



Artigo original

Inatividade física no lazer pregressa e atual em estudantes universitários brasileiros

Past and current leisure-time physical inactivity among college students of a public university from Brazil

Resumo

Objetivo: O objetivo foi analisar a associação entre a prática de atividades físicas no lazer antes do ingresso na universidade com a inatividade física no lazer atual em estudantes universitários brasileiros. **Métodos:** Para tanto, foi realizado um estudo transversal em estudantes (N=5.461) de uma universidade pública do Estado da Bahia. O processo de amostragem foi estratificado e proporcional aos cursos de graduação presenciais, período de estudo e ano de ingresso na universidade. O desfecho deste estudo foi a inatividade física no lazer atual e a variável exploratória a atividade física no lazer antes do ingresso na universidade. As estimativas de associação foram realizadas por meio das Razões de Prevalências, nas análises brutas e ajustadas. O valor de significância adotado foi de 5%. **Resultados:** As prevalências de inatividade física no lazer atual e inatividade física pregressa no lazer foram de 50,9% e 15%, respectivamente. Homens inativos no lazer antes do ingresso na universidade apresentaram prevalência duas vezes maior de inatividade física no lazer durante a universidade. As mulheres inativas no lazer antes da universidade apresentaram prevalência 40% maior de inatividade física no lazer atual. **Conclusão:** A prática de atividade física no lazer antes do ingresso na universidade foi associada com a prática durante o período da universidade, sendo que homens estavam mais propensos à inatividade física no lazer atual caso não tenham praticado atividades físicas no lazer antes de ingressar na universidade.

Thiago Ferreira de Sousa^{1,2}
Markus Vinicius Nahas²

Palavras-chave: Atividade física. Sedentarismo. Estudantes. Estudos Transversais.

Abstract

Objective: To analyze the association between past and current levels of physical inactivity during leisure-time among undergraduate students from Brazil. **Methods:** A cross-sectional study was carried out with college students (N=5461) of a public university from the state of Bahia, Brazil. The sample was stratified and proportional to the courses, study period and university entering date. The outcome of this study was leisure-time physical inactivity at present time, and the exploratory variable was the physical activity level during leisure-time before entering college. The Prevalence Ratio was used to estimate association in crude and adjusted analysis. The significance value was 5%. **Results:** The prevalence of current physical inactivity was 50.9% and past physical inactivity was 15%. Inactive men before entering college presented prevalence two times higher of current physical inactivity than active men before entering college. Among women, those inactive before college had a 40% higher prevalence of physical inactivity at present time. **Conclusion:** Physical activity during leisure-time before entering college was associated with the current practice, and men were more likely to be physically inactive at current time if they were inactive before entering college.

Key words: Motor activity. Sedentary. Students. Cross-sectional Studies.

¹Pesquisador do Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde da Universidade Estadual de Santa Cruz, Ilhéus, Bahia.

²Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina.

Endereço para correspondência
Universidade Estadual de Santa Cruz, Departamento de Ciências da Saúde, Grupo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde.

Campus Soane Nazaré de Andrade, Rodovia Jorge Amado, Km 16, Bairro Salobrinho
CEP 45662-900. Ilhéus-Bahia
E-mail: tfsousa_thiago@yahoo.com.br
Telefone: +55 (73) 3680-5116

Informações do artigo

Recebido em 20/12/13

Revisado em 10/02/14

Aprovado em 15/03/14

INTRODUÇÃO

A associação entre a prática regular de atividades físicas e a obtenção de potenciais benefícios à saúde é reconhecida na literatura científica^{1,2}. Estudos clássicos^{3,4} destacam a proteção da prática de atividade física na fase adulta em relação ao risco de mortalidade. No entanto, a prática de atividades físicas em todas as fases da vida é de extrema relevância², pois, segundo as estimativas da Organização Mundial da saúde⁵ a inatividade física é o quarto principal fator de risco à saúde no mundo.

