

Pesquisa em Educação Física

Volume 11, número 6, 2012

ISSN: 1981-4313



Várzea Paulista, SP

Recebido: 12/11/2013 Emitido parece: 17/11/2013 Artigo original

PREVALÊNCIA DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA E UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA NO MUNICÍPIO DE PARANAVAÍ/PR

Eduardo de Souza Padovini[1], José Nogueira Ramos Junior[1], Edilaine Monique de Souza Carlucci[1], Ana Paula Golia Carllotto dos Santos[1], Carlos Alexandre Molena Fernandes[1].

RESUMO

É consenso entre as literaturas relacionadas à saúde que as doenças cardiovasculares são as principais causas de morte na atualidade, tornando-se um grande problema para a saúde pública mundial. Neste sentido, estudos diagnósticos com intuito de analisar os principais fatores de risco para as doenças cardiovasculares, são de extrema importância para que medidas intervencionistas sejam implantadas no intuito de prevenir e/ou controlar estas patologias, seus fatores de risco e suas comorbidades. Sendo assim, este estudo teve como objetivo verificar a prevalência de fatores de risco cardiovascular em estudantes universitários do município de Paranavaí/PR. Foram avaliados 791 estudantes universitários de séries intermediárias de todos os cursos de duas instituições de ensino superior, sendo uma pública e uma privada, ambas do município de Paranavaí/PR, sendo 276 (34,9%) do gênero masculino e 515 (65,1%) do gênero feminino, com idade entre 18 a 40 anos. Os dados foram coletados mediante aplicação de um questionário proposto por Gus (2005), contendo informações sócio demográficas, dados clínicos, função gastrointestinal, uso de medicamentos, etilismo, tabagismo, entre outros. Os dados foram apresentados em frequência e percentual para as variáveis qualitativas e o teste Qui-Quadrado foi utilizado para comparações entre os gêneros com $p<0,05$ sendo estabelecido como nível de significância. Os resultados indicaram uma elevada prevalência de excesso de peso (25%) entre os estudantes de maneira geral. Foi constatada também uma prevalência maior de sobrepeso entre as mulheres da instituição pública e privada (14% e 7%, respectivamente). Quando comparados por sexo, os homens apresentaram maior sobrepeso e obesidade em relação as mulheres na instituição pública (23% e 15% versus 14% e 5%, respectivamente), repetindo o quadro na instituição privada (29% e 13%) para os homens e (7% e 6%) para as mulheres. Analisando o nível de atividade física, foram observadas diferenças significativas entre as instituições nas categorias irregularmente ativos e ativos (19% e 63%, respectivamente) na instituição pública, e (12% e 73%, respectivamente) na instituição privada. Os dados apresentados, sugerem a elaboração de programas de exercícios físicos orientados para ambas instituições, com enfoque maior na instituição pública e em estudantes de menor renda.

Palavras-chave: Doenças Cardiovasculares. Fatores de Risco. Estudantes universitários.

PREVALENCE OF FACTORS OF CARDIOVASCULAR RISK IN UNIVERSITY STUDENTS: A COMPARATIVE STUDY BETWEEN A PUBLIC INSTITUTION AND A PRIVATE INSTITUTION IN THE CITY OF PARANAVAÍ/PR

ABSTRACT

It is consensus between literatures related to the health that the cardiovascular diseases are the main causes of death nowadays, becoming a great problem for world-wide public health. In this way, disgnostic studies with intention to analyze the main factors of risk for the cardiovascular diseases, are extremely important to the measured interventionist, because they are implanted in intention to prevent and/or to control these pathologies, its factors of risk and its comorbidities. So, this study had as objective to verify the prevalence of factors of cardiovascular risk in university students of Paranavaí city. The courses of two institutions of superior education were evaluated 791 university students of intermediate series of all, being a public and a private one, both of Paranavaí city, being 276 (34.9%) of masculine and 515 (65.1%) of the feminine sex, with age between 18 to 40 years old. Data were collected through a questionnaire proposed by Gus (2005), containing sociodemographic information's, clinical data, gastrointestinal function, medication use, alcohol consumption, smoking, among others**.** The data were presented in frequency and percentile for the qualitative variable and the Qui-Square test it was used for comparisons between the sorts with $p<0,05$ being established as significance level. The results had indicated one high prevalence of weight excess (25%) enter the students in a generalized manner. A bigger prevalence of overweight was also evidenced enters the women of the public and private institution (14% and 7%, respectively). When comparative for sex, the men had presented greater overweight and obesity compared to the women in the public institution (23% and 15% versus 14% and 5%, respectively), repeating

the picture in the private institution (29% and 13%) for men e (7% and 6%) for the women. Analyzing the level of physical activity, significant differences between the institutions in the irregularly active categories were observed and active (19% and 63%, respectively) in the institution it publishes, e (12% and 73%, respectively) in the private institution. The presented data, suggest the elaboration of programs of guided physical exercises for both institutions, with bigger approach in the public institution and students of lesser income.

KEYWORDS: Cardiovascular diseases. University Factors of Risk. Students.

