

**Universidade Federal do Maranhão
Agência de Inovação, Empreendedorismo, Pesquisa,
Pós-Graduação e Internacionalização
Programa de Pós-Graduação em Educação Física
Mestrado Acadêmico**

PPGEF

**Programa de Pós-Graduação
em Educação Física - UFMA**

**ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER,
RELIGIÃO E FATORES SOCIOECONÔMICOS EM
TRABALHADORES DE UMA UNIVERSIDADE DO
NORDESTE BRASILEIRO**

Denilson de Menezes Santos

**São Luís
2024**

DENILSON DE MENEZES SANTOS

ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER,
RELIGIÃO E FATORES SOCIOECONÔMICOS EM
TRABALHADORES DE UMA UNIVERSIDADE DO NORDESTE
BRASILEIRO

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal do Maranhão para obtenção do título de Mestre(a) em Educação Física.

Área de Concentração: Biodinâmica do movimento humano

Linha de Pesquisa: Atividade física no contexto da saúde e da doença

Orientador: Prof. Dr. Emanuel Péricles Salvador

São Luís
2024

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Santos, Denilson de Menezes.

Associação entre atividade física no lazer, religião e fatores socioeconômicos em trabalhadores de uma universidade do nordeste brasileiro / Denilson de Menezes Santos. - 2024.

78 f.

Orientador(a): Emanuel Péricles Salvador.

Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-graduação em Educação Física/ccbs, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2024.

1. Atividade Física. 2. Religião. 3. Trabalhadores. 4. Universidade. 5. Renda. I. Salvador, Emanuel Péricles. II. Título.

DENILSON DE MENEZES SANTOS

ASSOCIAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA NO LAZER,
RELIGIÃO E FATORES SOCIOECONÔMICOS EM
TRABALHADORES DE UMA UNIVERSIDADE DO NORDESTE
BRASILEIRO

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal do Maranhão para obtenção do título de Mestre(a) em Educação Física.

A banca examinadora da dissertação de mestrado, apresentada em sessão pública, considerou o(a) candidato(a) aprovado(a) em: 13/12/2024.

Prof. Dr. Emanuel Pércles Salvador (Orientador)
Universidade Federal do Maranhão

Prof^a. Dr^a. Cinthya Walter (Examinador Interno)
Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Raimundo Nonato Assunção Viana (Examinador Externo)
Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Roberto Bianco (Examinador Externo)
Universidade CEUMA

Universidade Federal do Maranhão

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho antes de tudo e todos; a Deus, sem o qual sequer teria o dom da vida, e que tem me dado forças para superar cada etapa da carreira que me foi proposta enquanto peregrino neste mundo, aguardando com expectativa a pátria celestial e a vinda do meu Senhor Jesus Cristo.

Dedico aos meus pais; Genilson e Sheila, que sempre me deram o suporte necessário para a jornada que é vida, me incentivando a estudar desde a mais tenra idade, sendo pacientes, compreensivos e motivadores, mesmo nos dias em que parecíamos estar no vale da sombra da morte.

Dedico a todos os funcionários do Hospital Sarah-São Luís e a todos os neurologistas que me acompanharam. Sem vocês, jamais teria sobrevivido.

Dedico aos funcionários da UEB Josefina Serrão, que sempre foram compreensivos e solícitos, em especial à Alissoney dos Reis Diniz. Foi em nossas conversas durante o caminho que tive insights para essa dissertação, além de ser alguém que compreendia exatamente pelo que estava passando nos momentos em que tudo parecia desesperador.

Dedico este trabalho a cada um dos meus professores, do jardim de infância ao mestrado acadêmico. Sem vocês, jamais teria chegado até aqui.

Dedico este trabalho aos meus amigos Sonny Állan Silva Bezerra e Michele Maria de Oliveira Serra. Vocês são exemplos vivos de dedicação e brilhantismo.

Dedico também aos alunos da classe de jovens da 3ª IPI de São Luís. Obrigado por terem sido compreensivos comigo nesses anos, mesmo nas aulas em que não pude me preparar apropriadamente para ministrar.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Educação Física, em especial ao coordenador, o Prof. Dr. Almir Vieira Dibai Filho, pela solicitude, transparência e apoio durante estes 24 meses de mestrado.

Agradeço aos professores de todas as disciplinas obrigatórias e optativas, que contribuíram no processo de formação enquanto docente e para que esta dissertação tomasse a forma que tem hoje.

Agradeço ao meu orientador, o Prof. Dr. Emanuel Péricles Salvador, que tem me guiado na vida acadêmica desde o 3º período da graduação, quando sequer sabia o que e para que serviam as pesquisas de cunho epidemiológico, e aceitou o desafio de me orientar no mestrado em uma temática que não lhe era comum, advinda da curiosidade de um cristão que se interessou por estudos epidemiológicos e bioestatística.

RESUMO

Objetivo: Analisar a associação entre o nível de atividade física e religião em trabalhadores universitários.

Materiais e Métodos: A população alvo deste estudo foram os técnicos-administrativos e terceirizados do Campus Dom Delgado da Universidade Federal do Maranhão. No campus Dom Delgado. Este estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) com Certificado de Apresentação de Apreciação Ética de número 64532322.3.0000.5087 e parecer favorável de número 1.318.361, em consonância com o disposto na Declaração de Helsinki e a resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Os dados foram obtidos através do Mapa de Atividade Física e Saúde – MAFIS, questionário desenvolvido para o ambiente online com o propósito de avaliar o estilo de vida. Os servidores concursados que realizam trabalhos administrativos foram abordados via e-mail institucional e os terceirizados foram abordados de maneira presencial e através dos grupos de WhatsApp de cada setor do campus, recebendo o link de acesso ao questionário e as informações sobre a pesquisa. Foi utilizado o teste do Qui-quadrado de Pearson para averiguar possíveis associações entre a variável do desfecho principal com as variáveis do desfecho secundário. Por fim, foi montado um modelo de regressão logística binária tendo como variável dependente o nível de atividade física e como variáveis independentes todas as variáveis do desfecho secundário. Para verificar se as variáveis independentes impactaram o modelo, foi adotado o teste de Wald, com valores de p menores que 0,05 indicando a presença de impacto. Para avaliar a qualidade do modelo, foi calculado o teste de Hosmer e Lemeshow.

Resultados: Indivíduos sem religião e com maior renda têm mais chances de serem fisicamente ativos, independentemente da preferência para a prática de atividade física, o tempo dedicado a hobby, religião ou voluntariado, sexo ou idade.

Conclusão: Conclui-se que a atividade física no tempo livre apresentou associação inversa com a religião e associação positiva com a renda em trabalhadores universitários de uma comunidade acadêmica do nordeste brasileiro, independentemente de variáveis como preferências para prática de atividade física, tempo dedicado à religião, voluntariado e hobby, idade e sexo.

Palavras-chave: Atividade Física; Religião; Trabalhadores; Universidade; Renda.