Estima-se que a consistência da prática de atividades físicas em idades mais jovens, como na adolescência, com a prática na fase adulta seja moderada⁶. No Brasil estudos sobre a associação entre a prática de atividades físicas em idades precoces com a fase adulta são escassos⁷⁻⁹. Especificamente em estudantes universitários, grupo que tem crescido nos últimos anos no Brasil¹⁰, observam-se dois estudos sobre essa temática nas bases indexadas^{11,12}.

Tendo em vista a relevância e a necessidade de caracterizar os níveis de atividades físicas em estudantes universitários, especialmente pela fase de transição para a formação profissional, assim como pela observação da ocorrência de baixos níveis de atividades físicas durante o período acadêmico¹³ o objetivo deste estudo foi analisar a associação entre a prática de atividades físicas no lazer antes do ingresso na universidade (pregressa) com a inatividade física no lazer durante o período acadêmico (atual) em estudantes de uma universidade pública do Estado da Bahia.

MÉTODOS

Este estudo de delineamento transversal é derivado da pesquisa intitulada *Monitoramento dos Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida em Acadêmicos (MONISA)*¹⁴, referente ao primeiro inquérito realizado em 2010, em uma universidade pública da região sul do Estado da Bahia. O estudo MONISA foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Santa Cruz, sob o número de protocolo 382/10 e os estudantes foram informados sobre o objetivo do estudo e a forma de participação voluntária.

A população de referência englobou os 5.461 estudantes de todos os cursos de graduação presenciais da instituição. Foram incluídos os estudantes regularmente matriculados no 2º semestre letivo de 2010 e os estudantes que foram aprovados no vestibular para o ingresso no segundo semestre letivo, estudantes dos cursos de ensino a distância e com matrícula especial (portadores de diploma de graduação, matriculados em cursos de graduação) não fizeram parte do estudo.

Para o cálculo amostral¹⁴ foram considerados os seguintes parâmetros: população (N=5.461), nível de confiança em 95%, prevalência estimada em 50%, erro amostral de 3 p.p (pontos percentuais) e, percentual de acréscimo para perdas e recusas de 20% e para o controle de potenciais fatores de confusão nas análises ajustadas de 15%. A amostra necessária foi estabelecida em 1.232 estudantes. Observou-se com poder de 80%, 95% de confiança e quantidade de estudantes ativos no lazer (não expostos) e inativos no lazer (expostos) antes do ingresso na universidade, que a amostra deste estudo pode estimar Razões de Prevalências significativas, nas análises brutas, entre atividade física no lazer pregressa e atividade física no lazer atual, em homens, acima de 2,3 e abaixo de 0,4 e, em mulheres, acima de 1,4 e abaixo de 0,7.

A amostragem foi estratificada e proporcional aos 30 cursos presenciais (Administração, Agronomia, Biologia – licenciatura e bacharelado, Biomedicina, Ciências Contábeis, Ciências da Computação, Ciências Sociais, Comunicação Social, Direito, Economia, Educação Física – licenciatura, Enfermagem, Engenharia de Produção e Sistemas, Filosofia, Física – licenciatura e bacharelado, Geografia – licenciatura e bacharelado, História, Letras (Espanhol), Letras (Inglês), Língua Estrangeira Aplicada às Negociações Internacionais, Matemática – licenciatura e bacharelado, Medicina, Medicina Veterinária, Pedagogia e Química – licenciatura e bacharelado); período de estudo (diurno e noturno); e, anos de ingresso na universidade (2010, 2009, 2008 e 2007 e anterior).

Os estudantes universitários foram selecionados aleatoriamente em cada estrato, de acordo com a lista de matrícula em ordem alfabética e procurados em até três tentativas, em dias e horários diferentes. Caso não fossem encontrados ou recusassem participar, foram considerados como perdas e recusas, respectivamente, não havendo reposição para as duas situações. Para fins de localização dos estudantes selecionados foi obtido o nome de uma disciplina que cursava na instituição, assim como o cronograma com os horários das disciplinas de todos os cursos. Os departamentos e colegiados que os cursos são vinculados foram informados sobre a realização do estudo via mensagem eletrônica.