INTRODUÇÃO

Segundo Maia *et al.*, (2007), as Doenças Cardiovasculares (DCV) são uma das maiores causadoras das morbidades e mortalidades no mundo, representando elevados custos à saúde pública. Os principais fatores de risco (FR) para o acarretamento dessas doenças são: sedentarismo, tabagismo, obesidade e hipertensão arterial sistêmica (HAS) (GUS, FISCHMANN e MEDINA, 2002), além das dislipidemias e do diabetes *mellitus* (DM) (CASTRO *et al.*, 2004) todos estes classificados como fatores comportamentais ao surgimento de Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT), além dos fatores não-modificáveis sendo estes: sexo, idade e herança genética também representarem significativa parcela (BRASIL, 2008).

No ano de 2005, cerca de 35 milhões de pessoas morreram de doenças crônicas no mundo, o que corresponde ao dobro das mortes relacionadas às doenças infecciosas em todos os países (WHO, 2005). Segundo a Organização Pan-americana de Saúde (OPAS) (2006), 388 milhões de pessoas em todo o mundo, morrerão de uma doença crônica nos próximos 10 anos. No Brasil, um estudo realizado entre os anos de 2002 e 2004 apontou as DCNT como causadoras de 74% dos óbitos ocorridos no país, ultrapassando as taxas de mortalidade por doenças infecciosas e parasitárias, passando a representar uma grande parcela das despesas com assistência hospitalar no SUS e no Setor Suplementar (BRASIL, 2008).

As DCNT se desenvolvem de maneira crônica, ou seja, ao longo dos anos, e como consequência, apresentam prejuízos na qualidade de vida do indivíduo. A ocorrência destas doenças está ligada a uma gama de fatores que interagem entre si, os fatores comportamentais (dieta, sedentarismo, dependência química como o uso do tabaco e do álcool) são os principais responsáveis pelos processos nosológicos relacionados a essas doenças (OLIVEIRA *et al.*, 2008). De acordo com Maciel *et al.*, (2010), dentro de sua multicausalidade, a maioria destes fatores tem raízes na infância e apresentam efeitos aditivos na vida adulta.

Sendo assim, no ano de 1992 o sedentarismo, baseado em critérios de causalidade, foi considerado como sendo fator de risco primário (causal; variável independente) de morbidade e mortalidade populacional por diversas DCNT, status semelhante aos outros três grandes fatores de risco primários: tabagismo, hipertensão arterial e hipercolesterolemia (NUNES e BARROS, 2004).

O sedentarismo é identificado de acordo com a não realização ou participação insuficiente em atividades físicas durante a rotina diária de vida das pessoas, enquanto que a atividade física pode ser entendida como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulte em gasto energético (WAGMACKER e PITANGA, 2009).

A crescente urbanização e os maus hábitos de vida, sendo estes: alimentação irregular, fumo, consumo exagerado de álcool, estresse e sedentarismo formam um grupo de fatores que acarretam no surgimento da aterosclerose. Esta por sua vez, é uma doença multifatorial, sendo uma das principais causas de morte no mundo e que está diretamente relacionada a outras doenças como: acidentes coronarianos, Infarto Agudo do Miocárdio (IAM), doença isquêmica do coração entre outros (ARAÚJO *et al.*, 2009).

De acordo com Wagner e Andrade (2008), a fase de transição para universidade, em suma, pode se tornar um período crítico, e de grande vulnerabilidade para o início e a manutenção de hábitos relacionados ao uso de álcool e outras substâncias ilícitas. Sendo assim, a análise comportamental de atitudes ligadas ao uso de álcool e outras drogas fornece importantes subsídios para o entendimento do comportamento desse grupo de indivíduos. A fim de analisar a fundo estes comportamentos, levantamentos estatísticos quanto ao uso de drogas e outros hábitos de vida, tanto em estudantes do ensino médio quanto em universitários, são importantes de serem realizados.

Apesar das limitações, estudos nesta linha possibilitam a comparação dos resultados, viabilizam adequações de programas de prevenção nesse grupo social, interferem na melhoria da qualidade de vida e desenvolvem novas atitudes preventivas (WAGNER e ANDRADE, 2008). Sendo assim, este estudo tem por objetivo verificar a prevalência de fatores de risco cardiovascular em estudantes universitários do município de Paranavaí/Pr, comparando esta prevalência em universitários de uma instituição de ensino superior pública e privada.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como sendo uma pesquisa Descritiva. Segundo Thomas e Nelson (2002); Mattos *et al*., (2004), possui como característica observar, registrar, analisar, descrever e correlacionar fatos ou fenômenos sem manipulá-los, procurando descobrir com precisão a frequência em que um fenômeno ocorre e sua relação com os outros fatores.

O município de Paranavaí está localizado na região Noroeste do Estado do Paraná. O mesmo possui uma população de 82.716 indivíduos (IBGE, 2009). Sua população universitária está estimada em 4.186 indivíduos o que representa cerca de 5,07% dos habitantes residentes no município. Para amostra deste estudo foram selecionados 791 estudantes universitários de duas instituições, sendo uma pública e uma privada do município de Paranavaí/PR, com idade entre 18 e 40 anos, sendo 276 indivíduos do gênero masculino e 515 indivíduos do gênero feminino.

