

**LUIZ FILIPE GUÉRIOS CAVA**

**COMPORTAMENTO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA CONFORME A  
CLASSIFICAÇÃO SÓCIO-ECONÔMICA EM ADOLESCENTES DE  
CURITIBA**

Monografia apresentada como requisito parcial  
para conclusão do curso de Licenciatura em  
Educação Física, do Departamento de Educação  
Física, Setor de Ciências Biológicas, da  
Universidade Federal do Paraná.

Orientadora: Keith Mary Sato, Mestranda.

**CURITIBA  
2003**

A meus pais Paulo e Antonieta que sempre estão ao meu lado me mostrando muitas vezes aquilo que não consigo enxergar.

A Michele Simonian por tudo que representa em minha vida.

A toda minha família e amigos pelo apoio.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a DEUS que nos possibilita viver e mais do que isto, nos possibilita senti-lo dentro de nossos corações.

Aos meus Pais Paulo e Antonieta que sempre me mostraram o melhor caminho e me ensinaram tudo.

Ao meu irmão Diego pelo companheirismo e amizade.

A minha namorada Michele Simonian pelo amor, paciência, cumplicidade e ensinamentos.

Aos tios Nani e Salete, Beto e Ercília, Rita e Fábio, Luiz, David Mário.

Aos primos Marco, Fernando, Flávia Guérios, Roberta, José, Vivian, Gabriel, Fabio, Flávia Cava, Lucia Regina e Mario Guilherme.

As Avós Lourdes e Jandira.

A minha orientadora Keith Sato pela disponibilidade, amizade e comprometimento com o trabalho.

Aos amigos da turma X: Leonardo Sinistro, Marquinhos, Gaúcho, Murilo( Zé do Caxão), Miguel Vô, Neimar, Nátia, Patrícia, Michele, Priscila, Mylena, Pauline, Maria Luiza, Pamela, Leandro, Maresa, Kat, Karla, Lucas Babá, Fernando, Emilio, Soneca, Marco Antonio PM, Maurício, Bandeirantes, Paulo Slow, Paulo Coelho.

Aos amigos das turmas T, Y e W. Tia Érica, Tio Adilson e moçada da xerox e biblioteca.

Aos amigos: Carneiro, Paty, Camila, Fernando Fino, Dany, Eucledson, Rodrigo Medunha, Marcelle, Cessé, Eduardo, Mineiros, Escovão, Bomber.

Aos Mestres.

E a todos que direta ou indiretamente contribuíram para a minha formação.

Muito Obrigado!

## SUMÁRIO

<b>LISTA DE GRÁFICOS</b> .....	v
<b>LISTA DE TABELAS</b> .....	vi
<b>RESUMO</b> .....	vii
<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	1
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA.....	1
1.2 OBJETIVOS .....	3
1.2.1 Objetivos Específicos.....	3
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	4
2.1 ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE .....	4
2.2 FATORES QUE INFLUENCIAM A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA NOS ADOLESCENTES .....	5
2.2.1 Atividade Física e Obesidade .....	6
2.2.2 Influência dos Pais na Prática da Atividade Física nos Adolescentes .....	8
2.2.3 Nível Sócio-Econômico .....	9
2.3 NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO .....	16
<b>3 METODOLOGIA</b> .....	19
3.1 POPULAÇÃO E AMOSTRA .....	19
3.2 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS .....	19
3.3 TRATAMENTO DOS DADOS .....	20
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	21
<b>5 CONCLUSÃO</b> .....	27
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	29
<b>ANEXOS</b> .....	31

## LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 – POPULAÇÃO TOTAL .....	10
GRÁFICO 2 – PIRÂMIDE ETÁRIA.....	11
GRÁFICO 3 – SITUAÇÃO DE DOMICÍLIO .....	11
GRÁFICO 4 – TAXA DE ANALFABETISMO .....	12
GRÁFICO 5 – TAXA DE DESEMPREGO.....	13
GRÁFICO 6 – NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO MENINOS.....	21
GRÁFICO 7 – NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO MENINAS.....	22
GRÁFICO 8 – ATIVIDADE FÍSICA DESENVOLVIDA ENTRE MENINOS E MENINAS .....	23
GRÁFICO 9 - .....	24

## **LISTA DE TABELAS**

TABELA 1 – DADOS POPULACIONAIS – INDICADORES SANTA FELICIDADE .....	15
TABELA 2 – EDUCAÇÃO – SANTA FELICIDADE .....	15
TABELA 3 – SAÚDE – SANTA FELICIDADE.....	16
TABELA 4 – ATIVIDADE FÍSICA.....	23
TABELA 5 – ATIVIDADE FÍSICA CONFORME A CLASSE: MENINOS .....	24
TABELA 6 – ATIVIDADE FÍSICA CONFORME A CLASSE: MENINAS .....	25

## RESUMO

Muito se sabe sobre os benefícios da atividade física para a saúde, porém muitas vezes, os estudos não levam em consideração as condições sociais e econômicas do público estudado colocando todos dentro da mesma classificação. Objetivando entender a relação entre atividade física e nível socioeconômico o trabalho veio com o propósito de esclarecer esta relação pouco conhecida, e como meios para isto, utilizaram-se dois questionários, um para a classificação do nível socioeconômico (ABIPEME 2002) e outro para nível de atividade física (KRISKA, 1997). A população avaliada foi composta por 100 estudantes da escola SAFEL, localizada no bairro de Santa Felicidade. Como resultado, o trabalho não apresentou relevância estatística significativa entre nível socioeconômico e nível de atividade física, porém, dentro da população estudada alguns achados são de fundamental importância. Primeiramente, o trabalho apresentou que independente da classe os meninos foram mais ativos apesar de ter sido por uma diferença mínima. Tanto nos meninos quanto nas meninas, a classe C foi a mais ativa e em todas as classes foi detectado o sedentarismo, provando que em qualquer classe social o professor de Educação física tem o dever de promover a atividade física para um estilo de vida saudável. Conclui-se com o trabalho que o fator socioeconômico tem grande influência na prática de atividade física de uma população, mas novas pesquisas são recomendadas para mensurar de forma mais precisa esta complexa relação de uma população.

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA

Tendo em vista o avanço tecnológico de nossa sociedade, os adolescentes têm se tornado nas últimas décadas cada vez mais sedentários e este hábito de vida adquirido durante a infância e adolescência provavelmente influenciará na prática de atividade física na idade adulta (MATSUDO, 1998). Torna-se necessário desde cedo a criança e o adolescente criarem modos de vida que favoreçam as condições de saúde e conseqüentemente este estilo de vida saudável o acompanhará pela vida toda.

Segundo Nahas (1990), devemos entender saúde não somente como estado de ausência de doença, mas sim como uma condição humana com dimensões físicas, social e psicológicas. Junto a isto, sabe-se que o melhoramento da saúde está diretamente ligado a realização de atividade física e é consenso dos profissionais da área da saúde que os indivíduos mais ativos são mais saudáveis ou tendem a apresentar menores taxas de mortalidade por doenças degenerativas (BLAIR, 1989). Diante do fato da importância da atividade física regular, segue alguns dos benefícios que ocorrem na saúde do indivíduo ativo: Combate a obesidade, diminuição do risco de câncer, combate a ansiedade e a depressão, fortalecimento dos ossos, redução do risco de doenças cardíacas, alívio dos distúrbios menstruais, ajuda a conciliar o sono (ESCOLA DE MEDICINA PAULISTA, 1995).

Para Sal (1993) citado por Araújo, os fatores que determinam o nível de atividade física em crianças e adolescentes, são: Fatores biológicos, genéticos, fatores do ambiente físico (estações, tempo e espaço) e fatores psicossociocultural (família e sócio- econômico).

É sabido que itens como televisão, vídeo game, vídeo cassete, geladeira... são fatores importantes na classificação sócio econômica e a literatura indica um declínio na realização de atividade física conforme o aumento desses itens. Porém a grande

maioria desses estudos são de países desenvolvidos como USA, Espanha, Inglaterra. Em uma pesquisa realizada com crianças de alto e baixo poder aquisitivo de São Paulo, Andrade (1998) constatou que crianças de menor nível sócio econômico assistem mais tv que as de maior nível sócio econômico. Será que em adolescentes de Curitiba isto é verdadeiro? Em um outro estudo, Veiga e Sigulem (1994) analisaram as medidas antropométricas de 120 adolescentes do sexo feminino da cidade do Rio de Janeiro com o objetivo de verificar diferenças entre os níveis sócio-econômicos quanto a composição corporal e distribuição de gordura no organismo, concluíram que as obesas dos dois níveis sócio-econômico apresentaram tipos de obesidade diferentes quanto a composição corporal, mas semelhante quanto a distribuição de gordura no organismo. Outro achado da pesquisa foi que obesos de menor nível sócio- econômico apresentaram estatura abaixo do recomendado enquanto os adolescentes obesos de maior nível sócio-econômico apresentaram estatura adequada para a idade.

Imagina-se no Brasil que adolescentes das classes C, D, E sejam mais ativos devido ao fato de terem mais espaço para praticar atividade física, por outro lado, os adolescentes das classes A e B podem pagar para a realização de uma ou mais atividades físicas. Poucos estudos indicam com clareza a real diferença entre o nível de atividade física entre as classes (A, B, C, D, E) mas existe a certeza que o nível de atividade física dos adolescentes é baixo no mundo inteiro e obviamente está relacionada com o nível sócio econômico e que independente da classe o adolescente deve ser estimulado a praticar mais atividade física para poder obter benefícios físicos, sociais e psicológicos.

Como no Brasil estudos relacionados a nível sócio-econômico e atividade física são escassos, muitas perguntas sobre este tema ficam sem respostas e invariavelmente surgem suposições sem nenhum embasamento científico. Frente a tudo isto, a pesquisa se justifica pelo fato de existir pouca clareza em relação ao nível de atividade física dos adolescentes das classes sociais de Curitiba e tem o intuito de esclarecer primeiramente se o nível sócio-econômico do adolescente realmente

interfere em sua atividade física, se interfere, o quanto interfere e posteriormente procurar entender os principais motivos dessa influencia no nível de atividade física do adolescente. Uma coisa é certa: o nível de atividade física dos adolescentes de uma maneira geral é baixo e programas governamentais deveriam surgir com objetivos de promover a atividade física para um melhor padrão de saúde das crianças que se tornarão adolescentes ativos e futuramente adultos ativos e saudáveis.

