com o intuito de comunicar aos gerentes acerca da realização do estudo. Sendo assim, solicitou-se o encaminhamento das seguintes providências: envio de uma comunicação oficial às escolas sorteadas

sobre o projeto de pesquisa e sua participação; envio dos envelopes com os termos de consentimento livre e esclarecido (TCLE) para cada escola e um comunicado aos gestores das escolas, informando-os que a equipe de pesquisa entraria em contato por telefone para esclarecer eventuais dúvidas, agendar a visita e informar os procedimentos de distribuição do TCLE.

Em outro momento, a fim de certificar o recebimento do material postado via malote da SEE-SC, foram efetuadas ligações telefônicas aos gerentes. No caso do não recebimento do material, o mesmo era reenviado via Sedex (da UFSC para as GEREDs), sendo procedido novo contato. Após os gerentes confirmarem o envio do material para as escolas sorteadas, um membro da equipe se responsabilizava por contatar o gestor da escola com o objetivo de verificar o recebimento do mesmo. Em casos de extravio ou não recebimento, postava-se outro Sedex diretamente para a escola, sob a responsabilidade de alguém previamente contatado.

Na carta enviada às escolas sorteadas, alguns esclarecimentos sobre o projeto eram elencados e, por contato telefônico, foram solicitadas aos gestores as seguintes informações referentes às turmas sorteadas: notificar sobre a visita da equipe de pesquisadores da UFSC para aplicação do questionário; distribuir os TCLE negativos e solicitar, aos alunos menores de 18 anos de idade, o encaminhamento deste aos seus responsáveis, esclarecendo que o mesmo deveria ser assinado apenas no caso de não aceitação em participar do estudo; recolher os TCLE no dia seguinte para ser entregue à equipe de coleta de dados.

O agendamento de visita às escolas, realizado por telefone, informava o dia, o horário e o nome dos integrantes da equipe de coleta que visitariam a mesma, estando esses devidamente uniformizados, com camisetas e crachás.

Em relação à coleta efetiva de dados, a equipe recebeu um treinamento com explicações a respeito do instrumento e do manual de instruções, procedido por uma instrutora devidamente capacitada. Neste período, reuniões eram realizadas com o objetivo de simular desde a abordagem ao gestor até a aplicação do questionário, bem como discutir e sanar possíveis dúvidas sobre o manual de aplicação. A equipe foi composta por 12 integrantes, sendo dois alunos de graduação, seis alunos de pós-graduação do curso de Educação Física da UFSC e quatro profissionais graduados em Educação Física e a organização dos grupos de trabalho de campo considerou um coordenador por região geográfica, líderes e estagiários.

Cada líder de equipe, identificado pelo crachá, carteira de identidade e camiseta do projeto, era responsável por levar o seu material de coleta de dados, que consistia na carta de apresentação do projeto; questionários; ficha de controle da coleta; banners explicativos; manual de instruções; canetas e corretivos; pranchetas; marcadores de página para os alunos; camisetas para os professores das turmas sorteadas e um livro sobre “Atividade Física, Qualidade de vida e Saúde” para ser doado à biblioteca de cada escola.

A equipe foi orientada a chegar na escola com, no mínimo, trinta minutos de antecedência em relação ao horário de início das atividades do projeto. Os membros, geralmente uma dupla por escola, recebiam camisetas, crachás, manual de instruções e um roteiro com informações a respeito da data e horário das coletas, especificação das turmas nas quais procederiam-se os trabalhos em campo e o nome da pessoa que os receberiam na escola. Ao chegar na escola, o líder verificava a quantidade de TCLE assinados e anotava na ficha de controle as recusas com seus motivos, como também, algumas informações pessoais do adolescente (sexo, idade).

A pesquisa foi realizada em sala de aula, sendo conduzida por um ou dois membros. Iniciava-se com a distribuição dos questionários e marcadores de texto e liam-se as orientações por bloco de perguntas aos entrevistados a fim de minimizar erros de compreensão e preenchimento. Ao término das instruções, a questão de número 20 (atividades esportivas) e os códigos de identificação (GEREDs, escola, turma e turno) eram preenchidos conjuntamente com o grupo. Além disso, banners explicativos para o preenchimento das questões sobre atividades esportivas no tempo de lazer, massa corporal e padrão de doses de bebidas alcoólicas foram afixados no quadro. Durante a aplicação, realizada por meio de entrevista coletiva, os alunos foram orientados a não rasurar, amassar ou dobrar o questionário, utilizar caneta azul ou preta e, em caso de preenchimento incorreto, utilizar o corretivo. Posteriormente, era feito o arquivamento dos questionários, mantendo-os em condições adequadas para a leitura ótica.

Em cada cidade onde era realizada a pesquisa, um dos integrantes da equipe era responsável por fazer um relatório acerca dos procedimentos de coleta, com descrição detalhada dos facilitadores, das dificuldades percebidas e de outros fatos substanciais para compreensão da realidade local.

## 3.5 VARIÁVEIS DO ESTUDO

No presente trabalho, foram utilizadas as questões referentes às seções de informações pessoais e de AF. Mais detalhes são apresentados no quadro 2.

**Quadro 2** – Descrição e categorização das variáveis do estudo. Santa Catarina, 2011 (n=6.529)

Variáveis	Forma de coleta	Categorização	R <sup>o</sup>	m <sup>o</sup> (%)
<b>Variáveis Dependentes</b>				
Gosto por AF*	“Eu gosto de fazer atividades físicas.” O que você diria desta afirmação:	Gosta (concorda totalmente + concorda em parte) / Não gosta (nem concorda, nem discorda + discorda em parte + discorda totalmente)	0,69	0,41
Preferência por atividades de lazer*	Qual a atividade de lazer de sua preferência?	Atividade física (esportes, danças, outras atividades de intensidade moderada a vigorosa) / Outras (jogos de mesa + assistir TV + jogar videogame + usar o computador + atividades culturais + atividades manuais + outras atividades)	0,72	1,62

Quadro 2 – Continuação

AF no tempo de lazer*	Preencha o quadro (questão 20, anexo A), informando a frequência e a duração de todas as atividades que você faz.	Depois de aplicada uma lista com 20 opções de resposta, categorizou-se a variável em: Realiza (alguma opção marcada, independente da frequência e da duração) / Não realiza (nenhuma opção marcada).	0,97	0,46
<b>Variáveis Independentes</b>				
Idade	Qual a sua idade, em anos?	15 / 16 / 17 / 18 / 19	0,96	0,00
Área de residência	A sua residência fica localizada na região/área:	Urbana / Rural	0,80	0,70
Arranjo familiar	Com quem você mora?	Mora com a família / Outros (sozinho + outros)	0,86	0,43
Turno de estudo	Preenchida pela equipe do projeto.	Diurno (manhã + tarde) / Noturno	1,00	0,00
Situação ocupacional	Você trabalha?	Sim (até 20 horas semanais + mais de 20 horas semanais) / Não	0,86	0,05
Renda familiar	Renda familiar mensal (total):	Até 2 salários mínimos / De 3 a 5 salários mínimos / 6 ou mais salários mínimos (6 a 10 salários mínimos + 11 ou mais salários mínimos)	0,83	1,16
Escolaridade da mãe**	Marque a alternativa que melhor indica o nível de estudo da sua mãe:	Minha mãe nunca estudou + não concluiu o ensino fundamental + concluiu o ensino fundamental / Não concluiu o ensino médio + concluiu o ensino médio / Não concluiu a faculdade + concluiu a faculdade	0,85	5,42

**Quadro 2 – Continuação**

<b>Variável Moderadora</b>				
Sexo	Qual o seu sexo?	Feminino / Masculino	0,96	0,00
<b>Variáveis de Controle</b>				
Estado de saúde	Em geral, você considera sua saúde:	Positivo (excelente + boa) / Negativo (regular + ruim + péssima)	0,64	0,23
Percepção de estresse	Como você descreve o nível de estresse em sua vida?	Alta (quase sempre + excessivamente estressado) / Baixa (às vezes + raramente estressado)	0,64	0,31
Sintomas de tristeza	Durante os últimos 12 meses, você se sentiu “muito triste” ou “sem esperança” quase todos os dias durante duas semanas seguidas ou mais, a ponto de você ter que parar de fazer suas atividades normais?	Sim / Não	0,66	1,09
Percepção de solidão	Durante os últimos 12 meses, com que frequência você se sentiu sozinho(a)?	Nunca + raramente / Algumas vezes + a maioria das vezes + sempre	0,70	0,17
Qualidade do sono	Com que frequência você considera que dorme bem?	Positiva (sempre + quase sempre) / Negativa (às vezes + quase nunca + nunca)	0,60	1,26

\* Em determinadas análises, também são variáveis de ajuste. \*\* Para a categorização da variável, desconsiderou-se o participante que não soube responder a questão. •

Valores de índice Kappa e de correlação de Spearman. ° Valores missing.

### 3.6 ANÁLISE DOS DADOS

Utilizou-se o software SPHYNX® (Sphynx Software Solutions Incorporation, Washington, Estados Unidos) para a tabulação dos dados, realizada por meio da leitura ótica dos questionários. Durante o processo, foi feita a primeira checagem para correção de erros e/ou inconsistências por meio de recursos disponíveis no próprio software, e após a conclusão da digitalização, procedeu-se com mais uma revisão e correção manual. Além disso, foi elaborado um banco de dados no programa Microsoft Office Excel versão 2007 com informações contidas na ficha de controle (registro de recusas, motivos, observações adicionais), bem como checagem manual da questão vinte de todos os questionários para digitação da duração precisa (escrita ao lado da questão) daqueles que ultrapassavam 99 minutos (limite permitido no questionário) de prática em alguma atividade esportiva no tempo de lazer.

As análises dos dados foram realizadas no programa estatístico Stata® Standard Edition, versão 13.0 para Microsoft® Windows™ (StataCorp LP, Estados Unidos). Com a utilização de recursos disponíveis no software, em todos os procedimentos estatísticos, considerou-se a metodologia para análises complexas e ponderação, acrescentando o prefixo “svyset” para incorporar estratos, conglomerados e peso da amostra. Além disso, todas as análises foram estratificadas por sexo, considerando que houve interação entre esta variável e aquelas independentes para os três desfechos. Empregou-se estatística descritiva (frequência absoluta e relativa) para caracterização da amostra e descrição das prevalências relacionadas ao gosto pela prática de AF, à preferência por atividades de lazer e à realização da AF no tempo de lazer, de acordo com o sexo dos adolescentes. Utilizaram-se também regressões logísticas binária (bruta e ajustada), com os valores expressos em *Odds Ratio* (OR) e seus respectivos intervalos de confiança de 95% (IC95%) para testar a associação entre os fatores sociodemográficos e as variáveis dependentes (gosto pela prática de AF, preferência por atividades de lazer e AF no tempo de lazer). O modelo de análise obedeceu a entrada simultânea das variáveis, com as seguintes variáveis de controle: estado de saúde, percepção de estresse, sintomas de tristeza, percepção de solidão e qualidade de sono. Quando analisado cada desfecho, os demais eram considerados variáveis de ajuste. Por exemplo, para a preferência por atividades de lazer, o gosto por AF e a realização deste comportamento ajustavam o modelo. Em contraposição,

quando a AF no tempo de lazer foi considerada variável dependente, verificou-se a interação entre as variáveis psicossociais a partir do teste de multiplicação de fatores e, havendo significância pelo p-valor, incluiu-se a interação no modelo como variável de ajuste. Para a interação, levou-se em consideração três categorias: 1<sup>a</sup>) aqueles que gostam e preferem AF, 2<sup>a</sup>) aqueles que gostam de AF, mas preferem outras atividades e 3<sup>a</sup>) os que não gostam de AF, independente da preferência por atividades de lazer, sendo esta última a categoria de referência para as análises. Em todas as análises, foi considerado nível de significância de 5%.

### 3.7 RECURSOS FINANCEIROS E PROCEDIMENTOS ÉTICOS

Obteve-se o financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa e Tecnologia do Estado de Santa Catarina (FAPESC), pelo edital FAPESC/MS-CNPq/SES-SC – 03/2010 PPSUS (Programa Pesquisa para o SUS). Além disso, contou-se com o apoio (duas bolsas de produtividade) do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e da Fundação de Amparo à Pesquisa e Extensão Universitária (FAPEU). Um relatório técnico-científico foi enviado à FAPESC, SEE-SC, Secretaria de Saúde do Estado de Santa Catarina (SES-SC) e às GEREDs.

O projeto “Estilo de Vida e Comportamentos de Risco de Jovens Catarinenses” - CompAC foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina, obtendo parecer favorável, sob processo de nº: 1029/2010 (Anexo C). O TCLE foi aplicado na versão negativa (Anexo D), em que os pais ou responsáveis legais somente o assinavam caso não concordassem com a participação de seus filhos na pesquisa. Este procedimento foi adotado com o intuito de reduzir as taxas de perdas e recusas entre os adolescentes participantes, em especial naqueles com baixa escolaridade (WALDMAN *et al.*, 2008).

Anteriormente a aplicação do questionário, algumas orientações gerais foram dadas aos estudantes quanto ao tipo de questionamento que seria conduzido, a importância e a voluntariedade da participação deles na pesquisa, a garantia do anonimato e do sigilo das informações coletadas. Os mesmos foram orientados a não escrever seus nomes nos questionários e, além disso, ressalta-se que a identificação das escolas sorteadas foi preservada.

## 4 RESULTADOS

### 4.1 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS E DE PERCEPÇÃO DE SAÚDE DA AMOSTRA

A tabela 2 apresenta as características sociodemográficas e de percepção de saúde da amostra. Dos 6.529 participantes, a maioria era do sexo feminino (57,81%), tinha entre 15 e 16 anos (60,70%), pertencia à área urbana (80,40%), morava com a família (97,62%) e estudava no turno diurno (74,34%). Houve maior proporção de adolescentes que trabalhavam (50,55%), com renda familiar de três a cinco salários mínimos (50,29%) e escolaridade materna até o ensino fundamental (54,44%). Maior parcela dos estudantes apresentava estado de saúde positivo (81,42%), baixa percepção de estresse (84,91%) e solidão (54,78%), poucos sintomas de tristeza nos últimos 12 meses (77,80%) e qualidade de sono positiva (65,52%).

Quando estratificado por sexo, a maioria dos rapazes e das moças permaneceu com idade entre 15 e 16 anos, era de área urbana, morava com a família e estudava no turno diurno. Grande parte possuía renda familiar de três a cinco salários mínimos e com escolaridade materna até o ensino fundamental. O estado de saúde, a percepção de estresse, os sintomas de tristeza e a qualidade de sono também foram semelhantes para ambos os sexos. Em contrapartida, para a situação ocupacional, identificou-se maior proporção de trabalhadores somente entre os rapazes (59,52%) e para a percepção de solidão, apenas para as moças (53,40%).