O critério de inclusão da amostra era ser aluno de uma das instituições de ensino superior, acima citadas, e estar matriculado nas turmas intermediárias dos cursos de graduação destas instituições, nos períodos diurno, vespertino e noturno durante o primeiro e segundo semestres do ano de 2009 para a instituição pública, primeiro e segundo semestres do ano de 2010 para a instituição privada, sem limite de idade. Foram excluídas as primeiras e últimas séries, por representarem respectivamente, uma fase de adaptação e outra de transição ao mercado de trabalho, em que haveria um maior comprometimento do tempo do aluno com atividades intra e extracampos, como estágios, o que poderia inviabilizar as entrevistas.

Desse modo, esta pesquisa exclui os alunos iniciantes nas instituições que, em sua maioria, ainda não possuem um conhecimento científico relevante a respeito do estado nutricional e práticas adequadas de atividade física. Também exclui aqueles estudantes que estão em semestres mais avançados, próximos da conclusão da graduação e, portanto, em fase de transição ao mercado de trabalho. Na realização desta pesquisa empregou-se um questionário proposto por Gus (2005) com o objetivo de verificar os fatores de risco de doenças cardiovasculares. O questionário é formado por questões referentes à idade, sexo, escolaridade, antecedentes familiares de doença coronariana, tabagismo, renda familiar, pressão arterial, nível de atividade física, informações antropométricas, entre outras.

O estudo é do tipo Descritivo envolvendo estudantes universitários de ambos os gêneros, sendo estes das séries intermediárias de seus cursos de graduação, de duas instituições de ensino superior do município de Paranavaí/PR, sendo uma instituição pública e uma instituição privada.

Inicialmente os pesquisadores do projeto encaminharam uma carta de autorização aos Excelentíssimos Reitores de ambas instituições solicitando autorização para a coleta de dados. Após autorizados, foi enviado uma carta de autorização aos Chefes de Departamento dos cursos de graduação das duas instituições, pedindo-lhes permissão para poder coletar os dados dos alunos nos períodos de aula. Em seguida, os pesquisadores do projeto juntamente com auxílio dos alunos integrantes do Grupo de Estudos Multidisciplinares em Atividade Física e Saúde – FAFIPA (GEMAS), supervisionado pelo seu orientador, aplicaram o questionário em todos os cursos autorizados nas turmas intermediárias.

Os dados foram coletados pelos pesquisadores do projeto juntamente com o auxílio e colaboração dos alunos participantes do GEMAS. Deste modo, os acadêmicos foram avaliados em horário de aula em um local previamente determinado e adequado para a coleta de dados. O questionário foi entregue aos alunos, estes responderam as questões sem se identificarem, apenas colocando a idade e o gênero. Para não gerar dúvidas, durante a aplicação do questionário, os pesquisadores liam em voz alta as respectivas questões, e os alunos respondiam conforme o entendido.

Os dados foram tabulados através do programa *Microsoft Office Excel* 2003 e analisados pelo pacote estatístico *Statistic* 7.0. Os resultados foram expressos em frequência e percentual para as variáveis qualitativas e o teste Qui-Quadrado foi utilizado para comparações entre os gêneros com $p<0,05$ sendo estabelecido como nível de significância.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O presente estudo foi composto por 791 indivíduos, estudantes universitários do município de Paranavaí/PR de duas instituições de ensino superior distintas. Destes, 276 (34,9%) eram do gênero masculino e 515 (65,1%) do gênero feminino com idade entre 18 e 40 anos. Do total da amostra, 426 (53,86%) pertenciam à instituição pública, sendo 120 (29,17%) do sexo masculino e 306 (71,83%) do sexo feminino; e 365 (46,14%) eram estudantes de uma instituição privada, sendo 156 (42,74%) do sexo masculino e 209 (57,26%) do sexo feminino.

Tabela 1. Estado Nutricional de estudantes universitários de Paranavaí/PR.

	PÚBLICA (n=426)		PRIVADA (n=365)		TOTAL (n=791)	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)
BAIXO PESO	25	(6)	27	(7)	52	(6,5)
EUTRÓFICO	294	(69)	246	(68)	540	(68,5)
SOBREPESO	73	(17)	60	(16)	133	(16,5)
OBESIDADE	34	(8)	32	(9)	66	(8,5)

Não houve Diferença significativa entre as instituições para p<0,05 (Qui-Quadrado).

A tabela 1 apresenta o estado nutricional dos estudantes universitários de Paranavaí/PR divididos por instituição. Não foi verificada diferença significativa entre as instituições em nenhuma das categorias do estado nutricional, porém, observou-se um índice de indivíduos com sobrepeso e obesidade que pode ser considerado elevado (16,5% e 8,5%, respectivamente) levando em conta que se trata de uma população constituída por adultos jovens. Sendo assim, pode ser constatada uma elevada prevalência de excesso de peso (25%), o que representa um quarto da amostra.

Valim-Rogatto, Rogatto e Machado (2008) apontam que a juventude é uma fase marcada por grandes transformações na vida das pessoas, transformações estas que podem vir acompanhadas de alguns comportamentos anormais e/ou patológicos, muitas vezes marcados pela inatividade física, aumento do tempo de estudo e diminuição do tempo disponível para exercícios, acompanhados de oscilações no estado psicológico.

Diante disto, os adultos jovens estão cada vez mais sedentários, o que aliado a dietas inadequadas pode estar fortemente associado ao desenvolvimento da obesidade, já que a energia ingerida (consumo alimentar) e não gasta, normalmente resulta no acúmulo de energia, sob a forma de gordura, traduzindo a obesidade, que por sua vez, pode acarretar em inúmeras comorbidades que colocam em risco a saúde do indivíduo (PIMENTA e PALMA, 2001).

