



Acta Paulista de Enfermagem

ISSN: 0103-2100

ape@unifesp.br

Escola Paulista de Enfermagem

Brasil

da Silva Pires, Cláudia Geovana; Carneiro Mussi, Fernanda; Borges de Cerqueira, Bruna; Gondim Pitanga, Francisco José; Oliveira da Silva, Diorlene

Prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem

Acta Paulista de Enfermagem, vol. 26, núm. 5, 2013, pp. 436-443

Escola Paulista de Enfermagem

São Paulo, Brasil

Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=307029420006>

- ▶ Como citar este artigo
- ▶ Número completo
- ▶ Mais artigos
- ▶ Home da revista no Redalyc

redalyc.org

Sistema de Informação Científica

Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe, Espanha e Portugal  
Projeto acadêmico sem fins lucrativos desenvolvido no âmbito da iniciativa Acesso Aberto

# Prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem

Physical activity practice among undergraduate students in nursing

Cláudia Geovana da Silva Pires<sup>1</sup>

Fernanda Carneiro Mussi<sup>1</sup>

Bruna Borges de Cerqueira<sup>1</sup>

Francisco José Gondim Pitanga<sup>2</sup>

Diorlene Oliveira da Silva<sup>1</sup>

## Descritores

Aptidão física; Estudantes de enfermagem; Estilo de vida sedentário; Educação em enfermagem; Atividade motora

## Keywords

Physical fitness; Nursing, students; Sedentary lifestyle; Nursing education; Motor activity

## Submetido

20 de Outubro de 2013

## Aceito

11 de Novembro de 2013

## Resumo

**Objetivo:** Comparar a prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem ingressantes e concluintes.

**Métodos:** Estudo transversal desenvolvido com amostra de 154 estudantes. Os instrumentos de pesquisa foram um questionário com dados sociodemográficos e da vida acadêmica e para os dados sobre a prática de atividade física utilizou-se o questionário internacional sobre atividade física. Para a análise dos dados empregou-se estatísticas descritivas e para as análises bivariadas o teste de Qui-quadrado de Pearson, Exato de Fischer.

**Resultados:** Identificou-se predomínio de ingressantes do sexo feminino com idade entre 20 a 24 anos, solteiros. Houve predominância do padrão sedentário. Houve diferença estatisticamente significante para tempo gasto sentado e ano em curso ( $p=0,010$ ).

**Conclusão:** O padrão sedentário mostrou-se predominante para os grupos de estudantes ingressantes e concluintes do curso. Houve diferença estatisticamente significante para tempo gasto sentado e ano em curso, com maior percentual para ingressantes.

## Abstract

**Objective:** To compare physical activity practice among undergraduate students in nursing freshmen and in nursing seniors.

**Methods:** Cross-sectional study conducted with a sample of 154 students. The research instruments were a questionnaire with sociodemographic and academic life and for the data on physical activity practice we used the international physical activity questionnaire. For data analysis, we used descriptive statistics and for bivariate analysis Pearson chi-square test, Fisher exact test.

**Results:** We identified a predominance of female freshmen aged 20 to 24 years old, who were also single. Sedentary were predominantly. There was statistically significant difference for sitting time and year of enrollment ( $p = 0.010$ ).

**Conclusion:** Sedentary was predominant in the groups of freshmen and senior students. There was statistically significant difference for sitting time and year of enrollment, with higher percentage for freshmen.

## Autor correspondente

Cláudia Geovana da Silva Pires  
Av. Doutor Augusto Viana Filho SN,  
Campus Universitário do Canela,  
Salvador, BA, Brasil. CEP: 40110-060  
cgspires@uol.com.br

<sup>1</sup>Escola de Enfermagem, Universidade Federal da Bahia, Salvador, BA, Brasil.

<sup>2</sup>Faculdade de Educação, Universidade Federal da Bahia, Salvador, BA, Brasil.

