

## **Atividade física e fatores sociodemográficos de estudantes universitários do curso de Educação Física da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia.**

**Rodolfo Ramos Tavares<sup>1</sup>**  
**Vanderléia de Souza Galvão<sup>1</sup>**  
**Welma Amorim dos Santos<sup>1</sup>**  
**Simone Teixeira dos Santos<sup>1</sup>**  
**Alex Pinheiro Gordia<sup>2</sup>.**

### **Resumo**

O objetivo desse estudo foi avaliar a relação entre fatores sociodemográficos e atividade física de estudantes universitários do curso de Educação Física da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. Um estudo transversal. As variáveis sociodemográficas foram: idade, sexo, número de pessoas que moram na casa, estado civil, condição de trabalho, escolaridade materna, local de moradia, renda familiar e cor da pele, obtidas pelo auto-relato. Utilizou-se o pedômetro para avaliar o nível de atividade física durante uma semana. A amostra investigada (n=58) apresentou mediana da idade, massa corporal, estatura e IMC de 23,4. A amostra investigada foi composta predominantemente por indivíduos do sexo masculino, solteiros, com vínculo empregatício e sem bolsa de estudos, com renda familiar de até três salários mínimos e residentes na área urbana. Os achados demonstram que 41,4% da amostra apresentaram excesso de peso e 67,8% não atingiram a recomendação de 10.000 passos por dia. Nenhuma diferença estatisticamente significativa foi observada para os valores medianos entre o número de passos, independente da variável sociodemográfica investigada ( $p>0,05$ ). Contudo, a importância da atividade física para a saúde clara, esta é fator primordial na promoção da saúde. Sobretudo, na vida de universitários, pois, estudos recentes informam que é público que possui condutas negativas exacerbadas relacionadas à saúde. Porém, não foram encontrados neste estudo uma relação entre condições sociodemográfica e nível de atividade física. Uma vez que não houve nenhuma diferença estatisticamente significativa para os valores medianos entre o número de passos, independente da variável sociodemográfica investigada.

**Palavras-chave:** Sociodemográfica; Atividade física; Estudantes Universitários.

### **Abstract**

The aim of this study was to evaluate the relationship between sociodemographic factors and physical activity of college students of the Physical Education course of the Federal University of Recôncavo da Bahia. A cross-sectional study. The sociodemographic variables were: age, gender, number of people living in the house, marital status, working condition, maternal education, place of residence, family income and skin color, obtained by self-report. The pedometer was used to assess the level of physical activity for one week. The sample investigated (n = 58) had a median age, body mass, height

<sup>1</sup> Discentes do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia; Bolsista de Iniciação à Docência – PIBID/UFRB. E-mail: <rodolfo-edf@outlook.com>, <galvaovanderleia@hotmail.com>, <elminha\_s2@hotmail.com>, <mone-teixeira@hotmail.com>.

<sup>2</sup> Doutor em Medicina e Saúde pela Universidade Federal da Bahia e Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física, Centro de Formação de Professores, UFRB. E-mail: <alexgordia@gmail.com>.

and BMI of 23.4. The sample investigated was predominantly male, single, with employment and without scholarship, with family income of up to three minimum wages and residents in the urban area. The findings show that 41.4% of the sample were overweight and 67.8% did not reach the recommendation of 10,000 steps per day. No statistically significant difference was observed for the median values between the number of steps, regardless of the sociodemographic variable investigated ( $p > 0.05$ ). However, the importance of physical activity for clear health is a major factor in health promotion. Especially in the lives of college students, because recent studies report that it is public that has exacerbated negative behaviors related to health. However, no relationship was found in this study between sociodemographic conditions and level of physical activity. Since there was no statistically significant difference for the median values between the number of steps, regardless of the sociodemographic variable investigated.