Estudos epidemiológicos apontam para resultados similares aos do presente estudo. Como exemplo, um estudo realizado com 349 alunos de quatro cursos distintos de uma Universidade de Minas Gerais de ambos os gêneros, sendo 73,9% do sexo feminino e 26,1% do sexo masculino com idades entre 16 a 54 anos, revelou que 19,5% têm pré-obesidade e 8,0% estão com obesidade grau I, II ou III, apontando para a necessidade de uma intervenção em nível preventivo neste tipo de público (OLIVEIRA *et al.*, 2008).

Tem sido demonstrados atualmente quadros de excesso de peso cada vez mais precoce. Um estudo populacional com uma amostra constituída por 4.319 sujeitos (2.084 moças e 2.235 rapazes) com idades entre 7 e 18 anos, demonstrou prevalências de sobrepeso e obesidade entre as moças de 24,7% e 5,9%, respectivamente, enquanto entre os rapazes, 21,9% e 4,1%, prevalências estas consideradas substancialmente elevadas (GUEDES *et al.*, 2006).

Uma pesquisa realizada pelo Ministério da Saúde mostra que a obesidade aumentou nos brasileiros. Atualmente, 13% dos adultos são obesos. O estudo também revelou que entre os adultos das 26 capitais e do Distrito Federal, 43,3% estão acima do peso. A frequência entre os homens é maior, pois 47,3% deles estão com excesso de peso, enquanto 39,5% das mulheres enquadram-se neste aspecto. O excesso de peso é diagnosticado a partir do Índice de Massa Corporal (IMC), obtido pela razão entre o peso e a altura ao quadrado. Se esse índice atinge um valor igual ou superior a 25 kg/m², há excesso de peso. A obesidade é diagnosticada quando o índice atinge ou supera os 30 kg/m² (BRASIL, 2009).

Tabela 2. Estado Nutricional de acadêmicos de uma instituição de ensino superior pública de Paranavaí/ PR

	TOTAL (n=426)		MASCULINO (n=120)		FEMININO (n=306)	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)
BAIXO PESO	25	(6)	0	(0)	25	(8)
EUTRÓFICO	296	(69)	74	(62)	222	(73)*
SOBREPESO	71	(17)	28	(23)	43	(14)*
OBESIDADE	34	(8)	18	(15)	16	(5)*

*Diferença significativa entre os gêneros para p<0,05 (Qui-Quadrado)

Tabela 3. Estado Nutricional de acadêmicos de uma instituição de ensino superior privada de Paranavaí/PR.

	TOTAL (n=365)		MASCULINO (n=156)		FEMININO (n=209)	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)
BAIXO PESO	27	(7)	03	(2)	24	(11)
EUTRÓFICO	246	(68)	88	(56)	158	(76)*
SOBREPESO	60	(16)	45	(29)	15	(7)*
OBESIDADE	32	(9)	20	(13)	12	(6)*

*Diferença significativa entre os gêneros para p<0,05 (Qui-Quadrado).

As tabelas 2 e 3 apresentam o estado nutricional dos estudantes universitários de duas instituições de ensino superior do município de Paranavaí/PR, analisados de acordo com o gênero. Observando as duas instituições foi verificada uma maior prevalência de sobrepeso entre as mulheres da instituição pública (14%) quando comparadas as mulheres da instituição privada (7%).

Um estudo realizado com a população brasileira em geral de ambos os sexos e idades analisou 15.669 mulheres com idades entre 18 e 64 anos. Os resultados indicaram que o distúrbio nutricional que alcança maior frequência no país é a obesidade em mulheres adultas (prevalência de 20,0%), constituindo um problema de Saúde Pública (altas prevalências), mesmo para famílias situadas abaixo da linha da pobreza extrema (MONDINI e MONTEIRO, 1998).

Estudos envolvendo análise de sobrepeso e obesidade de maneira isolada em universitárias ainda são escassos na literatura, porém um estudo realizado com 160 indivíduos de ambos os sexos inscritos nos programas de extensão da Universidade Federal da Paraíba, com idades entre 18 e 55 anos com o intuito de identificar a prevalência de fatores de risco cardiovascular e a sua relação com indicadores antropométricos de obesidade revelou que 34,6% das mulheres foram classificadas com sobrepeso e 12,3% com obesidade (SILVA e PONTES, 2009).

Partindo deste pressuposto, observa-se que o excesso de peso é um fator de risco que vem em uma crescente, principalmente entre indivíduos jovens, ou seja, de maneira precoce. Um estudo composto por 4.319 adolescentes escolares do município de Apucarana no Paraná (2.084 moças e 2.235 rapazes), com idades entre 7 e 18 anos, revelou que entre as moças, as prevalências de sobrepeso e obesidade encontradas foram de 24,7% e 5,9% respectivamente, de maneira que as magnitudes quanto às estimativas de prevalências aumentaram de acordo com a idade (GUEDES *et al.*, 2006).