**Conflitos de interesse:** não há conflitos de interesse a declarar.

## Introdução

A inatividade física vem crescendo a passos largos e tornando-se um grave problema de saúde pública, uma das maiores consequências da sociedade moderna, na qual o capitalismo e os avanços tecnológicos ditam as regras do comportamento social. Sabe-se que 70% da população mundial é sedentária, estimando-se ainda que dois milhões de mortes por ano sejam causadas pela não adesão a prática de atividade física.<sup>(1)</sup>

As mudanças no estilo de vida acarretadas pelo capitalismo e os avanços tecnológicos tem comprometido o padrão de exercício físico e alimentar, expondo a população cada vez mais ao risco de doenças crônicas não transmissíveis. As principais causas dessas doenças são os fatores de risco modificáveis, que estão associados aos hábitos de vida, como o tabagismo, o consumo excessivo de bebida alcoólica, a inatividade física, a alimentação inadequada e o estresse crônico.<sup>(2)</sup>

Inserida neste grupo de fatores de risco, a atividade física configura-se como componente relevante na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como a diabetes mellitus tipo 2, doenças cardiovasculares, doenças respiratórias crônicas e câncer, atuando ainda como fator de proteção do sobrepeso e da obesidade. Apesar da maioria dessas doenças se manifestarem apenas na idade adulta é cada vez mais evidente que seu desenvolvimento começa na infância e adolescência, sendo a prática regular de atividade física nas duas primeiras décadas de vida bastante eficaz na sua prevenção.<sup>(3,4)</sup>

Com base no exposto, é importante o conhecimento dos padrões e tendências de atividade física entre os jovens universitários, ressaltando-se que é durante esse período que a personalidade e os hábitos são consolidados e que a entrada na universidade proporciona o surgimento de novas relações com a possibilidade de adoção de hábitos sedentários.<sup>(5)</sup> A prevalência de inatividade física entre os jovens universitários apresenta-se bastante elevada, principalmente em calouros. Os principais aspectos associados a esse comportamento sedentário são a falta de tempo, motivação e apoio social e a distância entre os domicílios e espaços destinados

a realização de exercícios.<sup>(6)</sup> Portanto, apesar dos estudantes estarem frequentando uma instituição de formação em saúde, os comportamentos preventivos podem se mostrar pouco frequentes. Especialmente no ingresso na universidade, os estudantes relatam dispor de menos tempo para a prática de atividade física em razão do cumprimento das obrigações da vida acadêmica.

Em levantamento de literatura sobre a prática da atividade física em estudantes de cursos de graduação em enfermagem brasileiros realizada na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde e no Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, utilizando-se as palavras-chaves: estudantes, graduação, atividade física e sedentarismo, constatou-se dois estudos que investigaram adultos jovens e estudantes de enfermagem em semestres e anos isolados do curso.<sup>(7,8)</sup>

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi comparar a prática de atividade física entre estudantes ingressantes e concluintes de um curso de enfermagem.

## Métodos

Trata-se de um estudo transversal em curso de Enfermagem da Universidade Federal da Bahia, região nordeste do Brasil, realizado durante o período de julho a novembro de 2011.

Optou-se por uma amostra não probabilística de conveniência que foi constituída por 154 estudantes de enfermagem, sendo 91 do primeiro ano e 63 do último ano.

Os critérios de inclusão foram: estarem matriculados e cursando os dois primeiros ou os dois últimos semestres letivos do Curso de Graduação em Enfermagem, com idade mínima de 18 anos.

Os instrumentos de pesquisa foram: um questionário sobre os dados sociodemográficos e dados da vida acadêmica e o questionário internacional de atividade física - IPAQ (*International Physical Activity Questionnaire*). Esse questionário é recomendado pela Organização Mundial da Saúde para avaliação da atividade física em adultos de 15 a 69 anos.<sup>(9,10)</sup> Este instrumento contém perguntas rela-

cionadas à frequência, duração e intensidade da atividade física desenvolvida no trabalho, no deslocamento, nas atividades domésticas e no tempo livre.