## 1.2 OBJETIVOS

Verificar o comportamento do nível de atividade física conforme as classes sócio-econômicas A, B, C, D e E dos adolescentes da cidade de Curitiba.

### 1.2.1 Objetivos Específicos

- a) Verificar o nível de atividade física de adolescente de Curitiba;
- b) Verificar o nível socioeconômico dos adolescentes de Curitiba;
- c) Verificar e comparar a relação: atividade física - nível socioeconômico em adolescentes de todas as cinco classes sociais de Curitiba.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

Atualmente, a atividade física pode ser entendida como qualquer movimento corporal, produzido pela musculatura esquelética, que resulta em gasto energético, tendo componentes e determinantes de ordem biopsicossocial, cultural e comportamental, podendo ser exemplificada por jogos, lutas, danças, esportes, exercícios físicos, atividades laborais e deslocamentos (PITANGA, 2002).

Vários estudos mostram que a atividade física é um fator de grande importância para a promoção da saúde (MEZZARROBA, 2002; PALMA, 2000). Quando falamos de saúde, inúmeros conceitos e idéias surgem, desde o mais vago até os mais aceitos e utilizados. Durante muito tempo, definia-se saúde apenas como ausência de doença (GUEDES e GUEDES citados por CORDEIRO, 1998). Com o avanço ocorrido em todos os setores da sociedade, este conceito simplório e tradicional teve de ser substituído por definições mais completas, como por exemplo o conceito da Organização Mundial de Saúde (1997), onde se define saúde como caracterizada pelo estado de homeostase do equilíbrio dinâmico das matérias, formas e funções do organismo, em relação as solicitações do ambiente. Um fato que deve ser ressaltado é que o homem, a partir dos inúmeros avanços que surgem para facilitar a vida moderna, acabou por tornar-se vulnerável a fatores que afetam o seu estado de saúde. Se por um lado houveram inúmeros benefícios, por outro o homem deixou de lado hábitos saudáveis como uma boa alimentação, sono adequado e atividade física (SHARKEY, 1998).

Promover atividade física entre crianças, adolescentes, adultos, jovens, pessoas de meia idade e mais velhos é uma das maneiras mais eficazes de melhorar a saúde e a qualidade de vida de uma população (ALLSEN, HARRISON e VANCE, 1997). Esta melhora no estado de saúde está diretamente ligada aos efeitos da

atividade física no qual têm-se os efeitos antropométricos e neuromusculares (diminuição da gordura corporal, incremento da força e massa muscular, incremento da flexibilidade, fortalecimento do tecido conectivo), efeitos metabólicos (aumento do volume sistólico, aumento da potencia aeróbica e da ventilação pulmonar, melhora do perfil lipídico, diminuição da pressão arterial) e os efeitos psicológicos (melhora do auto-conceito e da auto-estima, diminuição do stress e da ansiedade, melhora da tensão muscular e da insônia, melhora da imagem corporal, melhora das funções cognitivas e da socialização) (MATSUDO, 2003).

Considerando que o sedentarismo já é visto como fator de risco primário para doenças cardiovasculares, sendo identificada sua prevalência, torna-se fundamental a identificação dos determinantes da atividade física, para em seguida serem propostos modelos teóricos para incentivar a adoção e manutenção da pratica de atividades físicas (PITANGA, 2002) e conforme Buss (1999) somente a informação não basta para se modificar o estilo de vida, deve-se utilizar todas as ferramentas na prática da promoção da saúde, como a educação, a comunicação interpessoal e a comunicação em massa, além das iniciativas do poder público, com o propósito de contribuir para melhores condições de saúde.

## 2.2 FATORES QUE INFLUENCIAM A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA NOS ADOLESCENTES

Existem diversas barreiras que comprometem a prática da atividade física de uma determinada população; em seu estudo epidemiológico, atividade física e saúde Pitanga (2002) mostra um breve histórico sobre a atividade física ao longo do tempo, começando nos primórdios da humanidade, durante o período pré-histórico o homem dependia de sua força, velocidade e resistência para sobreviver. Suas constantes migrações em busca de moradia fazia com que realizasse longas caminhadas ao longo das quais lutava, corria e saltava, ou seja era um ser extremamente ativo fisicamente.

Mais tarde, na antiga Grécia, a atividade física era desenvolvida na forma de ginástica que significava “a arte do corpo nu”. Estas atividades eram desenvolvidas com fins bélicos ou para treinamento de gladiadores. Com a chegada da modernidade a necessidade de se movimentar diminuiu muito, tanto que a inatividade física aparece atualmente como fator determinante de agravos a saúde. O sedentarismo não representa apenas um risco pessoal de enfermidades, tem um custo econômico para o indivíduo, para a família, e sociedade (MATSUDO *et al.*, 2003). Devido a isto, vários programas surgem com o principal objetivo de combater o sedentarismo (PROGRAMA AGITA SÃO PAULO e PROGRAMA AGITA GALERA) mas alguns fatores são determinantes na realização ou não de uma ou mais atividades físicas.

Como citado acima, existem vários motivos (barreiras) que impede o indivíduo de realizar ou não uma atividade física, como ficaria muito amplo e fugiria por demais do tema o estudo se limitará a três componentes de fundamental importância para determinar um indivíduo ativo ou sedentário, são eles: atividade física e obesidade; influência dos pais na prática da atividade física dos filhos; e o nível sócio-econômico. Este último com maior destaque por ser o objeto de estudo da pesquisa.

### 2.2.1 Atividade Física e Obesidade

A obesidade e a forma que o indivíduo se alimenta são fatores que estão diretamente ligados a prática de pelo menos um tipo de atividade física. É provado que a falta de atividade física pode promover o desenvolvimento da obesidade, e adolescentes mais ativos estão menos suscetíveis a um maior acúmulo de gordura corporal que indivíduos menos ativos (LIVINGSTONE, 1994).

Prevenir a obesidade é muito importante porque tratá-la é muito difícil. Os governos, as instituições não governamentais, a família, a escola, os médicos, os indivíduos, todos têm parcelas de responsabilidade na prevenção da obesidade, assim

como de outras doenças ligadas ao estilo de vida. A obesidade é considerada um problema de proporção mundial pela Organização Mundial da Saúde, além de atingir milhões de pessoas, predispõe o indivíduo a várias doenças. No Brasil, segundo dados do IBGE<sup>1</sup> de cada dez adultos pelo menos um é considerado obeso, nos EUA, o sedentarismo e a má alimentação constituem a segunda maior causa de mortes, perdendo apenas para o tabaco (CDC, 2000).

A atividade física induz a modificações morfológicas e funcionais, além de ser um importante fator na regulação e manutenção do peso corporal. Em atividades cuja principal fonte de energia é a glicose lipídica, as quantidades de gordura corporal tendem a diminuir (GUEDES e GUEDES, 1997).

Segundo Maia, Matos e Júnior, atualmente tem-se demonstrado, por parte dos profissionais da área de Educação Física e de outras áreas ligadas à saúde, a necessidade de adquirir maiores informações a respeito da obesidade, visto que a mesma foi reconhecida por médicos e cientistas, através de inúmeras pesquisas, como uma doença de caráter epidemiológico, principalmente, nos centros urbanos. Uma explicação para isso é o fato de que pessoas que trabalham têm menos tempo para ter uma boa alimentação e para praticar qualquer tipo de atividade regular, levando o indivíduo ao conseqüente aumento de peso. Com isso, torna-se clara a importância da adoção de hábitos saudáveis, incluindo, principalmente, a atividade física regular pela população obesa. Estando a atividade física diretamente relacionada à diminuição dos fatores de risco associados à obesidade, pode-se dizer que é o meio mais saudável de combater e prevenir o desenvolvimento da obesidade.

A obesidade é uma doença, é a nova epidemia do início do século XXI. É considerada mais séria que a desnutrição, por isso deve ser tratada por especialistas multidisciplinares competentes. Embora muitos tratamentos sejam utilizados para a prevenção ou cura, não se pode ignorar os benefícios que a atividade física traz

---

<sup>1</sup> Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

favorecendo mudanças no estilo de vida e através desta atividade regular prevenir os males causados pela obesidade e promover perda ou manutenção do peso corporal. Nahas (1990) propõe a realização de exercícios para a perda de peso baseado no balanço energético, ou seja, o equilíbrio entre a quantidade de energia fornecida pelos alimentos e a energia gasta para manter o organismo vivo e nas funções diárias. Este balanço pode ser positivo (ingestão calórica menor que o gasto calórico), negativo (ingestão calórica maior do que o gasto calórico) ou nulo (ingestão calórica igual ao gasto calórico). Matematicamente parece simples, mas no mundo real se tratando de seres humanos ainda mais adolescentes com vontades, comportamentos, dependências e exigências complexas, o bom hábito alimentar e da atividade física é influenciado por diversos fatores, entre eles os sociais e econômicos. Portanto para se obter sucesso é preciso aumentar os facilitadores e diminuir as dificuldades porque não adianta se cuidar apenas em um período pequeno e sim adotar um comportamento regular e saudável.

### 2.2.2 Influência dos Pais na Prática da Atividade Física nos Adolescentes

É bem provável que os hábitos de atividade física adquiridos na infância possam influir no nível de atividade física na idade adulta (MATSUDO *et al.* 1998), e estudos provam que quando os pais são ativos as chances do filho ser ativo também são enormes, nesses estudos mostra-se que quando a mãe é ativa o filho tende a ser duas vezes mais ativo; quando o pai é ativo o filho é 3,5 vezes mais ativo e se o pai e a mãe forem ativos, o filho será 5,8 vezes mais ativo (ROMANELLA, 1991. *In*: PROGRAMA AGITA GALERA, 2003). Portanto, crianças sedentárias são adultos potencialmente sedentários.

Na adolescência o exemplo dos pais quanto a prática de atividade física têm grande influência no nível de atividade física de seus filhos e durante a fase escolar a atividade física do adolescente repercute no seu desempenho na escola, a realização de

atividade aumenta a frequência as aulas, aumenta a responsabilidade, reduz distúrbios de comportamento, diminui delinquência e reincidência e melhora a relação com os pais.