Nos meses de julho e agosto foram realizados os treinamentos com a equipe responsável pela coleta de dados, formada por professores de Educação Física e alunos da instituição. As coletas de dados foram realizadas nos meses de setembro a novembro de 2010, nas salas de aula da universidade, antes, ao final, ou durante o decorrer das aulas (conforme conveniência dos sujeitos selecionados, bem como dos professores que estavam nas salas de aula). Em disciplinas com o número maior ou igual a 10 estudantes selecionados foi solicitada a permissão dos professores para a aplicação do instrumento, porém, nas outras situações, realizou-se o contato diretamente com os estudantes selecionados de forma individual ou em pequenos grupos.

Para a obtenção das informações foi utilizado o questionário Isaq-A (*Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos*)¹⁵, destinado a aplicação em estudantes universitários. Os níveis de reprodutibilidade das variáveis atividade física no lazer atual e atividade física pregressa foram de *Kappa*: 0,67 e 0,74, respectivamente. A variável dependente é a atividade física no lazer atual, mensurada por meio de uma pergunta com 17 opções de atividades físicas e outras três opções abertas, para a inclusão de atividades físicas não contempladas na lista, além das opções “não pratica atividades físicas no lazer, mas ter interesse em iniciar em um futuro próximo” e “não pratica atividades físicas no lazer e não ter interesse em iniciar em um futuro próximo”. Foi permitida a resposta positiva para mais de uma atividade física no lazer, assim como foi obtido para cada atividade física praticada, a frequência semanal de prática e o tempo médio de prática por

dia. Para fins de análise, a categoria de desfecho foi a *inatividade física no lazer*, ou seja, os estudantes que referiram em uma semana normal não praticar atividades físicas no lazer.

A variável exploratória deste estudo é a atividade física *pregressa no lazer*, referente à principal atividade física praticada no lazer antes do ingresso na universidade, para tanto, foram disponibilizadas 16 opções de atividades físicas e uma opção aberta para a inclusão de atividades físicas não contempladas nas opções, além da alternativa referente a não pratica. Posteriormente, essa variável foi categorizada em ativos no lazer e inativos no lazer.

As seguintes variáveis foram utilizadas para o possível controle de confusão nas análises ajustadas, sendo as variáveis sócio-demográficas a *faixa de idade* em anos completos, variável quantitativa (nas análises de associação entre faixa de idade e atividade física pregressa, categorizou-se em: 17 a 20 anos, 21 a 23 anos e ≥ 24 anos); e a *situação conjugal*, dicotomizada em sem companheiro e com companheiro. As variáveis econômicas e de vínculo com a universidade foram: *carga horária semanal em atividades de estágio/trabalho*, referente à ocupação com maior carga horária semanal (zero; 1-19; 20-29; 30-39; ≥ 40); *área de estudo*, dicotomizada em saúde e outras; *ano de ingresso na universidade* (2010, 2009, 2008 e 2007 e anterior); e, *período de estudo* (diurno e noturno). As variáveis referentes às barreiras das atividades físicas no lazer e estado nutricional foram: *barreiras simultâneas para a prática de atividades físicas no lazer*, mediante o relato de até três barreiras (da mais importante para a menos importante) que dificultam a prática de atividades físicas no lazer em uma semana normal, sendo disponibilizada 12 opções de barreiras, uma opção aberta e a opção não tenho percebido dificuldades, que foram categorizadas em não tenho percebido, 1 barreira, 2 barreiras e 3 barreiras; o *estado nutricional*, variável quantitativa, foi mensurado pelas medidas referidas da massa corporal e estatura e, posteriormente calculado o índice de massa corporal em kg/m^2 , por meio da equação padrão (massa corporal dividido pela estatura ao quadrado).

Os dados foram tabulados no programa *EpiData 3.1* e, posteriormente transferidos para o Programa SPSS, versão 16.0. Foram realizadas análises descritivas (frequências absoluta e relativa, média, mediana, desvio padrão (DP), valores mínimo e máximo e, intervalos de confiança). Os testes Qui-quadrado (χ^2) e Qui-quadrado (χ^2) para tendência linear foram empregados na associação entre sexo e faixa de idade em terços com a inatividade física pregressa.