Os indivíduos podem ser classificados como muito ativos, ativos, irregularmente ativos e sedentários, de acordo com o escore obtido. Considera-se grupos de risco aqueles classificados como irregularmente ativos ou sedentários.

Para a seção tempo gasto sentado, foi classificado como sedentário o indivíduo que permanecia sentado  $\geq 180$  minutos/dia.<sup>(9)</sup>

A coleta dos dados foi realizada em sala de aula, em horário previamente agendado.

Os dados foram codificados e digitados no SPSS versão 18.0 e após a digitação, exportados para o programa estatístico STATA v.12 para tratamento, construção dos principais indicadores do sedentarismo e geração dos resultados. Foram realizadas análises descritivas mediante uso de distribuições de frequências absolutas (n) e relativas (%), uni e bivariadas, médias e desvio padrão. Para avaliar a magnitude das associações entre as variáveis foram empregados os testes Qui-quadrado de Pearson e o Exato de Fisher. O nível de significância estatística adotado nas análises foi 5% ( $p < 0,05$ ). Empregou-se também a medida de associação *odds ratio* (OR). Para a obtenção da OR e os respectivos intervalos de confiança de 95% utilizou-se análise tabular para as variáveis dicotômicas e modelos de regressão logística multinomial para as variáveis politômicas.

O poder desse estudo foi estimado para uma prevalência média entre os desfechos dos fatores de risco cardiovascular de 35%, adotou-se uma diferença média de prevalências dos fatores de risco do sedentarismo entre os grupos (ingressantes e concluintes) de 8%. O nível de significância adotado foi de 5% e encontrou-se um poder de teste de 94,1%.

O desenvolvimento do estudo atendeu as normas nacionais e internacionais de ética em pesquisa envolvendo seres humanos.

## Resultados

A amostra foi composta por 154 estudantes de graduação em enfermagem, (59,1%) ingressan-

tes e (40,9%) concluintes do curso. Desse total, 89,6% correspondeu ao sexo feminino e 10,4% ao masculino.

A média de idade da amostra foi de 22,4 anos ( $DP = 4,5$ ), e para os anos em curso a faixa etária predominante foi entre 20 a 24 anos (52,6%). Os estudantes do ingressantes predominaram no grupo etário 18 a 19 anos (42,8 %) e os concluintes no grupo etário 25 anos e mais (42,8%). Houve diferenças proporcionais estatisticamente significantes quanto a distribuição etária e o ano em curso ( $p = 0,000$ ).

Os estudantes se auto referiram da cor parda (57,2%) seguida da preta (21,4%) e branca e outras (21,4%). Os grupos se mostraram proporcionalmente semelhantes com relação a cor. Observou-se na amostra elevada proporção de solteiros seja com parceiro fixo (51,3%) ou sem parceiro fixo (42,2%) e baixa proporção de casados (6,5%). Verificou-se diferenças proporcionais estatisticamente significantes quanto a situação conjugal e o ano em curso, com predomínio de solteiros com parceiro fixo e aumento da proporção de casados (12,7%) para os concluintes ( $p = 0,017$ ).

Com relação à condição socioeconômica dos estudantes, a maior proporção pertencia ao padrão C (45,5%) e B (35,1%), proporção semelhante foi observada entre os grupos. Quanto a renda familiar mensal, a maior proporção dos estudantes eram provenientes de famílias que recebiam entre três a cinco salários mínimos (40,3%) ou valores superiores a seis salários mínimos (40,2%). Enquanto que, 19,5% eram provenientes de famílias com rendimento inferior a dois salários mínimos. Os grupos mostraram-se homogêneos com relação a renda familiar mensal e a condição socioeconômica.

