

Influências na Educação Física

Adalberto Ferreira Junior
(Organizador)



 **Atena**
Editora

Ano 2018

Adalberto Ferreira Junior

(Organizador)

Influências na Educação Física

Atena Editora

2018

2018 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação e Edição de Arte: Geraldo Alves e Natália Sandrini

Revisão: Os autores

Conselho Editorial

- Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Profª Drª Juliane Sant’Ana Bento – Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

143	Influências na educação física [recurso eletrônico] / Organizador Adalberto Ferreira Junior. – Ponta Grossa (PR): Atena Editora, 2018. Formato: PDF. Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader. Modo de acesso: World Wide Web. Inclui bibliografia. ISBN 978-85-85107-92-5 DOI 10.22533/at.ed.925180212 1. Educação física – Estudo e ensino. I. Ferreira Junior, Adalberto. CDD 613.7
-----	---

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2018

Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

www.atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

Os profissionais de Educação Física devem compreender as diversas áreas de conhecimento, principalmente as ciências humanas e biológicas. Sendo assim, adquirir uma ampla fundamentação teórica é de extrema importância, tanto para a formação profissional quanto para sua aplicação no campo de atuação.

A obra “Influências na Educação Física” é um e-book composto por 35 artigos científicos, dividido em duas partes. A primeira intitulada “Aspectos das ciências humanas e suas contribuições com a Educação Física” apresenta reflexões sobre diversas temáticas como aspectos históricos, processo ensino-aprendizagem, epistemologia, psicologia, entre outros. A segunda parte intitula-se “Aspectos relacionados a saúde e empreendedorismo e suas contribuições com a Educação Física” e apresenta reflexões com ênfase na atividade física, saúde pública, qualidade de vida, epidemiologia empreendedorismo e promoção da saúde.

Este e-book reúne autores de todo o Brasil e de várias áreas do conhecimento. Os artigos abordam assuntos de extrema importância na Educação Física construindo assim um referencial sólido e diversificado, visando disseminar o conhecimento e promover reflexões sobre os temas investigados.

Por fim, desejo a todos uma excelente leitura

Adalberto Ferreira Junior

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1 1

A CRÍTICA DO COLONIALISMO NAS AMÉRICAS COMO PERSPECTIVA EPISTEMOLÓGICA NOS ESTUDOS DOS JOGOS INDÍGENAS PATAXÓ

Fábio Souza Vilas Boas

Thelmo de Carvalho Teixeira Branco Filho

Romeu Araujo Menezes

Francisco Eduardo Torres Cancela

DOI 10.22533/at.ed.9251802121

CAPÍTULO 2 8

A EDUCAÇÃO FAMILIAR DE ATLETAS DA REGIÃO DOS LAGOS E SUA INFLUÊNCIA SOBRE A ESCOLHA ESPORTIVA E DE VIDA

Ricardo de Mattos Fernandes

Alexandre Motta de Freitas

Pedro Souza Alcebiádes

DOI 10.22533/at.ed.9251802122

CAPÍTULO 3 21

A ESCOLA PROMOVENDO UM PROCESSO CIVILIZADOR NA INCLUSÃO DO ALUNO SURDO NA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Eliane Maria Morriesen

Juliane Retko Urban

Débora Barni de Campos

Antonio Carlos Frasson

DOI 10.22533/at.ed.9251802123

CAPÍTULO 4 30

A IMPORTÂNCIA DO XADREZ COMO FERRAMENTA PEDAGÓGICA NA ESCOLA

André Barbosa de Lima

Roberto Nobrega

DOI 10.22533/at.ed.9251802124

CAPÍTULO 5 41

ANÁLISE DOCUMENTAL DOS TRABALHOS ACADÊMICOS PUBLICADOS E EM ANDAMENTO OBTIDOS POR MEIO DAS AÇÕES DO PROJETO DE EXTENSÃO RUAS DE LAZER NA COMUNIDADE DA VILA DA BARCA NA CIDADE DE BELÉM-PA

Alex Anderson Braga Gonçalves

Luiz Leopoldino Gonçalves Neto

Paulo Victor Nascimento Torres

Maria De Nazaré Dias Bello

Mariela De Santana Maneschy

DOI 10.22533/at.ed.9251802125

CAPÍTULO 6 47

AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA VIA DE MÃO DUPLA?