**Tabela 2** – Características sociodemográficas e de percepção de saúde da amostra. Santa Catarina, 2011 (n=6.529)

Variáveis	Geral			Rapazes (n=2.903)			Moças (n=3.626)		
	n	%	IC95%	n	%	IC95%	n	%	IC95%
<b>Idade (anos)</b>									
15	1.610	26,59	24,96; 28,29	668	25,24	22,93; 22,70	942	27,58	25,55; 29,71
16	2.229	34,11	32,31; 35,97	962	33,18	30,90; 35,55	1.267	34,80	32,63; 37,03
17	2.017	29,79	28,27; 31,35	892	29,61	27,28; 32,05	1.125	29,91	28,20; 31,69
18	531	07,64	06,59; 08,83	296	09,31	08,05; 10,75	235	06,41	05,10; 08,04
19	142	01,87	01,48; 02,36	85	02,66	01,96; 03,58	57	01,30	00,90; 01,86
<b>Área de residência</b>									
Urbana	4.946	80,40	75,71; 84,37	2.200	81,27	76,20; 85,46	2.746	79,76	74,99; 83,82
Rural	1.537	19,60	15,63; 24,29	684	18,73	14,54; 23,80	853	20,24	16,18; 25,01
<b>Arranjo familiar</b>									
Mora com a família	6.314	97,62	97,07; 98,07	2.833	98,38	97,73; 98,85	3.481	97,07	96,19; 97,75
Mora sozinho/outros	187	02,38	01,93; 02,93	60	01,62	01,15; 02,27	127	02,93	02,25; 03,81
<b>Turno de estudo</b>									
Diurno	3.945	74,34	70,19; 78,09	1.584	69,43	64,68; 73,80	2.361	77,92	73,77; 81,57
Noturno	2.584	25,66	21,91; 29,81	1.319	30,57	26,20; 35,32	1.265	22,08	18,43; 26,23

**Tabela 2 – Continuação**

---

<b>Situação ocupacional</b>										
Trabalha	3.656	50,55	47,80; 53,28	1.902	59,52	55,64; 63,28	1.754	43,99	40,96; 47,08	
Não trabalha	2.870	49,45	46,72; 52,20	1.000	40,48	36,72; 44,36	1.870	56,01	52,92; 59,04	
<b>Renda familiar</b>										
Até 2 salários mínimos	2.155	31,29	27,71; 35,11	719	22,42	19,39; 25,78	1.436	37,79	33,24; 42,57	
De 3 a 5 salários mínimos	3.167	50,29	47,94; 52,63	1.469	51,24	48,65; 53,81	1.698	49,59	45,95; 53,24	
6 ou mais salários mínimos	1.131	18,42	15,93; 21,20	690	26,34	22,96; 30,03	441	12,62	10,50; 15,09	
<b>Escolaridade da mãe</b>										
Ensino fundamental	3.612	54,44	49,75; 59,05	1.505	51,38	46,91; 55,83	2.107	56,61	51,27; 61,81	
Ensino médio	1.879	33,11	30,41; 35,94	861	34,63	32,03; 37,32	1.018	32,04	28,56; 35,73	
Ensino superior	684	12,45	09,80; 15,68	337	13,99	10,98; 17,67	347	11,35	08,70; 14,67	
<b>Estado de saúde</b>										
Positivo	5.330	81,42	79,87; 82,88	2.517	87,36	85,78; 88,79	2.813	77,09	74,26; 79,70	
Negativo	1.184	18,58	17,12; 20,13	378	12,64	11,21; 14,22	806	22,91	20,30; 25,74	
<b>Percepção de estresse</b>										
Raramente/às vezes	5.508	84,91	83,49; 86,23	2.582	90,37	88,98; 91,61	2.926	80,94	78,51; 83,15	
Sempre/quase sempre	1.001	15,09	13,77; 16,51	309	09,63	08,39; 11,02	692	19,06	16,85; 21,49	

---

**Tabela 2 – Continuação****Sintomas de tristeza**

Sim (últimos 12 meses)	1.490	22,20	20,88; 23,59	500	16,36	15,20; 17,58	990	26,47	24,50; 28,53
Não (últimos 12 meses)	4.968	77,80	76,41; 79,12	2.372	83,64	82,42; 84,80	2.596	73,53	71,47; 75,50

**Percepção de solidão**

Nunca/raramente	3.637	54,78	53,07; 56,48	1.926	66,01	63,34; 68,58	1.711	46,60	44,80; 48,12
Algumas vezes/a maioria/sempe	2.881	45,22	43,52; 46,93	969	33,99	31,42; 36,66	1.912	53,40	51,58; 55,20

**Qualidade do sono**

Positiva	4.258	65,52	63,07; 67,88	1.853	64,62	61,39; 67,72	2.405	66,17	63,27; 68,95
Negativa	2.189	34,48	32,12; 36,93	1.003	35,38	32,28; 38,61	1.186	33,83	31,05; 36,73

IC95%: intervalos de confiança de 95%.

## 4.2 GOSTO PELA PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS DOS ADOLESCENTES: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS

A distribuição geral dos adolescentes de acordo com o gosto pela prática de AF indicou que a maior proporção deles afirmou gostar totalmente ou parcialmente deste comportamento ativo (82,53%, IC95%: 81,16; 83,82). Rapazes apresentaram prevalência de 87,06% (IC95%: 85,25; 88,68) para o gosto por AF e moças, 79,21% (IC95%: 76,97; 81,28).

Quanto à distribuição do gosto por AF de acordo com os fatores sociodemográficos (tabela 3), observou-se que moças com 15 anos de idade afirmaram gostar mais de AF em relação àquelas com 19 anos. Ao confrontar os sexos, destaca-se que os rapazes apresentaram proporção do gosto pela AF superior que as moças, independente do turno de estudo e da situação ocupacional. Aqueles com 16 e 17 anos, residentes em área urbana, que moravam com a família, com renda até cinco salários mínimos e escolaridade materna até o ensino médio também obtiveram prevalências superiores quando comparados às moças.

Os resultados referentes às análises bruta e ajustada podem ser conferidos na tabela 4. Após ajuste dos dados para as variáveis direcionadas à percepção de saúde, de preferência por atividades de lazer e de AF no tempo de lazer, verificou-se que a OR de gostar de AF foi maior nos rapazes com renda familiar de três a cinco (OR: 1,53; IC95%: 1,07; 2,18) e seis ou mais salários mínimos (OR: 1,62; IC95%: 1,02; 2,56) em relação àqueles com até dois salários mínimos. Para o sexo oposto, moças com 19 anos apresentaram *odds* reduzida (OR: 0,28; IC95%: 0,14; 0,57) de gostar de AF em relação àquelas com 15 anos. Ainda, em relação aos seus pares, aquelas que trabalhavam tinham *odds* 1,45 vezes (IC95%: 1,17; 1,80) maior de gostar do comportamento ativo e as com renda familiar de três a cinco salários mínimos, 1,35 vezes (IC95%: 1,04; 1,75) maior em confronto àquelas com renda de até dois salários mínimos.

**Tabela 3** – Distribuição do gosto por atividades físicas de acordo com fatores sociodemográficos, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=5.346)

Variáveis	Rapazes (n=2.494)			Moças (n=2.852)		
	n	%	IC95%	n	%	IC95%
<b>Idade (anos)</b>						
15	561	86,00	82,40; 88,97	748	80,29	76,52; 83,59
16	828	86,64	83,38; 89,35	999	79,31	76,29; 82,04
17	774	88,28	85,51; 90,58	886	79,56	76,08; 82,65
18	261	88,28	83,12; 92,02	183	76,21	65,29; 84,51
19	70	84,54	73,68; 91,44	36	59,04	38,97; 76,48
<b>Área de residência</b>						
Urbana	1.896	87,34	85,33; 89,11	2.142	78,43	75,72; 80,92
Rural	587	86,48	83,43; 89,04	687	81,97	77,53; 85,69
<b>Arranjo familiar</b>						
Mora com a família	2.432	87,07	85,29; 88,66	2.736	79,08	76,82; 81,18
Mora sozinho/outros	53	87,87	72,53; 95,21	102	83,67	74,70; 89,88
<b>Turno de estudo</b>						
Diurno	1.373	87,64	85,19; 89,72	1.902	80,35	77,72; 82,73
Noturno	1.121	85,77	83,26; 87,95	950	75,18	71,31; 78,68
<b>Situação ocupacional</b>						
Trabalha	1.648	88,21	85,81; 90,25	1.419	81,36	78,40; 83,99
Não trabalha	846	85,50	82,92; 87,75	1.432	77,57	75,08; 79,89
<b>Renda familiar</b>						
Até 2 salários mínimos	602	84,79	81,57; 87,53	1.109	76,34	72,90; 79,47
De 3 a 5 salários mínimos	1.275	87,99	85,43; 90,15	1.374	81,43	79,06; 83,59
6 ou mais salários mínimos	599	87,66	83,61; 90,82	342	80,11	73,41; 85,45
<b>Escolaridade da mãe</b>						
Ensino fundamental	1.288	86,28	83,42; 88,72	1.676	79,78	77,09; 82,23
Ensino médio	766	89,61	87,30; 91,54	801	79,69	76,12; 82,84
Ensino superior	286	87,89	82,26; 91,92	271	79,33	72,56; 84,78

IC95%: intervalos de confiança de 95%.

**Tabela 4** – Análises bruta e ajustada do gosto por atividades físicas, de acordo com o sexo. Santa Catarina, 2011 (n=5.775)

Variáveis	Rapazes (n=2.520)				Moças (n=3.255)			
	Bruta		Ajustada		Bruta		Ajustada	
	OR	IC95%	OR	IC95%	OR	IC95%	OR	IC95%
<b>Idade (anos)</b>								
15	1,00		1,00		1,00		1,00	
16	1,06	0,73; 1,52	1,12	0,72; 1,73	0,94	0,71; 1,25	0,95	0,65; 1,40
17	1,23	0,85; 1,76	1,36	0,85; 2,17	0,96	0,74; 1,23	1,05	0,74; 1,49
18	1,23	0,77; 1,95	1,62	0,83; 3,16	0,79	0,45; 1,37	1,15	0,72; 1,83
19	0,89	0,44; 1,78	0,89	0,30; 2,65	0,35	0,17; 0,76	0,28	0,14; 0,57
<b>Área de residência</b>								
Urbana	1,00		1,00		1,00		1,00	
Rural	0,93	0,70; 1,22	0,81	0,56; 1,18	1,25	0,90; 1,74	1,01	0,72; 1,42
<b>Arranjo familiar</b>								
Mora com a família	1,00		1,00		1,00		1,00	
Mora sozinho/outros	1,08	0,40; 2,87	0,95	0,34; 2,65	1,35	0,79; 2,33	1,69	0,95; 3,02

**Tabela 5 – Continuação**

<b>Turno de estudo</b>								
Diurno	1,00		1,00		1,00		1,00	
Noturno	0,85	0,64; 1,13	1,09	0,75; 1,59	0,74	0,58; 0,95	0,93	0,69; 1,25
<b>Situação ocupacional</b>								
Não trabalha	1,00		1,00		1,00		1,00	
Trabalha	1,27	0,96; 1,68	1,11	0,72; 1,71	1,26	1,06; 1,51	1,45	1,17; 1,80
<b>Renda familiar</b>								
Até 2 salários mínimos	1,00		1,00		1,00		1,00	
De 3 a 5 salários mínimos	1,31	0,98; 1,77	1,53	1,07; 2,18	1,36	1,14; 1,62	1,35	1,04; 1,75
6 ou mais salários mínimos	1,27	0,84; 1,93	1,62	1,02; 2,56	1,25	0,82; 1,90	1,09	0,71; 1,69
<b>Escolaridade da mãe</b>								
Ensino fundamental	1,00		1,00		1,00		1,00	
Ensino médio	1,37	1,03; 1,83	1,25	0,90; 1,74	0,99	0,79; 1,25	1,02	0,76; 1,37
Ensino superior	1,15	0,72; 1,86	0,80	0,46; 1,40	0,97	0,67; 1,42	0,91	0,64; 1,29

OR: *odds ratio*. IC95%: intervalos de confiança de 95%. Ajustado para: estado de saúde, percepção de estresse, sintomas de tristeza, percepção de solidão, qualidade de sono, preferência por atividades de lazer e prática de atividade física no tempo de lazer.

#### 4.3 PREFERÊNCIA POR ATIVIDADES NO TEMPO DE LAZER: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS

A distribuição geral dos adolescentes de acordo com a preferência por atividades de lazer apontou que 35,79% (IC95%: 33,76; 37,87) dos participantes assinalaram a opção que envolvia a AF. A preferência por este comportamento representou 44,44% (IC95%: 41,05; 47,89) para os rapazes e 29,54% (IC95%: 27,06; 32,16) para as moças.

Na tabela 5, é possível observar a distribuição da preferência por AF de acordo com os fatores sociodemográficos. A preferência pelo comportamento ativo foi maior nos rapazes de 19 anos em comparação aos de 16 e entre aqueles que estudavam no turno diurno. Para as moças, aquelas que moravam em área rural e que trabalhavam também preferiam a AF como opção de lazer. Entre os sexos, evidencia-se que os rapazes preferiam mais AF que as moças, independente do turno de estudo, da situação ocupacional, da renda familiar e da escolaridade materna. Além disso, rapazes com até 18 anos de idade, residentes em área urbana e que moravam com a família também apresentaram prevalências superiores na preferência por AF em relação às moças.

Quanto aos resultados referentes à tabela 6, constatou-se que, após ajuste dos dados para as variáveis de percepção de saúde, gosto por AF e realização deste comportamento no tempo de lazer, os rapazes com 19 anos de idade tinham *odds* 2,48 vezes maior (IC95%: 1,09; 5,61) de preferir AF em relação aos de 15 e 16 anos. Em compensação, aqueles com renda familiar de seis ou mais salários mínimos tinham 0,70 vezes menos *odds* de preferir este comportamento (IC95%: 0,50; 1,00) quando confrontados com os de até dois salários mínimos. Nas moças, a *odds* de preferir AF no lazer foi 1,47 vezes maior (IC95%: 1,09; 1,98) naquelas que residiam em área rural e 1,31 vezes maior (IC95%: 1,06; 1,63) nas participantes que trabalhavam na época.

**Tabela 6** – Distribuição da preferência por atividades de lazer de acordo com fatores sociodemográficos, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=2.293)

Variáveis	Rapazes (n=1.222)			Moças (n=1.071)		
	n	%	IC95%	n	%	IC95%
<b>Idade (anos)</b>						
15	288	46,76	41,35; 52,25	290	30,90	26,07;36,19
16	398	42,01	37,61; 46,55	368	28,70	25,38; 32,27
17	368	43,97	38,74; 49,33	331	30,01	26,64; 33,61
18	125	42,97	36,00; 50,22	63	24,92	18,75; 32,31
19	43	63,62	47,58; 77,12	19	36,16	21,39; 54,11
<b>Área de residência</b>						
Urbana	908	44,22	40,40; 48,11	766	27,60	25,00; 30,36
Rural	309	45,99	39,74; 52,37	295	36,89	31,88; 42,19
<b>Arranjo familiar</b>						
Mora com a família	1.196	44,70	41,27; 48,18	1.029	29,43	26,94; 32,05
Mora sozinho/outros	22	29,74	18,35; 44,37	38	33,47	25,10; 43,02
<b>Turno de estudo</b>						
Diurno	706	46,97	42,99; 50,99	701	29,31	26,43; 32,37
Noturno	516	38,69	34,71; 42,82	370	30,38	26,76; 34,25
<b>Situação ocupacional</b>						
Trabalha	805	44,91	41,38; 48,50	573	33,15	30,10; 36,36
Não trabalha	417	43,81	38,84; 48,91	498	26,74	23,71; 30,00
<b>Renda familiar</b>						
Até 2 salários mínimos	309	46,87	42,48; 51,32	447	29,69	26,29; 33,34
De 3 a 5 salários mínimos	628	44,99	40,60; 49,46	487	29,54	26,61; 32,64
6 ou mais salários mínimos	271	41,12	35,38; 47,11	121	28,76	23,72; 34,38
<b>Escolaridade da mãe</b>						
Ensino fundamental	625	44,20	39,45; 49,06	643	30,66	27,56; 33,95
Ensino médio	363	43,88	40,29; 47,53	272	27,25	24,12; 30,61
Ensino superior	159	49,13	42,88; 55,41	104	29,64	24,90; 34,87

IC95%: intervalos de confiança de 95%.