Observou-se que para 50% dos estudantes, a despesa mensal era inferior a um salário mínimo. Proporção semelhante foi observada para os estudantes ingressantes (57,1%). Constatou-se aumento da frequência de estudantes concluintes com despesa pessoal entre um a dois salários mínimos (42,9%). Contudo, apesar das variações das despesas mensais, os grupos mostraram-se proporcionalmente semelhantes ( $p = 0,095$ ) (Tabela 1).

**Tabela 1.** Características sociodemográficas

Características sociodemográficas	Total 154(100%)	Ingressantes 91(50,1%)	Concluintes 63(40,9%)	p-value
Sexo				
Masculino	16(10,4)	8(8,8)	8(12,7)	***0,435
Feminino	138(89,6)	83(91,2)	55(87,3)	
Grupo etário				
18 a 19 anos	39(25,3)	39(42,8)	0(0,0)	**0,000
20 a 24 anos	81(52,6)	45(49,4)	36(57,1)	
25 e mais	34(22,1)	7(7,7)	27(42,8)	
Cor da pele				
Branca e outras	33(21,4)	19(20,8)	14(22,2)	**0,835
Preta	33(21,4)	21(23,1)	12(19,0)	
Parda	88(57,2)	51(56,1)	37(58,8)	
Situação conjugal				
Casada/União estável	10(6,5)	2(2,2)	8(12,7)	***0,017
Solteira, sem parceiro fixo	65(42,2)	44(48,4)	21(33,3)	
Solteira, com parceiro fixo	79(51,3)	45(49,5)	34(53,9)	
Condição socioeconômica				
A	14(9,1)	8(8,8)	6(9,5)	**0,847
B	54(35,1)	30(32,9)	24(38,1)	
C	70(45,5)	44(48,3)	26(41,3)	
D e E	16(10,4)	9(9,9)	7(11,1)	
Renda familiar/mês (em salários mínimos)				
Até 2	30(19,5)	18(19,8)	12(19,1)	**0,997
3 a 5	62(40,3)	36(39,6)	26(41,3)	
6 a 8	25(16,2)	15(16,5)	10(15,9)	
9 e mais	37(24,0)	22(24,2)	15(23,8)	
Despesa pessoal/mês (em salários mínimos)				
< 1	77(50,0)	52(57,1)	25(39,7)	***0,095
1 a 2	53(34,4)	26(28,6)	27(42,9)	
3 e mais	24(15,6)	13(14,3)	11(17,5)	

Legenda: \*Salário mínimo(SM) R\$545,00; \*\*Teste Qui-quadrado de Pearson; \*\*\*Teste Qui-quadrado Exato de Fischer

Na tabela 2 apresenta-se os dados da vida acadêmica dos estudantes. Constatou-se para a amostra o predomínio da procedência do ensino médio de escola pública (52,6%), o mesmo sendo verificado para os anos em curso. A maioria dos estudantes ingressou no curso pelo vestibular (96,1%), o mesmo sendo observado para o início e final do curso.

Maior proporção da amostra frequentava o curso entre cinco a seis dias (79,2%), assim como, observou-se para a(o)s ingressantes e concluintes. Todavia, maior percentual da(o)s concluintes (97,8%) permanecia menor número de dias na escola em relação aos ingressantes (52,4%). Foram encontradas

diferenças proporcionais significantes entre dias na Escola e ano em curso ( $p=0,000$ ).

Os estudantes dedicavam-se as atividades acadêmicas predominantemente em dois turnos na Escola (55,9%). Entretanto, houve uma inversão nesta proporção entre os anos em curso, pois maior percentual dos ingressantes (68,1%) frequentava dois turnos e maior percentual dos concluintes (61,9%), um turno. Identificou-se diferenças proporcionais estatisticamente significantes entre os grupos ( $p=0,000$ ) (Tabela 3).