ABSTRACT

Objective: *Analyze the association between the level of physical activity and religion in university workers.*

Materials and methods: *The target population of this study were the administrative and outsourced technicians of the Dom Delgado Campus of the Federal University of Maranhão. At the Dom Delgado campus. This study was submitted to the Ethics Committee for Research involving Human Beings of the Federal University of Maranhão (UFMA) with Certificate of Presentation of Ethical Appreciation number 64532322.3.0000.5087 and favorable opinion number 1,318,361, in accordance with the provisions of the Declaration of Helsinki and resolution no. 466/12 of the National Health Council. The data were obtained through the Physical Activity and Health Map – MAFIS, a questionnaire developed for the online environment with the aim of assessing lifestyle, in person and through WhatsApp groups in each sector of the campus, receiving the link to access the questionnaire and information about the research. Pearson's chi-square test was used to investigate possible associations between the main outcome variable and the secondary outcome variables. Finally, a binary logistic regression model was created with the level of physical activity as the dependent variable and all the variables of the secondary outcome as independent variables. In order to determine whether the independent variables impacted the model, the Wald test was adopted, with p-values lower than 0.05 indicating the presence of an impact. To assess the quality of the model, the Hosmer and Lemeshow test was calculated.*

Results: *Individuals with no religion and higher incomes are more likely to be physically active, regardless of their preference for physical activity, time spent on hobbies, religion or volunteering, gender or age.*

Conclusion: *It is concluded that physical activity in free time showed an inverse association with religion and a positive association with income among university workers in an academic community in northeastern Brazil, regardless of variables such as preferences for practicing physical activity, time dedicated to religion, volunteering and hobbies, age and sex.*

Keywords: *Physical Activity; Religion; Workers; University; Income.*

LISTA DE TABELAS

Tabela 1	Religiões estratificadas por renda.	26
Tabela 2	Características da amostra.	27
Tabela 3	Teste do Qui-quadrado de Pearson.	28
Tabela 4	Teste de multicolinearidade.	29
Tabela 5	Teste de Wald.	29
Tabela 6	Modelo de regressão logística binária.	30

LISTA DE SIGLAS

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

ICAR - Igreja Católica Apostólica Romana

OMS - Organização Mundial da Saúde

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TRVH - Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby

UFMA - Universidade Federal do Maranhão

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	13
2. OBJETIVO	19
3. HIPÓTESE	20
4. MATERIAIS E MÉTODOS	21
4.1. Aspectos éticos	21
4.2. Caracterização da população e amostra	21
4.3. Delineamento do estudo	22
4.4. Procedimento de coleta de dados	22
4.5. Análise estatística	24
5. RESULTADOS	26
6. DISCUSSÃO	31
7. CONCLUSÃO	39
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40
APÊNDICE 1. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	43
APÊNDICE 2. Artigo científico proveniente dessa dissertação nas normas do periódico Movimento	44
APÊNDICE 3: Scripts do RStudio para a Estatística Descritiva e Teste de Qui- quadrado	61
APÊNDICE 4: Script do RStudio para o modelo de regressão logística binária e seu respectivo teste de qualidade do modelo de Hosmer e Lemeshow	62
APÊNDICE 5: Saída do RStudio para a Estatística Descritiva e Teste de Qui- quadrado	64
APÊNDICE 6: Saída do RStudio para o modelo de regressão logística binária e seu respectivo teste de qualidade do modelo de Hosmer e Lemeshow	67
APÊNDICE 7: Questionário Mapa de Atividade Física e Saúde (MAFIS)	69

ANEXO 1. Comprovante de aprovação no comitê de ética em pesquisa da instituição.	
.....	76

1. INTRODUÇÃO

A atividade física em seu sentido clássico é compreendida como um movimento realizado pelo sistema musculoesquelético com gasto energético maior do que em situações de repouso, sendo sua prática benéfica para o ser humano tanto em seu aspecto físico como em seu aspecto emocional (PARADA *et al.*, 2023). Mas, para além disso, em se tratando dos seus contextos, é um movimento realizado de forma voluntária com um objetivo claro, seja no esporte, exercício ou outra área, apresentando quatro domínios: lazer, trabalho, deslocamento e doméstico (SALVADOR, 2014). A Organização Mundial da Saúde (OMS) estabelece que para alguém ser considerado fisicamente ativo ele deve atingir 150 minutos semanais de atividade física moderada ou 75 minutos de atividade vigorosa por semana (STRAIN *et al.*, 2024). Ding *et al.* (2016) aponta que a inatividade física é uma pandemia global e é causadora de não apenas morbidade e mortalidade, como também é um fardo econômico ao redor do mundo. Um exemplo é que de acordo com Kuenze *et al.* (2019), em 2013 apenas 51% dos adultos dos Estados Unidos relataram atender às diretrizes do Departamento de Saúde e Serviços Humanos do país.

Variáveis socioeconômicas como sexo, idade e renda (YUAN *et al.*, 2022), têm sido associadas com o nível de atividade física. Leite *et al.* (2024) destacam que mulheres e pessoas mais velhas apresentam sistematicamente menores níveis de atividade física. Baixos níveis de atividade física têm sido associado à renda. Bantham *et al.* (2020) apontam que populações de baixa apresentam menores níveis de atividade física por terem oportunidades desiguais para a prática, já que a renda é uma barreira para o acesso a instalações próprias para a prática de

atividade física como academias, dificultando o controle sobre os comportamentos de atividade física, já que não tem acesso a tais lugares.

Um fator que parece estar relacionado à atividade física e ao sedentarismo é a espiritualidade. As crenças, princípios e valores inerentes da espiritualidade e religiosidade podem interferir nas escolhas referentes ao estilo de vida, podendo direcionar escolhas, por exemplo, na atividade física nos momentos de lazer. Lucchese e Koenig (2013) conceituam religião como crenças, práticas e rituais que estão relacionadas com o transcendental, sendo que o transcendental pode ser entendido como Deus ou Poder Maior. Os mesmos autores identificam espiritualidade como aquilo ligado ao sagrado, ao transcendental, conectado ao sobrenatural e místico, podendo ou não estar ligado a uma religião, sendo um dos seis domínios da Qualidade de Vida (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1998). Um estudo realizado com latinos de Massachusetts apontou que homens com grande espiritualidade foram menos sedentários (SILFEE *et al.*, 2017). Já um estudo com universitários australianos mostrou que indivíduos com maior pontuação em práticas espirituais não convencionais apresentaram maior frequência em atividade física moderada (WATERS; DOYLE; FINLAY, 2017).

No Brasil, de acordo com o IBGE (2010), os grupos religiosos com a maior quantidade de adeptos são o catolicismo, protestantismo e o espiritismo. Na história do cristianismo tradicional, especialmente entre católicos e protestantes, o corpo, meio pelo qual a atividade física é realizada, foi objeto de estudo. Agostinho de Hipona e Tomás de Aquino foram as principais referências, sendo influenciados por Platão e Aristóteles, respectivamente. Aquino influenciou a ICAR e Agostinho os protestantes (CAMPOS JÚNIOR, 2019). Diante disso, é necessário compreender como as ideias desses filósofos gregos influenciaram esses teólogos cristãos.