Lígia Maria Bacelar Schuck Vicenzi

André Ribeiro da Silva

Vânia Lurdes Cenci Tsukuda

Maikel Schuck Vicenzi

Eldernan dos Santos Dias

Guilherme Lins de Magalhães

Jitone Leônidas Soares

DOI 10.22533/at.ed.9251802126

CAPÍTULO 7	58
COMPARATIVO ENTRE O PERFIL DE DESENVOLVIMENTO MOTOR DE ESCOLARES REPETENTES E NÃO REPETENTES NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL	
<i>Judite Filgueiras Rodrigues</i>	
<i>Carla Vasconcelos De Menezes</i>	
<i>Eder Menuzzi</i>	
<i>Lucas Kemmerich Dornelles</i>	
DOI 10.22533/at.ed.9251802127	
CAPÍTULO 8	66
DESENVOLVIMENTO DO BEISEBOL NO BRASIL	
<i>Montenegro Barreto Jesús José</i>	
DOI 10.22533/at.ed.9251802128	
CAPÍTULO 9	79
IMPLEMENTATION OF THE TEACHING PERSONAL AND SOCIAL RESPONSIBILITY MODEL THROUGH PHYSICAL ACTIVITY: A PILOT STUDY	
<i>Fábio Duarte Almeida</i>	
<i>Rosiane Karine Pick</i>	
DOI 10.22533/at.ed.9251802129	
CAPÍTULO 10	88
INICIAÇÃO ESPORTIVA E ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE: ALGUMAS PREOCUPAÇÕES	
<i>Euarda Fernanda Schorne Marques</i>	
<i>Carlos Kemper</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021210	
CAPÍTULO 11	96
INVESTIGANDO O E-SPORT: UMA NOVA TENDÊNCIA PARA JOVENS E ADULTOS	
<i>Vilmar Rodrigues dos Santos</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021211	
CAPÍTULO 12	103
O CONTEÚDO ESPORTE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DE DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DO SER	
<i>Vânia Lurdes Cenci Tsukuda</i>	
<i>André Ribeiro da Silva</i>	
<i>Ligia Maria Bacelar Schuck Vicenzi</i>	
<i>Maikel Schuck Vicenzi</i>	
<i>Guilherme Lins de Magalhães</i>	
<i>Eldernan dos Santos Dias</i>	
<i>Roberto Lister Gomes Maia</i>	
<i>Jitone Leônidas Soares</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021212	
CAPÍTULO 13	110
O ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A ERA DIGITAL: FERRAMENTAS TECNOLÓGICAS NA APRENDIZAGEM DISCENTE	
<i>Greici Fior</i>	
<i>Carmem Scorsatto Brezolin</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021213	

CAPÍTULO 14..... 122

O ENSINO DO CONTEÚDO DANÇA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: DIREITO, CONHECIMENTOS E POSSIBILIDADES

Welyza Carla da Anunciação Silva

Ronaldo Silva Júnior

Nilza Cleide Gama dos Reis

Antonio José Araujo Lima

DOI 10.22533/at.ed.92518021214

CAPÍTULO 15..... 133

O HISTÓRIO DA DANÇA E SUA IMPORTÂNCIA COMO UM DIREITO SOCIOCULTURAL ENQUANTO CONTEÚDO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: INTERVENÇÕES NO PROCESSO DE ENSINO APRENDIZAGEM

Welyza Carla da Anunciação Silva

Ronaldo Silva Júnior

Nilza Cleide Gama dos Reis

Antonio José Araujo Lima

DOI 10.22533/at.ed.92518021215

CAPÍTULO 16..... 142

O LEGADO AXIOLÓGICO DOS MEGAEVENTOS: APONTAMENTOS SOBRE A CONSTRUÇÃO PSICOLÓGICA DOS VALORES ESPORTIVOS

Vinícius Bozzano Nunes

DOI 10.22533/at.ed.92518021216

CAPÍTULO 17..... 151

O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM NAS MODALIDADES DE COMBATE

Cesar Augusto Barroso de Andrade

Danilo Bastos Moreno

João Airton de Matos Pontes

DOI 10.22533/at.ed.92518021217

CAPÍTULO 18..... 164

PERSPECTIVAS PARA DOCÊNCIA NO ENSINO SUPERIOR: A PRÁTICA PEDAGÓGICA EM DUAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS DO NORDESTE