**Tabela 7** – Análises bruta e ajustada da preferência por atividades de lazer, de acordo com o sexo. Santa Catarina, 2011 (n=5.775)

Variáveis	Rapazes (n=2.520)				Moças (n=3.255)			
	Bruta		Ajustada		Bruta		Ajustada	
	OR	IC95%	OR	IC95%	OR	IC95%	OR	IC95%
<b>Idade (anos)</b>								
15	1,00		1,00		1,00		1,00	
16	0,82	0,65; 1,05	0,78	0,57; 1,05	0,90	0,69; 1,18	0,90	0,66; 1,22
17	0,89	0,68; 1,17	0,91	0,65; 1,28	0,96	0,73; 1,26	0,99	0,70; 1,40
18	0,86	0,63; 1,17	0,80	0,57; 1,12	0,74	0,54; 1,03	0,97	0,67; 1,41
19	1,99	1,02; 3,88	2,48	1,09; 5,61	1,27	0,60; 2,68	2,16	0,91; 5,14
<b>Área de residência</b>								
Urbana	1,00		1,00		1,00		1,00	
Rural	1,07	0,80; 1,44	0,95	0,68; 1,31	1,53	1,20; 1,95	1,47	1,09; 1,98
<b>Arranjo familiar</b>								
Mora com a família	1,00		1,00		1,00		1,00	
Mora sozinho/outros	0,52	0,27; 1,02	0,55	0,24; 1,27	1,21	0,81; 1,79	1,15	0,75; 1,76

**Tabela 6 – Continuação**

<b>Turno de estudo</b>									
Diurno	1,00		1,00		1,00		1,00		
Noturno	0,71	0,58; 0,87	0,81	0,63; 1,03	1,05	0,85; 1,30	1,13	0,87; 1,45	
<b>Situação ocupacional</b>									
Não trabalha	1,00		1,00		1,00		1,00		
Trabalha	1,05	0,85; 1,28	1,17	0,91; 1,50	1,36	1,14; 1,62	1,31	1,06; 1,63	
<b>Renda familiar</b>									
Até 2 salários mínimos	1,00		1,00		1,00		1,00		
De 3 a 5 salários mínimos	0,93	0,75; 1,15	0,91	0,69; 1,21	0,99	0,82; 1,20	0,87	0,67; 1,12	
6 ou mais salários mínimos	0,79	0,59; 1,07	0,70	0,50; 1,00	0,96	0,72; 1,27	0,82	0,62; 1,09	
<b>Escolaridade da mãe</b>									
Ensino fundamental	1,00		1,00		1,00		1,00		
Ensino médio	0,99	0,81; 1,20	0,89	0,73; 1,09	0,85	0,69; 1,03	0,88	0,70; 1,12	
Ensino superior	1,22	0,92; 1,61	1,29	0,92; 1,81	0,95	0,73; 1,24	1,05	0,78; 1,40	

OR: *odds ratio*. IC95%: intervalos de confiança de 95%. Ajustado para: estado de saúde, percepção de estresse, sintomas de tristeza, percepção de solidão, qualidade de sono, gosto por atividade física e prática de atividade física no tempo de lazer.

#### 4.4 PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO DE LAZER: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS

A distribuição geral dos adolescentes conforme a prática de AF no tempo de lazer mostrou que 70,55% (IC05%: 68,20; 72,79) deles realizam alguma atividade neste contexto, independente da intensidade e da duração. Rapazes apresentaram prevalência de 85,28% (IC95%: 83,41; 86,98) e moças, 59,76% (IC95%: 56,32; 63,11).

Quanto à distribuição da AF no tempo de lazer de acordo com os fatores sociodemográficos, observados na tabela 7, rapazes estudantes no turno diurno realizavam mais este comportamento em comparação aos do turno noturno e aqueles com mães até o ensino fundamental, menos AF quando confrontados com as demais categorias de escolaridade materna. Moças com 18 anos de idade realizavam menos AF que as mais novas (15 a 17 anos), em contrapartida aquelas que estudavam no turno diurno praticavam mais este comportamento que as estudantes do período noturno. Adicionalmente, rapazes apresentaram proporção da prática de AF superior em todos os casos em confronto às moças.

Em relação aos resultados encontrados na tabela 8, verificou-se, após ajuste dos dados para as variáveis de percepção de saúde e para a interação entre gosto por AF e preferência por atividades de lazer, que rapazes que estudavam no turno noturno apresentaram menor *odds* para a prática deste comportamento frente aos do turno diurno (OR: 0,59; IC95%: 0,41; 0,85). Ainda, aqueles com mães que possuíam ensino médio apresentaram *odds* superior para a prática de AF (OR: 1,64; IC95%: 1,16; 2,30) em confronto aos seus pares. Para o sexo feminino, a *odds* de praticar AF foi menor entre aquelas com 17 (OR: 0,69; IC95%: 0,52; 0,93) e 18 anos (OR:0,39; IC95%: 0,24; 0,61) em comparação às mais novas (15 anos) e para as estudantes do turno noturno (OR: 0,59; IC95%: 0,44; 0,79). Além disso, moças com renda familiar de seis ou mais salários mínimos tinham *odds* 1,40 vezes (IC95%: 1,04; 1,88) superior de realizar o comportamento ativo em comparação àquelas com até dois salários mínimos.

**Tabela 8** – Distribuição da prática de atividade física no tempo de lazer de acordo com fatores sociodemográficos, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=4.576)

Variáveis	Rapazes (n=2.419)			Moças (n=2.157)		
	n	%	IC95%	n	%	IC95%
<b>Idade (anos)</b>						
15	572	87,22	84,18; 89,75	623	66,37	61,23; 71,16
16	830	87,27	84,59; 89,54	778	60,43	55,73; 64,94
17	714	83,19	79,69; 86,19	620	57,23	52,89; 61,46
18	235	80,47	73,88; 85,71	106	42,46	33,06; 52,44
19	68	82,25	69,45; 90,43	30	47,13	32,85; 61,90
<b>Área de residência</b>						
Urbana	1.817	84,81	82,73; 86,68	1.600	58,87	55,01; 62,63
Rural	588	87,90	83,81; 91,06	543	63,54	57,78; 68,93
<b>Arranjo familiar</b>						
Mora com a família	2.361	85,34	83,49; 87,01	2.085	59,98	56,49; 63,38
Mora sozinho/outros	51	86,13	70,29; 94,22	60	50,27	39,91; 60,61
<b>Turno de estudo</b>						
Diurno	1.387	88,04	85,94; 89,86	1.520	63,03	59,29; 66,61
Noturno	1.032	79,01	75,91; 81,81	637	48,28	42,56; 54,04
<b>Situação ocupacional</b>						
Trabalha	1.564	84,48	81,88; 86,76	1.038	59,01	54,85; 63,05
Não trabalha	855	86,58	84,14; 88,70	1.119	60,39	56,30; 64,35
<b>Renda familiar</b>						
Até 2 salários mínimos	600	84,87	81,74; 87,55	822	55,40	51,61; 59,13
De 3 a 5 salários mínimos	1.207	84,22	81,33; 86,74	1.028	61,58	56,38; 66,53
6 ou mais salários mínimos	589	87,38	83,77; 90,28	279	65,37	58,73; 71,47
<b>Escolaridade da mãe</b>						
Ensino fundamental	1.228	82,76	80,57; 84,74	1.248	58,87	54,74; 62,89
Ensino médio	747	88,46	85,17; 91,10	610	61,11	56,83; 65,22
Ensino superior	290	89,77	85,55; 92,86	222	63,39	55,38; 70,72

IC95%: intervalos de confiança de 95%.

**Tabela 9** – Análises bruta e ajustada da prática de atividade física no tempo de lazer, de acordo com o sexo. Santa Catarina, 2011 (n=5.775)

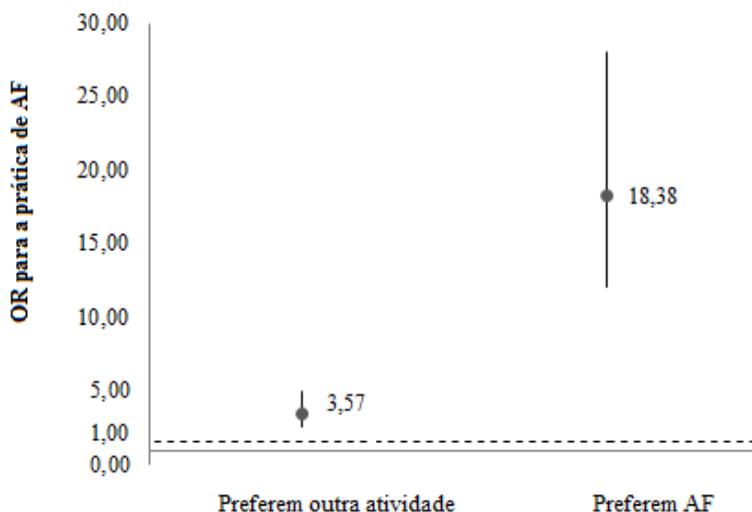
Variáveis	Rapazes (n=2.520)				Moças (n=3.255)			
	Bruta		Ajustada		Bruta		Ajustada	
	OR	IC95%	OR	IC95%	OR	IC95%	OR	IC95%
<b>Idade (anos)</b>								
15	1,00		1,00		1,00		1,00	
16	1,00	0,72; 1,40	1,11	0,78; 1,57	0,77	0,62; 0,97	0,81	0,62; 1,06
17	0,73	0,52; 1,01	0,73	0,50; 1,06	0,68	0,53; 0,87	0,69	0,52; 0,93
18	0,6	0,38; 0,96	0,78	0,44; 1,40	0,37	0,23; 0,60	0,39	0,24; 0,61
19	0,68	0,34; 1,34	0,63	0,22; 1,80	0,45	0,23; 0,89	0,71	0,32; 1,58
<b>Área de residência</b>								
Urbana	1,00		1,00		1,00		1,00	
Rural	1,30	0,91; 1,85	1,3	0,85; 1,98	1,22	0,93; 1,60	1,15	0,85; 1,53
<b>Arranjo familiar</b>								
Mora com a família	1,00		1,00		1,00		1,00	
Mora sozinho/outros	1,07	0,44; 2,62	1,53	0,51; 4,53	0,67	0,45; 1,01	0,84	0,56; 1,27

**Tabela 8 – Continuação**

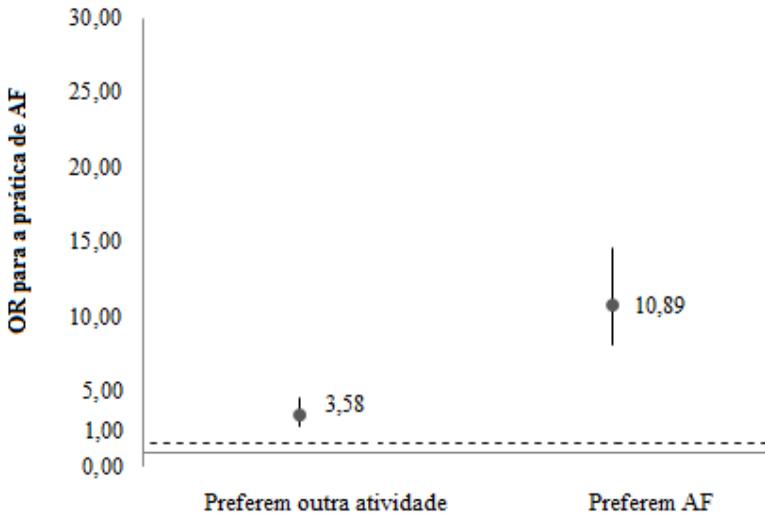
<b>Turno de estudo</b>								
Diurno	1,00		1,00		1,00		1,00	
Noturno	0,51	0,40; 0,66	0,59	0,41; 0,85	0,55	0,42; 0,71	0,59	0,44; 0,79
<b>Situação ocupacional</b>								
Não trabalha	1,00		1,00		1,00		1,00	
Trabalha	0,84	0,65; 1,10	0,86	0,63; 1,17	0,94	0,78; 1,14	1,01	0,79; 1,30
<b>Renda familiar</b>								
Até 2 salários mínimos	1,00		1,00		1,00		1,00	
De 3 a 5 salários mínimos	0,95	0,68; 1,33	0,91	0,61; 1,35	1,29	1,03; 1,62	1,12	0,87; 1,43
6 ou mais salários mínimos	1,23	0,82; 1,85	1,18	0,77; 1,82	1,52	1,11; 2,08	1,4	1,04; 1,88
<b>Escolaridade da mãe</b>								
Ensino fundamental	1,00		1,00		1,00		1,00	
Ensino médio	1,60	1,19; 2,14	1,64	1,16; 2,30	1,10	0,91; 1,33	1,06	0,84; 1,33
Ensino superior	1,83	1,27; 2,63	1,48	0,93; 2,36	1,21	0,85; 1,72	1,15	0,81; 1,64

OR: *odds ratio*. IC95%: intervalos de confiança de 95%. Ajustado para: estado de saúde, percepção de estresse, sintomas de tristeza, percepção de solidão, qualidade de sono, interação entre gosto por atividade física e preferência por atividades de lazer. \*Teste de heterogeneidade. \*\* Tendência linear.

Por fim, de acordo com a figura 2, é possível observar a razão de *odds* para a prática de AF no tempo de lazer a partir da interação entre gosto por AF e a preferência por atividades de lazer em rapazes e moças. Verificou-se que rapazes e moças que gostavam e preferiam AF tiveram *odds* 18,38 (IC95%: 12,04; 28,06) e 10,89 (IC95%: 8,12; 14,60) vezes maior, respectivamente, de realizar este comportamento no tempo de lazer em relação àqueles que não gostam de AF, independentemente da sua preferência. Para aqueles que gostavam de AF, mas relataram preferir outra atividade no lazer, a *odds* de realizar o comportamento ativo foi 3,57 (IC95%: 2,58; 4,94) vezes maior para os rapazes e 3,58 para as moças (IC95%: 2,75; 4,67).



