

## RELAÇÃO ENTRE O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E O PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DE UNIVERSITÁRIOS DE UM CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

### RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY AND THE SOCIO-DEMOGRAPHIC PROFILE OF UNIVERSITY OF A PHYSICAL EDUCATION COURSE

NETO<sup>1</sup>, José de Caldas Simões; GONÇALVES, João Paz.  
Centro Universitário Doutor Leão Sampaio

Recebido: 19/12/2017; Aceito: 10/01/2018; Publicado: 22/03/2018.

#### RESUMO

Compreender o perfil sociodemográfico e o nível de atividade física dos universitários, são fatores de grande importância para perceber se o indivíduo é ativo fisicamente. Deste modo o objetivo do estudo foi analisar perfil sociodemográfico e o nível de atividade física de acadêmicos do curso de Educação Física em uma instituição privada de ensino superior na Juazeiro do Norte – CE. A presente pesquisa quanto à sua natureza, foi realizada por meio de um levantamento da abordagem quantitativa, utilizando como base a pesquisa de campo, pelo método descritivo exploratório, tendo como delineamento aspecto relacionado ao corte transversal. A população foi composta pelos acadêmicos do curso de Educação Física, onde a amostra foi constituída por n=133 acadêmicos de ambos os sexos, sendo que foram pesquisados n=73 do sexo masculino e n=60 do sexo feminino com média de idade de 22,2±3,95 anos. Os participantes foram selecionados probabilisticamente a partir da amostragem não proporcional por conveniência e intencional. Os instrumentos utilizados na pesquisa foram um questionário sociodemográfico, contendo alguns dados pessoais e o Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ. Os dados foram analisados e as informações tabuladas de acordo com a estatística descritiva através do programa SPSS 20.0. Para avaliação da medida de significância estatística foi utilizado o teste “t” de students adotando  $p < 0,05$ . Os resultados mostram que as variáveis sociodemográficas pode-se perceber que os acadêmicos apresentam um perfil sociodemográfico dentro padrões adequados e que os percentuais dos níveis de atividade física demonstram que a grande maioria dos universitários pesquisados estão classificados como fisicamente ativos e fisicamente muito ativos, sendo que um menor número de sujeitos apresentou com baixo nível de atividade física e sedentários. Pode-se concluir que a relação sociodemográfica dos acadêmicos influencia de forma significativa no nível de atividade física dos acadêmicos, sendo que os aspectos que são característicos da situação socioeconômica, faz com que os acadêmicos tenham disponibilidade de acesso a prática de atividade física habitual.

**Palavras-Chave:** Nível de Atividade Física. Perfil Sociodemográfico. Acadêmicos.

#### ABSTRACT

Understanding the sociodemographic profile and level of physical activity of university students are important factors in understanding whether the individual is physically active. Thus, the objective of this study was to analyze the sociodemographic profile and the level of physical activity of academics of the Physical Education course at a private institution of higher education in Juazeiro do Norte - CE. The present research was carried out through a research of the quantitative approach, based on the field research, using the exploratory descriptive method, with a transversal aspect. The population was composed by students of the Physical Education course, where the sample consisted of n = 133 academics of both sexes and n = 73 men were: 60 women with mean age of 22, 2 ± 3.95 years. Participants were probabilistically selected for non-proportional sampling for convenience and intentional sampling. The instruments used in the research were a sociodemographic questionnaire, containing some personal data and the International Questionnaire of Physical Activity - IPAQ. The data were analyzed and the information tabulated according to the descriptive statistics through the SPSS 20.0 program. For the evaluation of the measure of statistical significance, the "t" test of the students was used adopting  $p < 0.05$ . The results show that the sociodemographic variables can be perceived that the students present a sociodemographic profile within adequate standards and that the percentages of the physical activity levels demonstrate that the great majority of the university students studied are classified as physically active and physically very active, and a lower number of individuals presented low level of physical activity and sedentary. It can be concluded that the sociodemographic relation of the academics influences in a significant way the level of physical activity of the academics, being that the characteristic aspects of the socioeconomic situation make the academics have access to the practice of habitual physical activity.