Giselly dos Santos Holanda

Paula Roberta Paschoal Boulitreau

Rafaelle De Araújo Lima e Brito

Samara Rúbia Silva

Marcelo Soares Tavares de Melo

DOI 10.22533/at.ed.92518021218

CAPÍTULO 19..... 175

PRAÇAS: ESPAÇOS DE LAZER E SOCIABILIDADE EM BARRA DO GARÇAS-MT

Brenda Rodrigues da Costa

Minéia Carvalho Rodrigues

DOI 10.22533/at.ed.92518021219

CAPÍTULO 20..... 190

TERRITÓRIO, IDENTIDADE, LAZER E JOGOS INDÍGENAS PATAXÓ

Fábio Souza Vilas Boas

May Waddington Telles Ribeiro

Paulo Rogério Lopes

DOI 10.22533/at.ed.92518021220

CAPÍTULO 21	206
A DANÇA COMO CONTEÚDO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES	
<i>Wéveny Bryan da Silva Correia</i>	
<i>Morgana Alves Correia da Silva</i>	
<i>Lara Colognese Helegda</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021221	
CAPÍTULO 22	215
A SATISFAÇÃO DE CLIENTES E O PROCESSO DE FIDELIZAÇÃO EM UMA ORGANIZAÇÃO DO FITNESS	
<i>Christian Pinheiro Da Costa</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021222	
CAPÍTULO 23	225
ANÁLISE DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA COMO EMPREENDEDOR EM UMA ESCOLA DE ESPORTES NO DISTRITO FEDERAL	
<i>Kaê Fialho Coura</i>	
<i>Lucas Alves Oliveira</i>	
<i>Francielly Martins Prado</i>	
<i>Alexandre Lima de Araújo Ribeiro</i>	
<i>Américo Pierangeli Costa</i>	
<i>Leonardo Lamas Leandro Ribeiro</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021223	
CAPÍTULO 24	232
ATRIBUIÇÕES E IMPORTÂNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA SAÚDE PÚBLICA	
<i>Gildiney Penaves de Alencar</i>	
<i>Maria da Graça de Lira Pereira</i>	
<i>Thiago Teixeira Pereira</i>	
<i>Cristiane Martins Viegas de Oliveira</i>	
<i>Camila Souza de Moraes</i>	
<i>Gabriel Elias Ota</i>	
<i>Fabiana Maluf Rabacow</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021224	
CAPÍTULO 25	239
AVALIAÇÃO DA AGILIDADE COM ADOLESCENTES DE 13 A 16 ANOS PRATICANTES DE MODALIDADES ESPORTIVAS	
<i>Álvaro Luis Pessoa de Farias</i>	
<i>Divanalmi Ferreira Maia</i>	
<i>Marcos Antonio Torquato de Oliveira</i>	
<i>Mailton Torquato de Oliveira</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021225	
CAPÍTULO 26	246
AVALIAÇÃO DA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL EM PRATICANTES DE ARTES MARCIAIS	
<i>Ricardo Clemente Rosa</i>	
<i>Fabício Faitarone Brasilino</i>	
<i>Pedro Jorge Cortes Morales</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021226	

CAPÍTULO 27	254
ELETROMIOGRAFIA E A FADIGA MUSCULAR: ANÁLISE DA COMPREENSÃO DE ALUNOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS - REGIONAL CATALÃO	
<i>Raissa Cristina Pereira</i>	
<i>Neila Maria Mendes Borges</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021227	
CAPÍTULO 28	270
IDENTIFICAÇÃO DOS PRINCIPAIS PROBLEMAS DO APARELHO LOCOMOTOR QUE ACOMETEM OS TRABALHADORES DA INDÚSTRIA TÊXTIL	
<i>Rayssa Lodi Mozer</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021228	
CAPÍTULO 29	281
LESÃO POR PRESSÃO EM PACIENTES INTERNADOS EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA	
<i>Rafaela Trindade do Ó Caminha</i>	
<i>Maria do Livramento Silva Bitencourt</i>	
<i>Edienne Rosângela Sarmiento Diniz</i>	
<i>Davanice dos Santos</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021229	
CAPÍTULO 30	289
LEVANTAMENTO PRELIMINAR DO QUANTITATIVO DE ARTIGOS QUE APRESENTEM A PRÁTICA DA DANÇA DE SALÃO APLICADA EM PACIENTES ONCOLÓGICOS	
<i>Manuela Trindade Almeida</i>	
<i>Natália Silva da Costa</i>	
<i>Alanna Carolinne da Silva</i>	
<i>Peterson Marcelo Santos Yoshioka</i>	
<i>Mariela de Santana Maneschy</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021230	
CAPÍTULO 31	295
OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA CRIANÇAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL	
<i>Alana Simões Bezerra</i>	
<i>Lindalva Priscila de Sousa Lima</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021231	
CAPÍTULO 32	304
OS EFEITOS DA HIDROGINÁSTICA NA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS	
<i>Matheus Jancy Bezerra Dantas</i>	
<i>José Roberval de Melo Júnior</i>	
<i>Tháisa Lucas Filgueira Souza Dantas</i>	
<i>Paulo Victor dos Santos</i>	
<i>Julliane Tamara Araújo de Melo Campos</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021232	
CAPÍTULO 33	315
PREVALÊNCIA DE DTM E HÁBITOS PARAFUNCIONAIS EM ESTUDANTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR	
<i>Mathaus Andrey Cândido Custódio</i>	
<i>Anderson Santos Carvalho</i>	
<i>Washington Rodrigues</i>	
<i>Luis Carlos Nobre de Oliveira</i>	
<i>Ana Paula Nassif Tondato da Trindade</i>	
DOI 10.22533/at.ed.92518021233	