Em Platão (2023), a alma é encarada como superior ao corpo. O corpo é visto como um obstáculo para que a alma encontre a verdade, sendo a alma enganada e induzida ao erro em sua busca, quando a faz através do corpo. Para o filósofo, a alma só pensa e raciocina melhor quando não perturbada por questões como os sentidos, a dor e o prazer corporal.

Aristóteles (2020) definia a alma como aquilo pelo qual o homem vive, percebe e discorre sobre, sendo ela a razão pelo qual o corpo existe. Para o filósofo grego, o corpo não passa de um instrumento para a alma, tendo ela como sua finalidade, ainda que para ele a alma não possa existir sem o corpo, divergindo de Platão (2023), em que a alma pode existir em si mesma, sendo separada do corpo na morte.

Agostinho defendia que havia certas atividades mais importantes que outras, vindo daí a ideia de que servir à Deus através da oração e da meditação nas Sagradas Escrituras é superior às atividades sociais diárias (CAMPOS JÚNIOR, 2019). A influência do pensamento platônico se manifesta nas atividades definidas como superiores serem atividades de cunho eminentemente intelectual.

Já Tomás de Aquino estabelece a ideia de dois pavimentos (superior e inferior): o pavimento superior seriam as atividades eclesiais, consideradas mais importantes do que as do pavimento inferior, que seriam as atividades não-eclesiais (CAMPOS JÚNIOR, 2019), com a influência aristotélica se percebendo no aspecto de superioridade, em que há um pavimento que é superior ao outro, mas que este que é superior não podendo existir sem que o outro também exista, assim como a alma é superior ao corpo, mas depende do próprio corpo.

Entretanto, Campos Júnior (2019) apresenta que surgiu uma corrente de pensamento alternativo no protestantismo do século 20, liderada por Francis

Schaeffer, defendendo que não há separação entre o sacro e o profano, logo qualquer atividade, seja intelectual ou física, deve ser para a glória de Deus. Wolff (2008) e Madureira (2017) defendem que palavras como espírito, alma, corpo e coração no Antigo Testamento se referem ao homem como um todo, mostrando que para os escritores israelitas não havia de forma nítida essa separação entre o que é material e o que é imaterial no ser humano. Wolff (2008) estabelece conceitos básicos para se compreender como os autores do Antigo Testamento compreendiam o corpo. Antes de tratar do conceito de corpo, é necessário entender como esses autores lidavam com o ser humano. Eles compreendiam o ser humano como um todo, e não um ser capaz de ser facilmente dividido. Quando um autor utilizava palavras como espírito, alma e corpo, ele não se referia a uma parte específica do ser humano. Era utilizado o conceito de “estereometria da expressão ideativa”, que é quando uma parte é utilizada para se referir ao todo, no campo da teologia. Diante desse conceito Wolff (2008) parte para entender o significado da palavra hebraica *basar*, traduzida comumente para o português por carne ou corpo, utilizada para expressar a ideia de efemeridade e fraqueza do ser humano, E utilizada apenas para se referir às criaturas e nunca ao Criador no Antigo Testamento.

Ainda que o Novo Testamento tenha sido escrito em grego koiné, os autores do Novo Testamento têm por base os pensamentos estabelecidos do Antigo Testamento, e não o pensamento helênico (WON, 2020). O conceito estereometria da expressão ideativa reverbera na carta aos Hebreus quando estabelece que apenas a Palavra de Deus é capaz de fazer a separação entre as partes que compõem o ser humano de acordo com o livro de Hebreus (BÍBLIA, 2000), tornando essa separação uma prerrogativa exclusivamente divina para os cristãos.

Entre os católicos também houve a mudança, que entendem que há a unidade entre corpo e alma e que o corpo também participa na dignidade da imagem de Deus (RATZINGER, 2005).

No Espiritismo, que surgiu em meados do século 19 através de um intelectual francês chamado Hippolyte-Léon Denizard Rivail, mais conhecido por seu pseudônimo Allan Kardec, o homem é composto por um espírito e por um corpo, sendo que o espírito apresenta primazia, por se tratar da parte principal, racional e inteligente, enquanto o corpo é visto como algo que reveste o espírito de maneira temporária enquanto este realiza seu trabalho da terra (COSTA; MOREIRA, 2023). Tal visão é similar ao dualismo defendida por Platão (2023) e à visão cristã tradicional presente em Agostinho e Tomás de Aquino.

Justificativa

A religiosidade é um tema importante na vida de muitos brasileiros. Além disso, a prática de atividade física como promotora de saúde tem ganhado cada vez mais relevância no país, com a publicação do Guia de Atividade Física para a população brasileira (BRASIL, 2021). Com o advento da Modernidade, deve-se considerar o que os religiosos que fazem parte de uma comunidade acadêmica pensam e como se relacionam com a atividade física, já que prática regular de atividade física ajuda a melhorar a força, composição corporal, funcionamento cardiorrespiratório e nas habilidades, como velocidade e flexibilidade (CASAS *et al.*, 2018). Além disso, entre os universitários, a prática de atividade física no lazer é apontada como um fator de redução da probabilidade de ter depressão e ansiedade (TOTI, 2019).

Em um estudo realizado por Chiarlitti e Kolen (2020) com padres da ICAR no Canadá, os participantes relataram que os benefícios à saúde são incentivadores

para a prática de atividade física, mas que ocupação, falta de conhecimento e problemas de saúde são barreiras para a prática regular de atividade física. Já em um estudo analisando a associação entre o ambiente físico das igrejas e a atividade física, Wende et al. (2020) chegaram ao resultado de que os elementos físicos das igrejas têm uma relação positiva com a motivação para a prática de atividade física. Além disso, o estudo realizado por Silfee et al. (2017) com latinos adultos que moram em Massachusetts apontou que as práticas espirituais estão inversamente associadas com o comportamento sedentário, principalmente em homens.

Moreira et al. (2020), ao realizarem uma revisão sistemática para averiguar o efeito da associação entre espiritualidade e religiosidade com atividade física na saúde, não encontraram nenhum estudo realizado no Brasil, e apenas um estudo no contexto universitário, mas apenas com estudantes. Diante disso, é necessário verificar se a religião está associada ou não com a prática de atividade física no lazer dos servidores concursados do setor administrativo e terceirizados de uma universidade brasileira.

2. OBJETIVO

2.1 Objetivo Geral.

Analisar a associação entre o nível de atividade física e religião em trabalhadores universitários.

2.2 Objetivos Específicos

Classificar o nível de atividade física dos trabalhadores universitários.

Caracterizar a amostra quanto ao sexo, religião e renda.

Averiguar as preferências para a prática de atividade física dos servidores.

Verificar se a renda, o sexo e a idade se associam com o nível de atividade física.

3. HIPÓTESE

H0: Não há associação entre nível de atividade física, religião e fatores socioeconômicos em trabalhadores no contexto universitário.

H1: Há associação entre nível de atividade física, religião e fatores socioeconômicos em trabalhadores no contexto universitário.