Os resultados mostram-se preocupantes, em razão dos indivíduos tratarem-se de pessoas jovens. Uma vez que em crianças e adolescentes, a obesidade está diretamente associada ao aparecimento precoce de doenças cardiovasculares, DM tipo 2, problemas psicológicos, além de comprometer a postura e causar alterações no aparelho locomotor, e trazer desvantagens socioeconômicas na vida adulta. Por conta disto, campanhas de saúde pública mais eficazes, direcionadas à orientação dos adolescentes, devem ser implantadas para que a população não apresente altos níveis de obesidade nas idades adultas (TERRES *et al.*, 2006).

Diante disto, Fernandes *et al.*, (2007) descreve que o combate à obesidade deve ser centralizado em medidas que visam à prevenção, e não o tratamento desta doença, tendo como público alvo destas estratégias, as crianças e os adolescentes. Este fato se justifica, nos indicativos que crianças obesas têm forte probabilidade de se tornarem adultos obesos. Além disso, comportamentos preventivos que asseguram proteção ao surgimento da obesidade, quando iniciados durante a juventude, tendem a se perpetuar até a fase adulta.

Analisando o estado nutricional dos estudantes de acordo com o sexo na mesma instituição, observou-se diferença significativa na classificação baixo peso, sendo 0 (0%) masculino contra 25 (8%) feminino na instituição pública. Já na instituição privada 3 (2%) dos homens apresentaram baixo peso contra 24 (11%) das mulheres.

Esses resultados sugerem uma maior preocupação do gênero feminino com a estética corporal, como justificativa a literatura aponta que contrariamente ao que acontece com o gênero masculino, no universo feminino a rigidez com a estética é tão acentuada que a não preocupação com a beleza é taxativa e vista com preconceito. Enquanto para os homens o desvio com relação ao padrão de beleza está associado à falta de tempo, em função do ritmo atribulado da vida profissional, para as mulheres, não cultivar a beleza é falta de

vaidade, vista como uma qualidade depreciativa da moral, uma vez que as mulheres utilizam mais a beleza corporal como atributo a sedução (NOVAES e VILHENA, 2003).

Porém, a preocupação com a estética reflete diretamente no cultivo a saúde, sendo assim, é consenso que o excesso de peso expresso no acúmulo de gordura corporal além de ser fator desencadeante para diversas doenças, prejudica o desempenho físico, pois limita os movimentos e induz à fadiga precoce devido à sobrecarga que impõe ao organismo (AÑEZ e PETROSKI, 2002).

Neste sentido, um estudo realizado com estudantes universitários da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) de ambos os sexos e idades entre 18 e 40 anos no ano de 2004, revelou que a prevalência de baixo peso nas mulheres (18,8%) foi superior a dos homens (5,1%) (RAMOS, 2005), reafirmando os resultados obtidos neste estudo.

Há de se destacar também que as mulheres jovens, por serem mais vulneráveis às pressões dos padrões socioculturais, econômicos e estéticos, compõem um grupo de maior risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares. A preocupação excessiva com a imagem e o peso corporal muito abaixo do esperado são fatores de risco para o desenvolvimento de doenças como anorexia e bulimia nervosa, quando estas pessoas apresentam insatisfação e distorção de sua imagem corporal (BOSI *et al.*, 2006).

Na instituição de ensino superior pública, os homens apresentaram uma maior prevalência de sobrepeso e obesidade quando comparados as mulheres (23% e 15% versus 14% e 5%, respectivamente). Na instituição privada, foi observado o mesmo comportamento, ou seja, os homens apresentaram maior prevalência de sobrepeso e obesidade em relação as mulheres (29% e 13% versus 7% e 6%, respectivamente).

Como discutido anteriormente, os homens preocupam-se menos com a imagem corporal e isto reflete na manutenção da saúde e de hábitos favoráveis a esta variável. Deste modo, o mesmo estudo, realizado por Ramos (2005) também revelou que, dos estudantes universitários investigados 5,9% das mulheres apresentaram sobrepeso ou obesidade contra 12,9% dos homens.

Diante dos dados evidenciados neste estudo, outras pesquisas reafirmam estes resultados, uma investigação envolvendo 19.409 pessoas de ambos os sexos residentes nas regiões Sudeste e Nordeste do Brasil, revelou que entre indivíduos de 20 a 29 anos, os homens apresentaram sobrepeso superior às mulheres 22,3% contra 17,3% respectivamente (ABRANTES, LAMOUNIER e COLOSIMO, 2003).

Outro estudo de dimensões maiores, realizado pelo Ministério da Saúde também revelou que entre os adultos das 26 capitais e do Distrito Federal, 43,3% estão acima do peso. A frequência entre os homens é maior, pois 47,3% deles estão com excesso de peso, enquanto 39,5% das mulheres enquadram-se neste aspecto (BRASIL, 2009).

Tabela 4. Prevalência de sedentarismo em acadêmicos de uma instituição de ensino superior pública de Paranavaí/PR.

	TOTAL (n=426)		MASCULINO (n=120)		FEMININO (n=306)	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)
SEDENTÁRIOS	77	(18)	32	(27)	45	(15)*
IRREG. ATIVOS	81	(19)	38	(32)	43	(14)*
ATIVOS	268	(63)	50	(41)	218	(71)*

*Diferença significativa entre os gêneros para p<0,05 (Qui-Quadrado).

Tabela 5. Prevalência de sedentarismo em acadêmicos de uma instituição de ensino superior privada de Paranavaí/PR.