**Figura 2a** – Interação entre gosto por atividades físicas e preferência por atividades de lazer nos rapazes (n=2.520)



**Figura 2b** – Interação entre gosto por atividades físicas e preferência por atividades de lazer nas moças (n=3.255)

OR: *odds ratio*. AF: atividade física. Categoria de referência: adolescentes que não gostam de atividade física, independente da preferência pelas atividades de lazer. Ajustado para: idade, área de residência, arranjo familiar, turno de estudo, situação ocupacional, renda familiar, escolaridade da mãe, estado de saúde, percepção de estresse, sintomas de tristeza, percepção de solidão e qualidade de sono.  $p < 0,001$ .

**Figura 2** – *Odds Ratio* para a prática de atividade física no tempo de lazer a partir da interação entre gosto por atividades físicas e preferência por atividades de lazer, estratificada pelo sexo. Santa Catarina, 2011 (n=5.775)

## 5 DISCUSSÃO

O presente estudo investigou a prevalência e os fatores sociodemográficos associados ao gosto pela prática de AF, à preferência por atividades de lazer e à AF no tempo de lazer em adolescentes catarinenses. Observou-se que a prevalência foi maior entre os rapazes tanto para os aspectos psicossociais relacionados à AF, quanto para a realização deste comportamento. Além disso, verificou-se que algumas variáveis sociodemográficas parecem estar mais fortemente associadas a estas atitudes e comportamento que outras.

Identificou-se maior prevalência para o gosto por AF nos rapazes quando confrontados com as moças, resultado este que vai ao encontro da literatura (BUTT *et al.*, 2011; HARDMAN *et al.*, 2013; HEARST *et al.*, 2012; KEATING *et al.*, 2005; SOARES *et al.*, 2011). Normalmente, indivíduos que apresentam expectativas positivas de um determinado comportamento gostam mais de praticá-lo (HASHIM; GROVE; WHIPP, 2008; SEEFELDT; MALINA; CLARK, 2002; WANKEL, 1997). Além disso, aqueles que têm maior autoeficácia costumam perceber menos barreiras ou sofrer menos influências para a realização de AF, tendem a buscar novos desafios e parecem gostar mais destas atividades (DISHMAN *et al.*, 2005; FU *et al.*, 2013). Isto acontece mais frequentemente entre os rapazes, que se percebem mais bem-sucedidos e competentes fisicamente, e está bem documentado nos estudos sobre os determinantes e correlatos da AF (BRUSTAD, 1996; FAIRCLOUGH, 2003; SEABRA *et al.*, 2013; WU; PENDER; NOUREDDINE, 2003).

Para a preferência por atividades de lazer, novamente, os rapazes apresentaram prevalência superior para a preferência por AF em relação às moças. Este achado corrobora com estudos desenvolvidos no Brasil (HARDMAN *et al.*, 2013; MATIAS *et al.*, 2012; SANTOS *et al.*, 2010) e internacionalmente (BRUYN; CILLESEN, 2008; MOTA; SANTOS; RIBEIRO, 2008). Tal achado pode ser explicado, parcialmente, por diferenças socioculturais e comportamentais dos adolescentes (MATIAS *et al.*, 2012; SEABRA *et al.*, 2008; SOUSA *et al.*, 2013). Enquanto os rapazes são encorajados, desde a infância, a realizar AF e explorar o ambiente físico, as moças, por sua vez, são mais estimuladas e expostas a atividades de caráter sedentário, como brincar com bonecas e ajudar nos afazeres domésticos (WEINBERG; GOULD, 1995; WOLD; HENDRY, 1998). Ainda, deve-se considerar que as atividades desempenhadas por questões voltadas à preferência, em que o

indivíduo tem a opção de escolha, em comparação àquelas realizadas por pressão externa, proporcionam mais prazer (TEIXEIRA *et al.*, 2012) e, conseqüentemente, estão mais sujeitas a se tornarem hábitos mesmo em frente a desafios (CALDWELL; WITT, 2011).

Nesse sentido, o presente estudo também verificou que os rapazes relataram praticar mais AF no tempo de lazer que as moças, corroborando com a literatura (CHEN; HAASE; FOX, 2006; DUMITH *et al.*, 2010; PAUDEL *et al.*, 2014; SEABRA *et al.*, 2008; SOUSA *et al.*, 2013). Embora as razões para as diferenças entre os sexos na participação em AF ainda não sejam claras para alguns pesquisadores (SEABRA *et al.*, 2008), nota-se que os rapazes, além de apresentarem mais atitudes positivas em relação à prática deste comportamento, parecem ser mais suscetíveis à realização de AF em função de alguns aspectos sociais (WEINBERG; GOULD, 1995; WOLD; HENDRY, 1998), culturais (WEINBERG; GOULD, 1995) e biológicos (BAR-OR; ROWLAND, 2004).

Quanto aos fatores sociodemográficos, constatou-se que a idade parece influenciar tanto no gosto pela AF quanto na preferência por atividades no lazer. Moças mais velhas (com 19 anos) apresentaram *odds* reduzida de gostar do comportamento ativo em relação às mais novas (15 anos). De acordo com Seabra e colaboradores (2008), a insatisfação e desinteresse adquiridos durante as aulas de Educação Física e diante ao conteúdo programático ministrado pode ser uma razão para a redução da prática de AF com o passar da idade, repercutindo, dessa forma, no gosto por este comportamento em diversos contextos que não apenas na escola (SALLIS *et al.*, 1999).

Para outros pesquisadores, as experiências advindas a partir da prática de AF podem exercer um papel relevante sobre as atitudes do indivíduo, de maneira a influenciar na forma como se sente e se percebe diante de sua participação nas atividades e afetar os hábitos a longo prazo (HEARST *et al.*, 2012). Se, desde a infância, o indivíduo apresentar baixos níveis de autoeficácia e gosto pela prática, por exemplo, suas atitudes sobre a AF podem permanecer com o avanço dos anos e, provavelmente, será mais difícil ou frustrante se tornar ativo e aprender a gostar desse comportamento (HEARST *et al.*, 2012). Em contraste, no presente trabalho, estes fatos não acontecem para os rapazes, em que não se observou diferenças significativas e demonstram estar de acordo com estudo de Hyndman e colegas (2014), o qual demonstra que a idade não pareceu afetar os valores de gosto, apesar de suas análises não terem sido estratificadas pelo sexo.

Quanto às possíveis associações da preferência por atividades de lazer com a idade, verificou-se apenas que rapazes de 19 anos tiveram *odds* maior de preferir AF em comparação aos de 15 e 16 anos, resultado semelhante ao de Hardman *et al.* (2013), em que adolescentes com mais idade apresentavam mais atitudes positivas relacionadas à AF. Rapazes mais velhos, apesar de não realizarem a prática (BERGMANN *et al.*, 2013; SEABRA *et al.*, 2008), podem preferi-la mesmo estando nos estágios de mudança de comportamento de contemplação e de preparação, em que ainda não possuem o comportamento ativo, mas têm a intenção de torná-lo um hábito (PROCHASKA *et al.*, 1994).

Outra possível explicação para os resultados encontrados pode estar vinculada ao momento no qual os adolescentes mais velhos se encontram, cuja transição para a vida adulta faz com que as obrigações voltadas ao estudo e/ou trabalho e à entrada na universidade mudem seu estilo de vida (ORTEGA *et al.*, 2013). Dessa maneira, apesar de preferirem AF, não conseguem realizá-la. Cabe destacar que os resultados aqui apresentados podem ter influência nos aspectos psicossociais em razão do número de participantes de 19 anos ter sido pequeno em ambos os sexos.

Para a prática de AF no tempo de lazer, observou-se uma tendência na redução deste comportamento com o aumento da idade para os rapazes somente na análise bruta e, para as moças, estes resultados também foram semelhantes após ajuste para as demais variáveis. Sabe-se que os níveis de AF têm diminuído com o avanço da idade (BERGMANN *et al.*, 2013; SEABRA *et al.*, 2008) e que este fato se justifica tanto pelos motivos anteriores quanto por fatores biológicos, principalmente relacionados com a baixa concentração de neurotransmissores, como noradrenalina, serotonina e dopamina, associados à motivação para a realização de determinados movimentos (INGRAM, 2000; THORBURN; PROIETTO, 2000). Os resultados aqui encontrados, apesar de algumas inconsistências com a literatura, podem ser explicados em função de particularidades da amostra.

Constatou-se que a área de residência parece influenciar somente na preferência por atividades de lazer no sexo feminino, indicando que moças que residiam em área rural tinham mais *odds* de preferir AF quando comparadas às de área urbana. Barr-Anderson *et al.* (2008), ao estudarem o gosto pela Educação Física em moças americanas, não encontraram associação desta atitude com a área geográfica e Hardman *et al.* (2013), embora não tenham analisado estes dados de acordo com sexo, também não observaram diferenças

significativas entre as atitudes positivas à AF (gosto e preferência) e a área de residência. Uma possível elucidação para os achados do trabalho em questão diz respeito às oportunidades dadas a essa população e até mesmo a questões de segurança, uma vez que moradores de área rural estão menos expostos à violência, como assaltos, homicídios e violência no trânsito. Além disso, a possibilidade de realizar AF não estruturada em ambientes rurais normalmente é maior, pois a mesma pode ser praticada em locais próximos das moradias de quem a realiza, diferentemente das áreas urbanas. Destaca-se também que, embora os locais destinados à prática de AF nas áreas rurais sejam mais distantes, são livres de tráfego (POTVIN; GAUVIN; NGUYEN, 1997).

Aaron e colaboradores (2002) reforçam que o envolvimento em atividades esportivas e recreativas deve ser voluntário e que só é aproveitado quando são dadas oportunidades para vivenciar estes comportamentos. Caso contrário, o adolescente que não experimentar a variedade de AF que lhe é oferecida possivelmente irá escolher ou preferir aquelas inativas. Nessa perspectiva, moças que residem em área rural aproveitam mais os espaços e opções de AF, enquanto aquelas de área urbana, também em função da falta de segurança (LOUREIRO *et al.*, 2010; SILVA *et al.*, 2015), optam por atividades sedentárias (GORDIA *et al.*, 2010) como ir ao shopping e conversar com as amigas (BRUYN; CILLESSEN, 2008; PFEIFER; MARTINS; SANTOS, 2010). A criação de ambientes que favoreçam o adolescente no sentido de ele se sentir mais confortável e confiante, como também de perceber menos barreiras para a prática, irá reforçar as atitudes positivas relacionadas ao comportamento ativo (HAGGER; CHATZISARANTIS; BIDDLE, 2002).

Morar com os pais ou com outras pessoas não apresentou diferenças significativas para os aspectos psicossociais e para a prática de AF no tempo de lazer, independente do sexo. Ainda que a família seja o principal agente capaz de influenciar nas atitudes e nos comportamentos de crianças e adolescentes, percebe-se que a escola, o trabalho e os colegas também apresentam papel importante na transmissão de valores e normas (BEAUCHAMP *et al.*, 2014; PFEIFER; MARTINS; SANTOS, 2010; SEABRA *et al.*, 2008; VONDRACEK; SKORIKOV, 1997). Assim, os adolescentes se afastam das pessoas que moram junto a eles e deixam de considerar os conselhos, normas, valores e atitudes daqueles que, antigamente, exerciam maior influência sobre eles (SANTOS *et al.*, 2010; SEABRA *et al.*, 2008). Isto acontece em razão do desenvolvimento do senso de

autonomia e da percepção de independência e faz com que o adolescente valorize mais os hábitos e comportamentos de outras pessoas, como professores, amigos e demais grupos (SEABRA *et al.*, 2008), influenciando suas atitudes (BRUYN; CILLESSEN, 2008) e seus hábitos saudáveis.

Para o turno de estudo, observou-se que moças estudantes no período diurno tinham mais *odds* de gostar de AF e que rapazes do mesmo turno apresentavam *odds* maior para a preferência por este comportamento em comparação àqueles do turno noturno. No entanto, essas diferenças perderam significância estatística após ajuste para as demais variáveis. Quando analisada a prática de AF no tempo de lazer como desfecho, verificou-se que tanto os rapazes quanto as moças estudantes do turno diurno apresentaram *odds* superior para este comportamento em confronto àqueles do turno noturno.

De acordo com Barr-Anderson *et al.* (2008), os programas de Educação Física desenvolvidos dentro das escolas têm o potencial de contribuir para que os adolescentes sejam mais ativos fisicamente, além de estimular, incentivar e motivar os alunos a manterem este comportamento em outros contextos. Porém, reconhece-se que as atividades realizadas no âmbito escolar variam de acordo com o turno, em especial pelo fato de o turno noturno ter, em sua maioria, estudantes trabalhadores (GORDIA *et al.*, 2010; SOUSA; OLIVEIRA, 2008), que deixam de participar das aulas de Educação Física (COELHO; OLIVEIRA, 2013) e que têm menos tempo livre para a realização de AF (GORDIA *et al.*, 2010). Além disso, a única oportunidade que alguns estudantes possuem para se engajar em AF é durante as aulas de Educação Física (NAHAS, 2010).

Outra característica marcante que diferencia os adolescentes de acordo com o turno de estudo é a trajetória escolar, em que parte daqueles que estudam durante a noite estão retornando à escola após período de abandono. Ainda, destaca-se que, apesar de grande parcela dos estudantes do turno noturno ser jovem, a escola tende a tratá-los e esperar dos mesmos um comportamento adulto (SOUSA; OLIVEIRA, 2008).

Embora a relação entre o turno escolar e os aspectos psicossociais voltados para a prática de AF e a própria realização do comportamento ativo careça de estudos, a distinção entre os turnos no tratamento dos alunos e no ensino é clara. Nesse sentido, a escola como um todo poderia contribuir de forma mais eficaz na oferta de atividades que despertem a curiosidade, o gosto e a preferência neste público.

Dessa forma, as atitudes positivas relacionadas ao comportamento ativo obtidas durante o período escolar podem exercer um papel relevante na manutenção de um estilo de vida ativo (KJØNNIKSEN; WOLD; FJØRTOFT, 2009).

Em relação à situação ocupacional, os resultados deste estudo indicaram que moças que trabalhavam tinham maior *odds* de gostar e de preferir AF quando confrontadas com as que não trabalhavam. Poucos estudos exploram esta questão nos adolescentes (DE BEM, 2003; VONDRACEK; SKORIKOV, 1997), principalmente associando esta variável com aspectos psicossociais (HARDMAN *et al.*, 2013), o que dificulta possíveis comparações. Explicações para o encontrado podem ter relação com o tipo e a carga de trabalho que elas exerciam (DE BEM, 2003), possibilitando mais estímulos para a prática de AF e, conseqüentemente, maior gosto pelo comportamento ativo, como também com a participação em atividades realizadas no tempo de lazer em locais particulares, como clubes e academias, as quais necessitam de pagamentos para serem executadas (FELDMAN *et al.*, 2003).

Para a preferência por AF no lazer, resultado semelhante foi encontrado em estudo de Hardman *et al.* (2013), contudo, ainda não fica claro por que isto acontece. Apesar de esses adolescentes terem seu tempo de lazer limitado em função do trabalho (HARDMAN *et al.*, 2013), as formas como eles vivenciam e valorizam este domínio parecem ter ligação com as atitudes voltadas à AF. Para os rapazes, uma vez que a situação ocupacional não tenha atuado de maneira significativa na percepção dos aspectos psicossociais, levanta-se a hipótese de que ainda haja outros fatores que influenciam no gosto pelo comportamento ativo e na sua preferência.