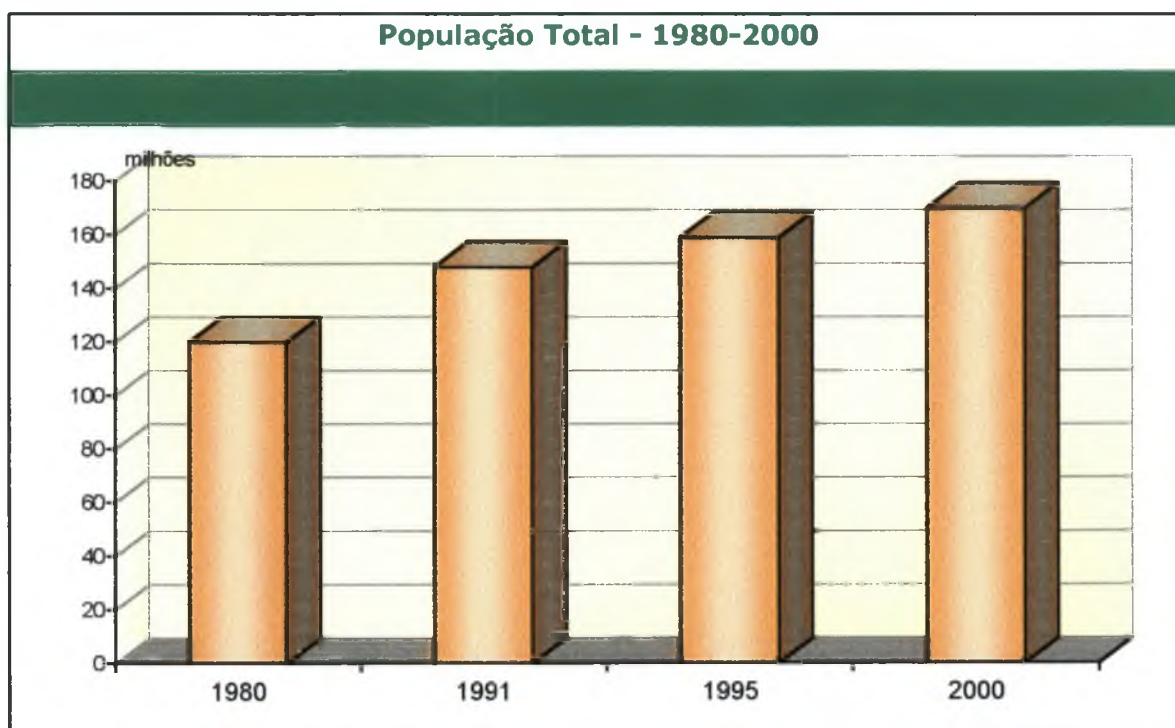
A importância da atividade física na infância e na adolescência tem sido comprovada por Glenmark *et al.* (1994), pelo fato de que a potência aeróbica (VO<sub>2</sub>max. e porcentagem de fibras tipo I), a performance neuromotora e de corrida, a atividade física e os resultados da educação física aos 16 anos de idade explicam 82% do nível de atividade física para a mulher e 47% para o homem. No entanto, a potência aeróbica aos 16 anos explica somente 31% do nível de atividade física de mulheres e 24% de homens adultos.

### 2.2.3 Nível Sócio-Econômico

Outro fator de grande influência no nível de atividade física é o nível sócio – econômico e temos no Brasil um novo sistema de classificação sócio-econômica onde se enfatiza sua função de estimar o poder de compra das pessoas e famílias urbanas. Baseado nesta nova análise percebe-se que o Brasil tem em sua maioria (67%) da população que entra nas classes C e D, já a grande Curitiba tem na sua maioria também (66%) que se enquadra nas classes C e D, enquanto apenas 32% estão nas classes A e B (IBOPE, 2001). Para ficar claro a cada classe cada indivíduo pertence, os critérios são dados em pontos de acordo com itens e grau de instrução da família, onde, se estabelece: Classe A1: 7.793 renda média familiar; Classe A2: 4.648 renda média familiar; Classe B1: 2.804 renda média familiar; Classe B2: 1.669 renda média familiar; Classe C: 927 renda média familiar; Classe D: 424 renda média familiar; Classe E: 207 renda média familiar. (IBOPE, 2001). Através desses dados pode-se saber qual classe pratica mais atividade física entendendo-se os motivos para um nível baixo ou alto de atividade física.

O Brasil é considerado um país em desenvolvimento e sua população vem aumentando a cada ano e segundo o último Censo (2000), o Brasil possui um total de 169 milhões de habitantes.

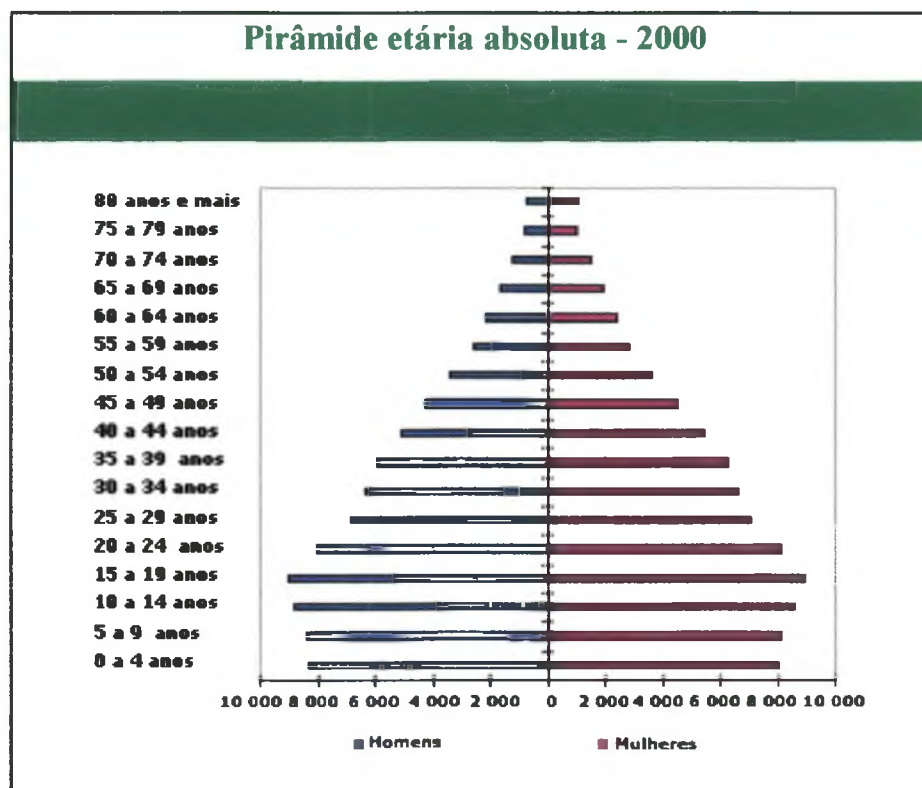
GRÁFICO 1 – POPULAÇÃO TOTAL



FONTE: IBGE.

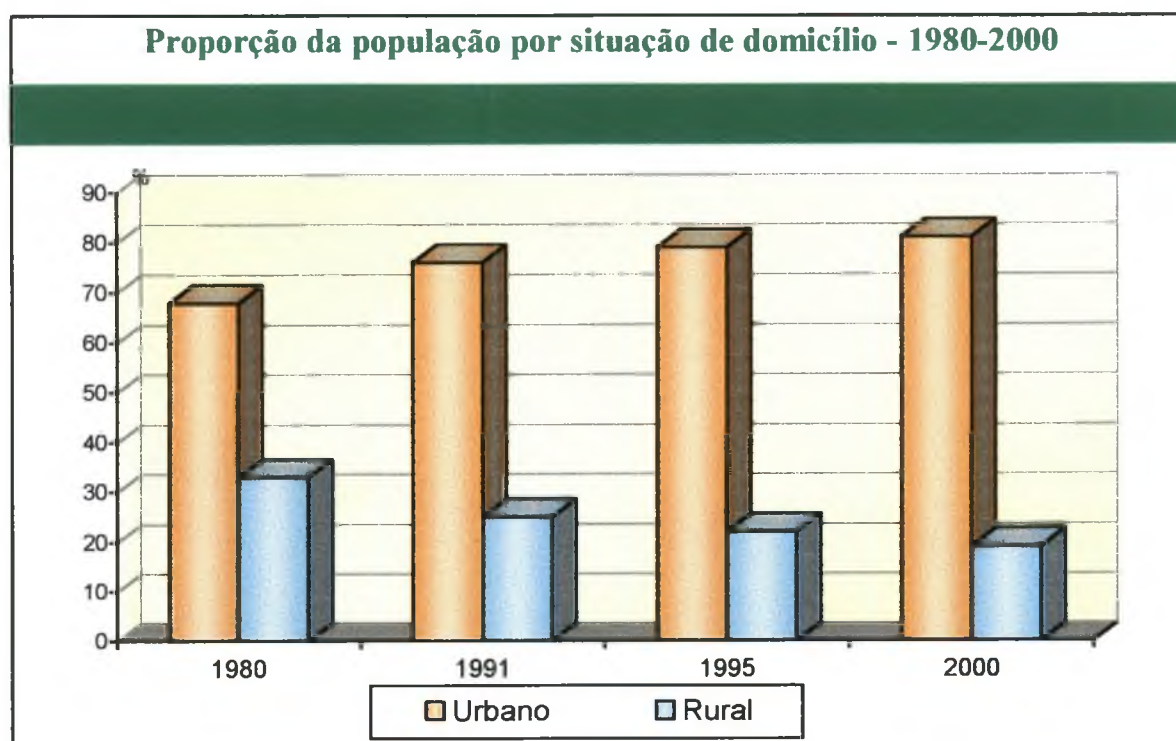
Da população total, existe um predomínio de jovens de 10 a 30 anos e o número de indivíduos do sexo feminino é superior ao sexo masculino (gráfico 2). Com relação aos domicílios, a grande maioria reside no perímetro urbano e esta prevalência vem aumentando a cada década. (gráfico 3)

GRÁFICO 2 – PIRÂMIDE ETÁRIA



FONTE: IBGE.