	TOTAL (n=365)		MASCULINO (n=156)		FEMININO (n=209)	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)
SEDENTÁRIOS	56	(15)	36	(23)	20	(10)*
IRREG. ATIVOS	44	(12)	29	(19)	15	(07)*
ATIVOS	265	(73)	91	(58)	174	(83)*

*Diferença significativa entre os gêneros para p<0,05 (Qui-Quadrado).

As tabelas 4 e 5 apresentam a prevalência de sedentarismo em acadêmicos universitários de duas instituições de ensino superior distintas do município de Paranavaí/PR, analisados de acordo com o gênero. Analisando as duas instituições foi observada uma maior prevalência de sedentarismo entre os homens, sendo (27%) da instituição pública e (23%) dos homens da instituição privada.

Analisando o nível de atividade física dos estudantes de acordo com o sexo na mesma instituição, verificou-se uma diferença significativa sendo que (27%) dos homens da instituição pública encontram-se sedentários contra (15%) das mulheres. No que diz respeito a instituição privada, também observou-se uma diferença significativa, sendo (23%) dos estudantes do gênero masculino contra (10%) do gênero feminino.

Em geral, os resultados apontaram que os homens de ambas instituições apresentaram-se menos ativos quando comparados com as mulheres, estes resultados podem justificar-se pelas diferentes mudanças ocorridas na vida cotidiana. As últimas décadas apresentam-se como um período de grandes transformações na qualidade de vida da população brasileira, em um padrão de trabalho e lazer modificados, além de sofrerem grandes mudanças tanto na qualidade quanto na demanda de alimentos ingeridos (MONEGO e JARDIM, 2006).

Por outro lado, dados de maior significância revelam que os homens encontram-se com um estilo de vida menos ativo, como em um estudo realizado por Matsudo *et al.*, (2002) tendo como objetivo avaliar o nível de atividade física (NAF) da população do Estado de São Paulo. Foram entrevistados 2.001 indivíduos de 14 a 77 anos de idade, sendo 953 do sexo masculino e 1.048 do sexo feminino, em julho de 2002. Os resultados revelaram que de maneira geral 9,7% dos homens encontravam-se sedentários versus 8,0% das mulheres, e na classificação ativos 42,5% dos homens se enquadravam nesta categoria contra 48,6% das mulheres.

Acompanhando os resultados do presente estudo, a fim de justificar as atuais tendências, Moura *et al.*, (2008) em um estudo realizado com indivíduos das 27 capitais brasileiras, apontou prevalência de sedentarismo de 29,2% entre a população adulta. O mesmo estudo também revelou que a prevalência do sedentarismo, se mostrou mais presente em homens do que em pessoas do gênero feminino.

Ainda de acordo com as tabelas 5 e 6, na instituição de ensino superior pública, verificou-se uma maior prevalência de indivíduos irregularmente ativos nos homens (32%) que nas mulheres (14%) quando comparadas por gênero. Já na instituição privada, (19%) dos homens enquadraram-se nessa classificação versus (7%) das mulheres.

Verificou-se uma maior prevalência de indivíduos do gênero feminino (71%) no que diz respeito à classificação ativos, quando comparados por gênero versus 41%) do gênero masculino da instituição pública. Na instituição privada, (83%) das mulheres mostraram-se ativas contra (58%) dos homens. Foi observado em ambas as instituições diferenças entre homens e mulheres referentes ao estilo de vida sedentário e ativo, com as mulheres mostrando-se com maiores percentuais para um estilo de vida ativo e os homens com maiores percentuais para um estilo de vida sedentário.

Um estudo realizado junto a uma amostra de 190 professores da Universidade Federal de Santa Catarina, mediante a aplicação de um questionário de respostas objetivas, autoadministrado obteve uma similaridade de resultados com o presente estudo. Os resultados indicaram que os homens praticam mais Atividades Físicas Vigorosas que as mulheres; porém a prática de Atividade Física (AF) das mulheres está mais relacionada à participação em AF de lazer programadas e sistematizadas que a dos homens. O fato de haver maior adesão a programas de AF no tempo de lazer por parte das mulheres sugere que elas são regularmente mais ativas que os homens, podendo-se afirmar que são mais comprometidas com a prática de AF regulares (MARTINS, 2000).

Um outro estudo realizado pelo Ministério da Saúde, revelou que 26,3% dos brasileiros são sedentários, com maior prevalência entre os homens (29,5%) do que entre as mulheres (23,5%). A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera suficiente a prática de 30 minutos diários, por pelo menos cinco dias na semana, de atividade física leve ou moderada; ou 20 minutos diários de atividade vigorosa, em três ou mais dias da semana. Caminhada, caminhada em esteira, musculação, hidroginástica, ginástica em geral, natação, artes marciais, ciclismo e voleibol são práticas leves ou moderadas. As vigorosas são corridas, corridas em esteira, ginástica aeróbica, futebol, basquetebol e tênis (BRASIL, 2008).

Além disso, o sedentarismo mostra-se cada vez mais presente entre os jovens como no estudo realizado por Veras *et al.*, (2007) com amostra de 172 estudantes universitários em que os resultados apontaram que 70,3% dos estudantes não realizavam atividade física, além de 25% apresentarem sobrepeso e 5,9% obesidade grau I, bem como outros fatores de risco estarem presentes. Diante disso, há necessidade de um programa elaborado de atividade física como promotora de uma melhor qualidade de vida.