Hipótese Experimental: Espera-se que religiosos apresentem menos chance de serem fisicamente ativos, haja vista que a religião predominante no Brasil historicamente encarou as práticas corporais como atividades de menor valor.

4. MATERIAIS E MÉTODOS

4.1. Aspectos éticos

Este estudo utilizou dados oriundos do “CLUMPS-CLUBE MOVER PELA SAÚDE: Atratividade e efetividade de um aplicativo móvel de incentivo à prática de atividade física: estudo longitudinal em uma comunidade universitária”. Foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) com Certificado de Apresentação de Apreciação Ética de número 64532322.3.0000.5087 e parecer favorável de número 1.318.361, em consonância com o disposto na Declaração de Helsinki e a resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

4.2. Caracterização da população e amostra

A população alvo deste estudo foram os servidores concursados do setor administrativo e terceirizados do Campus Dom Delgado da Universidade Federal do Maranhão. No campus Dom Delgado, há 1112 concursados do setor administrativo e 150 trabalhadores terceirizados, totalizando 1262 indivíduos.

Como critério de inclusão foi adotado ser servidor concursado do setor administrativo ou terceirizado. Já como critérios de exclusão estar impossibilitado de praticar atividade física e ser docente.

Para o cálculo da amostra utilizou-se a fórmula do Cálculo do “n” para uma proporção populacional conhecida de Fontelles et al. (2020):

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}, \text{ onde: } n_0 = \left[\frac{z_{\alpha/2}}{E} \right]^2 \times P_0(1 - P_0)$$

Sendo:

N = Tamanho da população

n_0 = Valor aproximado do tamanho amostral

P_0 = Proporção amostral

E = Erro amostral

$z_{\alpha/2}$ = erro alpha de 0,05.

Assumiu-se um erro amostral de 10%, um valor de 1,96 para z e fez-se uso da proporção do estudo de Oliveira et al. (2020), que também estudou o nível de atividade física no lazer dos servidores da Universidade Federal do Maranhão, com o valor de 52,1%. Após o cálculo, chegou-se a um valor de n de 89 e após um acréscimo de 15% para eventuais perdas, tendo como valor final foi do cálculo amostral 102.

4.3. Delineamento do estudo

Trata-se de um estudo observacional de natureza transversal com uma amostra por conveniência.

4.4. Procedimento de coleta de dados

Os dados foram obtidos através do Mapa de Atividade Física e Saúde – MAFIS, questionário desenvolvido para o ambiente online com o propósito de avaliar o estilo de vida, já havendo sido utilizado no ambiente universitário por Oliveira et al. (2020). Para este estudo, os participantes responderam a 2 blocos de perguntas presentes no questionário: 1- Identificação; 2- Nível de Atividade.

No questionário de Identificação os participantes da pesquisa tiveram acesso ao TCLE, e respondiam às perguntas relativas à identificação pessoal, formas de

contato via e-mail ou WhatsApp, dados socioeconômicos, religião e questões relativas ao uso de aparelho celular.

Conforme o Apêndice 7, a idade foi mesurada se perguntando aos participantes qual era a sua data de nascimento e a renda perguntando-se qual era a renda familiar mensal, padrão similar ao de Yuan et al. (2022), com a diferença que os autores perguntaram a renda familiar anual. Além disso, quanto ao sexo, perguntou-se qual era o sexo (masculino ou feminino).

O bloco de nível de atividade física é composto por questões que avaliam a atividade física atual e habitual, potencial para mudança no nível de atividade física, autoeficácia e preferências para a prática de atividade física (PESTANA, 2021). Para fins de classificação quanto ao nível de atividade física através do MAFIS foi adotado o seguinte procedimento: a resposta de minutos diários de atividade física foi multiplicada pelo número de dias em que o indivíduo relatou praticar atividade física. A seguir, foi levado em consideração o tipo de atividade física. Indivíduos que relataram realizar atividades leves, moderadas ou um pouco dos dois tiveram seus minutos semanais multiplicados por 1. Já os que responderam realizar atividades vigorosas ou um pouco de atividade vigorosa e moderada tiveram seus minutos semanais multiplicados por 2, a fim de atender aos critérios da OMS (STRAIN *et al.*, 2024). Os que ficaram ao fim com 0 minutos semanais foram classificados como Inativos, os que ficaram entre 1 e 149 como Insuficientemente Ativos, os que ficaram entre 150 e 299 minutos como Ativos e os com 300 minutos ou mais como Muito Ativos.

Os servidores concursados que realizam trabalhos administrativos foram abordados via e-mail institucional, onde recebiam informações sobre a pesquisa, além do link para acessar o questionário, construído no *Google Forms*. Já os

terceirizados foram abordados de maneira presencial e através dos grupos de WhatsApp de cada setor do campus, recebendo o link de acesso ao questionário e as informações sobre a pesquisa. Ao acessarem o questionário, todos os participantes tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), dando continuidade à pesquisa apenas aqueles que concordaram com o termo.

Todos os dados dos participantes eram tabulados automaticamente em uma planilha gerada no *Google Sheets* após responderem o questionário.

4.5. Análise estatística

Desfecho principal: atividade física no lazer

Desfecho secundário: Religião, Tempo dedicado à Religião, Hobby e Voluntariado, Renda e Sexo.

Foi realizada uma análise descritiva dos dados, com a frequência relativa e absoluta da variável nível de atividade física (atinge ou não 150 minutos semanais de atividade física) e Religião, Tempo dedicado à Religião, Hobby e Voluntariado, Renda e Sexo.

Foi utilizado o teste do Qui-quadrado de Pearson para averiguar possíveis associações entre a variável do desfecho principal com as variáveis do desfecho secundário. Por fim, foi montado um modelo de regressão logística binária tendo como variável dependente o nível de atividade física e como variáveis independentes todas as variáveis do desfecho principal. Para avaliar se as variáveis independentes do modelo apresentavam alta multicolinearidade, foi realizado o teste VIF, com o padrão de que se o valor fosse acima de 9, a variável seria considerada como apresentando alta multicolinearidade (DAOUD, 2017). Com o propósito de averiguar se as variáveis independentes impactavam no modelo, o teste de Wald foi adotado (BEWICK; CHEEK; BALL, 2005), com valores de p menores que 0,05

indicando a presença de impacto. E para avaliar a qualidade do modelo, foi calculado o teste de Hosmer e Lemeshow (BEWICK; CHEEK; BALL, 2005).

Todos os testes, gráficos e a estatística descritiva foram realizados no software estatístico *RStudio*, versão 2024.04.2-764, que faz uso da linguagem R.

5. RESULTADOS

A amostra do estudo foi de 199 participantes, sendo 148 concursados do setor administrativo (74,3%) e 51 terceirizados (25,7%), que responderam tanto o questionário de Identificação quanto o de Atividade Física, não havendo ocorrido perdas de um questionário para o outro.