**Keywords:** Sociodemographic; Physical activity; University students.

## Introdução

A prática de atividade física como fator promocional da saúde vem sendo cada vez mais discutido por pesquisadores, profissionais da área e população em geral. A prática de atividade física em níveis insuficientes predispõe o corpo a desenvolver doenças crônicas não transmissíveis, tais como obesidade, diabetes, colesterol alto, entre outros (SOUSA; JOSE; BARBOSA, 2013; SOUSA, 2008). Por outro lado, atividade física quando praticada de forma regular, permite aos indivíduos melhorias no condicionamento físico e mental (OMS, 2014). A população de estudantes universitários vem crescendo nos últimos anos, assim como tem-se observado vulnerabilidade deste grupo em relação a comportamentos de risco à saúde, como o menor envolvimento em atividades físicas regulares (SOUSA; NAHAS, 2011). Esses achados reforçam a importância para ampliação em pesquisas científicas acerca da atividade física de estudantes universitários.

De acordo com a Organização Mundial da saúde (OMS), “a saúde é resultante de um processo multidimensional envolvendo condições de vida e contextos sociais nos quais os grupos sociais vivem” (WHO, 2007). Portanto, podemos compreender que para um indivíduo ser saudável, é necessário que uma série de fatores culturais estejam interligados, pois somos indivíduos sociais, e assim, pertencemos a um determinado grupo, que contem regras, direitos e deveres para manutenção de uma ordem sócio-cultural à ser seguida. Os autores Ribeiro e Barata (2016) afirmam que as motivações para a prática de atividade física e as condições objetivas para seu exercício são distintas condições sócio-demográficas. Diversos autores apontam que os fatores como a escolaridade dos pais (SOUSA, 2013), o sexo (QUINTINO; SILVA; PETROSKI, 2014), a renda familiar (QUINTINO; SILVA; PETROSKI, 2014), a raça/etnia (OLIVEIRA; SILVA, 2010) e trabalhar durante o curso de graduação (RIBEIRO; BARATA, 2016) estão associados ao nível de atividade física de estudantes universitários.

Ribeiro e Barata (2016) apontam que as relações entre os níveis sócio-demográficos, características estruturais e atividade física são muito complexas e difíceis de serem apreendidas adequadamente. Partindo dessa afirmação, compreendemos a importância de estudos que analisem esses e outros fatores, na busca de encontrar respostas e incentivar a prática de atividade física de estudantes universitários. Contudo, são escassos os estudos que investigaram a associação entre as condições sociodemográficas e o nível de atividade física de universitários no estado da Bahia. De acordo com revisão sistemática desenvolvida por Sousa (2011), todos os 14 estudos incluídos para análise na revisão utilizaram como instrumento o questionário, um método subjetivo para a avaliação da atividade física. Esses achados sugerem a necessidade de estudos que utilizem métodos objetivos para avaliação da atividade física em estudantes universitários, como por exemplo, o pedômetro. Desta forma, o objetivo do presente trabalho foi avaliar a relação entre atividade física e fatores sociodemográficos de estudantes universitários do curso de Educação Física da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia.

## **Métodos**

### **Caracterização da pesquisa**

A presente pesquisa foi desenvolvida no componente curricular “Educação Física e Saúde”, ofertado ao curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia durante o segundo semestre letivo do ano de 2017. O estudo caracterizou-se como epidemiológico do tipo observacional, uma vez que o pesquisador não entrevistou, apenas analisou com fundamento no método epidemiológico um experimento natural, como analítico, pois visou estabelecer inferências a respeito de associações entre duas ou mais variáveis, e como de corte transversal, tendo em vista que analisou em um determinado momento do tempo a frequência com que um fenômeno ocorreu, sua natureza, característica, causas, relações e conexões com outros fenômenos (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2007).

### **População e amostra**

A população de estudo foi composta por universitários matriculados no curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia do semestre 2017.2. No semestre 2017.2 haviam 203 alunos

matriculados em componentes curriculares do curso de Licenciatura em Educação Física. Tendo em vista 40 discentes estavam matriculados no componente curricular “Educação Física e Saúde” e, conseqüentemente, integraram a equipe executora da presente pesquisa, esses discentes foram automaticamente excluídos da população de estudo. Desta forma, 163 alunos foram convidados para participar da presente pesquisa. Contudo, 105 não aceitaram participar, totalizando a amostra investigada em 58 indivíduos.