Uma vez que a prática regular diária de atividade física é essencial para prevenção de doenças crônicas, ela fornece a ambos os sexos e a todas as idades benefícios psicológicos, físicos e sociais. A atividade física está associada de maneira positiva, aos fatores de risco, se tornando possível melhorar os hábitos alimentares, evitar o tabagismo, reduzir a violência e aprimorar a capacidade do indivíduo às relações sociais (OPAS, 2003).

CONCLUSÃO

Apesar de grande parte dos resultados apontarem para uma maioria de pessoas fisicamente ativas e dentro dos padrões de peso esperados para a idade, é importante destacar que foi observado um percentual preocupante de indivíduos com excesso de peso e sedentarismo, principalmente por se tratar de uma amostra de indivíduos adultos jovens. Portanto, deve-se evidenciar a necessidade da criação de programas elaborados de exercícios físicos orientados para ambos os públicos com maior enfoque em indivíduos com menor renda, uma vez que as tendências relatam que, quanto menor a renda, menor as oportunidades de ingresso nesses programas. No presente estudo, considerou-se que os universitários da instituição pública possuíam menor renda em relação aos estudantes da universidade privada.

REFERÊNCIAS

ABRANTES, M. M.; LAMOUNIER, J. A.; COLOSIMO, E. A. Prevalência de Sobrepeso e Obesidade nas Regiões Nordeste e Sudeste do Brasil. **Revista de Associação Médica Brasileira**, 2003; 49(2): 162-6.

AÑEZ, C. R. R.; PETROSKI, E. L. O exercício físico no controle do sobrepeso corporal e da obesidade. **EFDeportes.com -** Buenos Aires - Año 8 - nº 52 - Septiembre de 2002. Disponível em: http://www.casqualidadedevida.com.br/upload/fontepesquisa/O%20exerc%C3%ADcio%20f%C3%ADsico%20no%20controle%20da%20obesidade.pdf.pdf. Acesso em: 04/10/2012.

ARAÚJO, S. F. de; MACEDO, C. B. de; RIBEIRO, D.; MARQUES, M.; MACEDO, S. F. de; CUNHA, R. Aterosclerose, lipoproteínas e exercício aeróbico. **EFDeportes.com -** Buenos Aires - Año 14 - Nº 139, 2009. Disponível em: http://www.efdeportes.com/efd139/aterosclerose-lipoproteinas-e-exercicio-aerobico.htm. Acesso em: 08/10/2012.

BOSI, M. L. M.; LUIZ, R. R.; MORGADO, C. M. da C.; COSTA, M. L. dos S.; CARVALHO, R. J. de. Auto percepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 55(2): 108-113, 2006.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Diretrizes e Recomendações para o Cuidado Integral de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis: Promoção da Saúde, Vigilância, Prevenção e Assistência. Série B. Textos Básicos de Saúde. Série Pactos pela Saúde 2006, v. 8, 2008.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. 13% dos brasileiros adultos são obesos. Notícia Informativa, 2009. Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/aplicacoes/reportagensEspeciais/default.cfm?pg=dspDetalhes&id_area=124&CO_NOTICIA=10078.

CASTRO, L. C. V., FRANCESCHINI, S. do C. C.; PRIORE, S. E., PELUZIO, M. do C. G. Nutrição e doenças cardiovasculares: os marcadores de risco em adultos. **Revista de Nutrição**, Campinas. 2004, vol.17, n.3, pp. 369-377. ISSN 1415-5273.

FERNANDES, R. A.; KAWAGUTI, S. S.; AGOSTINI, L.; OLIVEIRA, A. R. de; RONQUE, E. R. V.; JUNIOR, I. F. F. Prevalência de Sobrepeso e Obesidade em Alunos de Escolas Privadas do Município de Presidente Prudente – SP. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, 2007;9(1):21-27

GUEDES, D. P.; PAULA, I. G. de; GUEDES, J. E. R. P.; STANGANELLI, L. C. R. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes: estimativas relacionadas ao sexo, à idade e à classe socioeconômica. **Revista Brasileira de Educação Física Esportiva**. 2006, vol.20, n.3, pp. 151-163. ISSN 1807-5509.

GUS, I. **Fatores de Risco da Doença Arterial Coronariana no Rio Grande do Sul: Uma Linha de Pesquisa**. Tese (doutorado). Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde: Cardiologia, da Fundação Universitária de Cardiologia / Instituto de Cardiologia do Rio Grande do Sul, 2005.

GUS, I.; FISCHMANN. A.; MEDINA. C. Prevalência dos fatores de risco da doença arterial coronariana no estado do Rio Grande do Sul. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**, v. 78, n. 5, p. 478-483, 2002.

IBGE, INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Estimativas das Populações Residentes Segundo os Municípios, em 1º de Julho de 2009.

MACIEL, E. da S.; MODENEZE, D. M.; GOMES, G. A. de O.; SONATI, J. G.; TIRABASSI, J. P. A **Prevenção de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis na Escola**: Controle do Peso Corporal, Atividade Física Regular e Alimentação Adequada. Cap. 6, Campinas-SP: Ipes. 2010.