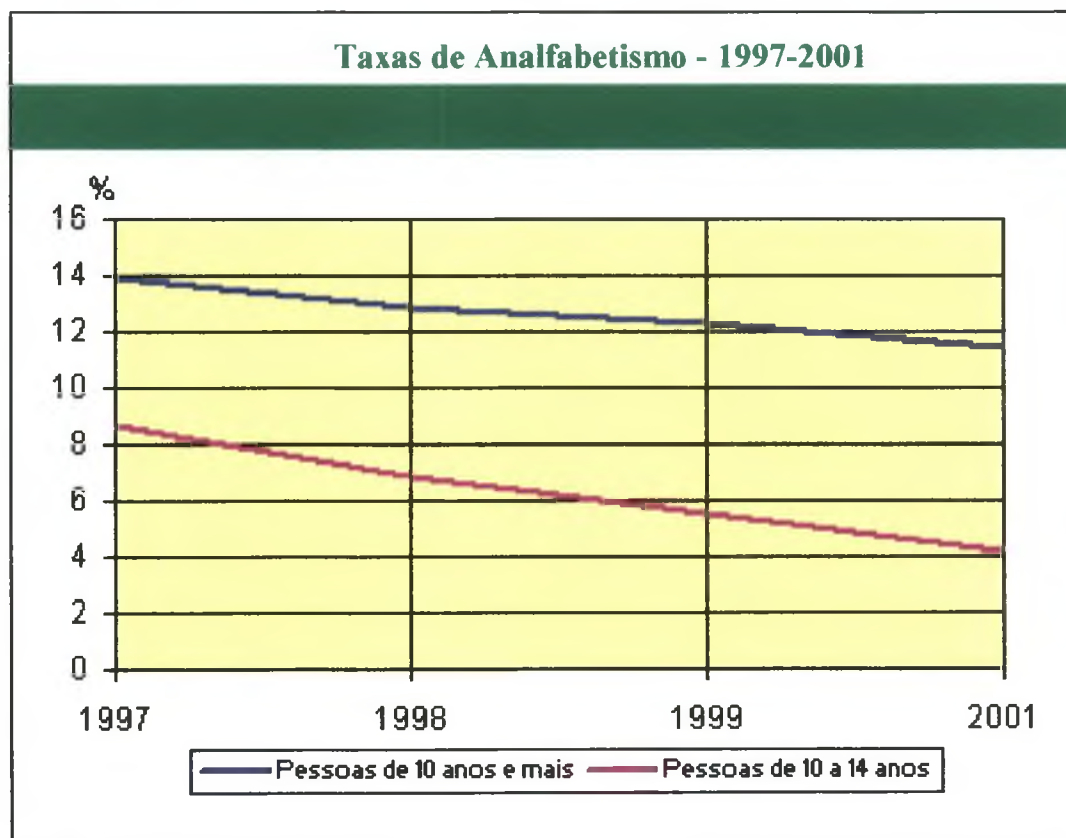
GRÁFICO 3 – SITUAÇÃO DE DOMICÍLIO



FONTE: IBGE.

Um problema sério de ordem social é o analfabetismo existente no país (gráfico 4) que apesar de estar diminuindo a cada ano ainda é muito alto.

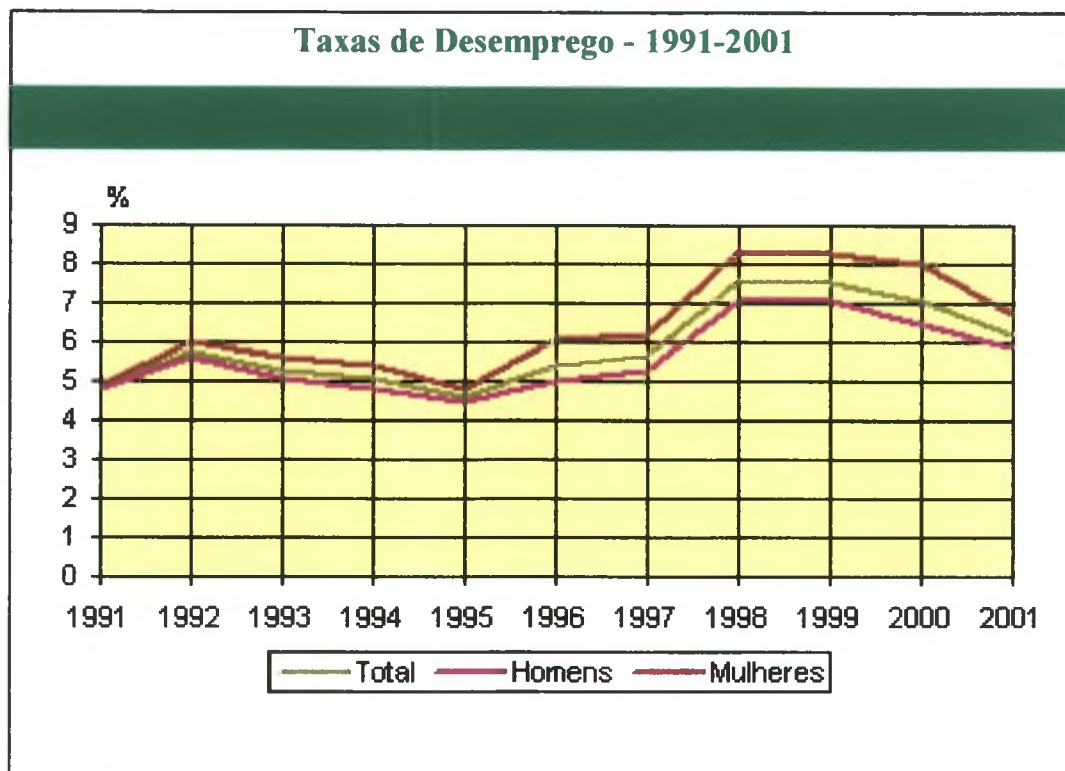
GRÁFICO 4 – TAXA DE ANALFABETISMO



FONTE: IBGE.

Outro ponto crucial de relevância econômica é a taxa de desemprego que nesta década é maior que na passada (Gráfico 5).

GRÁFICO 5 – TAXA DE DESEMPREGO



FONTE: IBGE.

Estes foram alguns dados para ter-se uma noção da situação sócio-econômica do Brasil, e em seguida será mostrada a situação da cidade de Curitiba e posteriormente do bairro de Santa Felicidade, local da pesquisa.

A capital do Estado do Paraná tem 309 anos e está localizada no Sul do Brasil. Com um PIB de US\$ 12,1 bilhões/ano, tem renda *per capita* de aproximadamente US\$ 8 mil/ano, contra uma média nacional de US\$ 5 mil/ano.

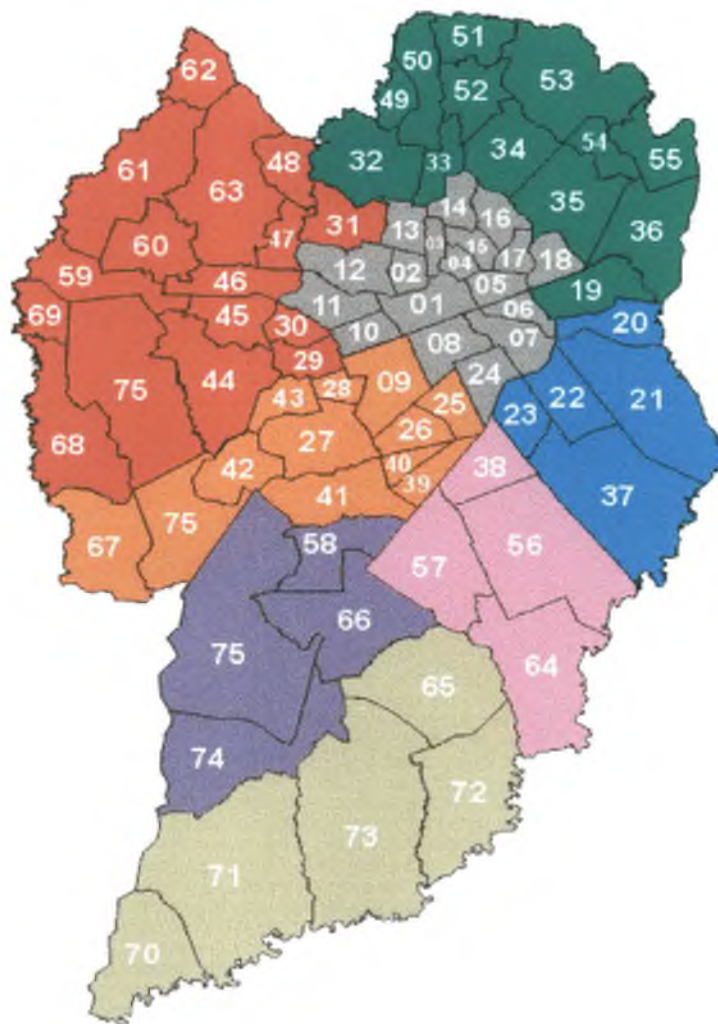
É a única cidade brasileira a entrar no século 21 como referência nacional e internacional de planejamento urbano e qualidade de vida. Em março de 2001, uma pesquisa patrocinada pela ONU aponta Curitiba como a melhor capital do Brasil pelo Índice de Condições de Vida (ICV).

A maior parte de sua população de 1,6 milhão de habitantes descende de imigrantes italianos, poloneses, alemães, ucranianos, japoneses, sírios e libaneses. Reconhecida nacional e internacionalmente por soluções urbanas inovadoras, a cidade tem o mais eficiente sistema de transporte coletivo do país e ostenta o índice de 55

metros quadrados de área verde por habitante, o que a faz ser considerada a Capital Ecológica do Brasil.

A pesquisa foi realizada em uma escola do bairro Santa Felicidade (63) localizado na região administrativa Santa Felicidade (vermelho).

FIGURA 1 – MAPA DE CURITIBA



FONTE: IBGE.

O bairro de Santa Felicidade é considerado um local de nível econômico alto e se caracteriza pela gastronomia típica italiana sendo considerado um bairro privilegiado em relação aos demais.

TABELA 1 – DADOS POPULACIONAIS – INDICADORES SANTA FELICIDADE

INDICADOR	BAIRRO	REGIONAL	CIDADE
Área (hectares)	1.227,40	7.533,50	43.217,00
Idade Média da População (Anos - 1996)	28,39	28,57	29,33
População Homens (2000)	12.157	64.240	760.854
População Mulheres (2000)	13.052	69.375	826.467
População Total (2000)	25.209	133.615	1.587.315
Taxa de Crescimento Anual (1996/2000)	2,15	-	1,82

FONTE: IBGE.