Constatou-se o predomínio da realização de atividade extraclasse para a amostra (94,2%), para o grupo dos ingressantes (95,6%) e dos concluintes

**Tabela 2.** Características da vida acadêmica

Características da vida acadêmica	Total 154(100%)	Ano em curso		<i>p</i> -value
		Ingressantes 91(50,1%)	Concluintes 63(40,9%)	
Procedência				
Escola pública	81(52,6)	47(51,6)	34(53,9)	0,077
Escola privada	73(47,4)	44(48,3)	29(46,0)	
Forma de Ingresso				
Vestibular	148(96,1)	88(96,7)	60(95,2)	0,475
Outra forma de ingresso	6(3,9)	3(3,3)	3(4,7)	
Dias no curso				
Até 2 dias	16(10,4)	2(2,2)	14(22,2)	0,000
4 dias	16(10,4)	0(0)	16(25,4)	
5 a 6 dias	122(79,2)	89(97,8)	33(52,4)	
Turnos dedicados às atividades do curso				
Um	68(44,2)	29(31,8)	39(61,9)	0,000
Dois	86(55,9)	62(68,1)	24(38,1)	
Atividade extraclasses				
Sim	145(94,2)	87(95,6)	58(92)	0,281
Não	9(5,9)	4(4,4)	5(7,9)	
Carga horária no semestre				
< 400	33(21,4)	2(2,2)	31(49,2)	0,000
≥ 400	121(78,6)	89(97,8)	32(50,8)	

Legenda: \*Teste Qui-quadrado Exato de Fischer; *p*-value obtido pelo Teste Qui-quadrado de Pearson

**Tabela 3.** Prevalência e *Odds ratio*

Seções do IPAQ: indicadores da prática de atividade física	Prev.(%)	Ano em curso		<i>p</i> -value	Odds ratio	Intervalo de Confiança 95%
		Ingressantes 91(59,1%) Prev.(%)	Concluintes 63(40,9%) Prev.(%)			
Atividade física no trabalho (n=81)				0,770(*)		
Ativo						
Sedentário	71(87,6)	39(88,6)	32(86,5)	0,702(*)	0,82	(0,31-2,90)
Atividade física como meio de transporte						
Ativo						
Sedentário	95(61,7)	55(60,4)	40(63,5)	0,400(**)	0,82	(0,31-2,90)
Atividade física em casa						
Ativo						
Sedentário	127(82,5)	77(84,6)	50(70,4)	0,527(**)	0,82	(0,31-2,90)
Atividade física no lazer, esporte e exercício						
Ativo						
Sedentário	89(57,8)	56(61,5)	33(52,4)		0,82	(0,31-2,90)
Insuficientemente ativo	39(25,3)	21(23,1)	18(28,6)			
Tempo gasto sentado				0,017(**)		
Ativo						
Sedentário	127(82,5)	81(89,0)	46(73,0)		0,13	(0,0 - 0,86)

Legenda: (\*)Teste Qui-Quadrado de Pearson; (\*\*)Teste Exato de Fisher

(92,1%), o que incluía a participação em grupos de pesquisa, atividades de extensão, coleta de dados para projetos de iniciação científica e atividades de trabalho de conclusão de curso.

Quanto a distribuição da carga horária no semestre predominou para a amostra (78,6%) e para os anos em curso a maior ou igual a 400 h distribuídas em atividades teóricas, visitas técnicas, estágios supervisionados em campo clínico e atividade curricular na comunidade. Contudo, verificou-se um declínio na carga horária vinculada a matrícula no final do curso. Percebeu-se que houve relação estatisticamente significante entre esta variável e o ano em curso ( $p=0,000$ ).

A tabela 3 mostra os indicadores de prática de atividade física de estudantes de graduação em enfermagem ingressantes e concluintes do curso de acordo com o ponto de corte estabelecido por seção pelo IPAQ.