### **Instrumento e procedimentos**

A coleta de dados foi realizada entre novembro de 2017 e fevereiro de 2018. Foram coletadas informações referentes a variáveis sociodemográficas, antropométricas e da atividade física.

Variáveis sociodemográficas referentes à idade, sexo, número de pessoas que moram na casa, estado civil, condição de trabalho, escolaridade materna, local de moradia, renda familiar e cor da pele foram obtidas pelo autorrelato.

A medida da massa corporal foi obtida através de uma balança digital Plenna, com capacidade para 150 kg e resolução de 100 g. A estatura foi verificada por meio de uma fita métrica, com escalas graduadas de 0,1 cm, fixada em uma superfície de apoio plana. Ambas as medidas foram mensuradas de acordo com procedimentos e técnicas padronizadas (GORDON; CHUMLEA; ROCHE, 1988), sendo utilizadas para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). Para classificação do IMC utilizou-se os pontos de corte estabelecidos pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 1995).

A prática de atividade física foi avaliada por meio da utilização de pedômetro da marca Yamax, modelo Digi-walker SW-700, durante uma semana. Este instrumento é um sensor de movimento que quantifica o número de passos por meio do registro das oscilações verticais do corpo. Há evidências consistentes na literatura da validade e fidedignidade do pedômetro da marca Yamax, modelo Digi-walker SW-700, para estimar o nível de atividade física de diferentes populações (ESTON et al., 1998).

Os universitários receberam instruções acerca da utilização do pedômetro, além de uma ficha para preenchimento dos passos realizados por dia e com informações pertinentes ao uso e manuseio do aparelho. Todos os estudantes receberam treinamento individualizado para adequado manuseio do equipamento. Os universitários foram orientados a colocar e zerar o pedômetro no momento em que acordassem pela manhã, bem como, utilizá-lo durante todo o

dia (exceto para tomar banho, dormir e em atividades aquáticas). Além disso, solicitou-se aos mesmos que anotassem o número de passos à noite antes de ir dormir. As informações referentes ao primeiro dia de utilização do pedômetro foram desconsideradas para minimizar a influência da reatividade dos participantes ao instrumento sobre os dados analisados.

Estudo publicado por Tudor-Locke et al. (2005) indicou que a mensuração de apenas três dias condiz com a média diária de passos de uma pessoa ( $r=0,80$ ). Desta forma, foram incluídos na amostra apenas os universitários que registraram dados de pelo menos dois dias da semana e um dia do final de semana. Os dados dos universitários que registraram números de passos por dia abaixo de 1.000 ou acima de 30.000 foram descartados da amostra por serem considerados dados extremos (*outliers*) (Duncan; Schofield; Duncan, 2006).

### **Análise estatística**

Inicialmente, foi realizada a análise descritiva das informações através de indicadores estatísticos de tendência central, variabilidade e frequências. Os dados não apresentaram normalidade e, desta forma, optou-se por análises estatísticas não paramétricas. O teste U de Mann-Whitney foi utilizado para verificar possíveis diferenças. Para o teste U de Mann-Whitney as variáveis sociodemográficas foram agrupadas de forma binária visando aumentar o poder das análises estatísticas. O nível para significância foi fixado em  $p<0,05$ .

### **Crítérios Éticos da Pesquisa**

Apenas os universitários que aceitaram participar voluntariamente e que apresentaram o termo de consentimento livre e esclarecido assinado foram incluídos no estudo. Os participantes tiveram seu anonimato garantido, sendo que apenas os pesquisadores responsáveis tiveram acesso ao nome dos indivíduos estudados, assegurando-se a confidencialidade das informações. Após as coletas de dados os resultados individuais foram entregues para os participantes em forma de relatório.