Analisando os dados populacionais, nota-se que o bairro possui um número maior de mulheres em relação aos homens e apresenta uma taxa de crescimento maior que a média dos bairros da cidade de Curitiba.

TABELA 2 – EDUCAÇÃO – SANTA FELICIDADE

INDICADOR	BAIRRO	REGIONAL	CIDADE
Centros de Integração Social (2002)	0	0	1
Centros Municipais de Atend. Especializados (2003)	0	1	8
Escolas Estaduais (2001)	5	20	165
Escolas Municipais (2003)	3	16	159
Faróis do Saber (2002)	2	5	45

FONTE: IBGE.

Percebe-se que em nível de educação o bairro apresenta um número bom de órgãos públicos em relação ao número da população e dentre as cinco escolas estaduais, destaca-se a escola Safel, onde se realizou a pesquisa prática.

TABELA 3 – SAÚDE – SANTA FELICIDADE

INDICADOR	BAIRRO	REGIONAL	CIDADE
Hospitais (2000)	1	2	72
Mortalidade Geral (1.000 habitantes - 1996)	7,52	4,64	2,50
Unidades de Saúde Saza Lattes (1999)	0	0	13
Unidades Municipais de Saúde - Básica (2002)	2	14	105
Unidades Municipais de Saúde-24 horas (2002)	0	1	5
Unidades Municipais de Saúde-Especializadas (2002)	0	1	8
Unidades Municipais de Saúde-Hospitais (2002)	0	0	1

FONTE: IBGE.

Através da tabela conclui-se pela mortalidade geral que a violência no bairro é um pouco acima da média da cidade e que apesar de o número de hospitais ser pequeno, é adequado para o tamanho da população do bairro.

Estes foram alguns dados do bairro de Santa felicidade para se compreender melhor a situação sócio-econômica em relação a cidade de Curitiba.

### 2.3 NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO

Fortes evidências comprovam a enorme relação entre nível de atividade física e nível sócio-econômico (PALMA, 2000). Em um estudo Matsudo *et al.* (2002) sobre o nível de atividade física do estado de São Paulo de acordo com seu nível sócio-econômico constataram que o sedentarismo foi maior nas classes A e E, onde 55,3% da classe A era sedentário e 60% da classe E era sedentário, sendo que nas classes B, C e D, a porcentagem variou de 42% a 49%, concluindo-se que os grupos A (mais ricos) e B (mais pobres), tiveram uma taxa maior de sedentarismo.

Carpersen (1997) cita que a inatividade física em geral decresce conforme o nível educacional aumenta. Dados similares têm sido encontrados no Brasil, (GOMES, 2001) em moradores do Rio de Janeiro, nos quais quanto maior o grau de escolaridade, maior foi a frequência de atividades física de lazer em ambos os sexos.

Em 1997 o Data Folha realizou um levantamento em 98 municípios do Brasil, envolvendo 2.504 indivíduos, encontrando uma prevalência no Brasil de 60% de sedentarismo; considerado quando o interrogado não reportava qualquer prática de atividade física. Dividindo as regiões do Brasil os índices de sedentarismo foram superiores nas regiões nordeste (65%) e norte/centro oeste (64%), sendo menores na região sudeste (59%) e sul (53%) do país.

Em uma pesquisa feita, Andrade *et al.* (1998) compararam o padrão de atividade de adolescentes do sexo feminino de 11 a 18 anos de regiões de alto e baixo nível sócio-econômico. Chegaram a conclusão que 42% das adolescentes de baixo nível e 64% de alto nível reportaram ser regularmente ativas.

Um dos principais fatores que levam uma diminuição no nível de atividade física dos adolescentes é o tempo gasto por dia assistindo televisão (MATSUDO *et al.*, 1998). Conforme estudo realizado por ANDRADE *et al.* (1998) em crianças de alto e baixo nível sócio-econômico, verificou-se que em regiões de baixo nível sócio-econômico as crianças gastam em média 4,1 horas assistindo TV por dia. Já os escolares das regiões de alto nível gastam significativamente menos tempo: 3,7 horas/dia.

Valquer (1998) diz em seu estudo que na maior parte do tempo do dia (tanto dia quanto final de semana) os adolescentes realizam atividades físicas de intensidade leve, com valores de frequência cardíaca médios de 100bpm, independente da situação sócio-econômica. Em Curitiba poucos estudos foram feitos para chegar a algum tipo de conclusão relacionando o nível de atividade física e nível sócio-econômico e a discussão que vem a seguir tem o objetivo de esclarecer esta relação na capital do Paraná.

Comprova-se que o nível sócio-econômico tem vital importância na prática de alguma atividade física no trabalho de Cordeiro (1998) onde se pesquisou acadêmicos de educação física da Universidade Federal do Paraná em comparação com o nível de atividade física de seus pais e dentre várias conclusões constatou-se que 62% dos

entrevistados não praticam atividade física regularmente devido a problemas financeiros e 74% não realiza atividade física pela falta de tempo.

### **3 METODOLOGIA**

A pesquisa se caracteriza como um estudo de caso com análise de variâncias.

#### **3.1 POPULAÇÃO E AMOSTRA**

Como já mencionado no item sócio-econômico, a cidade de Curitiba tem aproximadamente um milhão e seiscentos mil habitantes situada no Primeiro Planalto paranaense a uma altitude de 908m, com uma área de extensão de 432,17 KM<sup>2</sup>. Com um clima subtropical úmido, a temperatura média é de 22 graus no verão e 12 graus para o inverno, tendo 1500mm/ano como índice pluviométrico.

A amostra foi composta por um total de 100 escolares, 40 do sexo masculino e 60 do sexo feminino da escola SAFEL (Escola Santa felicidade) localizada no bairro Santa felicidade, pertencente ao ensino público da rede estadual de ensino do Paraná, onde dos sujeitos pesquisados, 17 alunos são da quinta série, 37 da sexta e 46 da sétima.

#### **3.2 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS**

Para realização da pesquisa foram utilizados dois questionários, o ABIPEME (2002) para avaliar nível sócio-econômico(anexo) e o Aaron e Kriska (1997) (ver anexo) para medir o nível de atividade física dos adolescentes. Estes questionários são os mesmos utilizados no projeto “Associação entre nível de atividade física e composição corporal conforme estagiamento maturacional em adolescentes de Curitiba” aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa do setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná (ver anexo).

O levantamento dos dados foi realizado no mês de abril, por estagiários do Laboratório que receberam treinamento prévio na universidade e ao chegar na escola adentravam nas salas em duplas e após uma palestra sobre qualidade de vida, explicavam como preencher os questionários de maneira correta e faziam a entrega de um folheto sobre saúde junto com os questionários que na frente trazia uma ficha de autorização (ver anexo) que deveria ser assinada pelo responsável para validação dos dados.

Nestas folhas haviam várias perguntas para serem respondidas pelos escolares e junto a tudo isto estavam os dois questionários que possibilitaram a realização da pesquisa.

### 3.3 TRATAMENTO DOS DADOS

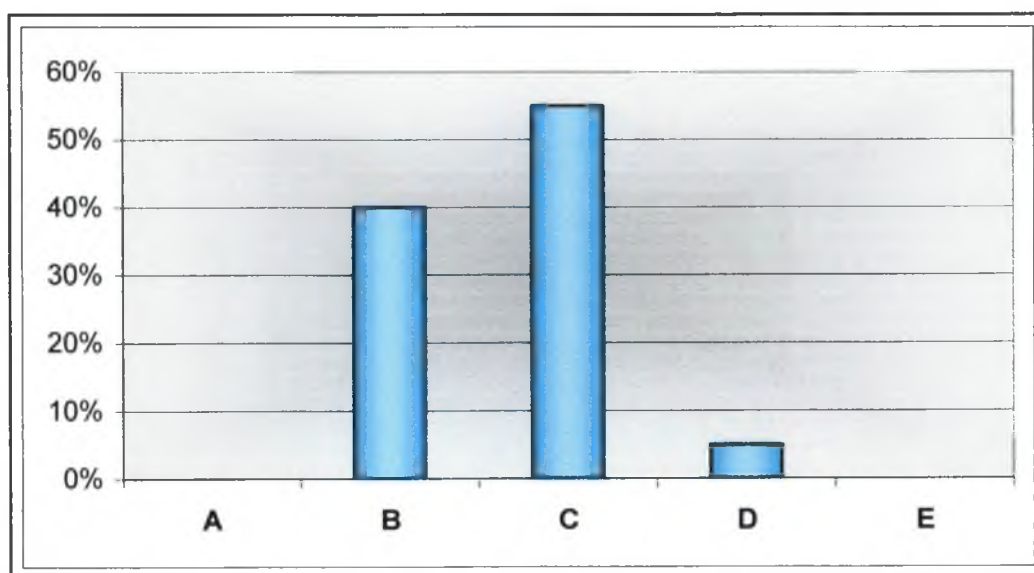
Após o levantamento das informações, todos os dados foram jogados em um banco de dados. Posteriormente foi utilizado o programa Statística 6.0 para a realização da análise estatística para avaliar nível sócio-econômico, nível de atividade física e a partir disto chegou-se aos resultados da pesquisa.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Como resultado estatístico a relação direta entre nível socioeconômico e atividade física não foi significativa, mostrando que esta não é uma relação simples de ser entendida. Mesmo assim, muitos resultados encontrados são muito significativos, isto é o que veremos na seqüência do estudo.

Os resultados obtidos pela pesquisa mostram que dos 100 indivíduos pesquisados, 3 são da classe A, 38 são da B, 52 da C, 6 da D e 1 da E. Estes achados vêm confirmar a pesquisa do IBGE que mostra uma maioria da população tanto no Brasil como em Curitiba de habitantes pertencentes as classes B e C. Mesmo Santa felicidade se tratando de um bairro nobre, também tem na maioria de seus moradores indivíduos das classes B e C enquanto moradores das classes A e E são minorias.