Este fato também ocorre em ambos os sexos quando analisada a AF no tempo de lazer, em que não foram encontrados valores significativos para a situação ocupacional. Ainda que alguns estudos tenham apresentado resultados contrários (DE BEM, 2003; TENÓRIO *et al.*, 2010), supõe-se que os achados do presente trabalho possam ter sido mascarados em função de não serem realizados testes de interação entre a variável de situação ocupacional e demais variáveis sociodemográficas e de percepção de saúde. Diante disso, reitera-se a necessidade de mais investigações acerca do tema, a fim de contribuir com explicações entre a relação destas variáveis, bem como com a busca de alternativas e investimentos que auxiliem na percepção positiva destas atitudes.

Ao analisar a renda familiar, rapazes nos estratos de renda superior tiveram mais *odds* de gostar de AF que aqueles com até dois salários mínimos. Não obstante, a situação se inverteu para a preferência do comportamento ativo, em que aqueles que tinham seis ou mais salários mínimos passaram a ter *odds* reduzida por esta atitude em relação aos menos favorecidos financeiramente. Para as moças, observou-se diferença significativa apenas para o gosto por AF, demonstrando que aquelas com renda de três a cinco salários mínimos tinham mais *odds* de gostar deste comportamento em comparação às menos favorecidas. Seabra e colaboradores (2013), ao investigarem crianças de oito a dez anos, identificaram que não houve diferenças para os rapazes independente do nível socioeconômico, mas as moças mais favorecidas economicamente pareciam se divertir mais que as de baixo poder aquisitivo. No entanto, observou-se que os participantes de classe média e alta percebiam mais a importância da AF que os de baixa renda e que isto poderia ser explicado pelo fato de as crianças de alto nível socioeconômico relatarem mais atitudes favoráveis ao comportamento ativo (Seabra *et al.*, 2013).

Outro aspecto a ser considerado é a *odds* reduzida de preferir AF, manifestada pelos rapazes com renda familiar de seis ou mais salários mínimos, e pode ser explicado de acordo com a qualidade do lazer (QUEIROZ; SOUZA, 2009). Segundo alguns estudos (MATIAS *et al.*, 2012; SARRIERA *et al.*, 2007; SILVA *et al.*, 2014), os adolescentes têm apresentado tempo excessivo e, em alguns casos, preferência superior para atividades sedentárias, evidenciando-se o tempo de tela, como utilizar o computador, assistir TV e jogar videogame. Sendo assim, com o advento das novas tecnologias (QUEIROZ; SOUZA, 2009), faz-se necessária a reflexão sobre a influência destas atividades para as atitudes relacionadas à AF, tendo em vista que adolescentes de maior renda familiar possuem mais acesso a estes equipamentos eletrônicos (SILVA *et al.*, 2014). Além disso, ressalta-se que as atividades realizadas no contexto do lazer muitas vezes não são as mesmas que os indivíduos gostariam de fazer (LARGURA, 2000) ou até mesmo aquelas que preferem.

Quando analisada a prática de AF no lazer, moças com maior renda (seis ou mais salários mínimos) tiveram *odds* superior para o comportamento ativo, resultado semelhante com a literatura, embora não se tenha estratificado os achados pelo sexo (SILVA; SILVA, 2008; SOUSA *et al.*, 2013). Este fato pode ter relação com a desigualdade no acesso à locais propícios para realização de AF e com a disponibilidade

de tempo para a prática deste comportamento (PAN *et al.*, 2009; SOUSA *et al.*, 2013). Adicionalmente, indivíduos com maior poder aquisitivo possuem maior suporte social e econômico capaz de proporcionar mais possibilidades e facilidades para a prática deste comportamento, que ocorre, normalmente, em locais particulares como clubes e academias (PAN *et al.*, 2009; SALLIS *et al.*, 1999).

Por fim, a escolaridade da mãe pareceu não afetar os aspectos psicossociais relacionados à AF nos rapazes e nas moças do presente trabalho, dado similar ao de Barr-Anderson *et al.* (2008) que, ao analisarem o gosto pela Educação Física, não encontraram diferença significativa entre as variáveis. Embora adultos com níveis mais elevados de escolaridade tenham a tendência de ser mais ativos fisicamente (PLOTNIKOFF *et al.*, 2004) e que este comportamento pode influenciar os hábitos e atitudes dos filhos (por meio do encorajamento, dos modelos parentais e até mesmo do próprio gosto dos pais pela AF) (ORNELAS; PERREIRA; AYALA, 2007; SEABRA *et al.*, 2008), novamente, supõe-se que a percepção dos aspectos psicossociais dos adolescentes provavelmente sofre influência de outros fatores. Em contrapartida, rapazes com mães que possuíam ensino médio completo ou incompleto apresentaram *odds* superior para a prática de AF em confronto àqueles com mães menos escolarizadas, reforçando que a escolaridade materna pode exercer um papel importante na prática deste comportamento, mesmo que não aja diretamente sobre os aspectos psicossociais.

Em relação à interação dos aspectos psicossociais para a prática de AF no tempo de lazer, rapazes e moças que relataram gostar e preferir este comportamento e que relataram gostar e preferir outra atividade tiveram maior *odds* de realizar AF no tempo de lazer em comparação àqueles que não gostavam de este comportamento, independente de sua preferência. Embora não se tenha encontrado estudos que tenham testado esta interação, evidencia-se o fato de que as atitudes positivas voltadas à prática de AF podem influenciar e condicionar o comportamento ativo do adolescente (CAETANO; JANUÁRIO, 2009; GRAHAM *et al.*, 2014; HARDMAN *et al.*, 2013; KEATING *et al.*, 2005). Nesse sentido, sugere-se que o gosto e a preferência, juntamente com outros aspectos psicossociais, sejam estimulados nos diferentes contextos deste público. Ainda, considerando a baixa prevalência na preferência por AF no presente estudo, destaca-se a necessidade de conhecer o estado motivacional do adolescente, para que, a partir do desenvolvimento de estratégias que visam a adoção e/ou

manutenção da AF, a percepção do gosto pelo comportamento ativo possa refletir também na sua preferência.

Diante do exposto, cabe evidenciar que este estudo apresentou contribuições relevantes sobre os aspectos psicossociais relacionados à AF e à própria realização deste comportamento, contribuindo para esclarecimentos na literatura e na realidade em que esses adolescentes estão inseridos. Como pontos fortes, destaca-se também a seleção e o tamanho da amostra, bem como sua representatividade. Além disso, reconhecendo que os comportamentos adotados durante a infância e a adolescência refletem na vida adulta e que a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo está associada a diversos fatores, como os psicossociais e sociodemográficos, os resultados encontrados poderão auxiliar na decisão de medidas sociais e educativas para que essa população incorpore a prática de AF no seu dia a dia e, conseqüentemente, passe a ter hábitos mais ativos a longo prazo.

Ainda que o estudo apresente informações expressivas para a área da AF, os resultados devem ser interpretados com cautela, tendo em vista algumas limitações da pesquisa. Inicialmente, o fato de o instrumento utilizar medidas subjetivas pode ocasionar a ocorrência da desejabilidade social, em que o indivíduo nem sempre responde aquilo que, de fato, representa sua realidade e seu comportamento. Outra questão diz respeito a forma de categorização da variável “gosto pela AF”, em que participantes que assinalaram a alternativa "nem concordo/nem discordo" foram agrupados na categoria que discordava da afirmativa. Apesar de o princípio da incerteza do estudante que assinalou essa opção de resposta poder ser usado para agrupá-lo na categoria que concordava com a afirmativa na dicotomização, optou-se por classificá-lo no grupo que discordava por querer considerar na primeira categoria apenas aqueles que manifestaram certeza sobre o gosto pelo comportamento ativo. Deve-se considerar também que o gosto pela prática de AF foi analisado em todos os seus domínios, enquanto que a preferência e a realização do comportamento ativo eram somente no contexto do lazer. Por fim, as informações retratadas não representam a realidade dos adolescentes matriculados em escolas públicas municipais e privadas, além daqueles com a mesma faixa etária, porém que não frequentam a escola.



## 6 CONCLUSÃO

Em relação às prevalências dos fatores psicossociais para a AF e da prática deste comportamento no tempo de lazer, verificou-se que aproximadamente oito em cada dez participantes relataram gostar de AF, quatro em cada dez, preferir o comportamento ativo e sete em cada dez, realizá-lo no tempo de lazer, com maiores prevalências nos rapazes para os três desfechos investigados.

Rapazes com renda de três a cinco e de seis ou mais salários mínimos gostavam mais de AF em relação aos com até dois salários. Moças com 19 anos de idade relataram gostar menos que as de 15 anos, e, em relação aos seus pares, as que trabalhavam e aquelas com renda familiar de três a cinco salários mínimos gostavam mais.

Para a preferência, os rapazes mais velhos preferiam mais o comportamento ativo em comparação aos mais novos e aqueles com maior renda familiar, menos em relação aos com até dois salários mínimos. Moças residentes em área rural e que trabalhavam também preferiam a AF quando confrontadas com seus pares.

Quanto à prática de AF no tempo de lazer, rapazes estudantes no turno diurno e que tinham mães com ensino médio completo ou incompleto apresentaram *odds* superior para a prática do comportamento ativo, assim como as moças do turno diurno e com renda familiar de seis salários mínimos ou mais. Ainda, aquelas com 17 e 18 anos tinham *odds* reduzida para a realização de AF.

Ainda, rapazes e moças que gostavam e preferiam AF tiveram *odds* 18,38 e 10,89 vezes maior, respectivamente, de realizar este comportamento em confronto àqueles que não gostavam de AF, independente de preferir ou não o comportamento. Para aqueles que gostavam de AF, mas preferiam outras atividades a *odds* de realizar o comportamento também foi maior.

Diante do apresentado, os achados do presente trabalho contribuem para uma maior compreensão sobre os aspectos psicossociais voltados para a AF e para a prática deste comportamento e seus correlatos sociodemográficos em rapazes e moças. Os resultados encontrados poderão favorecer o desenvolvimento de estudos futuros na área da AF, principalmente direcionados aos mediadores do comportamento ativo, e também o planejamento e a implantação de ações, no sentido de estimular o gosto, as opções de escolha do sujeito e os demais componentes psicossociais, e não somente a prática pela

prática, de forma a enaltecer o avanço em termos de promoção da saúde e de um estilo de vida mais ativo.

Reconhece-se que a adoção da prática de AF envolve uma série de fatores, porém salienta-se a importância dos aspectos psicossociais na aquisição deste comportamento, em especial do gosto pela prática de AF, que, no presente trabalho, apresentou maior relação com a realização do comportamento ativo. As experiências anteriores, o conhecimento dos benefícios da prática, a motivação, a autoeficácia e as atitudes – expressas pelo gosto e pela preferência – devem ser trabalhadas em conjunto, pois interagem entre si e estão mutuamente relacionadas.

Dessa forma, é necessário que as atividades desenvolvidas com os adolescentes, seja na escola, no trabalho ou no lazer, favoreçam a sua participação no sentido de encorajá-los no engajamento de comportamentos ativos. Para isso, é de extrema importância que as tarefas ou ações sejam apropriadas e que correspondam com o nível de competência do indivíduo, valorizando o seu esforço e a busca pela autossuperação para a obtenção do sucesso. A utilização de estratégias que permitam o desenvolvimento da autonomia do adolescente, assumindo-o como sujeito ativo e comprometido com a sua própria aprendizagem também pode ser um recurso para proporcionar mais atitudes positivas (CAETANO; JANUÁRIO, 2009).

Ainda, admitindo a influência dos pais, amigos, colegas e professores na adoção e manutenção da prática de AF, sugere-se que sejam dadas mais oportunidades de práticas aos adolescentes e de experiências em situações novas que envolvam o movimento, bem como mais opções de escolha, de forma a possibilitar maior interesse e dinamismo a este grupo e, conseqüentemente, potencializar hábitos mais ativos e saudáveis a curto e/ou a longo prazo.

## REFERÊNCIAS

- AARON, D. J.; STORTI, K. L.; ROBERTSON, R. J.; KRISKA, A. M.; LAPORTE, R. E. Longitudinal Study of the Number and Choice of Leisure Time Physical Activities From Mid to Late Adolescence: Implications for School Curricula and Community Recreation Programs. **Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine**, v. 156, n. 11, p. 1075-1080, 2002.
- AARTS, H.; PAULUSSEN, T.; SCHAALMA, H. Physical exercise habit: on the conceptualization and formation of habitual health behaviours. **Health Education Research**, v. 12, n. 3, p. 363-374, 1997.
- ALLISON, K. R.; ADLAF, E. M.; DWYER, J. J.; LYSY, D. C.; IRVING, H. M. The decline in physical activity among adolescent students: A cross-national comparison. **Canadian Journal of Public Health**, Toronto, v. 2, n. 98, p.97-100, 2007.
- AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION [AOTA]. Occupational therapy practice framework: domain and process 2nd edition. **American Journal of Occupational Therapy**, v. 62, n. 6, p. 625-683, 2008.
- ARMITAGE, C. J. Can the theory of planned behavior predict the maintenance of physical activity? **Health Psychology**, v. 24, n. 3, p. 235-245, 2005.
- AZEVEDO, M. R.; ARAÚJO, C. L.; SILVA, M. C.; HALLAL, P. C. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, n. 1, p. 69-75, 2007.
- AZEVEDO, M. R.; HORTA, B. L.; GIGANTE, D. P.; SIBBRITT, D. Continuidade da atividade física na Coorte de Nascimentos de 1982 de Pelotas. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 16, n. 2, p. 156-161, 2011.
- BARANOWSKI, T.; ANDERSON, C.; CARMACK, C. Mediating variable framework in physical activity interventions: How are we

doing? How might we do better? **American Journal of Preventive Medicine**, v. 15, n. 4, p. 266-297, 1998.

BAR-OR, O.; ROWLAND, T. W. **Pediatric exercise medicine**: from physiologic principles to health care application. Champaign: Human Kinetics, 2004.

BARR-ANDERSON, D. J. *et al.* But I like PE: factors associated with enjoyment of physical education class in middle school girls. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v. 79, n. 1, p. 18-27, 2008.

BARUFALDI, L. A.; ABREU, G. A.; COUTINHO, E. S. F.; BLOCH, K. V. Meta-analysis of the prevalence of physical inactivity among Brazilian adolescents. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 6, p. 1019-1032, 2012.

BAUMAN, A. E.; REIS, R. S.; SALLIS, J. F.; WELLS, J. C.; LOOPS, R. J.; MARTIN, B. W. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? **The Lancet**, v. 380, n. 9838, p. 258-271, 2012.

BEAUCHAMP, M. R. *et al.* Transformational Teaching and Adolescent Physical Activity: Multilevel and Mediation Effects. **International Journal of Behavioral Medicine**, v. 21, n. 3, p. 537-546, 2014.