Para a análise principal, entre a atividade física no lazer pregressa com o desfecho (inatividade física no lazer atual), utilizou-se como medida de associação as Razões de Prevalências (RP), nas análises brutas e ajustadas, estimadas pela regressão de *Poisson*, com ajuste para a variância robusta. Nas análises ajustadas realizou-se o ajuste considerando a hipotética relação temporal das variáveis, por nível hierárquico, sendo: 1º nível as variáveis sócio-demográficas; 2º nível as variáveis econômicas e de vínculo com a universidade; e, 3º nível as variáveis referentes as barreiras e o estado nutricional. As variáveis de controle que apresentaram valor de p do teste do *Wald* $< 0,20$, foram ajustadas no mesmo nível e seguiram para o próximo nível, mediante o método de seleção de variáveis *backward*. As análises principais do estudo foram realizadas estratificadas por sexo. O nível de significância adotado foi de 5%.

RESULTADOS

Da amostra calculada de 1.232 estudantes universitários, participaram deste estudo 1.084 (88%), sendo a participação por curso superior a 70%. Dos 12% de perdas/recusas, não foram observadas diferenças com a amostra alcançada para o sexo e período de estudo (dados não apresentados). A mediana e média de idade foram de 22 anos e 23,5 anos (DP=5,3 anos; 17 a 52 anos), respectivamente. A maioria dos sujeitos era do sexo feminino (54,7%) e vivia sem companheiro (86,4%) (Tabela 1). Menos que 3% dos estudantes homens e mulheres referiram não perceber dificuldades para a prática de atividades físicas no lazer (Tabela 1).

Tabela 1 – Características sócio-demográficas, econômicas, de vínculo com a universidade, barreiras para a prática de atividade física no lazer e estado nutricional por sexo e geral em estudantes universitários. MONISA 2010.

Variáveis	Geral			Masculino			Feminino		
	n	%	IC95%	n	%	IC95%	n	%	IC95%
	-	-	-	491	45,3	42,4- 48,3	592	54,7	51,7-57,6
Idade em anos completos	1.069	23,5*	23,2-23,9	485	23,8*	23,3-24,3	583	23,3*	22,9-23,8
Situação conjugal									
Sem companheiro	937	86,4	84,4-88,5	427	87,0	84,0-90,0	509	86,0	83,2-88,8
Com companheiro	147	13,6	11,5-15,6	64	13,0	10,0-16,0	83	14,0	11,2-16,8
Carga horária semanal em estágio/trabalho									
Zero horas/semana	447	41,9	39,0-44,9	197	40,5	36,1-44,9	250	43,2	39,1-47,2
1 a 19 horas/semana	122	11,4	9,5-13,3	44	9,1	6,5-11,6	77	13,3	10,5-16,1
20 a 29 horas/semana	252	23,6	21,1-26,2	106	21,8	18,1-25,5	146	25,2	21,7-28,8
30 a 39 horas/semana	83	7,8	6,2-9,4	45	9,3	6,7-11,8	38	6,6	4,5-8,6
≥40 horas/semana	162	15,2	13,0-17,3	94	19,3	15,8-22,9	68	11,7	9,1-14,4
Área de estudo									
Saúde	126	11,6	9,7-13,5	46	9,4	6,8-11,9	80	13,5	10,7-16,3
Outras*	958	88,4	86,5-90,3	445	90,6	88,0-93,2	512	86,5	83,7-89,2
Período de estudo									
Diurno	735	67,8	65,0-70,6	318	64,8	60,5-69,0	416	70,3	66,6-74,0
Noturno	349	32,2	29,4-35,0	173	35,2	31,0-39,5	176	29,7	26,0-33,4
Ano de ingresso									
2010	233	21,5	19,0-23,9	103	21,0	17,4-24,6	130	22,0	18,6-25,3
2009	267	24,6	22,1-27,2	103	21,0	17,4-24,6	164	27,7	24,1-31,3
2008	225	20,8	18,3-23,2	114	23,2	19,5-27,0	111	18,7	15,6-21,9
2007 e anterior	359	33,1	30,3-35,9	171	34,8	30,6-39,0	187	31,6	27,8-35,3
Barreiras para a prática de AF no lazer									
Não tem percebido	27	2,6	1,6-3,5	13	2,7	1,2-4,1	14	2,5	1,2-3,8
1 barreira	127	12,1	10,1-14,1	73	15,1	11,9-18,3	54	9,6	7,1-12,0
2 barreiras	137	13,1	11,0-15,1	61	12,6	9,6-15,6	76	13,5	10,7-16,3
3 barreiras	756	72,2	69,5-74,9	336	69,6	65,4-73,7	419	74,4	70,8-78,0
Índice de massa corporal em kg/m²	1.060	22,8*	22,6-23,0	488	23,8*	23,5-24,1	571	21,9*	21,6-22,2