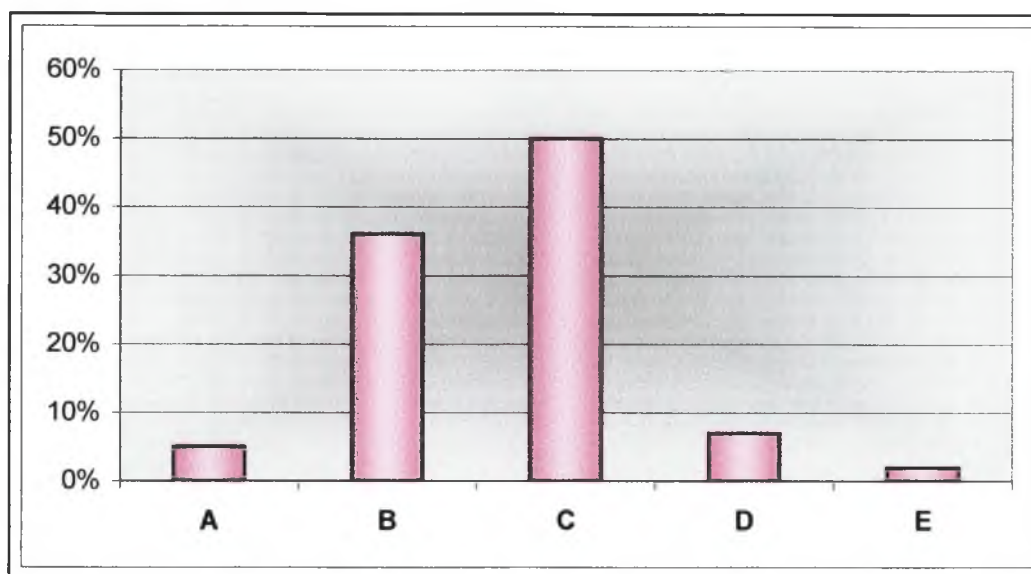
GRÁFICO 6 – NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO MENINOS



FONTE: O AUTOR.

Analisando o nível sócio-econômico dos adolescentes de Curitiba chega-se a algumas conclusões. Do total de 60 meninos a maioria está encaixada nas classes B e C, mostrando que o bairro de Santa Felicidade não é diferente da maioria da cidade.

GRÁFICO 7 – NÍVEL SÓCIO-ECONÔMICO MENINAS



FONTE: O AUTOR.

Vendo os dados referentes as meninas, percebe-se a presença de indivíduos pertencentes as classes A e E que apesar de ser um numero pequeno, já enriquece a pesquisa.

Agora que já está claro o nível sócio-econômico dos pesquisados, temos que entender o índice de atividade física dos indivíduos de cada classe social para se chegar a algum tipo de conclusão com relação ao fator sócio-econômico influenciador na prática de atividades.

Com relação ao nível de atividade física dos adolescentes pesquisados nota-se que ocorre um equilíbrio entre meninos e meninas na média do gasto energético, porém tanto no sexo feminino como no masculino a população estudada apresenta alguns indivíduos sedentários que possuem um gasto energético muito abaixo do recomendado, já por outro lado em ambos os sexos aparecem indivíduos que realizam alto grau de atividade física apresentando um gasto energético alto se caracterizando como sujeito ativo.

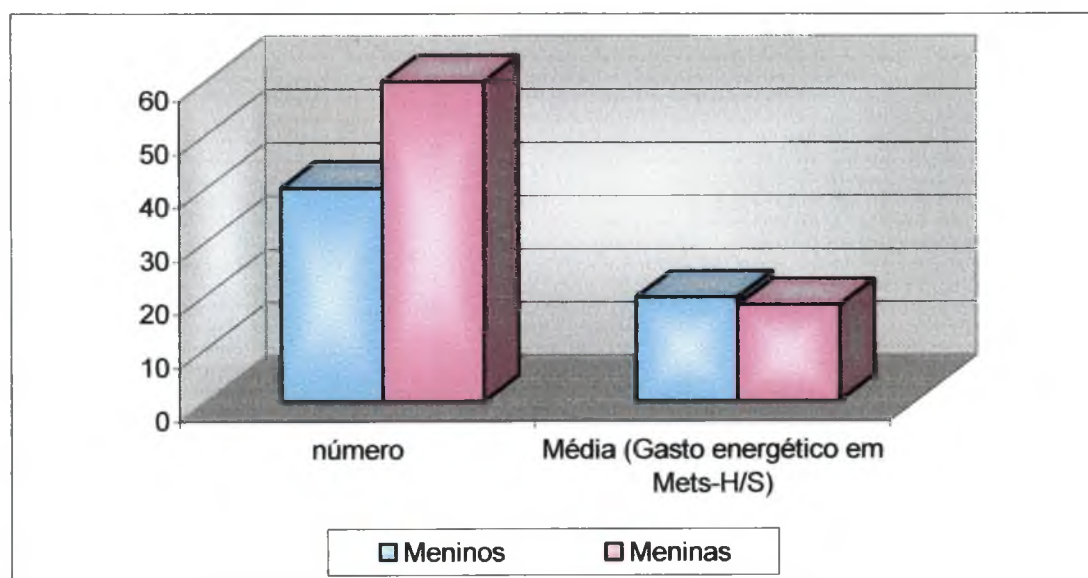
Os meninos apresentaram um índice (média) de atividade física um pouco acima do índice das meninas. Como grau mínimo de atividade física, ambos os sexos demonstraram que existe na população estudada, adolescentes completamente sedentários e no que diz respeito a índice máximo de atividade física os meninos apresentaram um número um pouco acima das meninas.

TABELA 4 – ATIVIDADE FÍSICA

	Nº	MÉDIA (Gasto energético em Mets-H/S)	MÍNIMO (Gasto energético em Mets-H/S)	MÁXIMO (Gasto energético em Mets-H/S)
Meninos	40	19,45	0	147,16
Meninas	60	18	0	140,83

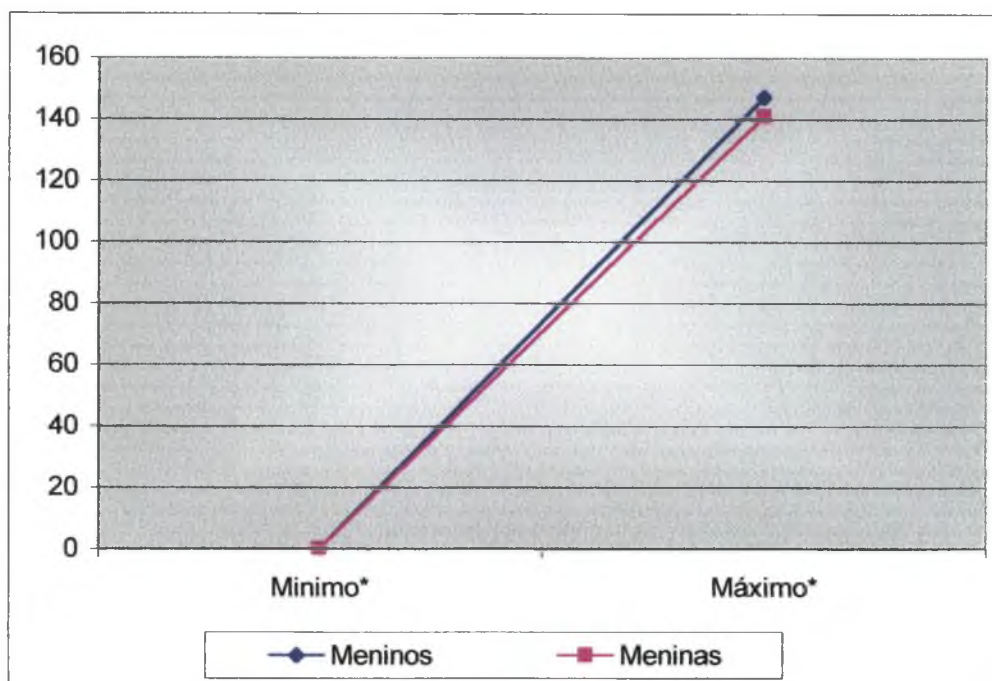
FONTE: O AUTOR.

GRÁFICO 8 – ATIVIDADE FÍSICA DESENVOLVIDA ENTRE MENINOS E MENINAS



FONTE: O AUTOR.

GRÁFICO 9 -



FONTE: O AUTOR.

NOTA: (\*) Gasto energético medido em Mets Hora/semana.

Agora que mensuramos o nível sócio-econômico e o nível de atividade física dos avaliados, pode-se chegar a alguma conclusão com relação a influencia que a situação econômica causa para uma vida mais ativa.

TABELA 5 – ATIVIDADE FÍSICA CONFORME A CLASSE: MENINOS

CLASSE	Nº	MEDIA (gasto em Mets- h/s)	DESVIO PADRÃO	MINIMO (gasto em Mets- h/sem)	MAXIMO (gasto em Mets- h/sem)
A	0	0	0	0	0
B	16	20,67	17,26	0	69,17
C	22	24	30,54	1,65	147,16
D	2	13,69	5,33	9,92	17,46
E	0	0	0	0	0

FONTE: O AUTOR.

TABELA 6 – ATIVIDADE FÍSICA CONFORME A CLASSE: MENINAS

CLASSE	Nº	MÉDIA (gasto em Mets- h/s)	DESVIO PADRÃO	MÍNIMO (gasto em Mets- h/sem)	MÁXIMO (gasto em Mets- h/sem)
A	3	13,32	7,54	5,29	20,25
B	22	13,50	18,99	0	80,87
C	30	19,77	29,80	0	140,83
D	4	13,00	19,94	0	42,10
E	1	30,43	—	30,43*	30,43*

FONTE: O AUTOR.

NOTA: Como só tinha um na classe E os valores de gasto energético em Mets tanto no mínimo como no Máximo foram igual.

Através dos dados fornecidos pelas duas tabelas, pode-se discutir, entender, deduzir, concluir diversos pontos relacionados ao tema da pesquisa.

Analisando primeiro a tabela dos meninos, percebe-se que a adolescentes da classe social C é mais ativo que adolescentes das classes B e D. Outro ponto muito curioso foi que as classes B, C e D apresentaram um nível de atividade física bom porém, a classe B apresentou alguns indivíduos extremamente sedentários, que não praticam nenhum tipo de atividade física. Um caso que chamou atenção foi de um adolescente da classe C que apresentou um nível muito alto de gasto energético, fato este que o classifica como extremamente ativo.

Um ponto que dificultou uma conclusão mais segura foi o fato de nenhum menino estar nem na classe A nem na E.

Já na tabela das meninas pelo maior número de avaliadas, a possibilidade de uma discussão mais profunda é nítida porque tem-se indivíduos pesquisados em todas as classes e um numero maior de pesquisados.