CAPÍTULO 34..... 324

PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

Elayne Silva de Oliveira
Francisca Bruna Arruda Aragão
Zilane Veloso de Barros
Camilla Silva Gonçalves
Cíntia Sousa Rodrigues
Emanuel Péricles Salvador

DOI 10.22533/at.ed.92518021234

CAPÍTULO 35..... 333

RELEVÂNCIA DO TREINAMENTO DE FORÇA E SUAS VARIÁVEIS NOS MAIS DIVERSOS OBJETIVOS

Gildiney Penaves de Alencar
Maria da Graça de Lira Pereira
Thiago Teixeira Pereira
Cristiane Martins Viegas de Oliveira
Camila Souza de Moraes
Gabriel Elias Ota

DOI 10.22533/at.ed.92518021235

SOBRE O ORGANIZADOR 342

PREVALÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

Elayne Silva de Oliveira

Universidade Federal do Maranhão- UFMA
Pinheiro- MA

Francisca Bruna Arruda Aragão

Universidade Federal do Maranhão- UFMA
São Luís- MA

Zilane Veloso de Barros

Universidade Federal do Maranhão- UFMA
São Luís- MA

Camilla Silva Gonçalves

Programa de Pós-Graduação em Educação
Física- UFMA
São Luís- MA

Cíntia Sousa Rodrigues

Universidade Federal do Maranhão- UFMA
São Luís- MA

Emanuel Péricles Salvador

Universidade Federal do Maranhão- UFMA
São Luís- MA

RESUMO: o presente estudo tem como objetivo avaliar o nível de atividade física (NAF) em universitários da área da saúde, assim como, verificar associações entre sexo e curso com o nível de atividade física. Trata-se de um estudo transversal, com amostra não probabilística, composta por 709 universitários, sendo 273 do sexo masculino e 436 do sexo feminino, com média de idade de 23,5 anos. Utilizou-se como

instrumento o questionário em formato online intitulado “ Mapa de Atividade Física e Saúde-MAFIS”. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva em forma de média, frequência e valores mínimos e máximos, para verificar associações entre sexo e curso com o nível de atividade física foi utilizado o teste de Qui quadrado. Os resultados indicam que a metade da amostra é inativo fisicamente (55,9%), apenas 44,1% dos universitários alcançam valores iguais ou superiores a 150 minutos de atividade física por semana, Os universitários do sexo masculino têm maior proporção de fisicamente ativos (56%).Pode-se concluir que grande parte dos universitários são inativos fisicamente, o que demonstra a necessidade de implantação de políticas e programas de incentivo a prática de atividade física e adoção de hábitos de vida saudáveis no universo acadêmico .

PALAVRAS-CHAVE: Nível de atividade física; Universitários; Saúde.

ABSTRACT: The objective of this study was to evaluate the level of physical activity (NAF) in university students in the health area, as well as to verify associations between sex and course with the level of physical activity. It is a cross-sectional study, with a non-probabilistic sample, composed of 709 university students, 273 males and 436 females, with a mean age of

23.5 years. The questionnaire was used in an online format entitled “Map of Physical Activity and Health - MAFIS”. Data were analyzed through descriptive statistics in the form of mean, frequency and minimum and maximum values, to verify associations between sex and course with the level of physical activity was used the chi square test. The results indicate that half of the sample is physically inactive (55.9%), only 44.1% of university students reach values equal to or greater than 150 minutes of physical activity per week. Male college students have a higher proportion of physically (56%). It can be concluded that most of the university students are physically inactive, which demonstrates the need to implement policies and programs to encourage the practice of physical activity and adoption of healthy living habits in the academic universe.

KEYWORDS: Physical activity level; College students; Cheers.

1 | INTRODUÇÃO

O avanço da área da saúde nas últimas décadas gerou acúmulo suficiente de evidências, permitindo afirmar que uma série de comportamentos considerados saudáveis, como níveis adequados de atividade física, alimentação saudável, redução do tabagismo e controle do estresse estão fortemente ligados a diminuição da morbidade por doença da artéria coronária, acidente vascular cerebral, hipertensão arterial, diabetes tipo 2, obesidade e depressão (PATE, 1995; HASKELL et al., 2007; LEE et al. 2012).