Dos 154 estudantes, apenas 88 afirmaram realizar algum tipo de trabalho remunerado ou voluntário, destes 87,7% foram classificados como sedentários, sendo 88,6% de ingressantes e 86,5% de concluintes.

Na seção atividade física como meio de transporte, 61,7% de graduandos eram sedentários, sendo 60,4% de ingressantes e 63,5% de concluintes. Nas atividades físicas realizadas em casa o comportamento sedentário também foi observado, pois 82,5% não realizavam tarefas domésticas significativas, constando-se para ingressantes em relação aos concluintes, uma presença maior de sedentarismo.

Na seção atividade física no lazer, esporte e exercício 57,8% dos estudantes foram classificados como sedentários, sendo 61,5% ingressantes e 52,4% concluintes.

O tempo gasto sentado mostrou-se o indicador com maior percentual de sedentários. Dos 154 estudantes 96,1% apresentaram esse comportamento, sendo 89% ingressantes e 73% concluintes.

Em todas as seções do IPAQ, tanto a amostra como estudantes ingressantes e concluintes foram predominantemente classificados como sedentários. Não houve diferença estatisticamente significante entre os indicadores de prática de atividade física e o ano em curso, exceto para a seção tempo gasto

sentado em que observou-se maior predomínio de sedentária(o)s no grupo de ingressantes (89%) em relação ao grupo de concluintes (73%), ( $p=0,017$ ). A *odds ratio* seguiu a mesma direção

## Discussão

O presente estudo enfocou a prática de atividade física em uma população jovem, universitária e com predomínio do sexo feminino. A presença feminina no curso de Enfermagem, mesmo após a inserção de homens na profissão, ainda é prevalente.<sup>(11,12)</sup> Os limites dos resultados deste estudo estão relacionados ao delineamento transversal que não permite estabelecer relações de causa e efeito e a população do estudo ser proveniente de uma instituição de ensino superior.

O grupo estudado foi composto em sua maioria por estudantes solteiros e da cor negra, característica da cidade de Salvador que é a cidade com o maior número de afro descendentes fora da África. A renda prevalente foi a de três a cinco salários mínimos e a condição socioeconômica foi a C.

O padrão de atividade física entre estudantes que ingressaram e concluíram o curso mostrou que ambos os grupos são sedentários. Em estudo realizado com estudantes ingressantes de uma universidade do estado de Santa Catarina, região sul do Brasil, as mulheres apresentaram comportamento mais sedentário que os homens, sendo 17,4% delas inativas e 11,2% dos homens sedentários ( $p=0,016$ ).<sup>(6)</sup> Outro estudo mostrou que no domínio lazer apenas 18,3% dos homens eram fisicamente ativos e entre as mulheres a prevalência foi ainda menor (11,9%). Já no trabalho, 53,2% dos homens foram fisicamente ativos versus 33,9% das mulheres. Na seção deslocamento observou-se a mesma tendência sendo 14,2% dos homens fisicamente ativos e 9,6% das mulheres. O único domínio em que as mulheres mostraram-se mais ativas correspondeu as atividades domésticas (71,4% vs 1,7%). Esses dados refletem construções sociais onde os homens desde a infância envolvem-se em atividades de natureza desportiva e de intensidade vigorosa

enquanto as mulheres participam de atividade de lazer e de baixa intensidade.<sup>(13,14)</sup>

O predomínio da classe C neste estudo também pode ter contribuído para o aumento da prevalência da inatividade física entre os estudantes. Em estudo que avaliou a associação entre inatividade física e condição socioeconômica, a prevalência mais elevada de inatividade física no lazer recaiu também nas classes C e D.<sup>(14)</sup> Uma possível explicação para este comportamento é a falta de tempo, visto que o tipo de trabalho nessas classes é árduo e consome grande parte do tempo e a falta de locais públicos adequados para a prática de atividade física também contribuem para essa alta prevalência.<sup>(14,15)</sup>