### **Resultados**

A amostra investigada ( $n=58$ ) apresentou mediana da idade, massa corporal, estatura e IMC de 23,4 (percentil25=21,4; percentil75=28,0), 68,0 (percentil25=59,8; percentil75=78,1), 169,0 (percentil25=163,0; percentil75=175,0) e 24,36 (percentil25=21,46; percentil75=26,24), respectivamente. Observou-se que a amostra investigada foi composta

predominantemente por indivíduos do sexo masculino, solteiros, com vínculo empregatício e sem bolsa de estudos, com renda familiar de até três salários mínimos e residentes na área urbana. Aproximadamente um quarto da amostra reportou ter mãe analfabeta ou com primário incompleto e quase metade autorrelatou sua cor da pele como negra (Tabela 1).

**Tabela 1.** Distribuição das variáveis sociodemográficas de estudantes do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, Amargosa, Bahia, Brasil, 2017-2018.

<b>Variáveis sociodemográficas</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>		
Masculino	33	56,9
Feminino	25	43,1
<b>Número de pessoas que residem no domicílio</b>		
≤ 2 pessoas	21	36,2
3 – 4 pessoas	32	55,2
≥ 5 pessoas	5	8,6
<b>Estado civil</b>		
Solteiro (a)	46	79,3
Casado (a)	11	19,0
Separado/Divorciado (a)	1	1,7
<b>Vínculo empregatício</b>		
Sim	36	62,1
Não	22	37,9
<b>Bolsa de estudos</b>		
Sim	13	22,4
Não	45	77,6
<b>Escolaridade materna</b>		
Analfabeta / Primário incompleto	14	24,1
Primário completo/ Ginásial incompleto	11	19,0
Ginásial completo/ Colegial incompleto	8	13,8
Colegial completo/ Superior incompleto	21	36,2
Superior completo	4	6,9

**Renda familiar**

Até 01 salário mínimo	21	36,2
De 01 a 03 salários mínimos	30	51,7
De 03 a 06 salários mínimos	6	10,3
Acima de 06 salários mínimos	1	1,7

**Local de moradia**

Zona Rural	9	15,5
Zona Urbana	49	84,5

**Cor da pele**

Negro	27	46,6
Branco	6	10,3
Pardo	21	36,2
Indígena	1	1,7
Outros	3	5,2

Os achados demonstraram que 41,4% da amostra estudada apresentou excesso de peso e 67,8% não atingiram a recomendação mínima de 10.000 passos por dia. O número de passos realizados durante a semana foi significativamente superior ao realizado no final de semana (8.427 vs. 6.645;  $p=0,038$ ). Na Tabela 2 pode-se observar a comparação do número de passos por dia (dados na semana inteira, dos dias de semana e do final de semana) de acordo com variáveis sociodemográficas. Nenhuma diferença estatisticamente significativa foi observada para os valores medianos entre o número de passos, independente da variável sociodemográfica investigada ( $p>0,05$ ).

**Tabela 2.** Distribuição dos valores medianos do número de passos por dia de acordo com variáveis sociodemográficas entre estudantes do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, Amargosa, Bahia, Brasil, 2017-2018.

Variáveis sociodemográficas	Número de passos por dia <sup>#</sup>			
	Dias de semana	p-valor*	Final de semana	p-valor*
<b>Sexo</b>				
Masculino	8.822	0,293	7.407	0,378
Feminino	8.427		6.208	
<b>Número de pessoas que residem no domicílio</b>				
≤ 2 pessoas	8.141	0,680	5.813	0,558