MAIA, C. O.; GOLDMEIER, S.; MORAES, M. A.; BOAZ, M. R.; AZZOLIN, K. Fatores de risco modificáveis para doença arterial coronariana nos trabalhadores de enfermagem. **Acta Paulista Enfermagem**, v.20, n. 2, p. 138-142, 2007.

MARTINS, M. de O. **Estudo dos fatores determinantes da prática de Atividades físicas de professores universitários**. Dissertação (Mestrado) Apresentada ao Curso de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina. 2000.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. R.; ARAÚJO, T.; ANDRADE; D.; ANDRADE; E.; OLIVEIRA, L.; BRAGGION, G. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v.10, nº 4 p.41-50, 2002.

MATTOS, M. G.; JÚNIOR, A. J. R.; BLECHER, S. **Teoria e Prática da Metodologia da Pesquisa em Educação Física -** Construindo seu trabalho acadêmico: monografia, artigo cientifico e projeto de ação. São Paulo: Phorte, 2004.

MONDINI, L.; MONTEIRO, C. A. Relevância epidemiológica da desnutrição e da obesidade em distintas classes sociais: métodos de estudo e aplicação à população brasileira. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. V.1 nº 1, 1998.

MONEGO, E. T.; JARDIM, P. C. B. V. Determinantes de Risco para Doenças Cardiovasculares. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia** - Volume 87, Nº 1, Julho 2006.

MOURA, E. C.; NETO, O. L. de M.; MALTA, D. C.; MOURA, L. de; SILVA, N. N. da; BERNAL, R.; CLARO, R. M.; MONTEIRO, C. A. Vigilância de Fatores de Risco para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal (2006). **Revista Brasileira de Epidemiologia**, 2008; 11(supl 1): 20-37.

NOVAES, J. V.; VILHENA, J. de. De Cinderela a moura torta: sobre a relação mulher, beleza e feiúra. **Interações** v.8 n.15 São Paulo jun., 2003.

NUNES, J. O. M.; BARROS, J. de F. Fatores de risco associados à prevalência de sedentarismo em trabalhadores da indústria e da Universidade de Brasília. **EFDeportes.com -** Buenos Aires – Año 10 - n. 69, 2004. Disponível em: http://www.efdeportes.com/efd69/risco.htm. Acesso em: 08/10/2012.

OLIVEIRA, T. T. de; SOUZA, B. C. de; SILVEIRA, G. S. L.; SANTOS, M. Fatores de risco para doenças cardiovasculares em estudantes universitários das áreas de ciências biológicas e da saúde. **Ciência et Praxis** v. 1, n. 2, 2008.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). Planos Regionais de Prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis. Maio, 2006. Mimeografado.

PIMENTA, A.P.A; PALMA, A. Perfil epidemiológico da obesidade em crianças:

relação entre televisão, atividade física e obesidade. **Revista Brasileira Ciência Movimento**, Brasília, v.9, p.19-24, Out, 2001.

RAMOS, S. A. Avaliação do estado nutricional de universitários. Dissertação de Mestrado apresentada à Programa de Pós Graduação em Ciências de Alimento da Faculdade de Farmácia da Universidade Federal de Minas Gerais, 2005. Disponível em: http://www.bibliotecadigital.ufmg.br/dspace/bitstream/handle/1843/MBSA-6XTMRP/dissertacao__sabrina_.pdf?sequence=1. Acesso em: 04/10/2012.

SILVA, C. E. M.; PONTES, L. M. Indicadores de obesidade e fatores associados ao risco cardiovascular em indivíduos inscritos em um programa universitário de atividade física. **Fit Perf J**. v. 8, n. 6, p. 422-428, 2009.

TERRES, N. G.; PINHEIRO, R. T.; HORTA, B. L.; PINHEIRO, K. A. T.; HORTA, L. L. Prevalência e fatores associados ao sobrepeso e à obesidade em adolescentes. **Revista de Saúde Pública,** 2006;40(4).

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física.** Porto Alegre: Artmed. 3ª ed., 2002.

VALIM-ROGATTO, P. C.; ROGATTO, G. P.; MACHADO, A. A.;

Alongamento como Atividade de Relaxamento: a maneira Apropriada de Promover a Aderência de Jovens à Atividade. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança**, v. 3, n. 2, p. 20-28, jun. 2008.

VERAS, V. S.; MONTEIRO, L. Z.; LANDIM, C. A. P; XAVIER, A. T. da F.; PINHEIRO, M. H. N. P.; JUNIOR, R. M. M. Levantamento dos Fatores de Risco para Doenças Crônicas em Universitários. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 2007; 20 (3): 168-172.

WAGMACKER, D. S.; PITANGA, J. G. Atividade Física Comparada a Atividade Física no Tempo Livre Como Fator de Proteção à Hipertensão Arterial Sistêmica. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.17, n. 1, p. 1-19, 2009.

WAGNER, G. A.; ANDRADE, A. G. de. Uso de álcool, tabaco e outras drogas entre estudantes universitários brasileiros. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v.35 (Suppl-I), São Paulo, 2008.

WHO, WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Preventing Chronic Diseases a vital investments**. Geneva, 2005.

[1] Faculdade Estadual de Educação, Ciências e Letras de Paranavaí – FAFIPA / UNESPAR.

Avenida Distrito Federal, 425
Centro
Paranavaí/PR
87701-310