%=Prevalência; IC95%=Intervalo de Confiança a 95%; AF=Atividade física; *Média.

A proporção de estudantes inativos no lazer antes do ingresso na universidade foi de 15%, com proporção maior em mulheres do que em homens (Tabela 2). A prevalência de inatividade física no lazer atual foi de 50,9% (homens: 34,6%; mulheres: 64,6%) e observou-se, na análise bruta, em homens (Tabela 3), que a prevalência de inatividade física no lazer atual foi 2,3 vezes maior em inativos no lazer antes da universidade do que nos ativos. Na análise ajustada, após o ajuste para outras variáveis, observou-se maiores Razões de Prevalências de inatividade física atual em homens inativos no lazer antes da universidade (RP: 2,37; IC95%: 1,89; 2,89) quando comparado seus pares que foram ativos no lazer antes.

Tabela 2 – Prevalência de inatividade física no lazer pregressa de acordo com sexo e faixa de idade em estudantes universitários. MONISA 2010.

Variáveis	Inatividade física no lazer pregressa		
	n	%	p
Sexo			<0,01*
Masculino	489	8,6	
Feminino	588	20,4	
Faixa de idade			0,10‡
17 a 20 anos	283	13,1	
21 a 23 anos	398	13,8	
≥24 anos	382	17,5	

%=Prevalência; *Teste Qui-Quadrado; ‡Teste Qui-Quadrado para tendência linear.

Tabela 3 – Associação entre atividade física no lazer pregressa e inatividade física no lazer atual em homens estudantes universitários. Razões de Prevalências brutas e ajustadas por Regressão de *Poisson*. MONISA 2010.

Variáveis	Inatividade física no lazer atual					
	Bruta			Análise Ajustada		
	n	%	RP (95%IC)	p	RP (IC95%)	p
Inatividade física no lazer pregressa				<0,01		<0,01
Ativo no lazer	441	31,3	1,00		1,00	
Inativo no lazer	40	72,5	2,32 (1,83; 2,93)		2,37 (1,89; 2,99)	

%=Prevalência de inatividade física no lazer atual; RP=Razão de Prevalência; IC=Intervalo de Confiança; Variáveis ajustadas no nível final: idade em anos completos, área de estudo e barreiras para a prática de atividade física no lazer.

Para as mulheres, na análise bruta (Tabela 4), a prevalência de inatividade física no lazer atual foi 40% maior nas inativas no lazer antes da universidade do que as ativas no lazer. Na análise ajustada (Tabela 4), o efeito da associação se manteve semelhante à análise bruta.

Tabela 4 – Associação entre atividade física no lazer pregressa e inatividade física no lazer atual em mulheres estudantes universitários. Razões de Prevalências brutas e ajustadas por Regressão de *Poisson*. MONISA 2010.

Variáveis	Inatividade física no lazer atual					
	Análise Bruta			Análise Ajustada		
	n	%	RP (95%IC)	p	RP (IC95%)	p
Inatividade física no lazer pregressa				<0,01		<0,01
Ativo no lazer	452	59,5	1,00		1,00	
Inativo no lazer	120	83,3	1,40 (1,25; 1,56)		1,41 (1,25; 1,58)	

%=Prevalência de inatividade física no lazer atual; RP=Razão de Prevalência; IC=Intervalo de Confiança; Variáveis ajustadas no nível final: idade em anos completos, área de estudo e barreiras para a prática de atividade física no lazer.