> 3 pessoas	8.975		7.503	
<b>Estado civil</b>				
Solteiro (a)	8.624		6.553	
Casado/ Separado/Divorciado (a)	8.105	0,526	8.557	0,531
<b>Vinculo empregatício</b>				
Sim	8.975		6.282	
Não	8.174	0,305	7.407	0,197
<b>Bolsa de estudos</b>				
Sim	8.367		7.838	
Não	8.821	0,889	6.378	0,287
<b>Escolaridade materna</b>				
Analfabeta / Primário incompleto/ Primário completo/ Ginasial incompleto	8.975		7.407	
Ginasial completo/ Colegial incompleto/ Colegial completo/ Superior incompleto/ Superior completo	8.141	0,296	6.378	0,499
<b>Renda familiar</b>				
Até 01 salário mínimo	8.975		7.503	
≥ 01 salário mínimob	8.409	0,177	6.073	0,136
<b>Local de moradia</b>				
Zona Rural	7.436		4.513	
Zona Urbana	11.225	0,110	7.503	0,555
<b>Cor da pele</b>				
Negro	8.367		7.939	
Branco/Pardo/Índigena/Outros	8.899	0,576	6.514	0,681

# valores expressos em mediana.

\* nível de significância do teste de Mann-Whitney.

## Discussão

De acordo com os achados, esta pesquisa torna-se importante para avanços dos estudos voltados para estudantes universitários brasileiros. Trata-se de um estudo pioneiro, já que utilizamos o pedômetro como método para determinar o nível de atividade física dos participantes do estudo. com o intuito de obter resultados mais exatos e condizentes para uma melhor análise. Estudos recentes ressaltam a importância de pesquisas voltadas para universitários, afirmando que esse público é um dos que mais possuem condutas negativas relacionadas à saúde (SOUZA, 2013). Sendo assim, faz-se necessário analisar a qualidade de vida desses indivíduos para serem criadas políticas institucionais a fim de modificar tal realidade. Em grande parte das pesquisas científicas utiliza como instrumento de coleta de dados o questionário, porem existe desvantagem em métodos subjetivos como este, já que as pessoas têm que se lembrar das atividades realizadas nos últimos sete dias (SILVA, 2013).



Fora estudado um número significativo de pessoas, porém não houve uma diferença expansiva entre os números de passos durante a semana e o fim de semana. Supostamente devido ao local de acesso a universidade, fazendo assim com que eles se desloquem para estudar, o que não acontece nos finais de semana. Entende-se que com o baixo nível de atividade física os sujeitos predispõem-se a desenvolver excesso de peso (SILVA, 2013). Explicando assim a quantidade de pessoas com excesso de peso da presente pesquisa. Os achados mostra que não há diferença de níveis de atividade física para homem e mulheres. Contra partida, a pesquisa de Souza (2013) teve resultados diferentes para homens e mulheres relacionados aos níveis de atividade física. Provavelmente a maioria dos resultados não converge com os achados da literatura devido a limitação de voluntários para a realização da pesquisa, ou por ser realizada em uma região do interior da Bahia.

Considerável corpo de evidência o sexo é um dos fatores que interfere na atividade física, sendo que o sexo feminino é mais propenso a ser insuficientemente ativo, por ser considerado a ter comportamento inativo. QUINTINO; SILVA; PETROSKI, (2014). Em outra literatura confirmam a tendência do sexo feminino com relação a prática de exercício físico em se identificar mais intensamente com motivos estéticos, ao contrário do sexo masculino que tende a valorizar atributos relacionados ao desafio e à competência pessoal. GUEDES; LEGNANI; LEGNANI (2012). O exercício físico mostra-se diferente entre os sexos, pois tais diferenças talvez se expliquem por uma possível visão que homens e mulheres possam ter sobre exercício físico. DOMINGUES; ARAÚJO; GIGANTE (2004). Os dados da presente pesquisa apresentam que os sexos não interferiram na prática de exercício físico, ou seja, apresentando as práticas parecidas, coletados através do número de passos por dia. Esses resultados divergem com esses autores, pois a presente pesquisa consta um número muito pequeno de pessoas que participaram.

Outra característica que não afetou o nível de atividade física foi o número de pessoas que residem na mesma casa. Morar com duas ou menos e mais de três pessoas, mostram que não houve interferência nos resultados da presente pesquisa, indo de contraposto com Gasparotto et al (2013) sugere que o fato de morar sozinho para o estudante, demandas com moradia, preparo das refeições e até mesmo realização de atividades domésticos, conseqüentemente apresentam menor tempo livre para se dedicar a práticas de lazer, como a atividade física, além do que sua grande maioria necessita trabalhar noturno oposto. Em relação ao estado civil; ser solteiro ou casado não interferiu nos resultados da atual pesquisa,

fortalecendo o estudo de PINHEIRO (2017), onde não houve diferença em relação ao estado civil, Demonstrando assim que o estado civil do estudante em questão não foram uma problemática para a prática de atividade física.