No que diz respeito à classificação quanto ao nível de atividade física, 37,2 % foram classificados como Inativos, 21,6% como Insuficientemente Ativos, 21,6% como Ativos e 19,6% como Muito Ativos. Já quanto a se identificar como pertencente à uma religião, 16,1% se identificaram como Sem Religião, 51,8% como Católicos, 24,1% como Protestantes/Evangélicos, 2% como Espíritas e 6% como pertencentes à Outras Religiões.

Levando-se em consideração as variáveis Renda e Religião que o catolicismo e o protestantismo são as religiões com maior número de adeptos nos estratos econômicos mais baixos conforme os dados da Tabela 1. Vale salientar que a maior parte dos que se identificam como não pertencente a qualquer religião foi encontrada com pessoas de até 5 salários-mínimos (tabela 1).

Tabela 1: Religiões estratificadas por renda

Religião	Renda	n
Catolicismo	Menos de 1 salário mínimo	6
	Entre 1 e 5 salários mínimos	49
	Entre 5 e 10 salários mínimos	40
	Entre 10 e 15 salários mínimos	8
Protestantismo	Menos de 1 salário mínimo	4
	Entre 1 e 5 salários mínimos	25
	Entre 5 e 10 salários mínimos	16

	Entre 10 e 15 salários mínimos	3
Espiritismo	Menos de 1 salário mínimo	1
	Entre 1 e 5 salários mínimos	1
	Entre 5 e 10 salários mínimos	1
	Entre 10 e 15 salários mínimos	1
Outra	Menos de 1 salário mínimo	7
	Entre 1 e 5 salários mínimos	2
	Entre 5 e 10 salários mínimos	3
	Entre 10 e 15 salários mínimos	0
Sem Religião	Menos de 1 salário mínimo	0
	Entre 1 e 5 salários mínimos	17
	Entre 5 e 10 salários mínimos	11
	Entre 10 e 15 salários mínimos	4

A Tabela 2 apresenta os dados socioeconômicos e comportamentais dos participantes, obtidos através do questionário de Identificação. De acordo com os dados da tabela, a maioria da amostra é do sexo feminino, não alcança as recomendações de pelo menos 150 minutos semanais de atividade física, recebe até 5 salários-mínimos e não dedica tempo para TVRH ou até duas horas. Além disso, a idade mínima encontrada foi de 24 anos e a maioria da amostra se concentra entre 24 e 49 anos.

Tabela 2: Características da amostra

Variáveis	Categorias	n	%
Nível de AF no Lazer	Não alcança as recomendações	113	56,8
	Alcança as recomendações	86	43,2
Religião	Com Religião	167	83,9
	Sem Religião	32	16,1
Preferência para AF	Outras atividades	118	59,3

	Musculação	81	40,7
Renda	Menos de 1 salário mínimo	11	5,5
	Entre 1 e 5 salários mínimos	99	49,7
	Entre 5 e 10 salários mínimos	72	36,2
	Entre 10 e 15 salários mínimos	17	8,5
TRVH	Não dedico tempo a isso	84	42,2
	Até 2 horas	75	37,7
	Entre 2 e 4 horas	26	13,1
	4 horas ou mais	14	7
Sexo	Feminino	117	58,8
	Masculino	82	41,2
Idade	Entre 24 e 39 anos	91	45,7
	Entre 40 e 49 anos	62	31,2
	Entre 50 e 59 anos	31	15,6
	60 anos ou mais	15	7,5

Legenda: AF = Atividade Física; TRVH = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby

Quanto à associação com a variável de desfecho, apenas as variáveis Religião e Renda apresentaram um valor de p menor a 0,05 no teste de Qui-quadrado. A seguir, os dados da Tabela 3 com os valores do teste do Qui-quadrado de Pearson.

Tabela 3: Teste do Qui-quadrado de Pearson

Variáveis	p
Religião	0,005
Renda	0,001
TRHV	0,091
Preferência para AF	0,019
Idade	0,162
Sexo	0,456

Legenda: AF = Atividade Física; TRVH = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby

O resultado dos valores de VIF indicaram que nenhuma das variáveis incluídas no modelo de regressão logística binária apresentaram alta multicolinearidade, já que nenhum dos valores foi superior a 5, conforme a Tabela 4.

Tabela 4: Teste de multicolinearidade

Variável	VIF
Religião	1,157658
Renda	1,049752
Preferência	1,086222
TRHV	1,122170
Idade	1,105399
Sexo	1,044063

Legenda: TRHV = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby

Quanto ao impacto na variável dependente, apenas Religião e Renda apresentaram tal característica, conforme o teste de Wald, apresentado na Tabela 7.

Tabela 5: Teste de Wald

Variável	p
Religião	0,009
Renda	0,001
Preferência	0,234
TRHV	0,144
Idade	0,987
Sexo	0,420

Legenda: TRHV = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby

De acordo com o modelo de regressão da Tabela 6, indivíduos sem religião e com maior renda têm mais chances de atingirem as recomendações para a prática de atividade física, independentemente do TRHV, da preferência para AF e o Sexo. Além disso, o modelo apresentado na Tabela 8 é um bom modelo, já que o valor do teste de Hosmer e Lemeshow foi de 0,507. A seguir, os dados da Tabela 6.

Tabela 6: Modelo de regressão logística binária

Variável	p	OR	IC 95%
Religião	0,009	3,213	1,330 - 7,758
Renda	0,001	2,058	1,319 – 3,212
Preferência AF	0,234	0,681	0,362 – 1,281
TRHV	0,144	1,298	0,914 – 1, 843
Idade	0,987	0,999	0,969 – 1,030
Sexo	0,420	1,289	0,694 – 2,395
Intercept	0,234	0,192	0,040 – 0,922

Legenda: AF = Atividade Física; TRHV = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby

Na variável Religião, os valores do OR indicam que indivíduos sem religião apresentam 3,213 vezes mais chance de atingirem as recomendações quando comparados aos que tem religião. Já na variável Renda, foi encontrado um p de tendência, que indica que à medida que se avança uma categoria de renda, o indivíduo tem 2,058 mais chances de atingir as recomendações. A variável Renda se comportou como promotora para a prática da atividade, já que à medida em que a renda aumenta, maior é a chance de se praticar. Já quanto à variável Religião, o que se mostrou como fator promotor foi justamente a ausência do comportamento, já que são os indivíduos sem religião que apresentam mais chance de atingirem as recomendações. Quanto às demais variáveis, não foram nem promotoras nem protetoras quanto à prática de AF, já que seus valores de p foram maiores que 0,05 e seus Intervalos de Confiança para o Odds Ratio abarcaram o número 1, servindo apenas como variáveis de ajuste para o modelo.

6. DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi analisar a associação entre atividade física, religião e fatores associados em servidores. Os achados deste estudo apontaram que indivíduos sem religião e com maior renda têm mais chances de serem fisicamente ativos, independentemente da preferência para a prática de atividade física, o tempo dedicado a hobby, religião ou voluntariado, sexo ou idade.