**Keywords:** Physical Activity Level; Sociodemographic profile and Academic.

<sup>1</sup> Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio – UNILEÃO. E-mail: josecaldas@leaosampaio.edu.br - Contato: (88) 9-9619- 7636; Juazeiro do Norte – Ceará.

## INTRODUÇÃO

Com o avançar das pesquisas na área da saúde, vem se comprovando cada vez mais o quanto é importante à prática de atividade física para a aquisição e manutenção ou reabilitação da saúde do corpo e da mente do ser humano, além de ser fundamental no desenvolvimento do ser como um todo, ou seja, contribuindo dessa forma para o desenvolvimento de uma melhor qualidade de vida, prevenindo e atuando no controle de doenças crônicas não transmissíveis, que também estão associadas a um estilo de vida pouco ativo ou inativo (MACIEL, 2013).

A prática regular de atividade física é considerada um importante aspecto para a manutenção do estado de saúde, estando ligada ao estilo de vida escolhido pelo indivíduo. Tais hábitos dependem de uma série de fatores, tais como os fatores ambientais, sociais, demográficos e culturais que podem desencadear no comportamento individual uma gama de problemas ligados ao corpo e seu desenvolvimento (SIQUEIRA, 2008).

A atividade física está diretamente ligada ao movimento corporal voluntário produzido pela musculatura esquelética, que resulta em gasto energético maior do que no estado de repouso, que abrange uma série de componentes relacionados à saúde (GUEDES et. al., 2002).

O perfil sociodemográfico e nível de atividade física dos universitários, são fatores de grande importância para compreender se o indivíduo é fisicamente ativo, bem como para gerar estratégias para incentivar a prática de atividade física, ou seja, a prática regular de atividade física pode ser uma maneira de se prevenir contra problemas de saúde, seja ela do tipo física ou psicológica, sendo assim pode-se dizer que sem hábitos preventivos, há uma redução substancial das chances de alcançar uma velhice qualitativamente satisfatória (ZAITUNE et. al., 2007).

Então, um indivíduo que manter uma vida fisicamente ativa contribui para a melhoria ou manutenção da vida relacionada à saúde. É perceptível, que há alguns anos, vem sendo feita uma maior disseminação quanto à importância da prática de atividade física para a saúde e melhoria da qualidade de vida das pessoas. Tassitano et al. (2007) afirma que embora haja esse reconhecimento quanto a necessidade da prática regular de atividade física para a manutenção ou promoção da saúde, ainda existe um alto índice de baixos níveis de atividade física que afeta os indivíduos nas diversas faixas etárias. Em todas as faixas etárias, um dos principais comportamentos relacionados ao “sedentarismo” é o hábito de assistir televisão, onde nas

últimas décadas, paralelo ao aumento do número de residências com televisores e outros aparelhos eletrônicos, ao número de horas gastas assistindo TV, houve também um aumento preocupante do número de pessoas obesas (COUTO, 2011).

A prática regular de atividade física apropriada à condição de cada indivíduo e a dedicação ao lazer não sedentário é essencial para obtenção de um melhor nível de qualidade de vida e promoção da saúde, sendo assim há a necessidade da predominância de comportamentos saudáveis entre os indivíduos (PUCCI et al., 2012). Para tanto se considerando o nível de atividade física e o perfil sociodemográfico de acadêmicos do curso de Educação Física, sua interligação é determinante na promoção da saúde e na qualidade de vida dos acadêmicos estudados, e que os público pesquisado, em especial os universitários da área de saúde, possuem importante papel como multiplicadores dessas informações na sociedade, podendo modificar a comunidade onde estão inseridos.

Para os acadêmicos independe do nível sociodemográfico a universidade é a porta de entrada para a vida profissional, ou a prerrogativa para manter o seu emprego. Muitos deles, com a finalidade de obter promoção, seguem dupla jornada com a carreira profissional no mercado de trabalho e a vida acadêmica na universidade, além das suas atividades no cotidiano familiar e social. Essa jornada, como consequência, limita o tempo livre para a vida pessoal e para o lazer, diminuindo assim a possibilidade de aumento do nível de atividade física, comprometendo ainda mais a qualidade de vida (PEKMEZOVIC et al., 2011). Deste modo o presente estudo tem como objetivo analisar o perfil sociodemográfico e o nível de atividade física de acadêmicos do curso de Educação Física em uma instituição privada de ensino superior na cidade de Juazeiro do Norte - Ceará.