Com relação ao vínculo empregatício, os achados não corroboram com estudos prévios analisados da Bahia (Lourenço et. al. 2016) e da Paraíba (Fontes e Viana 2009) observaram que os estudantes universitários que possuíam vínculo empregatício apresentavam um envolvimento menor com atividade física. Pois a necessidade de trabalhar durante o dia e estudar no contra turno, custear com recursos próprios as despesas pessoais são indicadores que limitam a pratica destas atividades. Entretanto o tamanho amostral da presente pesquisa não permite explorar devidamente os fatores associados para concordar com os estudos mencionados. Relacionado aos indivíduos que possuíam bolsa de estudo, é difícil comparar com estudos prévios, visto que observasse uma escassez de informações sobre essa temática nas bases indexadas, porém é um assunto importância, pois pensando na possibilidade que estudantes bolsistas remunerados e com maior tempo livre possibilita a pratica de atividade física, assim estudos futuros poderão confirmar essa possibilidade.

De acordo com a literatura, a escolaridade dos pais tem sido considerado indicador sócio educacional por limitar a chance de escolarização dos filhos e a própria cultural da família. No presente trabalho houve uma considerável diferença entre os participantes, tendo em vista que a renda familiar é algo que influencia diretamente na falta de atividade física entre os participantes. A partir dos achados foi possível observar que existe diferença quanto ao nível de escolaridade quando comparado a tabela de a análise descritiva de Quintino e Petroski(2014), onde mostra uma variável sociodemográfica que foca em ambos os sexos. Assim sendo, pode-se observar a associação entre os estágios de comportamento inativo para AF com as variáveis sociodemográfica. O presente estudo diverge da pesquisa de Silva e Pereira(2010), que foi realizada com acadêmicos de Educação Física do Nordeste. No estudo dos autores supracitados foi possível observar que entre os universitários pesquisados não existe diferença quando comparado o nível de escolaridade da mãe, tendo em vista que este estudo deixou em relevância que isto pode ser um fator primordial para a falta de atividade física na vida desses indivíduos. Quanto ao presente trabalho é possível analisar que o nível de escolaridade foi ponto principal para que existisse diferença entre os mesmos. A partir dessas informações é possível entender que a falta de atividade física quando comparado ao nível de escolaridade está ligada a vários motivos, a

partir da comparação dos achados desses trabalhos é possível corroborar essa informação, tendo em vista que o autor afirma que os participantes são considerado em uma análise “inativa “levando em detrimento da escolaridade.

Constatou-se que a 36.2% dos universitários de renda ate um salário mínimo realizaram maior número de passos comparados aos 63.7% universitários de situação econômica com renda igual e maior a um salário mínimo, contudo isto não foi um fator considerado determinante para diferenciar o nível de atividade física dos universitários, sendo os resultados numéricos de ambos foram semelhantes, independente da condição econômica. Tal estudo é divergente ao de SILVA, 2011, no qual relata a menor insuficiência ativa para os estudantes de maior renda econômica. QUINTINO; SILVA; PETROSKI, 2014 relata que o nível econômico é um fator relevante, sendo que poderá apresentar e diferenciar indivíduos de distintos grupos, vulnerabilidades, e comportamentos de pessoas fisicamente suficientemente ativas e/ou não.

Em relação ao local de moradia, os universitários da zona urbana mostraram se mais ativos que os universitários da zona rural, porém os resultados não se mostraram significativos. Contrariando (Jongennel-grimen et al., 2014; Fernandes et al., 2015; Kohnson-lawrence et al., 2015). O referido estudo mostra que os moradores de cidades tem propensão a ter uma vida menos ativa levando em consideração fatores com ausência de equipamentos e espaços sociais para a prática de atividade física, poluição sonora e atmosférica, violência urbana e sensação de insegurança entre outros fatores. O presente estudo se faz necessário tendo em vista a escassez de pesquisas que levem em consideração o nível de atividade física de universitários da zona rural e da urbana.