Os resultados revelaram uma maior prevalência de mulheres, indivíduos com até 10 salários-mínimos e indivíduos que não atingiram as recomendações para a prática de atividade física no lazer. No estudo conduzido por Oliveira et al. (2020) com dados coletados antes da pandemia de COVID-19, as mulheres apresentaram uma prevalência similar à encontrada neste estudo (58,9%), houve uma prevalência de indivíduos com até 10 salários-mínimos (84,8%) mas com uma prevalência maior de fisicamente ativos em sua amostra. A concordância na maior prevalência de mulheres e na renda com os resultados de Oliveira et al. (2020) podem ser explicadas pela estabilidade de carreira no funcionalismo público, já que a maior parte constituinte da amostra deste estudo foi composta por servidores e o estudo realizado por Oliveira et al (2020) foi realizado na mesma instituição de ensino superior com dados coletados há 6 anos. Já a divergência quanto à prática de atividade física pode ser um reflexo da pandemia de COVID-19.

Entre as categorias estabelecidas neste estudo, a idade mínima encontrada foi de 24 anos e a categoria com maior prevalência foi a de entre 24 e 39 anos. Os dados vão de encontro aos de Castilho et al. (2023), ao estudarem servidores técnico administrativos em uma universidade do sul de Tocantins, onde encontraram

uma maior prevalência na faixa de idade entre 25 e 40 anos, similares aos deste estudo.

Castilho et al. (2023), encontraram uma prevalência muito baixa de indivíduos com mais de 10 salários-mínimos (3,8%). Embora neste estudo a prevalência de pessoas com mais de 10 salários tenha sido maior (8,5%), os valores indicam que ao menos no contexto de servidores técnico-administrativos, a faixa renda parece ser composta em sua maioria por até 10 salários-mínimos.

Os dados descritivos quanto à religião vão de encontro aos encontrados no censo publicado pelo IBGE (2010), em que a religião cristã, e em especial o catolicismo, é a com o maior número de adeptos. Além disso, concorda com os achados de Paixão et al. (2023), que ao realizar um estudo sobre conhecimento sobre a COVID-19 com estudantes e servidores universitários de uma universidade pública federal, encontrou um maior valor percentual de católicos e protestantes em relação à espíritas, praticantes de religiões de matriz africana ou de outras religiões, resultados similares ao deste estudo, com o adendo de que mesmo os valores percentuais de indivíduos que se identificaram como sem religião foram bem similares. Enquanto neste estudo o valor foi de 16,1%, no estudo de Paixão et al. (2023) o valor achado foi de 16,4%.

Faz-se necessário destacar que em um país como o Brasil, onde a maior parcela dos integrantes com menor poder aquisitivo são compostos de pretos e pardos, a maior prevalência religiosa entre indivíduos com menos de um salário-mínimo e entre 1 e 5 salários mínimos não foi de uma religião de matriz africana, e sim de católicos, seguidos por evangélicos. O resultado de maior prevalência de católicos era esperado já que historicamente sempre foi o grupo majoritário, mas a presença de evangélicos com a segunda maior prevalência entre os terceirizados,

grupo com menor renda neste estudo, pode ser um reflexo do crescimento dos protestantes/evangélicos nas periferias. Pedrosa (2021), aponta que o neopentecostalismo tem uma hibridização com as religiões de matriz africana como a umbanda e candomblé. Essa hibridização pode ser um fator que contribua para que a população de baixa renda se identifique como evangélicos em um país notoriamente cristão.

Waters, Doyle e Finley (2017) ao pesquisarem universitários australianos, reportaram que foram os com práticas espirituais não convencionais que apresentaram maior frequência de atividade física moderada. Neste estudo, os resultados da regressão logística mostraram que foram os indivíduos sem que apresentaram mais chance de atingirem as recomendações, o que reforça os achados de Waters, Doyle e Finley (2017), no sentido de as práticas espirituais convencionais no contexto brasileiro, podem ser uma barreira para a prática de atividade física. Embora a população alvo deste estudo tenha sido diferente, servidores do setor administrativo e terceirizados, esse pode ser um indicativo de que os religiosos inseridos no ambiente universitário, sejam eles estudantes ou trabalhadores, podem ter dificuldade em serem fisicamente ativos.

Tal dificuldade pode ter origem do campo de vista dogmático, já que Campos Júnior (2019) apontou o pensamento platônico e aristotélico exerceu influência sobre teólogos como Agostinho e Tomás de Aquino, além de que o dualismo platônico pode ser observado no Espiritismo a partir do que Costa e Moreira (2023) apresentam sobre como tal grupo encara a relação entre espírito e corpo.

De acordo com Silva (2014), havia similaridades entre o modo de pensar do apóstolo Paulo com os pensadores estóicos, ao analisar o discurso de Paulo no Aerópago retratado no livro de Atos dos Apóstolos, tais como a crença na divindade

e no exercício da virtude, além da doutrina do Logos apresentada na carta aos Colossenses e no evangelho de João, que serviu de base para a defesa da divindade de Jesus. Portanto, não é de se surpreender que os religiosos brasileiros, em sua maioria de tradição cristã, pareçam encarar a questão das práticas corporais sob uma perspectiva similar à de Platão (2023) e Aristóteles (2020) quando há pontos comuns entre a filosofia grega e o cristianismo, vendo-as como de menor valor quando comparadas às atividades mais claramente religiosas. Nessa perspectiva, ações como meditação e oração, atividades de cunho predominantemente intelectual, valorizadas por Agostinho de Hipona, se assemelham mais à forma descrita por Platão (2023) no que diz respeito a como a alma deveria proceder em sua busca pela verdade, do que, por exemplo, jogar futebol. Ainda que em atividades eclesiais faça-se uso do corpo, ele seria apenas um instrumento para uma determinada finalidade, aproximando-se assim da linha de pensamento defendida por Aristóteles (2020), encarando o corpo como um instrumento da alma. Logo, ter uma visão holística como a de Schaeffer (2010), parece menos distante da realidade quando se é mais óbvio associar atividades do intelecto como mais próximas às de sua religião.

Wende et al. (2020) encontraram que a estrutura física das igrejas cristãs favorecia a prática de atividade física. Embora no modelo de regressão logística não haja uma variável focada na estrutura física de templos religiosos, pode-se inferir que a realidade encontrada pelos pesquisadores no contexto de igrejas dos Estados Unidos da América diverge da realidade brasileira, já que se identificar como religioso foi um fator protetor para a prática de atividade física quando comparado a que não é religioso. Se a estrutura física das igrejas fosse um promotor da atividade no contexto brasileiro, provavelmente o resultado do OR do modelo de regressão

teria sido o inverso do que foi apresentado, já que a maior parte da amostra foi composta de católicos romanos e protestantes/evangélicos.