DISCUSSÃO

Neste estudo, 15% dos estudantes universitários referiram não ter praticado atividades físicas no lazer antes do ingresso na universidade, sendo essa proporção menor que observado em estudantes do curso de Medicina, que referiram não praticar esportes na adolescência (20,6%)¹¹ e de estudantes do curso de Educação Física que nunca frequentaram escolinhas ou equipes de esporte, danças ou lutas antes do ingresso na universidade (19,2%)¹². Embora as diferenças entre as medidas, vale destacar a semelhança entre as proporções dos estudos, bem como a demonstração que uma parcela dos estudantes que estão nas universidades não se envolveu em atividades físicas no lazer.

No presente estudo, homens e mulheres que não praticaram atividades físicas no lazer antes do ingresso na universidade estavam mais propensos a inatividade física no lazer atual, independente de outros fatores. Em estudo

transversal com adultos de Pelotas, RS⁷, observou-se após o ajuste para outras variáveis, que os ativos no lazer na adolescência apresentaram maior prevalência de prática de atividades físicas no lazer na fase adulta por pelo menos 150 minutos por semana.

Homens universitários que não praticaram atividades físicas no lazer antes do ingresso da universidade apresentaram maiores Razões de Prevalências de inatividade física no lazer atual, diferentemente das mulheres. No entanto, as mulheres apresentaram maiores prevalências de inatividade física no lazer, tanto pregressa como atual. Essa característica também foi observada em homens e mulheres de Pelotas, RS⁷, assim como observado em estudo longitudinal com finlandeses¹⁶. Possivelmente, homens necessitam de uma maior participação em atividades físicas vigorosas na adolescência, para que esse comportamento atue como preditor da prática na fase adulta¹⁶.

Em mulheres universitárias, apesar do ajuste não ter modificado o efeito da associação, quando comparado à análise bruta, destaca-se que as mulheres inativas no lazer antes da universidade podem apresentar uma menor propensão à inatividade física no lazer durante a universidade, especialmente pela maior preocupação com aspectos relativos à saúde, o que as leva a apresentar um maior rigor na sua percepção subjetiva de saúde que seus pares^{17,18} e assim apresentar uma menor possibilidade de permanência na inatividade física durante o lazer.

Importante caracterizar que o nível de prática de atividades físicas em idades precoces, como dos nove aos 18 anos, é essencial como determinante da prática em maiores níveis na idade adulta em ambos os sexos¹⁹. Além disso, adolescentes que praticaram esportes, fora do contexto escolar, apresentam maiores chances de engajamento da prática na fase adulta¹⁶.

A prática em idade escolar representa uma ótima oportunidade para possibilitar aderência à prática na fase adulta, no entanto, vale salientar que outros fatores de ordem social são determinantes para a prática de atividades físicas durante esse período da vida, como as condições econômicas e sociais¹⁶. O nível econômico familiar, desde as fases iniciais da vida, bem como durante toda a vida, é um fator associado ao nível de atividade física, de maneira que menores níveis econômicos contribuem para a não obtenção de maiores níveis de atividades físicas quando adultos⁸.

Na fase adulta, além do reconhecimento que a prática de atividade física é benéfica para a saúde, outras razões também contribuem para a adesão a esse hábito, como gerenciamento do peso corporal, prazer, suporte e interação social²⁰. Em contrapartida, dentre as barreiras que limitam a aderência à prática, em adultos, pode ser citados: experiências negativas na escola, conflitos de identidade e ausência de símbolos de referência para a prática²⁰. Para tanto, deve se ressaltar a necessidade de práticas na infância e adolescência que sejam adequadas as faixas de idade e prazerosas, visando o desenvolvimento integral e a obtenção do gosto pela prática ao longo da vida²¹.