Nas meninas a classe C também se mostrou bem ativa, sendo menos ativa apenas que a classe E, mas a idéia merece um melhor aprofundamento devido a apenas um voluntário ser da classe E, então deve-se ter cuidado com afirmativas precipitadas, mesmo assim, o individuo da classe E apresentou um nível de atividade física muito bom.

Apesar de menos ativas que as classe C e E, as classes A, B e D apresentaram um nível de atividade física razoavelmente bom apesar de que em todas as classes alguns indivíduos foram classificados como totalmente sedentários, sem praticar uma atividade sequer.

Através das estatísticas analisou-se o nível socioeconômico dos adolescentes e o quanto se pratica atividade física, mas a relação entre um e outro não foi significativa, provando-se que analisar esta relação é complexa de ser analisada mas de fundamental importância para o entendimento da população como um todo.

## 5 CONCLUSÃO

Com o objetivo de entender a relação atividade física e situação sócio-econômica a pesquisa chegou a algumas conclusões consideráveis.

Apesar do resultado estatístico não ter dado significativo, muitas descobertas apareceram para se entender melhor a relação atividade física e nível socioeconômico.

Primeiramente, no Brasil, pouquíssimas referências diretas sobre o assunto são encontradas, talvez porque não se entende a importância social e econômica do indivíduo para ele se tornar ativo ou sedentário.

Na relação direta entre atividade física e nível sócio-econômico não houve relação significativa entre um e outro, fato que pode ser explicado por um número de avaliados de certo modo baixo e pela pesquisa ter sido feita com adolescentes da mesma região, apesar que, a escola escolhida possibilitou um encaixe de indivíduos em todas as classes e todos os níveis de atividade física, possibilitando mesmo com um número reduzido de escolares, uma pesquisa rica com conclusões seguras e de certo modo inesperadas.

Como resultado, a pesquisa mostrou indícios que da população estudada (uma escola do bairro de Santa Felicidade), a classe C pode ser considerada a classe mais ativa e que uma grande parte dos adolescentes apresentaram índice de atividade física razoável para bom, já outros, com sua maioria pertencente a classe B demonstrou em alguns avaliados um nível de sedentarismo preocupante

Alguns pontos foram limitadores para uma investigação mais aprofundada da relação atividade física e nível sócio-econômico. O primeiro problema foi um número nem tão grande da população investigada. Outro ponto foi que a pesquisa foi realizada por inteira numa mesma região da cidade, impossibilitando um conhecimento mais elaborado da situação das outras regiões.

Apesar de todas as dificuldades acima, o estudo apresentou alguns dados significativos na questão do entendimento na complexa relação nível de atividade física e nível sócio-econômico mas se faz necessários novos estudos sobre o tema.

## REFERÊNCIAS

- ALLSEN, HARRISON, VANCE. **Exercício e qualidade de vida**. Uma abordagem personalizada. São Paulo: Manole, 2001.
- BUSS, P. Marchiori. **Promoção e educação em saúde no âmbito da escola de governo em saúde pública**. 2002.
- CARROLL, Stephen; SMITH, Tony (ed.). **Guia da Vida Saudável**. Revisado e aprovado pela Universidade Paulista de Medicina. 1.ed. São Paulo: Brasileira, 1995.
- CORDEIRO, C. **A prática de atividade física voltada a saúde: uma análise comparativa entre acadêmicos de educação física e seus pais**. 1998.
- IBGE. Disponível em: [www.ibge.com.br](http://www.ibge.com.br). Acessado em: 09/10/2003.
- IBOPE. Disponível em: [www.ibope.com.br](http://www.ibope.com.br). Acessado em: 09/10/2003.
- LEITE, Paulo Fernando. **Aptidão física, esporte e saúde, terceira edição**. Robe, 2000.
- MATSUDO, ARAUJO, ANDRADE, VALQUER. Nível de atividade física em crianças e adolescentes de diferentes regiões de desenvolvimento. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, p. 14-26. 1998.
- MATSUDO, Victor Rodrigues *et al.* Nível de atividade física da população de São Paulo: Análise de acordo com gênero, idade, nível sócio-econômico, distribuição geográfica e de conhecimento. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 4, p. 41-50, out. 2002.
- MEZAROBA, Cristiano. **Uma abordagem da promoção da saúde e sua relação com a educação física escolar**. 2002
- NAHAS, Markus Vinicius. **Obesidade, controle de peso e atividade física**. Midiograf, 2000.
- PALMA, Alexandre. Atividade física, processo de saúde-doença e condições sócio-econômicas: Uma revisão de literatura. **Revista Paulista de Educação Física**. 2003.
- PITANGA, F.J. Godim. Epidemiologia, atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. Brasília, v. 10, n. 3, p. 49-54, jul. 2002.
- PROGRAMA AGITA GALERA. Disponível em: [www.agitagalera.com.br](http://www.agitagalera.com.br). Acessado em: 10/09/2003.

PROGRAMA AGITA SÃO PAULO: Disponível em: [www.agitasaopaulo.com.br](http://www.agitasaopaulo.com.br). Acessado em: 10/09/2003.

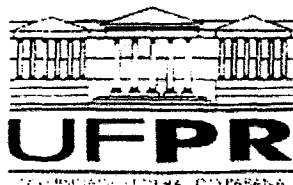
ROMANELLI (1991). Disponível em: [www.agitagalera.com.br](http://www.agitagalera.com.br). Acessado em: 10/09/2003.

VEIGA, Glória; SIGULEM, Dirce. Avaliação da composição corporal através de medidas antropométricos, de adolescentes obesas e eutróficas de dois níveis sócio-econômicos. **Jornal de Pediatria**, p. 206-214. 1994

[www.curitiba.pr.gov](http://www.curitiba.pr.gov). Acessado em: 09/10/2003.

## **ANEXOS**

## ANEXO 1: Ficha de Autorização.



Curitiba, 10 de março de 2003.

DE: Centro de Pesquisa em Exercício e Esporte / UFPR

PARA: Senhores pais e / ou responsáveis.

Nos últimos tempos, as crianças estão brincando menos e se alimentando de forma errada. Assim, é muito comum encontrar crianças com excesso de peso. O acúmulo de gordura no corpo é prejudicial, pois está relacionada com doenças do coração e diabetes. Com o objetivo de prevenir futuras doenças, está sendo realizado um levantamento sobre atividade diária, nível sócio-cultural, aspectos alimentares, crescimento e composição corporal (peso, estatura e quantidade de gordura) nas crianças e adolescentes de Curitiba.

Durante o período de aula, os alunos irão responder à um questionário sobre: as atividades que praticam no dia a dia, alimentos que costumam ingerir e crescimento. Para a medida de gordura, serão utilizados fita métrica e um equipamento em forma de pequeno compasso sobre a pele. As medidas serão rápidas e a criança não sentirá dor.

Para verificar o crescimento da criança, será anotada a data da primeira menstruação das meninas, e analisado os pêlos axilares para os meninos. Além disso, deverá responder um questionário sobre sua auto imagem, a criança irá receber figuras do corpo humano em diferentes estágios e marcar a que se identifique melhor.

O nome da criança não será divulgado, e não será necessário pagar qualquer taxa.

Para tanto, conto com sua colaboração, para que seu filho(a) possa participar voluntariamente deste projeto. Solicito o preenchimento do questionário sócio-cultural, bem como da ficha de autorização que segue abaixo.

Agradeço a colaboração

Keith Sato

Centro de Pesquisa em Exercício e Esporte / UFPR

AUTORIZAÇÃO

Eu, \_\_\_\_\_, autorizo a participação do(a) aluno(a) \_\_\_\_\_ nas avaliações de crescimento físico de meu filho.

Curitiba, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2003.

ASSINATURA DOS PAIS E/OU ESPONSÁVEL: \_\_\_\_\_

USO EXCLUSIVO DO PESQUISADOR: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ N° \_\_\_\_\_

**Identificação**

NOME DO ALUNO: \_\_\_\_\_ DATA DE NASCIMENTO: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 SEXO: <sup>1</sup>( ) M <sup>2</sup>( ) F

### Classificação Sócio-Econômica

1. Marque um ( X ) no grau de instrução do chefe de família (responsável legal ) do aluno(a)?
- <sup>1</sup>( ) analfabeto/primário incompleto <sup>4</sup>( ) 2º grau completo /superior incompleto  
<sup>2</sup>( ) primário completo/ginásio incompleto <sup>5</sup>( ) superior completo  
<sup>3</sup>( ) ginásio completo/ 2º grau incompleto
2. Marque um ( X ) no grau de instrução da mãe do aluno(a)?
- <sup>1</sup>( ) analfabeto/primário incompleto <sup>4</sup>( ) 2º grau completo /superior incompleto  
<sup>2</sup>( ) primário completo/ginásio incompleto <sup>5</sup>( ) superior completo  
<sup>3</sup>( ) ginásio completo/ 2º grau incompleto
3. Marquem com um ( X ) a quantidade dos itens abaixo que existem na sua casa:

Aparelho de Videocassete	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
Máquina de Lavar Roupa	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
Geladeira	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
Aspirador de pó	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
Carro	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
TV em cores	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
Banheiro	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
Empregada Mensalista	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais
Rádio (s)	( ) 0	( ) 1	( ) 2	( ) 3	( ) 4	( ) 5	( ) 6 ou mais