## MATERIAIS E MÉTODOS

A presente pesquisa quanto à sua natureza, foi realizada por meio de um levantamento da abordagem quantitativa, utilizando como base a pesquisa de campo, pelo método descritivo exploratório, tendo como delineamento aspecto relacionado ao corte transversal. A população será constituída por acadêmicos do curso de Educação Física de uma instituição privada de ensino superior na cidade de Juazeiro do Norte - C, onde a amostra foi constituída de uma (n=133) acadêmicos, sendo que foram pesquisados (n=73) correspondentes a (54,9%) dos acadêmicos do sexo masculino e (n=60) equivalente a (45,1%) do sexo feminino com média de idade de 22,2±3,95 anos, como demonstra a tabela abaixo:

**Tabela 01:** Estatística descritiva da variável sexo dos acadêmicos de Educação Física.

Sexo	Freq.*	%**
Masculino	73	54,9
Feminino	60	45,1
<b>Total</b>	<b>133</b>	<b>100</b>

\*Freq.=Frequência - \*\*% = Percentual

Fonte: Dados da pesquisa, 2015.

**Tabela 02:** Estatística descritiva da variável idade dos acadêmicos de Educação Física.

Variável	X*	Dp**
Idade	22,2	3,95

\*X=Média - \*\*Dp = Desvio Padrão

Fonte: Dados da Pesquisa, 2015.

Os participantes foram selecionados probabilisticamente a partir da amostragem não proporcional por conveniência e intencional. A amostragem não probabilística por conveniência leva em consideração que a seleção da unidade amostral pesquisada ser facilmente acessível (MARCONI; LAKATOS, 2010). Já a intencional mostra que os indivíduos pesquisados são selecionados de modo a ser mais próximo do valor médio das variáveis da população (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2002).

Foram adotados como critérios de inclusão: responder negativamente a todas as perguntas do questionário sociodemográfico e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ – International Physical Activity Questionnaire); apresentar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado pelo responsável, quando menor de idade ou pelo próprio participante, quando com idade igual ou superior a 18 anos.

Os critérios de exclusão foram: recusar participar da pesquisa, responder positivamente a uma das perguntas do questionário sociodemográfico e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ – International Physical Activity Questionnaire) e não estar presente no dia da aplicação do questionário. Os instrumentos utilizados na pesquisa foram um questionário sociodemográfico, contendo alguns dados pessoais e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ – International Physical Activity Questionnaire - versão curta) reproduzido e validado em um estudo piloto para a população jovem adulta brasileira por (MATSUDO et. al., 2001).

Este estudo apresentou como variáveis, o perfil sociodemográfico e situação acadêmica tais como: semestre em curso, sexo (Masculino e Feminino), idade (quantidade de anos de vida completos autoreferido), estado civil atual (Solteiro ou Relacionamento estável), com quem mora (Sozinho, Amigos/Conhecidos ou Família/Acompanhante), trabalho remunerado; renda individual; renda familiar; situação da casa; em que cidade vivia antes de começar o curso (Cidade de origem = Região do Cariri ou Fora da região do Cariri), cidade em que vive após começar o curso (Cidade em que vive).

Os procedimentos metodológicos da presente pesquisa constituíram-se dentro dos padrões éticos legais referentes à pesquisa com seres humanos da resolução

446/12. Para a realização da pesquisa, foi feito contato com a instituição de ensino com intuito de obter informações referentes aos elementos que fizeram parte da pesquisa.

Posteriormente foram realizadas visitas as turmas para estabelecer contato com a população e assim possível aplicar os questionários, mediante a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), ficando livre a opção por participar e podendo o sujeito desistir a qualquer momento se assim desejasse, todos os participantes ficaram com uma cópia do Termo para o caso de desejarem realizar contato com o pesquisador em função de dúvidas ou desistência. No dia da coleta de dados, os participantes responderam inicialmente ao questionário sociodemográfico e em seguida o IPAQ - versão curta, questionário que classifica o nível de atividade física (nível de atividade física = sedentário; insuficientemente ativo; suficientemente ativo e muito ativo).