BENGOECHEA, E. G.; JUAN, F. R.; BUSH, P. L. Delving into the social ecology of leisure-time physical activity among adolescents from south eastern Spain. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 10, n. 8, p. 1136-1144, 2013.

BERGH, I. H. *et al.* Personal and social-environmental correlates of objectively measured physical activity in Norwegian pre-adolescent children. **Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports**, v. 21, n. 6, p. e315-e324, 2011.

BERGMANN, G. G.; BERGMANN, M. L. A.; MARQUES, A. C.; HALLAL, P. C. Prevalence of physical inactivity and associated factors among adolescents from public schools in Uruguaiiana, Rio Grande do Sul State, Brazil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 29, n. 11, p. 2217-2229, 2013.

BERNSTEIN, E.; PHILLIPS, S. R.; SILVERMAN, S. Attitudes and perceptions of middle school students toward competitive activities in physical education. **Journal of Teaching in Physical Education**, v.30, n. 1, p.69-83, 2011.

BIDDLE, S. J. H.; GORELY, T.; MARSHALL, S. J.; CAMERON, N. The prevalence of sedentary behavior and physical activity in leisure time: a study of Scottish adolescents using ecological momentary assessment. **Preventive Medicine**, v. 48, n. 2, p. 151-155, 2009.

BIDDLE, S. J. H.; NIGG, C. R. Theories of exercise behavior. **International Journal of Sport Psychology**, v.31, n. 2, p.290-304, 2000.

BRAITHWAITE, R. E.; MCDANIEL, L.; REED, J. A. Gender differences within stages of exercise change. **California Association Health Physical Education, Recreation and Dance Journal**, v. 66, n. 2, p. 12-16, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2013. **Vigilância de fatores de risco e proteção para as doenças crônicas por inquérito telefônico**: estimativas sobre a frequência e distribuição sócio-demográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito federal em 2013. Brasília, 2014.

BRUG, J.; OENEMA, A.; FERREIRA, I. Theory, evidence and Intervention Mapping to improve behavior nutrition and physical activity interventions. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 2, n. 2, p. 1-7, 2005.

BRUSTAD, R. J. Attraction to physical activity in urban schoolchildren: Parental socialization and gender influences. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v. 67, n. 3, p. 316-323, 1996.

BRUYN, E. H.; CILLESSEN, A. H. N. Leisure activity preferences and perceived popularity in early adolescence. **Journal of Leisure Research**, v. 40, n. 3, p. 442-457, 2008.

BULT, M. K.; VERSCHUREN, O.; LINDEMAN, E.; JONGMANS, M. J.; KETELAAR, M. Do children participate in the activities they prefer? A comparison of children and youth with and without physical disabilities. **Clinical Rehabilitation**, v. 28, n. 4, p. 388-396, 2014.

BUTT, J.; WEINBERG, R. S.; BRECKON, J. D.; CLAYTOR, R. P. Adolescent physical activity participation and motivational determinants across gender, age, and race. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 8, n. 8, p. 1074-1083, 2011.

BYRNES, J. P. The development of decision-making. **Journal of Adolescent Health**, v. 31, n. 6, p. 208-215, 2002.

CAETANO, A.; JANUÁRIO, C. Motivação, teoria das metas discentes e competência percebida. **Pensar a Prática**, v. 12, n. 2, p. 1-12, 2009.

CALDWELL, L. L.; WITT, P. A. Leisure, recreation, and play from a developmental context. **New Directions for Youth Development**, v. 2011, n. 130, p. 13-27, 2011.

CAMARGO, Luiz Octavio de Lima. **Educação para o lazer**. São Paulo: Moderna, 1998.

CECCHINI, M.; SASSI, F.; LAUER, J. A.; LEE, Y. Y.; GUAJARDO-BARRON, V.; CHISHOLM, D. Tackling of unhealthy diets, physical inactivity, and obesity: health effects and cost-effectiveness. **The Lancet**, v. 376, n. 9754, p. 1775-1784, 2010.

CENTERS OF DISEASE CONTROL AND PREVENTION [CDC]. **Physical Activity and Health: The Benefits of Physical Activity**. 2011. Centers for Disease Control: Atlanta. Disponível em: <[http://www.cdc.gov/physicalactivity/everyone/health/index.html?s\\_cid=cs\\_284](http://www.cdc.gov/physicalactivity/everyone/health/index.html?s_cid=cs_284)>. Acesso em: 20 de abril de 2015.

CHATZISARANTIS, N.; HAGGER, M. S.; BIDDLE, S. J.; SMITH, B. The stability of the attitude-intention relationship in the context of physical activity. **Journal of Sports Sciences**, v. 23, n. 1, p. 49-61, 2005.

CHEN, L.; HAASE, A. M.; FOX, K. R. Physical activity among adolescents in Taiwan. **Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition**, v. 16, n. 2, p. 354-361, 2006.

COATSWORTH, J. D.; SHARP, E. H.; PALEN, L.; DARLING, N.; CUMSILLE, P.; MARTA, E. Exploring adolescent self-defining leisure activities and identity experiences across three countries. **International Journal of Behavioral Development**, v. 29, n. 5, p. 361-370, 2005.

COELHO, G. M.; OLIVEIRA, H. R. A educação física no ensino médio noturno e a promoção da saúde. **FIEP Bulletin On-line**, v. 83, n. 1, p. 1-7, 2013.

COULTER, M.; WOODS, C. B. An exploration of children's perceptions and enjoyment of school-based physical activity and physical education. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 8, n. 5, p. 645, 2011.

COURNEYA, K. S. Understanding readiness for regular physical activity in older individuals: an application of the theory of planned behavior. **Health Psychology**, v. 14, n. 1, p. 80-87, 1995.

CROCKER, P. R. E.; BOUFFARD, M.; GESSAROLI, M. E. Measuring enjoyment in youth sport settings: A confirmatory factor analysis of the Physical Activity Enjoyment Scale. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 17, n. 2, p.200-205, 1995.

DE BEM, M. F. L. **Estilo de Vida e Comportamentos de Risco de Estudantes Trabalhadores do Ensino Médio de Santa Catarina**. (Tese). Santa Catarina, Universidade Federal de Santa Catarina, 2003.

DE BOURDEAUDHUIJ, I.; SALLIS, J. Relative contribution of psychosocial variables to the explanation of physical activity in three population-based adult samples. **Preventive Medicine**, v. 34, n. 2, p. 279-288, 2002.

DEFORCHE, B. I.; DE BOURDEAUDHUIJ, I. M.; TANGHE, A. P. Attitude toward physical activity in normal-weight, overweight and obese adolescents. **Journal of Adolescent Health**, v. 38, n. 5, p. 560-568, 2006.

DISHMAN, R. K. *et al.* Enjoyment mediates effects of a school-based physical-activity intervention. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 37, n. 3, p. 478-487, 2005.

DUMAZEDIER, J. **Lazer e cultura popular**. São Paulo: Perspectiva, 1973.

DUMAZEDIER, J. **Sociologia empírica do lazer**. São Paulo: SESC, 1979.

DUMITH, S. C.; DOMINGUES, M. R.; GIGANTE, D. P.; HALLAL, P. C.; MENEZES, A. M. B.; KOHL, H. W. Prevalence and correlates of physical activity among adolescents from Southern Brazil. **Revista de Saúde Pública**, v. 44, n. 3, p. 457-467, 2010.

DUMITH, S. C. Physical activity in Brazil: a systematic review. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, sup. 3, p. S415-S426, 2009.

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

ERLICHMAN, J.; KERBEY, A. L.; JAMES, W. P. T. Physical activity and its impact on health outcomes. Paper 2: Prevention of unhealthy weight gain and obesity by physical activity: an analysis of the evidence. **Obesity Reviews**, v. 3, n. 4, p. 273-287, 2002.

ESCULCAS, C.; MOTA, J. Atividade física e práticas de lazer em adolescentes. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 5, n. 1, p. 69-76, 2005.

FAIRCLOUGH, S. Physical activity, perceived competence and enjoyment during high school physical education. **European Journal of Physical Education**, v. 8, n. 1, p. 5-18, 2003.

FELDMAN, D. E.; BARNETT, T.; SHRIER, I.; ROSSIGNOL, M.; ABENHAIM, L. Is physical activity differentially associated with different types of sedentary pursuits? **Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine**, v. 157, n. 8, p. 797-802, 2003.

FITZGERALD, M.; JOSEPH, A. P.; HAYES, M.; OREGAN, M. Leisure activities of adolescent schoolchildren. **Journal of Adolescence**, v. 18, n. 3, p. 349-358, 1995.

FORMIGA, N. S.; AYROZA, I.; DIAS, L. Escala das atividades de hábitos de lazer: construção e validação em jovens. **Psic: Revista de Psicologia da Vetor Editora**, v. 6, n. 2, p. 71-79, 2005.

FRANKISH, C. J.; MILLIGAN, C. D.; REID, C. A review of relationships between active living and determinants of health. **Social Science and Medicine**, v. 47, n. 3, p. 287-301, 1998.

FU, Y.; GAO, Z.; HANNON, J.; SHULTZ, B.; NEWTON, M.; SIBTHROP, J. Influence of a health-related physical fitness model on students' physical activity, perceived competence, and enjoyment. **Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement**, v. 117, n. 3, p. 956-970, 2013.

GABRIEL, K. K. P.; MORROW, J. R.; WOOLSEY, A. T. Framework for physical activity as a complex and multidimensional behavior. **Journal of Physical Activity and Health**, n. 9, suppl 1, p. S11-S18, 2012.

GLANZ, K.; RIMER, B. K.; VISWANATH, K. (Ed.). **Health behavior and health education: theory, research, and practice**. San Francisco: John Wiley & Sons, 2008.

GOMES, C. L.; PINTO, G. B. O lazer na velhice: reflexão sobre as experiências de um grupo de idosos. **Revista Kairós**, v. 9, n. 2, p. 113-133, 2006.

GORDIA, A. P.; QUADROS, T. M. B.; CAMPOS, W.; PETROSKI, E. L. Nível de atividade física em adolescentes e sua associação com variáveis sociodemográficas. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 10, n. 1, p. 172-179, 2010.

GRAHAM, D. J.; WALL, M. M.; LARSON, N.; NEUMARK-SZTAINER, D. Multicontextual correlates of adolescent leisure-time physical activity. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 46, n. 6, p. 605-616, 2014.

HAGGER, M. S.; CHATZISARANTIS, N. L. D.; BIDDLE, S. J. H. A meta-analytic review of the theories of reasoned action and planned behavior in physical activity: Predictive validity and the contribution of additional variables. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, v. 24, n. 1, p. 3-32, 2002.

HALLAL, P. C.; VICTORA, C. G.; AZEVEDO, M. R.; WELLS, J. C. Adolescent physical activity and health: a systematic review. **Sports Medicine**, v. 36, n. 12, p. 1019-1030, 2006.

HARDMAN, C. M.; BARROS, S. S. H.; ANDRADE, M. L. S. S.; NASCIMENTO, J. V.; NAHAS, M. V.; BARROS, M. V. G. Participação nas aulas de educação física e indicadores de atitudes relacionadas à atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 27, n. 4, p. 623-631, 2013.

HASHIM, H.; GROVE, R. J.; WHIPP, P. Validating the youth sport enjoyment construct in high school physical education. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v. 79, n. 2, p. 183-194, 2008.

HEARST, M. O.; PATNODE, C. D.; SIRARD, J. R.; FARBAKSH, K.; LYTLE, A. L. Multilevel predictors of adolescent physical activity: a longitudinal analysis. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 9, n. 8, p. 1-10, 2012.

HYNDMAN, B. P.; BENSON, A. C.; ULLAH, S.; FINCH, C. F.; TELFORD, A. Children's enjoyment of play during school lunchtime breaks: an examination of intraday and interday reliability. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 11, n. 1, p. 109-117, 2014.

INGRAM, D. K. Age-related decline in physical activity: generalization to nonhumans. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 32, n. 9, p. 1623-1629, 2000.

KEATING, X. D.; GUAN, J.; PIÑERO, J. C.; BRIDGES, D. M. A meta-analysis of college students' physical activity behaviors. **Journal of American College Health**, v. 54, n. 2, p. 116-126, 2005.

KIMIECIK, J. C.; HARRIS, A. T. What is enjoyment? A conceptual/definitional analysis with implications for sport and exercise

psychology. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 18, n.3, p. 247-263, 1996.

KJØNNIKSEN, L.; WOLD, B.; FJØRTOFT, I. Attitude to physical education and participation in organized youth sports during adolescence related to physical activity in young adulthood: a 10-year longitudinal study. **European Physical Education Review**, v. 15, n. 2, p. 139-154, 2009.

KNUTH, A. G. *et al.* Prática de atividade física e sedentarismo em brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) –2008. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, n. 9, p. 3697-3705, 2011.

LARGURA, W. A. N. Fontes de lazer em estudantes de primeiro e quinto anos de psicologia noturno. **Psico USF**, v. 5, n. 1, p. 73-85, 2000.

LEWIN, K. Group decision and social change. In: SWANSON, G. E.; NEWCOMB, T. M.; HARTLEY, E. L. (Ed.). **Readings in Social Psychology**. New York: Holt, p.459-473, 1952.

LEWIS, B. A.; MARCUS, B. H.; PATE, R. R.; DUNN, A. L. Psychosocial mediators of physical activity behavior among adults and children. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 23, n. 2, p. 26-35, 2002.

LONSDALE, C.; SABISTON, C. M.; RAEDEKE, T. D.; HA, A. S. C.; SUM, R. K. W. Self-determined motivation and students' physical activity during structured physical education lessons and free choice periods. **Preventive Medicine**, v. 48, n. 1, p. 69-73, 2009.

LOUREIRO, N.; MATOS, M. G.; SANTOS, M. M.; MOTA, J.; DINIZ, J. A. Neighborhood and physical activities of Portuguese adolescents. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 7, n. 1, p. 33-41, 2010.

MACIEL, M. G.; VEIGA, R. T. Intenção de mudança de comportamento em adolescentes para a prática de atividades físicas de lazer. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 26, n. 4, p. 705-16, 2012.

- MAIA, J. A.; LEFEVRE, J.; CLAESSENS, A.; RENSON, R.; VANREUSEL, B.; BEUNEN, G. Tracking of physical fitness during adolescence: a panel study in boys. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 33, n. 5, p. 765-771, 2001.
- MALTA, D. C.; SILVA JUNIOR, J. B. O Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil e a definição das metas globais para o enfrentamento dessas doenças até 2025: uma revisão. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 22, n. 1, p. 151-164, 2013.
- MARCUS, B. H. ; SIMKIN, L. R. The stages of exercise behavior. **The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness**, v. 33, n. 1, p. 83-88, 1993.
- MARCUS, B. H.; SIMKIN, L. R. The transtheoretical model: applications to exercise behavior. **Medicine and Science in Sports Exercise**, v. 26, n. 11, p. 1400-1404, 1994.
- MATIAS, T. S.; ROLIM, M. K. S. B.; SCHMOELZ, C. P.; ANDRADE, A. Hábitos de atividade física e lazer de adolescentes. **Pensar a Prática**, v. 15, n. 3, p. 551-820, 2012.
- MCHALE, S. M.; UPDEGRAFF, K. A.; KIM, J.; CANSLER, E. Cultural orientations, daily activities, and adjustment in Mexican American youth. **Journal of Youth and Adolescence**, v. 38, n. 5, p. 627-641, 2009.
- MELO, V. A. de; ALVES JÚNIOR, E. de D. **Introdução ao lazer**. São Paulo: Manole, 2003.
- MORAES, A. C.; GUERRA, P. H.; MENEZES, P. R. The worldwide prevalence of insufficient physical activity in adolescents; a systematic review. **Nutrición Hospitalaria**, v. 28, n. 3, p. 575-584, 2013.
- MOTA, J.; SANTOS, M. P.; RIBEIRO, J. C. Differences in leisure-time activities according to level of physical activity in adolescents. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 5, n. 2, p. 286-293, 2008.