Níveis adequados de atividade física acabam sendo fator decisivo para a melhoria do estilo de vida e saúde das pessoas evidenciando melhorias como maior aptidão física, menor risco de desenvolver doenças cardiovasculares e crônico-degenerativas, aumento da sensação de bem-estar, menores gastos com saúde, menor risco de mortalidade precoce, entre outros vários benefícios^{4,5,6,7}. Em contrapartida, também é evidenciado em pesquisas que um estilo de vida sedentário associado a hábitos de vida inadequados (consumo de cigarro e bebidas alcóolicas, má alimentação, estresse etc.) levam ao aumento da prevalência de DCNT (MARTINS, 2000; GUEDES; GUEDES, 2001; PEIXOTO et al., 2006; GIGANTE; MOURA; SARDINHA, 2009).

Pesquisadores brasileiros analisaram dados de prevalência de inatividade física em 122 países e constataram que 31% da população no mundo com idade igual ou superior a 15 anos estão abaixo dos níveis recomendados de AF para a saúde. Além disto, constatou-se também que 41,55% da população no mundo com idade igual ou superior a 15 anos gasta várias horas do dia (4 horas ou mais) em comportamento sedentário, confirmando este como importante fator de risco à saúde (HALLAL e cols., 2012).

No Brasil, dados recém-publicados pela Pesquisa nacional de amostra por domicílios¹², constatou que seis em cada dez pessoas (62,1%) com 15 anos ou mais não praticaram esporte e/ou atividade física entre setembro de 2014 e 2015, contra

(37,9%) (PNAD, 2017).

No contexto das instituições de ensino superior, segundo Magalhães et al (2015) a população tende a ser composta por adultos jovens com maiores chances de desenvolver doenças como a diabetes mellitus tipo 2, devido a uma rotina acadêmica influenciada pela tecnologia e que exige pouco esforço físico, assim como pela alimentação rápida e prática. Conduta essa reforçado por estudos que mostram que alunos da área da saúde apresentam hábitos de vida inadequados, como alimentação desequilibrada e baixos níveis de atividade física (SANTOS, 2011; QUADROS, 2009).

Tendo em vista as altas prevalências de fatores de risco a saúde somada a grande quantidade de conhecimento adquirido sobre os benefícios de um estilo de vida fisicamente saudável, identificar comportamentos relacionados a saúde na população universitária, representa o início de tomada de decisões para se propor políticas e estratégias que possam proporcionar a comunidade, mudança de hábitos e aplicação de intervenções para a promoção da atividade física.

Assim, o presente estudo tem como objetivo, avaliar o nível de atividade física (NAF) em universitários da área da saúde de uma universidade pública, assim como, verificar associações entre sexo e curso com o nível de atividade física.

2 | MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho trata-se de um estudo transversal, com amostra não probabilística, constituída por 709 universitários, 273 homens (38,5%) e 436 mulheres (61,4%), com idade mínima de 18 anos e máxima de 57 anos, regularmente matriculados nos cursos de graduação do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde- CCBS da Universidade Federal do Maranhão, A coleta de dados foi realizada entre os meses de dezembro de 2016 a fevereiro de 2017.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFMA (parecer nº: 1.854. 595) via Plataforma Brasil, atendendo as determinações contidas na Resolução CNS nº 466/12 e outras correlatas do Conselho Nacional de Saúde para pesquisas envolvendo seres humanos. Todos participantes foram informados sobre os objetivos e procedimentos aos quais seriam submetidos e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido- TCLE.

Utilizou-se como instrumento um questionário em formato online intitulado “Mapa de Atividade Física e Saúde- MAFIS” de autoria dos pesquisadores, composto por 41 perguntas relacionadas a quatro blocos temáticos, além das perguntas de identificação do usuário: a) Nível de atividade física habitual e atual; b) Potencial para mudança do nível de atividade física; c) Auto eficácia; e d) Preferências para a prática de atividade física e apoio social.

Por se tratar de uma pesquisa em ambiente *online*, optou-se por organizar e dispor o instrumento na plataforma gratuita de formulários google, a mesma além de possibilitar a criação de questionários, armazena as informações coletadas.

Inicialmente para realizar a coleta dos dados, solicitou-se da Pro-reitoria de ensino da universidade, a lista completa dos e-mails dos estudantes matriculados no semestre 2016.2. Em seguida foram enviados e-mails com os convites e link com endereço eletrônico para ter acesso ao questionário MAFIS, o TCLE foi anexado no início do questionário, após leitura e consentimento acerca do estudo, o sujeito ao responder que “sim” tem interesse em participar, eram carregadas e disponíveis o conteúdo para resposta, caso a resposta fosse “não”, aparecia uma mensagem de agradecimento e o questionário não poderia ser acessado.

Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva em forma de média, frequência (percentual) e valores mínimos e máximos, para verificar associações entre sexo e curso com o nível de atividade física foi utilizado o teste de Qui quadrado. O nível de significância adotado foi de 5% no programa SPSS, versão 23.0.

A análise do nível de atividade física ficou restrita à variável atividade física no lazer. Para isto, foi elaborado um escore de atividade física semanal, no qual foi calculada frequência semanal (dias) pela duração média (minutos) multiplicada pelo peso da atividade (1 = leve a moderada; 2 = moderada a vigorosa; 1,5 = que se encaixem nos dois tipos), sendo os sujeitos classificados, após os cálculos de acordo com o escore obtidos em minutos, no qual, a) = 0 minutos/semana – inativo b) < 150 minutos/semana – insuficientemente ativo; c) \geq 150 minutos/semana – fisicamente ativo e d) = > 300 minutos/semana – muito ativo.

3 | RESULTADOS

No semestre 2016.2 haviam regularmente matriculados nos 09 cursos de graduação do CCBS da UFMA- campus Bacanga, 2.843 estudantes, todos foram convidados a participar do estudo, destes 715 leram as mensagens enviadas por e-mail, sendo que 709 aceitaram participar e 6 recusaram.

A amostra então ficou composta por 709 universitários de 18 a 57 anos, destes 80,8% com idade compreendida entre 18 a 25 anos. Quanto ao sexo, ficou representada prioritariamente por mulheres (61,4%).

A Tabela 1 mostra a classificação do nível de atividade física no tempo livre (NAFTL), na qual se observa que 55,9% da amostra foi classificada como inativa ou insuficientemente ativa, ou seja, não alcançam as recomendações de 150 minutos por semana. 44,1% se enquadram na classificação de ativos ou muito ativos.

		Nível AFTL	
		n	%
Classificação	Inativo 280		40,8
	Insuficientemente ativo 108		15,1
	Ativo 176		24,6
	Muito ativo 139		19,4
Total 709			100,0

Legenda: NAFL- nível de atividade física no lazer

Tabela 1: classificação do nível de atividade física no tempo livre dos universitários da área da saúde.

Para verificar associações entre os cursos com o NAF foi utilizado o teste Qui-quadrado. Os cursos de Educação Física Bacharel, Licenciatura em Educação Física e Medicina apresentaram maior prevalência de ativos e muito ativos, já os cursos de Nutrição, Enfermagem, Biologia e Farmácia possuem maior concentração de inativos. Foi possível verificar uma correlação estatisticamente significativa ($p < 0,0001$) entre os cursos com o NAF (tabela 2).

		Cursos*NAF				Total	Valor de p
		INATIVO	INSUF. ATIVO	ATIVO	MUITO ATIVO		
Cursos de graduação	Biologia	46	14	15	7	82	<0,001
		56,1%	17,1%	18,3%	8,5%	100,0%	
	EFB	2	11	28	33	74	
		2,7%	14,9%	37,8%	44,6%	100,0%	
	EFL	10	19	27	41	97	
		10,3%	19,6%	27,8%	42,3%	100,0%	
	Enfermagem	53	13	14	10	90	
		58,9%	14,4%	15,6%	11,1%	100,0%	
	Farmácia	35	7	17	5	64	
		54,7%	10,9%	26,6%	7,8%	100,0%	
	Medicina	44	16	35	20	115	
		38,3%	13,9%	30,4%	17,4%	100,0%	
	Nutrição	43	7	12	6	68	
		63,2%	10,3%	17,6%	8,8%	100,0%	
	Oceanografia	22	10	9	8	49	
		44,9%	20,4%	18,4%	16,3%	100,0%	
Odontologia	31	11	19	9	70		
	44,3%	15,7%	27,1%	12,9%	100,0%		
Total		286	108	176	139	709	
40,3%		15,2%	24,8%	19,6%	100,0%		

Tabela 2: Teste Qui-quadrado para verificação de associação dos cursos com o nível de atividade física nos universitários da área da saúde.

Legenda: NAF- nível de atividade física

Na análise do teste Qui- quadrado (tabela 3) para verificar associações entre o sexo com o nível de atividade física, foi possível constatar que existe uma associação estatisticamente significativa ($p < 0,001$), a maior proporção de ativos ou muito ativos da amostra são do sexo masculino, 62,9% das mulheres são inativas ou insuficientemente ativas, ou seja, não alcançam 150 minutos semanais de atividade física.