Os dados deste estudo foram analisados e as informações tabuladas de acordo com a estatística descritiva, sendo distribuídos e apresentados em forma de tabelas de frequência a partir do software Excel for Windows da Microsoft Office 2007, como também a distribuição de frequência, através do programa SPSS 20.0. Para avaliação da medida de significância estatística foi utilizado o teste “t” de students adotando  $p < 0,05$  para valores esperados menores que 0,05 verificando as diferenças significativas entre as classificações das respostas dos indivíduos em função do Nível de Atividade Física (NAF) pesquisados.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados referentes a este estudo foram coletados no ano de 2015, tabulados separadamente e posteriormente criados tabelas para uma melhor interpretação dos dados especificamente para estudar o perfil sociodemográfico e o nível de atividade física dos acadêmicos do curso de educação física de uma instituição de ensino superior privado na cidade de Juazeiro do Norte, Ceara, Brasil.

**Tabela 03:** Distribuição geral da amostra referente ao perfil sociodemográfico dos universitários do curso de educação física.

Variável	Semestre	n	%
<b>Estado civil</b>	Solteiro	98	73,7
	Relacionamento estável	35	26,3
<b>Moradia</b>	Sozinho	09	6,7
	Amigo/Conhecido	08	6,1
	Família/Acompanhante	116	87,2
<b>Trabalho remunerado</b>	Sim	98	73,7
	Não	35	26,3
<b>Renda Mensal Individual</b>	Nenhuma	35	26,3
	Ate 03 Salários Mínimos	98	73,7
<b>Renda Mensal Familiar</b>	Ate 02 Salários Mínimos	30	22,6
	De 02 a 04 Salários Mínimos	85	63,9
	Superior a 05 Salários Mínimos	18	13,5
<b>Dependentes da renda</b>	Três	43	32,3
	Quatro	34	25,6
	Cinco ou Mais	56	42,1
<b>Situação da moradia</b>	Alugada	33	24,8
	Própria já quitada	100	75,2
<b>Cidade de origem</b>	Região do Cariri	80	60,2
	Fora da região do Cariri	53	39,8
<b>Cidade em que vive</b>	Região do Cariri	92	69,2
	Fora da região do Cariri	41	30,8

\*n = Amostra - % = Percentual

Fonte: Dados da Pesquisa, 2015.

Os resultados da tabela 03 mostram a análise descritiva referente ao perfil sociodemográfico dos acadêmicos do curso de Educação Física. Percebe-se que com relação ao estado civil, moradia e trabalho remunerado, percebe-se que foi de “Solteiro” com (73,7%), para moradia (87,2%) moram acompanhados com “Famíliares” e (73,7%) dos acadêmicos têm um “Trabalho remunerado”.

Os dados mostram que com relação à renda individual (73,7%) recebem “Ate 03 Salários Mínimos” e (26,3%) não recebem “Nenhuma”, já sobre renda mensal familiar (63,9%) tem renda mensal familiar “De 02 a 04 Salários Mínimos”, (22,6%) “Ate 02 Salários Mínimos” e (13,5%) “Superior a 05 Salários Mínimos”. A priori mostra que as maiorias dos acadêmicos residem na região do cariri e a cidade de origem também foram classificadas com sendo natural da região. Já com relação à situação da moradia (75,2%) possuem casa “Própria quitada” e (24,8%) casa “Alugada”.

Analisou-se a associação entre as variáveis sociodemográficas pode-se perceber que os acadêmicos apresentam um perfil sociodemográfico dentro padrões adequados. Em um estudo realizado com industriários, os sujeitos que exerciam atividades laborais em horários diurnos, apresentaram características primordiais em relação a prática de atividade física, entretanto este achado foi sem significância estatística (BARROS; NAHAS, 2001).

Esse resultado diverge do encontrado entre os servidores, no qual os sujeitos mais ativos foram

identificados no rodízio de turnos. Contudo, os achados do presente estudo se assemelham em sua maioria com resultados de outros achados da literatura científica.