MOTL, R. W.; DISHMAN, R. K.; SAUNDERS, R.; DOWDA, M.; FELTON, G.; PATE, R. R. Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 21, n. 2, p. 110-117, 2001.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. Londrina: Midiograf, 2010.

NAHAS, M. V.; GARCIA, L. M. T. Um pouco de história, desenvolvimentos recentes e perspectivas para a pesquisa em atividade física e saúde no Brasil. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 1, p. 135-148, 2010.

NASUTI, G.; RHODES, R. E. Affective judgment and physical activity in youth: review and meta-analyses. **Annals of Behavioral Medicine**, v. 45, n. 3, p. 357-376, 2013.

NEISTADT, M. E.; CREPEAU, E. B. **Willard e Spackman: terapia ocupacional**. Rio de Janeiro: Nona edição, 2002.

ORMROD, J.E. **Educational Psychology: developing learners**. 4th ed. Columbus, Ohio: Prentice Hall, 2002.

ORNELAS, I. J.; PERREIRA, K. M.; AYALA, G. X. Parental influences on adolescent physical activity: a longitudinal study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 4, n. 1, p. 3, 2007.

ORTEGA, F. B. *et al.* Objectively measured physical activity and sedentary time during childhood, adolescence and young adulthood: a cohort study. **PLoS One**, v. 8, n. 4, p. e60871, 2013.

PAN, S. Y.; CAMERON, C.; DESMEULES, M.; MORRISON, H.; CRAIG, C. L.; JIANG, X. H. Individual, social, environmental, and physical environmental correlates with physical activity among Canadians: a cross-sectional study. **BMC Public Health**, v. 9, n. 1, p. 21-32, 2009.

PATALL, E. A.; COOPER, H.; ROBINSON, J. C. The effects of choice on intrinsic motivation and related outcomes: a meta-analysis of

research findings. **Psychological Bulletin**, v. 134, n. 2, p. 270-300, 2008.

PAUDEL, S.; SUBEDI, N.; BHANDARI, R.; BASTOLA, R.; NIROULA, R.; POUDYAL, A. K. Estimation of leisure time physical activity and sedentary behaviour among school adolescents in Nepal. **BMC public health**, v. 14, n. 1, p. 637, 2014.

PERECIN, D.; FILHO, A. C. Efeitos por comparações e por experimento em interações de experimentos fatoriais. **Ciência e Agrotecnologia**, v. 32, n. 1, p. 68-72, 2008.

PERREIRA, J. V. Perspectivas do tempo livre para o lazer no Brasil. **Boletim de Intercâmbio**, v. 6, n. 32, p. 39-55, 1987.

PÉTER, S. *et al.* Lifestyle of Hungarian adolescents--observations among metropolitan secondary school students. **Annals of Nutrition and Metabolism**, v. 52, n. 2, p. 105-109, 2008.

PFEIFER, L. I.; MARTINS, Y. D.; SANTOS, J. L. F. A influência socioeconômica e de gênero no lazer de adolescentes. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 26, n. 3, p. 427-432, 2010.

PLONCZYNSKI, D. J. Measurement of motivation for exercise. **Health Education Research**, v. 15, n. 6, p. 695-705, 2000.

PLOTNIKOFF, R. C.; MAYHEW, A.; BIRKETT, N.; LOUCAIDES, C. A.; FODOR, G. Age, gender, and urban-rural differences in the correlates of physical activity. **Preventive Medicine**, v. 39, n. 6, p. 1115-1125, 2004.

POTVIN, L.; GAUVIN, L.; NGUYEN, N. M. Prevalence of stages of change for physical activity in rural, suburban and inner-city communities. **Journal of Community Health**, v. 22, n. 1, p. 1-13, 1997.

PRIMEAU, L. A.; PARHAM, L. D. **Recreação e terapia ocupacional**. São Paulo: Santos Editora, 2002.

PROCHASKA, J. O.; DiCLEMENTE, C. C.; NORCROSS, J. C. In Search of How People Change: Applications to the Addictive Behaviors. **American Psychologist**, v. 47, n. 2, p1102-1114, 1992.

PROCHASKA, J. O. *et al.* Stages of change and decisional balance for 12 problem behaviors. **Health Psychology**, v. 13, n. 1, p. 39, 1994.

PROCHASKA, J. O.; VELICER, W. F. The Transtheoretical Model of Health Behavior Change. **American Journal of Health Promotion**, v. 12, n. 1, p. 38-48, 1997.

PROCHASKA, J. J.; SALLIS, J. F.; SLYMEN, D. J.; MCKENZIE, T. L. A longitudinal study of children's enjoyment of physical education. **Pediatric Exercise Science**, v. 15, n. 2, p. 170-178, 2003.

PYLRO, S. C.; ROSSETTI, C. B. Atividades lúdicas, gênero e vida adulta. **Psico-USF**, v. 10, n. 1, p. 77-86, 2005.

QUEIROZ, M. N. G.; SOUZA, L. K. Atividades de lazer em jovens e adultos: um estudo descritivo. **Licere**, v. 12, n. 3, p. 1-21, 2009.

QUINN, G. P.; KEOUGH, M. J. Multifactor Analysis of Variance In: QUINN, G. P.; KEOUGH, M. J. **Experimental design and data analysis for biologists**, Cambridge: Cambridge University Press, 2002.

ROSENSTOCK, I. M. What research in motivation suggests for public health. **American Journal of Public Health**, v.50, n. 3, p.295-302, 1958.

ROTHMAN, A. J. Toward a theory-based analysis of behavioral maintenance. **Health Psychology**, v. 19, suppl. 1, p. 64-69, 2000.

SALLIS, J. F.; ALCARAZ, J. E.; MCKENZIE, T. L.; HOVELL, M. F. Predictors of change in children's physical activity over 20 months: variations by gender and level of adiposity. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 16, n. 3, p. 222-229, 1999.

SALLIS, J. F.; PROCHASKA, J. J.; TAYLOR, W. C. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 32, n. 5, p. 963-975, 2000.

SALMON, J.; OWEN, N.; CRAWFORD, D.; BAUMAN, A.; SALLIS, J. F. Physical activity and sedentary behavior: a population-based study of barriers, enjoyment, and preference. **Health Psychology**, v. 22, n. 2, p. 178, 2003.

SANTA CATARINA. Secretaria de Estado da Educação e do Desporto. Diretoria de Planejamento e Coordenação. Gerência de Estatística e Informática. **Censo Escolar 2010**. Florianópolis, 2011.

SANTOS, M. S.; HINO, A. A. F.; REIS, R. S.; RODRIGUEZ-AÑEZ, C. R. Prevalência de barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 13, n. 1, p. 94-104, 2010.

SARRIERA, J. C.; TATIM, D. C.; COELHO, R. P. S.; BÜCKER, J. Uso do tempo livre por adolescentes de classe popular. **Psicologia: reflexão e crítica**, v. 20, n. 3, p. 361-367, 2007.

SCANLAN, T. K.; SIMONS, J. P. The construct of enjoyment. In: ROBERTS, G. C. (Ed.). **Motivation in sport and exercise**. Champaign: Human Kinetics Publishers, p.119-215, 1992.

SCHERER, K. R. What are emotions? And how can they be measured? **Social Science Information**, v. 44, n. 4, p. 695-729, 2005.

SCHNEIDER, M.; COOPER, D. M. Enjoyment of exercise moderates the impact of a school-based physical activity intervention. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 8, n. 64, p.1-8, 2011.

SCHWARTZ, G. M. O conteúdo virtual do lazer: contemporizando Dumazedier. **Licere**, v. 2, n. 6, p. 23-31, 2003.

SEABRA, A. *et al.* Gender, weight status and socioeconomic differences in psychosocial correlates of physical activity in schoolchildren. **Journal of Science and Medicine in Sport**, v. 16, n. 4, p. 320-326, 2013.

SEABRA, A. F.; MENDONÇA, D. M.; THOMIS, M. A.; ANJOS, L. A.; MAIA, J. A. Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes Biological and socio-cultural determinants of physical activity in adolescents. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 24, n. 4, p. 721-736, 2008.

SEEFELDT, V.; MALINA, R. M.; CLARK, M. A. Factors affecting levels of physical activity in adults. **Sports Medicine**, v. 32, n. 3, p. 143-168, 2002.

SHAROT, T.; DE MARTINO, B.; DOLAN, R. J. How choice reveals and shapes expected hedonic outcome. **The Journal of Neuroscience**, v. 29, n. 12, p. 3760-3765, 2009.

SHERWOOD, N. E.; JEFFERY, R. W. The behavioral determinants of exercise: implications for physical activity interventions. **Annual Review of Nutrition**, v. 20, n. 1, p. 21-44, 2000.

SILVA, D. A. S.; LIMA, J. O.; SILVA, R. J. S.; PRADO, R. L. Nível de atividade física e comportamento sedentário em escolares. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 11, n. 3, p. 299-306, 2009.

SILVA, D. A. S.; SILVA, R. J. S. Padrão de atividade física no lazer e fatores associados em estudantes de Aracaju-SE. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 13, n. 2, p. 36-43, 2008.

SILVA, K. S.; LOPES, A. S.; DUMITH, S. C.; GARCIA, L. M. T.; BEZERRA, J.; NAHAS, M. V. Changes in television viewing and computers/videogames use among high school students in Southern Brazil between 2001 and 2011. **International Journal of Public Health**, v. 59, n. 1, p. 77-86, 2014.

SILVA, K. S. *et al.* Barriers associated with frequency of leisure-time physical activity among Brazilian adults of different income strata. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 1, p. 1-8, 2015.

SILVA, K. S. *et al.* Gender differences in the clustering patterns of risk behaviours associated with non-communicable diseases in Brazilian adolescents. **Preventive Medicine**, v. 65, p. 77-81, 2014.

SILVA, K. S. *et al.* Projeto COMPAC (comportamentos dos adolescentes catarinenses): aspectos metodológicos, operacionais e éticos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 15, n. 1, p. 1-15, 2013.

SLOVIC, P. The construction of preference. **American Psychologist**, v. 50, n. 5, p. 364-371, 1995.

SOARES, M. M.; LAZZAROTTO, A. R.; WACLAWOVSKY, G.; LANCHO, J. L. A. Estudo epidemiológico sobre os objetivos dos adolescentes com a prática de atividade físico-desportiva. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 17, n. 2, p. 88-91, 2011.

SOUSA, C. A. *et al.* Prevalência de atividade física no lazer e fatores associados: estudo de base populacional em São Paulo, Brasil, 2008-2009. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 29, n. 2, p. 270-282, 2013.

SOUSA, S. Z.; OLIVEIRA, R. P. Ensino Médio noturno: democratização e diversidade. **Educar**, n. 30, p. 53-72, 2008.

STOKOLS, D. Establishing and maintaining healthy environments: toward a social ecology of health promotion. **American Psychologist**, v. 47, n. 1, p. 6-22, 1992.

TASSITANO, R. M. **Impacto de uma Intervenção para o Aumento da Atividade Física e Consumo de Frutas, Legumes e Verduras em Estudantes Universitários: Ensaio Clínico Randomizado.** (Tese). Pernambuco, Universidade Federal de Pernambuco, 2013.

TEIXEIRA, P. J.; CARRAÇA, E. V.; MARKLAND, D.; SILVA, M. N.; RYAN, R. M. Exercise, physical activity, and self-determination theory: a systematic review. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 9, n. 1, p. 78, 2012.

TENÓRIO, M. C. M.; BARROS, M. V. G.; TASSITANO, R. M.; BEZERRA, J.; TENÓRIO, J. M.; HALLAL, P. C. Atividade física e

comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 13, n. 1, p. 105-117, 2010.

THORBURN, A. W.; PROIETTO, J. Biological determinants of spontaneous physical activity. **Obesity Reviews**, v. 1, n. 2, p. 87-94, 2000.

US DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES [USDHHS]. **Physical activity guidelines advisory committee report**. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services; 2008.

VAN DER HORST, K.; PAW, M. J. C. A.; TWISK, J. W. R.; VAN MECHELEN, W. A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 39, n. 8, p. 1241-1250, 2007.

VANCEA, L. A.; BARBOSA, J. M. V.; MENZES, A. S.; SANTOS, C. M.; BARROS, M. V. G. Associação entre atividade física e percepção de saúde em adolescentes: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 16, n. 3, p. 246-254, 2012.

VONDRACEK, F. W.; SKORIKOV, V. B. Leisure, school, and work activity preferences and their role in vocational identity development. **The Career Development Quarterly**, v. 45, n. 4, p. 322-340, 1997.

WALDMAN, E. A. *et al.* Inquéritos populacionais: aspectos metodológicos, operacionais e éticos. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 168, n. suplemento 1, p. 168-179, 2008.

WALLACE, K. A.; LAHTI, E. Motivation in later life: A psychosocial perspective. **Topics in Geriatric Rehabilitation**, v. 21, n. 2, p. 95-106, 2005.

WANKEL, L. M. The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. **International Journal of Sport Psychology**, v. 24, n. 2, p. 151-169, 1993.

WANKEL, L. M. "Strawpersons," selective reporting, and inconsistent logic: A response to Kimiecik and Narris's analysis of enjoyment.

**Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 19, n. 1, p. 98-109, 1997.

WEINBERG, R.; GOULD, D. Gender issues in sport and exercise. In: GISOLFI, C.; LAMB, D. **Foundation of sport and exercise psychology**. Indianapolis: Benchmark Press, p. 495-513, 1995.

WILLIAMS, D. M.; PAPANDONATOS, G. D.; NAPOLITANO, M. A.; LEWIS, B. A.; WHITELEY, J. A.; MARCUS, B. H. Perceived enjoyment moderates the efficacy of an individually tailored physical activity intervention. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 28, n. 3, p. 300-309, 2006.

WOLD, B.; HENDRY, L. Social and environmental factors associated with physical activity in young people. In: BIDDLE, S.; SALLIS, J.F.; CAVILL, N. **Young and active? Young people and health-enhancing physical activity** - evidence and implications. London: Health Education Authority, p. 119-32, 1998.

WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO]. **Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks**. Geneva, WHO, 2009.

WU, T.; PENDER, N.; NOUREDDINE, S. Gender differences in the psychosocial and cognitive correlates of physical activity among Taiwanese adolescents: a structural equation modeling approach. **International Journal of Behavioral Medicine**, v. 10, n. 2, p. 93-105, 2003.