Mcleod et al. (2024) analisaram 44 estudos de revisão e encontraram que o treinamento resistido promove o aumento da hipertrofia muscular, força e função física de adultos em condições saudáveis. Em uma revisão que estudou os fatores motivacionais relacionados à prática da musculação, Lima Júnior e Santos (2022) destacam como aspectos motivacionais a perda de peso, estética e condicionamento físico, entretanto, aspectos como preguiça, desânimo e falta de tempo são apontados como fatores que levam à desistência da prática. Neste estudo, a musculação foi apontada como a primeira opção na escolha do tipo de atividade física, provavelmente motivados pelos benefícios da prática, ligados à saúde e estética. Entretanto, no modelo de regressão logística ser fisicamente ativo independeu de preferir fazer musculação ou outra prática de atividade física. Uma possível razão para isso seja a falta de tempo, já que a maior parte da amostra foi composta por terceirizados, que apresentam uma jornada de trabalho maior. Além disso, o número elevado de indivíduos inativos insuficientemente ativos foi maior tanto em técnico-administrativos como em terceirizados, indicando que apesar de indicarem como primeira opção para a prática de atividade física a musculação, tais indivíduos não conseguem aderir à prática, não ocorrendo assim uma mudança de comportamento.

A renda é um fator reconhecidamente associado à atividade física. Liu et al. (2022) destacam que os modelos a desigualdade de rendimentos parece ser um determinante quanto à prática insuficiente de atividade física e saúde precária. Ao realizarem uma revisão sistemática Stalsberg e Pedersen (2018) encontraram uma associação positiva entre atividade física no tempo livre e status socioeconômico e

que indivíduos de baixa renda apresentam menos recursos para direcionar para atividades de lazer. Dong e Liu (2022) realizaram um estudo com mais de 2000 participantes em seis províncias do leste da China. Ao realizarem um modelo de regressão logística, os autores encontraram que a renda apresentou associação positiva com a atividade física. Os achados deste estudo reforçam os encontrados por Dong e Liu (2022) ao estudarem adultos, já que no modelo de regressão o p de tendência indicou que à medida que a renda aumenta, maiores são as chances de se praticar atividade física.

Neste estudo, a variável sexo apresentou um comportamento distinto do esperado, já que no modelo de regressão logística não houve associação. Tal diferença no comportamento de uma mesma variável pode ser explicada justamente pela renda. Stalsberg e Pedersen (2018) ao analisarem os resultados de 26 estudos, encontraram que em se tratando de atividade física no tempo livre, a relação entre status socioeconômico e renda se manteve o tanto para homens como para mulheres. Os achados deste estudo e os resultados de Stalberg e Pedersen podem ser um indicativo de que a renda é um fator mais determinante em se tratando de atividade física no tempo livre.

López-Bueno et al. (2020), ao realizarem um estudo com trabalhadores universitários na Espanha, encontraram uma associação entre nível de atividade física com as variáveis sexo e idade, indicando que homens apresentaram mais minutos semanais do que as mulheres e que houve diferenças significativas entre as faixas etárias. No presente estudo, o modelo de regressão logística apontou que a variável idade não estava associada com o nível de atividade física no lazer com o aumento da idade. Uma possível explicação para essa diferença é que o estudo de López-Bueno et al. (2020) tratou os dados de nível de atividade física, ao associá-los

com a variável idade, não os classificou em atingir ou não uma determinada classificação quanto aos indivíduos estarem ou não fisicamente ativos, já que realizaram testes t de Student para amostras independentes e análises de variância unidirecional. Quanto à variável sexo e sua associação com os minutos semanais de atividade física no lazer, os resultados também divergiram dos de López-Bueno et al. (2020). Outra possível explicação é que a renda não fez parte das análises de López-Bueno et al. (2020), apenas o vínculo com a instituição, não apresentando associação. Neste estudo, a renda e o vínculo apresentaram resultados significativos.

A primeira limitação deste estudo é o fato do seu delineamento ser transversal. Entretanto, os achados podem servir como justificativa para estudos longitudinais com trabalhadores universitários no Brasil, com o propósito de verificar o comportamento da variável religião em relação ao nível de atividade física ao longo do tempo na população alvo.

Uma segunda limitação é não ter sido possível medir a religiosidade dos participantes. Em estudos futuros, o nível de religiosidade quanto às crenças e práticas dos participantes pode ser pesquisado a fim de verificar se há diferença no comportamento da atividade física quanto ao engajamento dos participantes em relação às crenças e práticas religiosas.

Uma terceira limitação é que quanto à renda, foi-se perguntado apenas a renda familiar mensal. Estudos futuros podem abordar outros fatores ligados à renda e a dinâmica familiar.

Um ponto positivo deste estudo é ter mensurado a atividade com um questionário já pensado para o ambiente online, um ambiente cada vez mais presente pós pandemia de COVID-19.

O segundo ponto positivo é que dada a escassez de estudos no Brasil sobre atividade física e religiosidade entre trabalhadores universitários, este estudo pode fomentar um crescimento nas pesquisas nessa temática e nessa parcela da população.

Os dados encontrados servem como um indicativo da necessidade de atividades voltadas para a promoção da prática de atividade física voltada para os que trabalham nas universidades, já que a maioria dos participantes dessa pesquisa não atingiram as recomendações para a prática de atividade física no lazer estabelecidos pela OMS, focando nos grupos que apresentaram menor probabilidade de alcançarem as recomendações (religiosos e trabalhadores com menor poder aquisitivo).