Sexo*NAF							
	Inativo	Insuficientemente ativo	Ativo	Muito ativo	Total	Valor de p	
Sexo	Feminino	204 46,8%	70 16,1%	97 22,2%	65 14,9%	436 100,0%	
	Masculino	82 30%	38 13,9%	79 28,9%	74 27,1	273 100,0%	
Total		286	108	176	139	709	
	40,3%	15,2	24,8%	19,6	100,0%	0,001	

Tabela 3: Teste Qui-quadrado para verificação de associação entre sexo com NAF, nos universitários da área da saúde.

Legenda: NAF- nível de atividade física

4 | DISCUSSÃO

Este estudo objetivou avaliar o nível de atividade física (NAF) em universitários da área da saúde da Universidade Federal do Maranhão, assim como, verificar associações entre sexo e curso com o nível de atividade física, de modo geral foi possível verificar que mais da metade da amostra dos universitários (55,9%) foram classificados como inativos ou insuficientemente ativos, destes (40,8%) responderam não praticar atividade física no tempo livre e (15,1%), pratica menos de 150 minutos por semana, não atendendo as recomendações adequadas para serem classificados como ativos. Foi verificado ainda que existe uma associação significativa ($p < 0,001$) entre as variáveis curso e sexo com o NAF.

Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Takenaka et al. (2016), com o objetivo de verificar a incidência de inatividade física e possíveis fatores associados, realizado com 388 estudantes na Universidade Federal do Sul do Estado de Minas Gerais, 59,3% da amostra apresentou incidência de inatividade física. Em um outro estudo realizado na UFPI por Maia et al. (2010) com amostra de 605 universitários o nível de inatividade física correspondeu a 52%. Diversos estudos têm mostrado altas prevalências de inatividade física entre universitários, segundo alguns pesquisadores esse comportamento se dar por dois principais motivos: o ingresso na universidade marca o início de novas relações sociais, com possibilidade de adoção de

hábitos e estilo de vida sedentário e porque a juventude representa uma fase oportuna para adoção de medidas preventivas, é nesta fase que o estilo de vida está sendo consolidado, juntamente com o início de uma vida mais independente (ADAMS, 2006; FERREIRA, 2007; STEPTOE, 2002).

Nas análises para verificar se existe associação entre o NAF e o sexo, os resultados indicaram que os homens são mais ativos que as mulheres ($p < 0,001$), a literatura já aponta muitas evidências que corroboram com nossos achados, estudos como de Colares e colabores (2009) realizado com estudantes da área da saúde de universidades públicas do estado de Pernambuco, concluíram que a prática de atividade física foi significativamente mais presente entre os homens ($p < 0,001$).

Nossos achados também encontraram uma associação significativa do NAF com os cursos de graduação ($p < 0,001$), os cursos de Educação Física na modalidade bacharel e licenciatura, apresentaram maior prevalência de ativos ou muito ativos, já em todos os demais cursos pesquisados, foi possível perceber que mais de 50% da amostra apresenta elevadas incidências de inativos ou insuficientemente ativos, estudos como o de Silva e colaboradores (2012) que tiveram com objetivo avaliar o NAF em universitários da área da saúde em uma universidade federal em Juiz de Fora, encontraram resultados semelhantes, 92% dos estudantes do curso de Educação Física foram classificados com ativos ou muito ativos, que estudantes de cursos como Farmácia e Odontologia que apresentaram mais 35% da amostra classificada como inativa ou insuficientemente ativa, No entanto, essa diferença não foi estatisticamente significativa ($p > 0,05$).

Não se encontrou na literatura muitos estudos que comparam níveis de atividade física entre universitários da área da saúde, pode se lançar como hipótese que o fato do curso de Educação Física tratar de maneira mais direta a temática atividade física e saúde, tato nas dimensões conceituais, procedimentais e atitudinais, possibilite que os sujeitos tenham mais chance e deem mais importância para a prática regular de atividade física. Ainda assim se percebe com preocupação os achados do estudo, pois um elevado número de estudantes vinculados aos cursos de saúde, são inativos, e a literatura já possui evidência que mostram que baixos níveis de atividade física estão diretamente associados a acometimentos de saúde e desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.