8. Num dia típico de trabalho, como você descreve suas atividades?

- não trabalho  
 passo a maior parte do tempo sentado, sem realizar esforço físico  
 meu trabalho inclui caminhar esporadicamente e/ou realizar tarefas leves/moderadas  
 meu trabalho inclui atividades vigorosas (Intensas) ou longas caminhadas

9. Renda Familiar Mensal (total):

- até 2 salários mínimos  
 3 a 5 salários mínimos  
 6 a 10 salários mínimos  
 11 ou mais salários mínimos

10. Marque a alternativa que melhor indica o nível de estudo da sua mãe:

- minha mãe nunca estudou  
 minha mãe não concluiu o Ensino Fundamental (1º. grau)  
 minha mãe concluiu o Ensino Fundamental (1º. grau)  
 minha mãe não concluiu o Ensino Médio (2º. grau)  
 minha mãe concluiu o Ensino Médio (2º. grau)  
 minha mãe não concluiu a Faculdade  
 minha mãe concluiu a Faculdade  
 não sei



#### ATIVIDADES FÍSICAS E COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS

11. Qual a atividade de lazer de sua preferência? (marcar apenas uma opção)

- atividades físicas (esportes, danças, outros)       usar o computador  
 jogos de mesa (cartas, dominó, sinuca)       atividades culturais (cinema, teatro, apresentações)  
 assistir TV       atividades manuais (bordar, costurar, outros)  
 jogar videogame       outras atividades

**■** - Atividade física é qualquer movimento corporal que provoca um aumento nos seus batimentos cardíacos e na sua frequência respiratória. Pode ser realizada praticando esportes, fazendo exercícios, trabalhando etc.

12. Durante uma semana normal (típica), em quantos dias você pratica atividades físicas moderadas a vigorosas (atividade física no lazer, no trabalho e no deslocamento)?

- 0 dia     1     2     3     4     5     6     7 dias

13. Durante uma semana normal (típica), quanto tempo você pratica atividades físicas moderadas a vigorosas (atividade física no lazer, no trabalho e no deslocamento)?

- não pratico       menos de 30 minutos por dia  
 30 a 59 minutos por dia       60 minutos ou mais por dia

14. "Eu gosto de fazer atividades físicas." O que você diria desta afirmação:

- discordo totalmente       concordo em parte  
 discordo em parte       concordo totalmente  
 nem concordo, nem discordo

15. Considera-se fisicamente ativo o jovem que acumula pelo menos 60 minutos diários de atividades físicas moderadas a vigorosas 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



## 21. Quantas horas por dia você assiste TV:

	eu não assisto	menos de 1 hora	1 hora	2 horas	3 horas	4 horas ou mais
nos dias de aula (segunda a sexta-feira)	<input type="radio"/>					
nos finais de semana (sábado e domingo)	<input type="radio"/>					

## 22. Quantas horas por dia você usa computador e/ou joga videogame:

	eu não uso	menos de 1 hora	1 hora	2 horas	3 horas	4 horas ou mais
nos dias de aula (segunda a sexta-feira)	<input type="radio"/>					
nos finais de semana (sábado e domingo)	<input type="radio"/>					

## 23. Quanto tempo você gasta sentado, conversando com amigos, jogando cartas ou dominó, falando ao telefone, dirigindo ou como passageiro, tendo ou estudando (não considerar o tempo assistindo TV e usando computador e/ou videogame):

	menos de 1 hora por dia	1 hora	2 horas	3 horas por dia	4 horas ou mais
nos dias de aula (segunda a sexta-feira)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
nos finais de semana (sábado e domingo)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## PERCEPÇÃO DO AMBIENTE ESCOLAR E DA EDUCAÇÃO FÍSICA



## 24. Sua escola oferece aulas de Educação Física?

- sim, no período de aula  
 sim, no contraturno (fora do horário de aula)  
 não

## 25. Durante uma semana normal (típica), você participa de quantas aulas de Educação Física?

- eu não tenho       2       4 aulas ou mais  
 1       3       sou dispensado

## 26. De uma maneira geral, seus colegas são simpáticos e prestativos?

- sim       não

## 27. De uma maneira geral, você gosta do tempo que passa na escola?

- sim       não

## 28. Em geral, como você avalia o grupo de professores e administradores da sua escola?

- muito bom       bom       regular       ruim       muito ruim

## 29. Quais espaços físicos, para a prática de esportes e Educação Física, existem na sua escola? (Pode marcar mais de uma opção)

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> campo                           | <input type="checkbox"/> sala multiuso (dança, lutas e ginástica) |
| <input type="checkbox"/> ginásio ou quadra coberta       | <input type="checkbox"/> salão de jogos                           |
| <input type="checkbox"/> quadra de esporte sem cobertura | <input type="checkbox"/> outros _____                             |
| <input type="checkbox"/> piscina                         | <input type="checkbox"/> não existem                              |

## 30. De uma maneira geral, os espaços físicos existentes em sua escola estão em que condição?

- excelente       boa       regular       ruim       péssima       não existem

## 31. Sua escola oferece a prática de atividades esportivas (não inclui as aulas de Educação Física)?

- sim       não



### HÁBITOS ALIMENTARES E CONTROLE DE PESO

- As questões seguintes são sobre a frequência com que você consome alguns alimentos.  
- Nesta seção há perguntas sobre seu peso e altura.

32. Em quantos dias de uma semana normal você consome:

	0 dia	1	2	3	4	5	6	7 dias
- FRUTAS ou toma SUCOS NATURAIS de frutas	<input type="radio"/>							
- VERDURAS (saladas verdes, tomate, cenoura...)	<input type="radio"/>							
- SALGADINHOS (coxinha, pastel, batata frita...)	<input type="radio"/>							
- DOCES (bolos, tortas, sonhos, sorvetes...)	<input type="radio"/>							
- REFRIGERANTES	<input type="radio"/>							
- FEIJÃO com ARROZ	<input type="radio"/>							
- CARNE BOVINA	<input type="radio"/>							
- LEITE e/ou OUTROS derivados (iogurte, queijo...)	<input type="radio"/>							

33. Indique seu peso (kg)

PESO				
0	5	4	7	kg
<input type="radio"/> 0				
<input type="radio"/> 1				
<input type="radio"/> 2				
<input type="radio"/> 3				
<input type="radio"/> 4				
<input type="radio"/> 5				
<input type="radio"/> 6				
<input type="radio"/> 7				
<input type="radio"/> 8				
<input type="radio"/> 9				

34. Você está certo de seu peso corporal?

- sim  
 não

35. Você está satisfeito com seu peso corporal?

- sim  
 não, gostaria de aumentar  
 não, gostaria de diminuir

36. Indique sua altura (cm)

ALTURA		
1	6	7 cm
<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 0
<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 1
<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 2
<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 3
<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 4
<input type="radio"/> 5	<input type="radio"/> 5	<input type="radio"/> 5
<input type="radio"/> 6	<input type="radio"/> 6	<input type="radio"/> 6
<input type="radio"/> 7	<input type="radio"/> 7	<input type="radio"/> 7
<input type="radio"/> 8	<input type="radio"/> 8	<input type="radio"/> 8
<input type="radio"/> 9	<input type="radio"/> 9	<input type="radio"/> 9

### CONSUMO DE ÁLCOOL E TABACO



- Uma dose de bebida alcoólica corresponde a uma lata de cerveja, uma taça de vinho, uma dose de uísque, vodka, rum, cachaça, etc.

37. Durante uma semana normal (típica), em quantos dias você consome bebidas alcoólicas?

- 0 dia  
 1  
 2  
 3  
 4  
 5  
 6  
 7 dias

38. Durante uma semana normal (típica), nos dias em que você consome bebidas alcoólicas, quantas doses você consome por dia?

- nunca consumi bebidas alcoólicas  
 menos de 1 dose por dia  
 1 dose por dia  
 2 doses por dia  
 3 doses por dia  
 4 doses por dia  
 5 doses ou mais por dia



## ANEXO B – Autorização da Secretaria de Estado da Educação de Santa Catarina

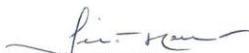


**ESTADO DE SANTA CATARINA**  
Secretaria de Estado da Educação  
Gabinete do Secretário  
Rua Antônio Luz, 111 – Centro – Florianópolis/SC – 048/3221.6142 – gabs@sed.sc.gov.br

### DECLARAÇÃO

Declaro, para os devidos fins e efeitos legais, que, objetivando atender às exigências para a obtenção de parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, e, como representante legal da Instituição, tomei conhecimento do Projeto de Pesquisa *Estilo de vida e comportamentos de risco dos jovens catarinenses/COMPAC 2*, e cumprirei os termos da Resolução CNS 196/96 e suas complementares, e, como esta Instituição apresenta condições para o desenvolvimento adequado do Projeto, autorizo sua execução nos termos propostos.

Florianópolis, 09 de setembro de 2009

  
Silvestre Heerd  
**Silvestre Heerd**  
Secretário de Estado da Educação  
Secretário de Estado  
da Educação

## ANEXO C – Parecer do Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (Inquérito 2011)

### Parecer Consubstanciado Nº: 1029/10

**Data de Entrada no CEP:** 15/09/2010

**Título do Projeto:** Estilo de Vida e Comportamentos de Risco dos Jovens Catarinenses - COMRAC 2

**Pesquisador Responsável:** Markus Vinícius Nêhas

**Pesquisador Principal:** Kelly Samara da Silva, Adair da Silva Lopes

**Propósito:** Doutorado

**Instituição onde se realizará:** Outras

### Objetivos (Preenchido pelo pesquisador)

Geral: Investigar e comparar aspectos do estilo de vida e a presença de comportamentos de risco à saúde em jovens catarinenses, depois de decorrida uma década. Específicos: 1. Comparar a prevalência de diferentes indicadores do estilo de vida e de comportamentos de risco à saúde apresentados pelos estudantes catarinenses, depois de decorrida uma década do primeiro inquérito. 2. Confrontar os determinantes individuais e ambientais para a prática de atividades físicas e de outros comportamentos entre os dois períodos de tempo. 3. Verificar possíveis mudanças nas preferências de atividades físicas moderadas a vigorosas e dos comportamentos sedentários nesta amostra. 4. Comparar características gerais da Educação Física escolar apresentadas nos dois inquéritos.

### Sumário do Projeto (Preenchido pelo pesquisador)

**Breve introdução/justificativa:** O conhecimento de indicadores positivos e de comportamentos de risco à saúde em jovens é relevante para subsidiar intervenções, no ambiente escolar e na comunidade em geral, para a promoção de um estilo de vida mais ativo. Além disso, é extremamente importante a obtenção de dados transversais repetidos, a fim de acompanhar mudanças no estilo de vida favoráveis e desfavoráveis à saúde e a qualidade de vida dos jovens.

**Tamanho da Amostra: (Indique como foi estabelecido):** A população será constituída por adolescentes de ambos os sexos, que estejam regularmente matriculados nas séries do Ensino Médio das escolas da rede pública estadual de Santa Catarina. Para garantir a representatividade da amostra serão consideradas as regiões geográficas (com inclusão das OIBs) como estrato e dois estágios de unidade amostral: a unidade será as escolas, estratificadas pelo porte (grande: maior ou igual a 500 alunos; médio: de 200 a 499 alunos e pequeno: menor que 200 alunos) e por último, serão selecionados, aleatoriamente, uma quantidade de turmas suficiente para garantir a representatividade da amostra, considerando-se a proporcionalidade dos alunos segundo o turno em que estudam. Como o número de estudantes matriculados no Ensino Médio no ano de 2010 (n= 185.314 mil) verificou-se que para os mesmos critérios estatísticos empregados será necessário um número de amostra mínimo (n= 2467 escolares). Como a

**Participantes / Sujeitos: (quem será o objeto da pesquisa):** Estudantes do Ensino Médio das escolas públicas do estado de Santa Catarina.

**Infraestrutura, do local onde será realizada a Pesquisa:** Escolas públicas estaduais de Santa Catarina.

**Procedimentos / intervenções: (de natureza ambiental, educacional, nutricional, farmacológica):** Serão aplicados questionários em sala de aula. Serão aferidas medidas antropométricas em espaço reservado. Além disso, em uma subamostra será mensurado o nível de atividade física por meio do acelerômetro.

### Último Parecer enviado

Enviado em: 25/09/2010

### Comentários

Estudo escrito e delineado adequadamente, com objetivos compatíveis com a metodologia e o pesquisador responsável tem a competência estabelecida curricularmente. A documentação está presente e o TCLE está elaborado corretamente. Os procedimentos do presente estudo estão de conformidade com as exigências éticas de pesquisa com seres humanos.

### Parecer

Aprovado

### Data da Reunião

27/09/2010

**ANEXO D – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido: Forma  
Negativa (Inquérito 2011)**

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS



**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Pesquisa: Estilo de Vida e Comportamentos de Risco dos Jovens Catarinenses – CompAC 2

Pesquisadores:

Prof. Dr. Markus Vinicius Nahas Fone: (48) 3721.7089

Prof. Dr. Adair da Silva Lopes Fone: (48) 3721.8532

Prof. Ms. Kelly Samara da Silva Fone: (48) 3721.8519

**Justificativa dos objetivos**

O Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde da Universidade Federal de Santa Catarina está realizando um estudo com objetivo de verificar a proporção de estudantes do ensino médio que estão expostos a fatores e comportamentos de risco à saúde, bem como reconhecer a extensão destes problemas e identificar os subgrupos de estudantes mais vulneráveis de modo a subsidiar a construção de políticas e programas de atenção ao estudante.

**Metodologia**

Os dados serão coletados através de um questionário simples que será respondido pelo estudante, sendo que este não precisará ser identificado, aspecto que visa garantir o anonimato e o sigilo das informações fornecidas. Este instrumento foi construído mediante adaptação de diversos instrumentos propostos por organizações internacionais, com o objetivo de permitir comparações dos dados obtidos em diferentes regiões e países.

**Riscos e desconfortos**

Os procedimentos utilizados neste protocolo de investigação não têm potencial para gerar desconforto e não há possibilidade de danos físicos.

**Benefícios**

Os resultados deste projeto contribuirão para a elaboração de uma campanha de saúde, incluindo orientação aos pais, professores das escolas e famílias. Os achados poderão subsidiar o planejamento de intervenções para promoção à saúde de estudantes do ensino médio do Estado de Santa Catarina.

**Direitos do sujeito pesquisado**

1. Direito de esclarecimento e resposta a qualquer pergunta;
2. Liberdade de abandonar a pesquisa a qualquer momento sem prejuízo para si;
3. Garantia de privacidade à sua identidade e do sigilo de suas informações.

**Dúvidas e esclarecimentos**

Caso precise de qualquer informação sobre o projeto, necessite esclarecer dúvidas ou queira falar sobre a participação no projeto entre em contato com os pesquisadores envolvidos ou com o Comitê de Ética da Universidade Federal de Santa Catarina pelo telefone (48) 37219206.

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”.

Encaminhe este formulário, assinado, para a Escola, se você NÃO concorda com a participação de seu filho(a).

Nome do estudante (seu filho)

Nome do Responsável

Assinatura do Responsável

Telefone(s) de contato

Não autorizo a participação do(a) meu(minha) filho(a) no estudo