Considerando todos os domínios, o perfil Sociodemográfico dos sujeitos mais ativos geralmente é de homens jovens, que possuem maior disponibilidade de tempo para realização de atividades físicas e menos responsabilidade, assim como os solteiros e sem filhos. Os sujeitos com menor renda e escolaridade normalmente possuem ofício e deslocamento mais ativos e tarefas domésticas mais frequentes, em virtude justamente de condições sociais inferiores (BUSS, PELLEGRINI FILHO, 2007).

De acordo com a tabela 04 em relação ao envolvimento com atividades físicas, a seguir as prevalências do envolvimento com atividade física estão estratificadas por sexo, em cada uma das categorias das diversas variáveis analisadas. Os resultados mostram que com relação ao nível de atividade física (AF) há um ano, no sexo masculino (30,1%) estão mais envolvidos com a prática de atividade física, (45,2%) encontram-se tão envolvido quanto hoje e (24,7%) afirmaram estar menos envolvido do que hoje. Já para o sexo feminino (25,0%) estão mais envolvidos com a prática de atividade física do que hoje, (45,0%) encontram-se tão envolvido quanto hoje e (30,0%) afirmaram estar menos envolvido do que hoje.

Com relação à Percepção do Nível de atividade (NAF) os resultados mostram que (11,0%) dos acadêmicos do sexo masculino apresentaram uma

“Excelente”, (68,8%) “Boa”, (15,1%) “Regular” e (5,5%) “Ruim”, sendo esta uma pequena parcela. No sexo

feminino foi de (8,3%) “Excelente”, (66,7%) “Boa”, (21,7%) “Regular” e (3,3%) “Ruim”.

**Tabela 04:** Distribuição geral da amostra referente ao envolvimento com atividade física em função do sexo.

Variável	Categorias	Masculino		Feminino		t
		n	%	n	%	
Nível de atividade (AF) há um ano	Mais envolvido do que hoje	22	30,1	15	25,0	0,25
	Tão envolvido quanto hoje	33	45,2	27	45,0	
	Menos envolvido que hoje	18	24,7	18	30,0	
Nível de atividade (NAF)	Excelente	08	11,0	05	8,3	0,41
	Bom	50	68,5	40	66,7	
	Regular	11	15,1	13	21,7	
	Ruim	04	5,5	02	3,3	
Envolvido com Atividade Física	Não sou ativo fisicamente, mas tenho a intenção de me tornar nos próximos seis meses.	12	16,4	17	28,3	0,31
	Sou ativo fisicamente no momento, não de maneira regular.	22	30,1	14	23,3	
	Sou ativo fisicamente de maneira regular.	06	8,2	09	15,0	
	Participo regularmente de atividades físicas por mais de seis meses	33	45,2	20	33,3	

AF = atividade física- NAF = Nível de atividade física  $p$  = prevalência da associação estatisticamente significativa considerando  $p < 0,05$  a partir do Teste  $t$  de Student.

Fonte: Dados da Pesquisa, 2015.

Com relação a variável envolvimento com atividade física a maior prevalência apresentada pelo sexo masculino foi de (45,2%) “participo regularmente de atividades físicas por mais de seis meses” e o menor resultado obtido foi de (8,2%) “Sou ativo fisicamente de maneira regular”. Os resultados para o sexo feminino foram de (33,3%) “participo regularmente de atividades físicas por mais de seis meses” e o menor resultado obtido foi de (15,0%) “Sou ativo fisicamente de maneira regular”.

Observou-se que com relação ao envolvimento com atividade física não indicou grandes diferenças entre o gênero masculino e feminino, ou seja, foram praticamente semelhantes os resultados, entretanto os acadêmicos obtiveram os resultados no nível de atividade física (bom) para ambos os gêneros. Sendo assim, o diferente estilo de vida dos acadêmicos pesquisados a relação do nível socioeconômico influenciou de maneira significativa no nível de atividade física, que se manteve praticamente semelhante.