As pesquisas com estudantes universitários demonstram que a inatividade física ou os baixos níveis de atividades físicas são muito prevalentes²², conforme prevalência observada em estudantes de uma universidade particular do Estado de São Paulo (78,9%)²³, de uma universidade pública do Estado de Santa Catarina (30,8%)²⁴ e em estudantes de Portugal (80%)¹³. Haase et al.²⁵ observaram variação da prevalência de inatividade física de 23% a 44% em estudantes de universidades de 23 países de cultura e condições econômicas diferenciadas. Em revisão sistemática de estudos sobre inatividade física em estudantes universitários brasileiros as prevalências variaram de zero a 78,9%²². Além disso, estima-se que 80% dos adolescentes de 13 a 15 anos não praticam atividades físicas em níveis recomendados no mundo²⁶, especificamente no Brasil, as prevalências de baixos níveis de atividades físicas varia de 39% a 93,5%²⁷, embora as estimativas de ocorrência desse comportamento estejam diretamente relacionadas com os métodos de amostragem e medida da atividade física empregada, importante ressaltar a necessidade de estímulo à prática de atividades físicas desde antes ao ingresso na universidade.

Como limitações deste estudo, cita-se o possível viés recordatório das atividades físicas progressas, especialmente para o relato da principal atividade física praticada, haja vista a possibilidade de envolvimento em diversas práticas de forma simultânea, no entanto, o escore de reprodutibilidade observado foi satisfatório. Outra potencial limitação está relacionada ao desenho do estudo (transversal), assim como a ausência de informações progressas, como aspectos econômicos e sociais. Em contrapartida, este estudo minimizou possíveis vieses pelo período curto de coleta de dados e o rigoroso processo de amostragem, de forma estratificada e proporcional a diferentes indicadores de vínculo com a universidade.

CONCLUSÃO

Conclui-se que estudantes universitários do sexo masculino e feminino que foram inativos no lazer antes do ingresso na universidade, apresentaram maiores prevalências de inatividade física no lazer atual, sendo as Razões de Prevalências de inatividade física no lazer atual maior em homens do que em mulheres que referiram à inatividade física progressa. Contudo, vale salientar que as mulheres foram mais inativas no lazer, antes do ingresso na universidade e durante o período acadêmico. As informações deste estudo representam importantes indicadores acerca da associação entre a prática de atividade física no lazer em fases distintas da vida, pois, o período acadêmico representa um marco de referência na vida, por contribuir não somente para a formação profissional, mas, também pessoal e assim a obtenção e, manutenção dos comportamentos relacionados à saúde. Para tanto, o estímulo à prática de atividades físicas no lazer deve ser enfatizado desde o período escolar, visando contribuir ao estímulo de prática ao longo da vida, especialmente durante o período acadêmico.

AGRADECIMENTOS

Aos estudantes universitários que participaram e aos professores que contribuíram para a realização do Estudo MONISA. A REUNI pelo apoio financeiro como forma de bolsa de doutorado ao autor deste estudo.