Sobre a variável raça/etnia, os dados de uma pesquisa realizada com estudantes do curso de licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pelotas destacam que nenhum indivíduo de cor não branca foi classificado como ativo, porem não houve diferença significativa entre os indivíduos de cor branca, parda e negra para o nível de atividade física. Os resultados dessa pesquisa corroboram com os nossos achados, que também apontaram não haver diferença significante entre a variável raça/etnia para o nível de atividade física dos estudantes universitários. Entretanto, como ocorrido em nossa pesquisa, o numero de participantes da pesquisa de Pelotas limitado, já que do número total do perfil da amostra (31 pessoas), apenas 9,7% não eram brancos (SANTOS et al, 2017). Assim nossos estudos foram

limitados, pois não existem muitas pesquisas que avaliem a variável raça/etnia relacionado a atividade física em universitários.

## **Conclusão**

Assim, é importante ressaltar que atualmente promover saúde é um fator importante para a saúde pública, uma vez que as doenças crônicas não transmissíveis e síndromes metabólicas estão diretamente ligadas a insuficiência na prática de atividade física regular. Além disso, como já apresentado, uma boa prática de atividade física regular permite aos indivíduos a melhoria em seu condicionamento físico e mental. Entretanto, decorrente o aumento do contingente de indivíduos na universidade tem acarretado alguns problemas. A vulnerabilidade deste grupo em relação a comportamentos de risco à saúde, como o menor envolvimento em atividades físicas regulares foi observado por estudiosos. Todavia, essas pesquisas relacionadas a problemática reforça a importância de análises relacionadas aos estudantes universitários, por isso estudamos a probabilidade da influência da condição sociodemográfica no nível de atividade física em estudantes de Educação Física da UFRB.

Contudo, sabendo da importância da atividade física para a vida das pessoas uma vez que a mesma é fator primordial e de grande importância na promoção e prevenção da saúde. Sobretudo, na vida dos universitários onde os mesmos referentes a estudos recentes informam que são um público que mais possuem condutas negativas relacionadas à saúde. Porém, não foram encontrados no presente estudo uma relação entre condições sociodemográfica e nível de atividade física, nesta pesquisa com universitários da UFRB, uma vez que não houve nenhuma diferença estatisticamente significativa para os valores medianos entre o número de passos, independente da variável sociodemográfica investigada ( $p > 0,05$ ).

Portanto, conclui-se que este estudo é de importância para o meio acadêmico, corroborando com outros pesquisadores, visto que, quanto maior o estudo sobre determinado problema, mais as chances de solucioná-lo. Estudos na área da atividade física e saúde são feita com matérias de coleta de dados objetivos, para que possam criar estratégias de combate a vulnerabilidade sociodemográfica universitária. Então sugerimos que outras pesquisas sejam feitas, em prol da melhoria da qualidade de vida dos estudantes universitários do país, identificando os fatores relacionados a esta problemática.