Analisando a classificação com o envolvimento com atividade mostrou que entre os acadêmicos pesquisados a prevalência maior consistiu entre o gênero masculino que tiveram melhores indicadores quando comparados o envolvimento com atividade. Perceber no teste  $t$  de Student aplicado, que ambas as variáveis analisadas demonstraram haver diferença significativa entre as médias obtidas, mediante estes achados os

resultados demonstram que não houve correlação significativa entre as médias das variáveis, não apresentando diferenças significativas diante o estudo.

Estudos mostraram associações entre nível de atividade física, níveis de fatores psicossociais e demográficos, tais como nível de escolaridade, raça, renda, estado conjugal, tipo de ocupação, pertencimento a grupos de praticantes de exercícios físicos, isolamento social, satisfação com a vida, percepção da saúde, entre outros aspectos (BUSS, PELLEGRINIFILHO, 2007). Barros e Nahas (2001) analisaram a associação entre o nível de atividade física e as variáveis sociodemográficas e de trabalho. As variáveis sexo e situação conjugal apresentaram associação significativa com o NAF ( $p < 0,05$ ) sendo mais ativos os sujeitos do sexo masculino com (70,0%) corroborando os resultados desta pesquisa.

Conforme a tabela 05 abaixo, dados referentes à análise dos níveis de atividade física, considerando o questionário (IPAQ). Observou-se que entre o sexo masculino, 12,0% dos universitários são “fisicamente muito ativos”; 58,9% são “fisicamente ativos”; 23,3% “insuficientemente ativos” e 5,5% sedentários. Já com relação ao gênero masculino percebe-se que 10,0% dos universitários são “fisicamente muito ativos”; 28,3% são “fisicamente ativos”; 48,3% “insuficientemente ativos” e 13,3% sedentários.

**Tabela 05:** Distribuição da análise estatística quanto Nível de Atividade Física (IPAQ) em função do sexo relativa à amostra geral de (n=133).

Nível de Atividade Física (NAF)	Classificação	Masculino		Feminino		t p
		n	%	n	%	
	Sedentário	04	5,5	08	13,3	
	Insuficientemente ativo	17	23,3	29	48,3	
	Fisicamente ativo	43	58,9	17	28,3	0,38
	Fisicamente Muito Ativo	09	12,3	06	10,0	
	Total	73	100	60	100	

NAF = Nível de atividade física – p= prevalência da associação estatisticamente significativa considerando  $p < 0,05$  a partir do Teste t de Student.

**Fonte:** Dados da Pesquisa, 2015.

Percebe-se no teste *t de Student* aplicado, que o “p” valor para o nível de atividade física foi de ( $p=0,38$ ) deste modo isso implica dizer que houve diferença significativa entre as médias obtidas, sendo assim os resultados demonstra que não houve correlação significativa entre as médias das variáveis, não apresentando diferenças significativas das variáveis independentes. A priori demonstra que mediante os resultados obtidos observa-se que os percentuais dos níveis de Atividade Física demonstram que a grande maioria dos universitários pesquisados estão classificados como Fisicamente ativos e Fisicamente muito ativos, sendo que uma pequena parcela apresenta-se com um baixo nível de atividade física e sedentários.

A prática regular de atividade física apresenta uma relação inversa com risco de doenças crônicas degenerativas e tem um efeito positivo no estilo de vida e em outras variáveis psicológicas. Para tanto, tem sido dada ênfase à redução do sedentarismo, mediante planos de adoção de atividade física regular para melhoria da saúde individual e coletiva (WEINECK, 2003).

De acordo com Lima (2003), estudos epidemiológicos têm evidenciado os efeitos positivos da atividade física na saúde. Ela evita doenças crônico-degenerativas, diminui dores lombares e ansiedade e melhora o controle de doenças respiratórias.

No estudo realizado por Rodrigues (2015), com escolares em uma cidade no interior do estado de Mato Grosso pode-se perceber que os escolares avaliados nesse estudo estão com baixos índices de atividade física, e que a maioria está acima do peso ideal, apresentando grandes riscos de desenvolver doenças crônicas degenerativas, especialmente, doenças cardíacas. O estudo também ressaltou que os fatores: tempo sentado, nível de atividade física, composição corporal e relação cintura quadril, estão ligados diretamente aos resultados negativos encontrados na referida pesquisa.