O predomínio da inatividade física entre jovens universitários parece ser consequência de uma multiplicidade de fatores salientando-se o momento atual onde o mercado de trabalho, altamente competitivo, exige profissionais cada vez mais qualificados gerando, à medida que o curso de graduação avança a busca por atividades que facilitem esse ingresso. Os estudantes de enfermagem envolvem-se cada vez mais em atividades acadêmicas e extracurriculares conforme constatado pelo predomínio para os anos em curso de carga horária maior ou igual a 400 h e da realização de atividades extraclasses o que pode se constituir em um fator limitante para a prática de atividade física. Com o passar dos anos na graduação buscam direcionar suas atividades para as áreas que tem maior aptidão como estágios em hospitais, não priorizando a prática de atividade física, um componente imprescindível para a prevenção de doenças e manutenção da saúde. Outros aspectos relevantes podem ser as barreiras pessoais impostas pelos estudantes como a falta de dinheiro e companhia para a prática de atividade física, além da falta de motivação.<sup>(5,9,14)</sup>

A prevalência de sedentarismo na seção tempo gasto sentado para o primeiro ano talvez possa ser associada ao fato de que maior percentual da(o)s ingressantes permanecia maior número de dias na escola em relação a(o)s concluintes, bem como, a frequentava dois turnos e cumpria maior carga horária. Outro fator possivelmente associado ao alto tempo gasto sentado em ambos os grupos é a evolução tecnológica que propicia o gasto de boa parte do

tempo diante da televisão ou computador, também como ferramenta de trabalho e entretenimento, amplamente utilizada entre os jovens.<sup>(9)</sup>

O sedentarismo é um importante fator de risco para três das quatro classes das doenças crônicas não transmissíveis.<sup>(1,15)</sup> Sendo assim, a preocupação que surge diante destes resultados é quanto ao risco para o desenvolvimento dessas doenças entre jovens estudantes. É durante as duas primeiras décadas de vida que adquire-se e consolida-se os hábitos de vida que irão perdurar até a terceira idade. Observando-se que já nesse período, os jovens apresentam comportamento sedentário, a tendência é a de que esses hábitos se acentuem mais a cada década vivida permitindo o surgimento de doenças em idades precoces.<sup>(1,3,9)</sup>

Além disso, o predomínio do sedentarismo nos universitários estudados demanda a investigação de sua associação com outros fatores de risco cardiovascular considerando a contribuição da prática de atividade física para a redução dos níveis glicêmicos e pressóricos, a elevação do nível do HDL-colesterol, a baixa do peso corporal, reduzindo todas as causas de mortalidade.<sup>(3,16,17)</sup>

Os resultados obtidos apontaram, sobretudo, para a necessidade de orientações e estímulos à prática de atividade física ao longo do curso de graduação em enfermagem visando a sua valorização na vida cotidiana da(o)s estudantes. A alta prevalência do sedentarismo na(o)s concluintes do curso sugeriu que o processo de formação em enfermagem não logrou bons resultados na modificação do estilo de vida da(o)s estudantes. Os resultados trazem também a reflexão sobre a importância do desenvolvimento de competências no processo de formação acadêmica para que os futuros enfermeiros sejam capazes de estimular comportamentos saudáveis em pessoas que serão alvo dos seus cuidados profissionais.

## Conclusão

O padrão sedentário mostrou-se predominante para os grupos de estudantes ingressantes e concluintes do curso. Houve diferença estatisticamente signi-

ficante para tempo gasto sentado e ano em curso, com maior percentual para ingressantes.

## Colaborações

Pires CGS e Mussi FC contribuíram na concepção do projeto, análise e interpretação dos dados, redação do artigo, adequação às normas da revista e aprovação da versão final. Pitanga FJG contribuiu na coleta dos dados, concepção do projeto e aprovação da versão final. Cerqueira BB e Silva DO colaboraram na análise e interpretação dos dados e aprovação da versão final a ser publicada.