5 | CONCLUSÃO

Foi possível demonstrar com os achados que 55,9% da amostra de estudantes dos cursos da área da saúde não praticam atividade física no lazer e os que praticam com frequência baixa, não alcançam 150 minutos por semana. Os homens apresentaram maior nível de atividade física (56%) quando comparado as mulheres (44,6%), pode-

se concluir ainda que existe uma diferença significativa entre cursos, em relação ao nível de atividade física. O que demonstra a necessidade de implantação de políticas e programas de incentivo a prática de atividade física e adoção de hábitos de vida saudáveis no universo acadêmico.

REFERÊNCIAS

ADAMS, Jean. Trends in physical activity and inactivity amongst US 14–18 year olds by gender, school grade and race, 1993–2003: evidence from the youth risk behavior survey. **BMC Public Health**, v. 6, n. 1, p. 57, 2006.

COLARES, Viviane; DA FRANCA, Carolina; GONZALEZ, Emília. Conduitas de saúde entre universitários: diferenças entre gêneros Health-related behavior in a sample of Brazilian college students: gender differences. **Cad. Saúde Pública**, v. 25, n. 3, p. 521-528, 2009.

FERREIRA, Isabel et al. Environmental correlates of physical activity in youth—a review and update. **Obesity reviews**, v. 8, n. 2, p. 129-154, 2007.

GIGANTE, D. P.; MOURA, E.C.; SARDINHA, L. M. V. Prevalência de excesso de peso e obesidade e fatores associados, Brasil, 2006. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 43, n.2, p. 83-9, 2009.

GLANER, M. F. Importância da aptidão física relacionada à saúde. **Rev Bras Cineantropometria e Desempenho Humano**. Florianópolis, v. 5, n. 2, p. 75-85, 2003.

GUEDES, Dartagnan P.; GUEDES, J. E. R. P. Atividade física, aptidão cardiorrespiratória, composição da dieta e fatores de risco predisponentes às doenças cardiovasculares. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. São Paulo, v. 77, n. 3, p. 243-50, 2001.

HALLAL, P. C. et al. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **The lancet**, v. 380, n. 9838, p. 247-257, 2012.

HASKELL, William L. et al. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. **Circulation**, v. 116, n. 9, p. 1081, 2007.

LEE, I.-Min et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. **The lancet**, v. 380, n. 9838, p. 219-229, 2012.

LIMA, E. M. Avaliação de fatores de risco associados com elevação da pressão arterial. **Jornal de Pediatria**. Rio de Janeiro, v. 80, n. 1, 2004.

MAGALHÃES et al. Avaliação do Risco de Desenvolver Diabetes Mellitus tipo 2 em População Universitária. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**. Fortaleza, v. 28, n. 1, p. 5-15, 2015.

MAIA, Vitor Brito da Silva; VERAS, André Bastos; DE SOUZA FILHO, Manoel Dias. Pressão arterial, excesso de peso e nível de atividade física em estudantes de universidade pública. **Arq Bras Cardiol**, v. 95, n. 2, p. 192-199, 2010.

MARTINS, M. O. **Estudo dos fatores determinantes da prática de atividades físicas de professores universitários**. 2000. Dissertação (Mestrado). Universidade Federal de Santa Catarina.

PATE, Russell R. Physical activity and health: dose-response issues. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v. 66, n. 4, p. 313-317, 1995.

PEIXOTO, M. R. G et al. Circunferência da cintura e índice de massa corporal como preditores da hipertensão arterial. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. São Paulo, v. 87, n.4, 2006.

PNAD, IBGE. Pesquisa nacional por amostra de domicílios- Práticas de esporte e atividade física. **Rio de Janeiro: IBGE**, 2017.

QUADROS, Teresa M. et al. The prevalence of physical inactivity amongst Brazilian university students: its association with sociodemographic variables. **Revista de Salud Pública**, v. 11, n. 5, p. 724-733, 2009.

SANTOS SILVA, Diego Augusto et al. Associação do sobrepeso com variáveis sócio-demográficas e estilo de vida em universitários. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 11, 2011.

SARTORELLI, D. S.; FRANCO, L. J. Tendências do diabetes mellitus no Brasil:o papel da transição nutricional. **Cadernos de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 19, s. 1, p. 29-36, 2003.

SILVA, Diego Augusto Santos; PEREIRA, Indira Magalhães Marques. Estágios de mudança de comportamento para atividade física e fatores associados em acadêmicos de Educação Física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 15, n. 1, p. 15-20, 2012.

STEPTOE, Andrew et al. Trends in smoking, diet, physical exercise, and attitudes toward health in European university students from 13 countries, 1990–2000. **Preventive medicine**, v. 35, n. 2, p. 97-104, 2002.

TAKENAKA, Thaís Yumi et al. INCIDÊNCIA DE INATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 24, n. 4, p. 55-62, 2016.

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-85107-92-5



9 788585 107925