## CONCLUSÃO

A partir desta pesquisa, verificou-se que a maior parte dos acadêmicos foram classificados como fisicamente ativos e muito fisicamente ativos, mas ainda existe uma parcela significativa de indivíduos classificados como insuficientemente ativos e sedentários. Pode-se concluir que perfil sociodemográfico dos acadêmicos apresentou situação satisfatória, sendo que a grande maioria dos acadêmicos tem uma situação pessoal, financeira estável, dentro dos padrões adequados de sobrevivência e manutenção.

Com estes resultados pode-se concluir que a relação sociodemográficas dos acadêmicos influencia de forma significativa no nível de atividade física dos acadêmicos, sendo que os aspectos que são característicos da situação socioeconômico, faz com que os acadêmicos

tenham disponibilidade de acesso a prática de atividade física habitual.

Considerando os resultados obtidos e as discussões realizadas, se espera que essa pesquisa contribua para o desenvolvimento de programas educativos referentes à prática de atividade física e incentive para o desenvolvimento de novas pesquisas sobre o referido tema com a mesma população de estudando e com outros grupos de pesquisas e faixa etária estudada, enfatizando os vários fatores que podem influenciar no nível de atividade física e no perfil sociodemográfico, preenchendo dessa maneira as lacunas deixadas por este estudo.

## REFERÊNCIAS

- BARROS, M. V. G. de; NAHAS, M. V. Comportamentos de risco, auto avaliação do Nível de saúde e percepção de estresse entre trabalhadores da indústria. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 6, n. 35, p. 554-63, 2001.
- BUSS PM, PELLEGRINI FILHO A. A saúde e seus determinantes sociais. *PHYSIS: Revista de Saúde Coletiva*. 17(1): 77-93, 2007.
- COUTO, A. C. P. *Educação física: atenção à saúde da criança e do adolescente*. Belo Horizonte: Nescon/UFGM, 2011.
- GUEDES, D.P., et al. Atividade física habitual e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, p. 13- 21, 2002.
- LIMA, V. *Ginástica laboral: atividade física no ambiente de trabalho*. São Paulo: Phorte, 2003.
- MACIEL, J. P. S. Estudo bibliográfico sobre Educação Física e mídia: a concepção da imagem corporal e esportiva na mídia televisiva. *Lecturas: Educación Física y Deportes - Efdesportes*, Gurruchaga - Buenos Aires - Argentina, 185, 24 Outubro 2013. 1-15.
- MATSUDO, S.; ARAUJO, T.; MATSUDO, V.; ANDRADE, D.; ANDRADE, E.; OLIVEIRA, L. C.; BRAGGION, G.. Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): Estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, p. 05-18, 2001.
- PEKMEZOVIC, T.; POPOVIC, A.; TEPAVCEVIC, D.K.; GAZIBARA, T.; PAUNIC, M. Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University students. *Qual Life Res*, p. 391-97, 2011.

PUCCI, G.C.M.F.; RECH, C.R.; FERMINO, R.C.; REIS, R.S. Associação entre atividade física e qualidade de vida em adultos. *Revista Saúde Pública.* , p. 166-79, 2012.

RODRIGUES, R. P. *Nível de atividade física, tempo sentado, composição corporal e fatores associados em policiais militares.* Trabalho de conclusão de Curso de Licenciatura em Educação Física do Programa UAB da Universidade de Brasília – Barra do Bugres – MT, 2015.

SIQUEIRA, F. V. *et al.* Atividade física em adultos e idosos residentes em áreas de abrangência de unidades básicas de saúde de municípios das regiões Sul e Nordeste do Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, p. 39 - 54, jan. 2008.

TASSITANO, R. M., *et al.* Atividade Física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, p. 55-60, 2007.

WEINECK, J. *Atividade Física e Esporte: para quê?* trad. Daniela Coelho Zazá, Fabiano Amorin e Mauro Heleno Chagas. Barueri SP: Manole, 2003. 1-200 p.

ZAITUNE, M. P. A., *et al.* Fatores associados ao sedentarismo no lazer em idosos, Campinas, São Paulo, Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 6, p.1329-1338, jun. 2007.