## REFERÊNCIAS

- DOMINGUES. MR; ARAUJO. CLP; GIGANTE. DP. Conhecimento e percepção sobre o exercício físico em uma população adulta urbana do sul do Brasil. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 20(1):204-215, jan-fev, 2004.
- DUNCAN, JS; SCHOFIELD G; DUNCAN EK. Pedometer-determined physical activity and body composition in New Zealand children. *Med Sci Sports Exerc.* 2006;38(8):1402-9.
- Eston RG, Rowlands AV, Ingledeew DK. Validity of heart rate, pedometry, and accelerometry for predicting the energy cost of children's activities. *J Appl Physiol* (1985). 1998;84(1):362-71.
- GASPAROTTO GS, MOREIRA NB, GASPAROTTO LPR, SILVA MP, CAMPOS W de. Associação entre fatores sociodemográficos e o nível de atividade física de universitários. *R. bras. Ci. e Mov* 2013;21(4):30-40.
- GORDON, C. C.; CHUMLEA, W. C. C.; ROCHE, A. F. Stature, recumbent length, and weight. In: LOHMAN, T. G.; ROCHE, A. F.; MARTORELL, R. (Ed.). **Anthropometric standardization reference manual**. Champaign: Human Kinetics, 1988; p. 03-08.
- GUEDES, D. P.; LEGNANI, R. F. S. e LEGNANI, E. Motivos para a prática de exercício físico em universitários e fatores associados. **Rev. bras. educ. fís. esporte [online]**. 2012, vol.26, n.4, pp.679-689. ISSN 1807-5509.
- LOURENCO, C. L. M. ; SOUSA, T. F. ; FONSECA, S. A. ; VIRTUOSO JUNIOR, J. S. ; BARBOSA, A. R. . Comportamento sedentário em estudantes Universitários. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, v. 21, p. 67, 2016.
- OLIVEIRA, Carreira Melina Del'Arco de; MELO-SILVA, Lucy Leal. Estudantes universitários: a influência das variáveis socioeconômicas e culturais. **Revista Psicol. Esc. Educ. (Impr.)** - SP, Volume 14, Número 1, Janeiro/Junho de 2010: 23-34.
- OMS, **Atividade Física**. In: Folha informativa Nº 385. Trad. ACTbr. Fevereiro de 2014. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/>. Acesso em: 25.out.2017.
- QUINTINO, Priscila Luana; SILVA, Diego Augusto Santos; PETROSKI, Edio Luiz. Estágios de Mudanças de Comportamentos para Atividade Física em Universitários e Fatores Sociodemográficos Associados. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 28 n. 2 São Paulo Apr/June 2014.
- RIBEIRO, Manoel Carlos Sampaio de Almeida e BARATA, Rita Barradas. Saúde: vulnerabilidade social, vizinhança e atividade física. **Cad. Metrop. [online]**. 2016, vol.18, n.36, pp.401-420. ISSN 1517-2422.
- SANTOS, T. S. et al. Atividade física em acadêmicos de Educação Física: um estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde** 2017;22(1):76-84

SILVA DAS, Pereira IMM. Estágios de mudança de comportamento para atividade física e fatores associados em acadêmicos de educação física. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*. 2010; 15:15-20. Fontes ACD, Vianna RPT. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. *Rev Bras de Epidemiologia*, São Paulo. 2009 Mar; 12(1): 20-29.

SOUSA, T. F. Inatividade física em universitários brasileiros: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, ano 9, nº 29, jul/set 2011.

SOUSA, T. F.. Fatores de risco à saúde em estudantes de Educação Física da Universidade Estadual de Santa Cruz, Bahia. **Lecturas Educación Física y Deportes (Buenos Aires)**, v. 127, p. 1-1, 2008.

SOUSA, T. F.; JOSE, H. P. M. ; BARBOSA, A. R. . Conduas negativas à saúde em estudantes universitários brasileiros. **Ciência e Saúde Coletiva** (Impresso), v. 18, p. 3563-3575, 2013.

SOUSA, T. F.; NAHAS, M. V. . Prevalência e fatores associados a menores níveis de prática de atividades físicas no lazer em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 16, p. 322-329, 2011.

THOMAS J.R.; NELSON J.K.; SILVERMAN S.J.; **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed; 2007.

Tudor-Locke C, Burkett L, Reis JP, Ainsworth BE, Macera CA, Wilson DK. How many days of pedometer monitoring predict weekly physical activity in adults? *Prev Med*. 2005;40(3):293-8.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Commission on Social Determinants of Health (2007)**. A conceptual framework for action on the social determinants of health. Geneva.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Who Expert Committee on Physical Status: The use and interpretation of anthropometry physical status. (WHO Technical Report Series, 854). Geneva: World Health Organization, 1995.