REFERÊNCIAS

1. United State Department of Health and Human Services (USDHHS). **Physical activity and health: a report of the Surgeon General**. 1996; Disponível em: <http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/contents.htm> [2009 mar 08].
2. United State Department of Health and Human Services (USDHHS). **Physical Activity Guidelines for Americans**. 2008; Disponível em: <http://www.cdc.gov/Features/BeActive/> [2009 mar 20].
3. Paffenbarger Jr RS, Hyde RT, Wing AL, Hsieh C. Physical Activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. **New Engl J Med** 1986;314(10):605-13.
4. Paffenbarger Jr RS, Hyde RT, Wing AL, Lee I, Jung DL, Kampert JB. The association of changes in physical activity level and other lifestyle characteristics with mortality among men. **New Engl J Med** 1993;328(8):538-45.
5. World Health Organization (WHO). **Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks**. 2009; Disponível em: http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/global_health_risks/en/index.html [2010 jul 15].
6. Hallal PC, Victora CG, Azevedo MR, Wells JCK. Adolescent physical activity and health. A systematic review. **Sports Med** 2006; 36(12):1019-30.
7. Azevedo MR, Araújo CL, Silva MC, Hallal PC. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. **Rev Saúde Pública** 2007; 41(1):69-75.
8. Azevedo MR, Horta BL, Gigante DP, Victora CG, Barros FC. Factors associated to leisure-time sedentary lifestyle in adults of 1982 birth cohort, Pelotas, Southern Brazil. **Rev Saúde Pública** 2008; 42(Supl. 2):1-7.
9. Azevedo MR, Horta BL, Gigante DP, Sibbritt D. Continuidade da atividade física na Coorte de Nascimentos de 1982 de Pelotas. **Rev Bras Ativ Fis Saúde** 2011; 16(2):156-61.
10. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). **Censo da educação superior 2010**. 2011; Disponível em: <http://portal.inep.gov.br/> [2011 nov 07].
11. Alves JGB, Montenegro FML, Oliveira FA, Alves RV. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Rev Bras Med Esporte** 2005; 11(5):291-4.
12. Sousa TF, Santos SFS, Pie ACS, Rossato LC. Associação entre indicadores de prática de atividades físicas na adolescência com o nível atual de prática de atividades físicas no lazer em acadêmicos de um curso de Educação Física no nordeste do Brasil. **Pensar Prát** 2009; 12(3):1-12.
13. Brandão MP, Pimentel FL, Cardoso MF. Impact of academic exposure on health status of university students. **Rev Saúde Pública** 2011; 45(1):49-58.
14. Sousa TF, Fonseca SA, José HPM, Nahas MV. Estudo MONISA: características e aspectos metodológicos. **Rev Bras Epidemiol** 2012; 15(4): 904-7.
15. Luiz RR, Magnanini MF. A lógica da determinação do tamanho da amostra em investigações epidemiológicas. **Cad Saúde Coletiva** 2000; 8(2):9-28.
16. Sousa TF, Fonseca SA, José HPM, Nahas MV. Validade e reprodutibilidade do questionário Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Isaq-A). **Arq Cien Esp** 2012 (no prelo).
17. Tammelin T, Näyhä S, Hills AP, Järvelin M. Adolescent participation in sports and adult physical activity. **Am J Prev Med** 2003; 24(1):22-8.
18. Barros MBA, Zanchetta LM, Moura EC, Malta DC. Auto-avaliação da saúde e fatores associados, Brasil, 2006. **Rev Saúde Pública** 2009; 43(Supl. 2):27-37.
19. Szwarcwald CL, Souza-Júnior PRB, Esteves MAP, Damacena GN, Viacava F. Socio-demographic determinants of self-rated health in Brazil. **Cad Saúde Pública** 2005; 21(Supl. 1):S54-S64.
20. Telama R, Yang X, Viikari J, Välimäki I, Wanne O, Raitakari O. Physical activity from childhood to adulthood a 21-year tracking study. **Am J Prev Med** 2005; 28(3):267-73.
21. Allender S, Cowburn G, Foster C. Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. **Health Educ Res** 2006; 21(6):826-35.
22. Strong WB, Malina RM, Blimkie CJR, Daniels SR, Dishman RK, Gutin B, et al. Evidence based physical activity for school-age youth. **J Pediatr** 2005; 146(6):732-7.
23. Sousa TF. Inatividade física em universitários brasileiros: uma revisão sistemática. **Rev Bras Cienc Saúde (IMES)** 2011; 9(29):47-55.
24. Rabelo LM, Viana RM, Schimith MA, Patin RV, Valverde MA, Denadai RC, et al. Risk factors for atherosclerosis in students of a private university in São Paulo - Brazil. **Arq Bras Cardiol** 1999; 72(5):575-80.
25. Silva DAS, Petroski EL. Fatores associados ao nível de participação em atividades físicas em estudantes de uma universidade pública no sul do Brasil. **Cienc Saúde Colet** 2011; 16(10):4087-94.

26. Haase A, Steptoe A, Sallis JF, Wardle J. Leisure-time physical activity in university students from 23 countries: associations with health beliefs, risk awareness, and national economic development. **Prev Med** 2004; 39(1):182-90.
27. Hallal PC, Andersen LB, Bull FC, Guthold R, Haskell W, Ekelund U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **Lancet** 2012; 380(9838):247-57.
28. Tassitano RM, Bezerra J, Tenório MCM, Colares V, Barros MVG, Hallal PC. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum** 2007; 9(1):55-60.