## Referências

1. World Health Organization. Global status report on noncommunicable diseases 2010. Geneva, World Health Organization, 2011.
2. Schmidt MI, Duncan BB, Silva GA, Menezes AM, Monteiro CA, Barreto SM, Chor D, Menezes PR. Health in Brazil 4. Chronic non-communicable diseases in Brazil: burden and current challenges. *Lancet*. 2011;377(9781):1949-61.
3. Freitas D, Rodrigues CS, Yagui CM, Carvalho RS, Marchi-Alves LM. Fatores de risco para hipertensão arterial entre estudantes do ensino médio. *Acta Paulista Enferm*. 2012;25(3): 430-4.
4. Tenório MC, Barros MV, Tassitano RM, Bezerra J, Tenório JM, Hallal PC. Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. *Rev Bras Epidemiol*. 2010;13(1):105-17.
5. Fontes AC, Vianna RP. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. *Rev Bras Epidemiol*. 2009;12(1):20-9.
6. Quadros TM, Petroski EL, Santos-Silva DA, Pinheiro-Gordia A. The prevalence of physical inactivity amongst Brazilian university students: its association with sociodemographic variables. *Rev Salud Pública*. 2009;11(5): 724-33.
7. Alves A, Marques IR. Fatores relacionados ao risco de doença arterial coronariana entre estudantes de enfermagem. *Rev Bras Enferm*. 2009; 62(6):883-8.
8. Martins MC, Ricarte IF, Rocha CH, Maia RB, Silva VB, Vera AB, Souza Filho MD. Pressão arterial, excesso de peso e nível de atividade física em estudantes de universidade pública. *Arq Bras Cardiol*. 2010;95(2):192-9.
9. Associação Brasileira de Empresas e Pesquisas. Critérios para levantamento de renda e classe social. 2010 [Internet]. [citado 2012 Jan 20]. Disponível em: <http://www.abep.org.br>.
10. World Health Organization. Interventions on diet and physical activity: what works. Summary report. Geneva: World Health Organization; 2009.
11. Pardini R, Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade E, Braggion G, Andrade D, Oliveira L, Figueira Jr A, Raso V. Validação do questionário internacional de nível de atividade física (IPAQ - versão 6): estudo piloto em adultos jovens brasileiros. *Rev Bras Ciênc Mov*. 2001; 9(3):45-51.
12. Barros AL, Vieira FS, Assis CC, Zeitoun SS. Alterações do nível pressórico e fatores de risco em graduandos de enfermagem. *Acta Paul Enferm*. 2009;22(6):773-8.
13. Picolotto E, Libardoni LF, Migott AM, Geib LT. Prevalência e fatores associados com o consumo de substâncias psicoativas por acadêmicos de Enfermagem da Universidade de Passo Fundo. *Ciênc & Saúde Coletiva*. 2010;15(3):645-54.
14. Duca GF, Rombaldi AJ, Knuth AG, Azevedo MR, Nahas MV. Associação entre nível econômico e inatividade física em diferentes domínios. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2009;14(2):123-31.
15. Chaves ES, de Araújo TL, Chaves DB, Costa AG, Oliveira AR, Alves FE. Children and adolescents with familiar history of high blood pressure: risk factors for cardiovascular diseases. *Acta Paul Enferm*. 2009;22(6):793-9.
16. Vancea DM, Vancea JN, Pires MI, Reis MA, Moura RB, Dib SA. Efeito da frequência do exercício físico no controle glicêmico e composição corporal de diabéticos tipo 2. *Arq Bras Cardiol*. 2009;92(1): 23-30.
17. Rossetti MB, Britto RR, Norton RC. Prevenção primária de doenças cardiovasculares na obesidade infantojuvenil: efeito anti-inflamatório do exercício físico. *Rev Bras Med Esporte*. 2009;15(6): 472-5.