### Atividade Física Passada e Presente

4. Quantas vezes nos últimos 14 dias você fez pelo menos 20 minutos de exercício intenso suficiente para te fazer respirar mais pesado e acelerar seu batimento cardíaco? (Exercício intenso inclui, por exemplo, jogar futebol correndo, ou pedalar rápido; incluindo o horário das aulas de educação física)
- <sup>1</sup>( ) Nenhuma <sup>4</sup>( ) 6 à 8 dias  
<sup>2</sup>( ) 1 à 2 dias <sup>5</sup>( ) 9 ou mais dias  
<sup>3</sup>( ) 3 à 5 dias
5. Quantas vezes nos últimos 14 dias você fez pelo menos 20 minutos de exercício leve que não fo: suficiente para te fazer respirar mais pesado e acelerar seu batimento cardíaco? (Exercício leve inclui jogar futebol caminhando, ou pedalar devagar; incluindo o horário das aulas de educação física)
- <sup>1</sup>( ) Nenhuma <sup>4</sup>( ) 6 a 8 dias  
<sup>2</sup>( ) 1 a 2 dias <sup>5</sup>( ) 9 ou mais dias  
<sup>3</sup>( ) 3 a 5 dias
6. Durante a semana normal quantas horas por dia você assiste televisão e vídeos, ou joga no computador ou video games antes ou depois da escola?
- <sup>1</sup>( ) Nenhuma <sup>4</sup>( ) 4 a 5 horas  
<sup>2</sup>( ) 1 hora ou menos <sup>5</sup>( ) 6 ou mais horas  
<sup>3</sup>( ) 2 a 3 horas
7. Durante os últimos 12 meses, quantos esportes individuais ou atividades coletivas você participou em nível competitivo, tanto na equipe representante da escola ou equipe júnior de esporte, interno, ou programas fora da escola.
- <sup>1</sup>( ) Nenhum <sup>4</sup>( ) 2 atividades  
<sup>2</sup>( ) 1 atividades <sup>5</sup>( ) 4 ou mais atividades.  
<sup>3</sup>( ) 3 atividades



## 11. Você fuma?

Sim ⇒ <sup>1</sup>( ) diariamente <sup>2</sup>( ) às vezes  
Com que idade você começou a fumar (aproximadamente): \_\_\_\_\_ anos  
Quantos cigarros você fuma por dia? \_\_\_\_\_

Não ⇒ <sup>3</sup>( ) nunca fumei <sup>5</sup>( ) parei de fumar a menos de 2 anos  
<sup>4</sup>( ) parei de fumar a menos de 1 ano <sup>6</sup>( ) parei de fumar a mais de 2 anos

## 12. Você ingere bebidas alcóolicas?

<sup>1</sup>( ) Sim <sup>2</sup>( ) Não ⇒ Se não, vá para a **Questão 15**

## 13. Quantas doses de bebidas alcóolicas você toma em uma semana normal?

⇒ 1 drinque = ½ garrafa de cerveja ou 1 lata ou 1 *long neck*, 1 copo de vinho ou 1 dose de uísque ou cachaça.

<sup>1</sup>( ) Menos de 7 <sup>2</sup>( ) 7 a 14 <sup>3</sup>( ) Mais de 15

14. Nos últimos 30 dias, quantas vezes você tomou 5 (cinco) ou mais drinques (doses) em uma ocasião?  
\_\_\_\_\_ dias

## 15. Como você vai para a escola em uma semana normal?

<sup>1</sup>( ) a pé <sup>4</sup>( ) de bicicleta  
<sup>2</sup>( ) de carro <sup>5</sup>( ) de ônibus  
<sup>3</sup>( ) de condução escolar <sup>6</sup>( ) de moto

**Hábitos Familiares**

## 16. Seu pai pratica alguma atividade física? (caminhadas, corridas, futebol, etc.)

<sup>1</sup>( ) Sim <sup>2</sup>( ) Não

Caso sim, qual atividade? \_\_\_\_\_

## 17. Sua mãe pratica alguma atividade física? (caminhadas, corridas, ginástica, etc.)

<sup>1</sup>( ) Sim <sup>2</sup>( ) Não

Caso sim, qual atividade? \_\_\_\_\_

## 18. Pergunte qual a estatura e peso de seus pais.

	Estatura (m)	Peso (kg)
PAI		
MÃE		

**Hábitos Alimentares**

19. Quantas vezes em uma semana normal, você consome, em média, cada um dos alimentos abaixo. Marque com um X a alternativa correta. Cuidado para não marcar 2 X na mesma linha.

Alimentos	Todos os dias	3 vezes por semana	1 vez por semana	Nunca
Carne vermelha				
Frango				
Peixe				
Arroz				
Feijão				
Macarrão				
Ovo				
Pizza				
Sanduiche				
Refrigerante (1 copo)				
Salgados (coxinha)				
Salgadinhos de pacote				
Batata frita				
Verduras				
Leite (1 copo)				
Bolacha				
Pão				
Queijo				
Chocolate				
Bolos e doces				
Café (1 xícara)				
Frutas				

### Hábitos Cotidianos

19. Marque as atividade que você realiza no sábado, segunda e terça-feira. Utilize o quadro abaixo para verificar com qual número você deve preencher a tabela dos dias da semana. Lembre-se que temos os minutos na horizontal, e as horas na vertical, as horas começam no número 1, ou seja 1 hora da manhã, e vai até às 24 horas deste mesmo dia. Por exemplo, se da 1 hora às 2 horas da manhã deste dia, você estivesse dormindo, deveria preencher com o número 1, que no quadro abaixo significa dormir.

Minutos				
	0 - 15	15 - 30	30 - 45	45 - 60
1	1	1	1	1
2	1	1	1	1

↓  
Horas

### QUADRO DE ATIVIDADES

Categoria de  
Atividade

Atividade para cada categoria

- 1 Repouso na cama: horas de sono
- 2 Posição sentada: refeições, assistir TV, trabalho intelectual sentado
- 3 Posição em Pé Suave: higiene pessoal, trabalhos domésticos leves sem deslocamentos
- 4 Caminhada leve (< 4 km/h): trabalhos Domésticos com deslocamentos, dirigir carros
- 5 Trabalho Manual Suave: trabalhos domésticos como limpar chão, lavar carro, jardinagem
- 6 Atividades de Lazer e Prática de Esportes Recreativos: voleibol, ciclismo passeio, caminhar de 4 a 6 km/h
- 7 Trabalho Manual em Ritmo Moderado: trabalho braçal, carpintaria, pedreiro, pintor
- 8 Atividades de Lazer e prática de esportes de alta intensidade: futebol, dança aeróbica, natação, tênis, caminhar > 6 km/h
- 9 Trabalho Manual intenso, prática de esportes competitivos: carregar cargas elevadas, atletas profissionais

SÁBADO					SEGUNDA					TERÇA				
	0 - 15	15 - 30	30 - 45	45 - 60		0 - 15	15 - 30	30 - 45	45 - 60		0 - 15	15 - 30	30 - 45	45 - 60
1					1					1				
2					2					2				
3					3					3				
4					4					4				
5					5					5				
6					6					6				
7					7					7				
8					8					8				
9					9					9				
10					10					10				
11					11					11				
12					12					12				
13					13					13				
14					14					14				
15					15					15				
16					16					16				
17					17					17				
18					18					18				
19					19					19				
20					20					20				
21					21					21				
22					22					22				
23					23					23				
24					24					24				

## QUESTIONÁRIO PARA CLASSIFICAÇÃO SÓCIO-ECONÔMICO DO ESCOLAR

1- Nome da criança:

Data de nascimento: / /

2- Colocar o grau de instrução do chefe de família da criança que foi avaliada:

- analfabeto/primário incompleto
- primário completo/ginásio incompleto
- ginásio completo/superior completo
- 2º grau completo/superior incompleto
- superior completo

3- Colocar o grau de instrução da mãe da criança que foi avaliada:

- analfabeto/ primário incompleto
- primário completo/ginásio incompleto
- ginásio completo/superior completo
- 2º grau completo/superior incompleto
- superior completo

4- Senhores pais, por favor marquem com um X a quantidade dos itens abaixo que existem na sua casa.

Aparelho de Videocassete	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
Máquina de Lavar Roupas	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
Geladeira	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
Aspirador de pó	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
Carro	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
TV em cores	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
Banheiro	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
Empregada Mensalista	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais
Rádio (s)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6 ou mais

**IV – QUESTIONÁRIO PARA CLASSIFICAÇÃO E DISTRIBUIÇÃO SOCIOECONÔMICA PARA PONTUAÇÃO PARA CRITÉRIO DE CLASSIFICAÇÃO ECONÔMICA DO BRASIL - ABIPEME**

**Grau de Instrução**

analfabeto/primeiro incompleto	0
primário completo/ginásio incompleto	5
ginásio completo/colegial incompleto	10
colegial completo/superior incompleto	15
superior completo	21

**Itens de Posse**

<b>Itens</b>	<b>Não Tem</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6 e +</b>
Videocassete	0	10	10	10	10	10	10
Máquina de lavar roupa	0	8	8	8	8	8	8
Geladeira	0	7	7	7	7	7	7
Aspirados de pó	0	6	6	6	6	6	6
Carro	0	4	9	13	18	22	26
Tv em cores	0	4	7	11	14	18	22
Banheiro	0	2	5	7	10	12	15
Empregada mensalista	0	5	11	16	21	26	32
Rádio	0	2	3	5	6	8	9

**Classificação segundo total de pontos**

<b>Classe</b>	<b>Pontos</b>
A	89 ou mais
B	59 a 88
C	35 a 58
D	20 a 34
E	0 a 19



Ministério da Educação  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ  
Setor de Ciências Biológicas  
Comitê Setorial de Ética em Pesquisa



**Projeto: "Associação entre nível de atividade física e composição corporal conforme estagiamento maturacional em adolescentes de Curitiba/PR"**

**Pesquisador Responsável: Prof. Dr. Sérgio Gregório da Silva**

**Local: Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, UFPR**

**Data de Apresentação à CEP Setor de Ciências Biológicas: 21/01/2003**

**Banpesq/ THALES: 1999005939**

**Registro CEP Setor de Ciências Biológicas: 0001/03**

**Curitiba, 5 de setembro de 2003**

Prezado Prof. Dr. Sérgio Gregório da Silva

Em anexo envio carta de aprovação pelo CEP-Biológicas do referido projeto. Entretanto, como o sr. pode notar pelo parecer do relator, existe um problema em relação às datas de início do projeto e de aprovação no CEP ( a 1ª não pode anteceder a 2ª). No entanto, com trata-se de uma questão burocrática (a mudança da data no projeto), estou enviando já a carta de aprovação, mas aguardo o envio de uma cópia do projeto com a alteração da data de início do projeto. Por outro lado, necessito de um auxílio do sr. pois não consegui localizar, em nosso arquivo, a página de rosto do CONEP de seu projeto e necessito enviá-la ao CONEP em nosso próximo relatório. Portanto, peço a gentileza de que o sr. me envie também uma cópia desta folha de rosto. Contando com sua compreensão e colaboração, coloco-me a disposição para esclarecimentos. Cordialmente

*Roberto Andreatini*  
Coordenador do Comitê de Ética em Pesquisa do  
Setor de Ciências Biológicas