7. CONCLUSÃO

Conclui-se que a atividade física no tempo livre foi associada inversamente associada com ser religioso e positivamente associada a renda familiar mensal em trabalhadores universitários de uma universidade do nordeste brasileiro, independentemente de variáveis como preferências para prática de atividade física, tempo dedicado à religião, voluntariado e hobby, idade e sexo. Estudos futuros podem averiguar mais a fundo se o dualismo platônico e aristotélico, presente nos principais grupos religiosos do contexto brasileiro, é diretamente responsável pela associação inversa entre atividade física e ser religioso, ou se tal associação inversa foi causada por outro fator.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ARISTÓTELES. LIVRO II. In: ARISTÓTELES. **Da Alma**. 1ª edição. LeBooks, 1996, 36-58.
- BANTHAM, A.; ROSS, S.E.T.; SEBASTIÃO, E.; et al. Overcoming barriers to physical activity in underserved populations. **Progresse in Cardiovascular Diseases**, v. 64, p. 64-71, 2020.
- BEWICK, V.; CHEEK, L.; BALL, J. Statistics Review 14: Logistic Regression. **Critical Care**, v. 9, n. 1, p. 112-118, 2005.
- BRASIL. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira**. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção à Saúde. Brasília: Ministério da Saúde. 2021. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: 13 mai. 2022
- BÍBLIA. **Hebreus**. In: Bíblia Sagrada: nova versão internacional. Tradução da comissão de tradução da Sociedade Bíblica internacional. São Paulo: Sociedade Bíblica Internacional, 2000. p. 934-942.
- CASAS, R.C.R.L.; BERNAL, R.T.I; JORGE, A.D.O.; et al. Fatores associados à prática de atividade física na população brasileira-Vigitel 2013. **Saúde em Debate**, v. 42, p. 134-144, 2018.
- CASTILHO, A.S., BARBOSA, A.P.B., MARINHO, V.L., et al. Qualidade de vida em servidores técnico administrativos: um estudo em uma Universidade do sul do Tocantins. **Revista Amazônia Science & Health**. V. 111, n. 1, p. 24-35, 2023.
- CAMPOS JÚNIOR, H. C. D. A Dicotomia Moderna. In: CAMPOS JÚNIOR, H. C. D. **Amando a Deus no mundo: por uma cosmovisão reformada**. Fiel, 2019, p 1901-2414.
- CHIARLITTI, N. A.; KOLEN, A. M. Exploring supports and barriers to physical activity in Catholic priests. **The Journal of Primary Prevention**, v. 41, n. 4, p. 317-329, 2020.
- COSTA, M.D.A; MOREIRA-ALMEIDA, A. Terapia cognitivo-comportamental adaptada à religiosidade: um guia prático para os pacientes adeptos ao espiritismo, v. 13, p. 1-24, 2023.
- DAOUD, J.I. Multicollinearity and regression analisys. **Journal of Physics: Conference Series**, v. 949, n.1, p. 012009, 2017.
- DING, D.; LAWSON, K.D.; KOLBE-ALEXANDER, T.L.; et al. The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. **The Lancet**, [S.L.], v. 388, n. 10051, p. 1311-1324, set. 2016. Elsevier BV. [http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736\(16\)30383-x](http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736(16)30383-x).
- DONG, J.; LIU, W. Association of Physical Activity Level, Income and Environmental Factors Among Chinese Adults. **Frontiers in Public Health**. v. 10, n. 946756, p. 1-5, 2022.
- FEE, G. D.; STUART, D. **Entendes o que lê?: um guia para entender a Bíblia com auxílio da exegese e da hermenêutica**. Vida Nova, 2011.
- FONTELLES, M. J.; SIMÕES, M.G.; ALMEIDA, J.C.D.; et al. Metodologia da pesquisa: diretrizes para o cálculo do tamanho da amostra. **Revista Paraense de Medicina**, v. 24, n. 2, p. 57-64, 2020.
- IBGE. **Brasil em Síntese**. 2010. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pesquisa/23/22107>. Acesso em: 09 fev. 2022.
- KUENZE, C.; LISEE, C.; PFEIFFER, K.A.; et al. Sex differences in physical activity engagement after ACL reconstruction. **Physical Therapy In Sport**, [S.L.], v. 35, p. 12-17, jan. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ptsp.2018.10.016>.

- LEITE, G.S.; ALVES, C.P.D.L.; LEÃO, O.A.D.A; et al. Gender, Ethnicity, and Socioeconomical Inequalities in Physical Activity Througouth the Life Course: A Sistematic Review of Cohort Studies. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 21, p. 1276-1285, 2024.
- LIMA JÚNIOR, L.C., SANTOS, L.G.G. Fatores motivacionais que levam à prática de musculação. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**. v. 10, n. 30, p. 42-56, 2022.
- LÓPEZ-BUENO, R.; SMITH, L.; ANDERSEN, L.L.; et al. Association between physical activity and sickness absenteeism in university workers. **Ocupational Medicine**. v. 70, n. 1, p. 24-30, 2020.
- LIU, W.; Dostdar-Rozbahani, A.; Tadayon-Zadeh, F.; et al. Association of Physical Activity Level, Income and Environmental Factors Among Chinese Adults. **Frontiers in Public Health**. v. 10, n. 937196, p. 1-4, 2022.
- LUCCHESI, F. A.; KOENIG, H. G. Religion, spirituality and cardiovascular disease: research, clinical implications, and opportunities in Brazil. **Brazilian Journal of Cardiovascular Surgery**, v. 28, p. 103-128, 2013.
- MARQUES, L. F.; AGUIAR, A. P. A. Instrumentos de mensuração da religiosidade/espiritualidade (R/E) e seus construtos. **Revista Pistis Praxis**, v. 6, n. 1, p. 107-126, 2014.
- MCLEOD, J.C.; CURRIER, B.S.; LOWISZ, C.V.; et al. The influence of resistance exercise training prescription variables on skeletal muscle mass, strength, and physical function in healthy adults: An umbrella review. **Journal of sport and health science**. v. 13, n. 1, p. 47-60, 2024.
- MOREIRA, W.C.; NÓBREGA, D.P.S.D.S.; LIMA, F.P.S.; et al. Efeitos da associação da espiritualidade, religiosidade e atividade física na saúde/saúde mental: uma revisão sistemática. **Revista da Escola de Enfermagem USP**. v. 54, p. e03631, 2020.
- OLIVEIRA, E.S.D.; COSTA, C.V.D.B; SOUZA, S.A.R.D; et al. Pensar, gostar e considerar importante a prática de atividade física aumentam as chances de ser ativo no lazer? **Medicina (Ribeirão Preto)**, v.53, n. 4, p. 430-437, 2020.
- PAIXÃO, M. E. D. S.; SILVA, M. E. F.; NUNES, E. M.; et al. Conhecimento de estudantes e servidores universitários sobre a Covid-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**. v. 3, n. 8, p 1-11, 2023.
- PARADA, L.; ABUD, C.D.O.; HENRIQUE, S.D.; et al. Prática de atividade física em ambientes naturais: um direito fundamental. **UNISANTA Law and Social Science**, v. 12, n.1, p. 219-232, 2023.
- PEDROSA, S. Cristianismo evangélico, sociedade violenta e periferia no Rio de Janeiro: algumas considerações. **Aisthesis**. n. 70, p. 475-491, 2021.
- PESTANA, Ezequias Rodrigues. **Criação de um aplicativo para avaliar e propor intervenções em atividade física do tipo “Gamificação” – CLUMPS**. 2022. 106 f. Tese (Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Biotecnologia - RENORBIO/CCBS, Educação Física, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2022. Disponível em: <https://tedebc.ufma.br/jspui/handle/tede/tede/3849>. Acesso em: 13 out. 2022.
- PLATÃO. **FÉDON (ou Da Alma)**. 1ª edição. Textos para Reflexão, 2023, 122 p.
- RATZINGER, J. (Vaticano). Vaticano (org.). **Catecismo da Igreja Católica: compêndio**. Compêndio. 2005. Disponível em: https://www.vatican.va/archive/compendium_ccc/documents/archive_2005_compendium-ccc_po.html#CREIO%20EM%20DEUS%20PAI. Acesso em: 03 ago. 2022.

- SALVADOR, E. P. Propagando a atividade física parte 1: entendendo os conceitos para ampliar sua promoção na atenção básica.. **Corpoconsciência**, v. 18, n. 1, p. 2-6, 2014.
- SCHAEFFER, F. A arte e a Bíblia. In: SCHAEFFER, F. **A Arte e a Bíblia**. 1ª edição. Ultimato, 2010, p. 6-23.
- SILFEE, V. J.; HAUGHTON, C.F.; LEMON, S.C.; et al. Spirituality and physical activity and sedentary behavior among latino men and women in Massachusetts. **Ethnicity & Disease**, v. 27, n. 1, p. 3, 2017.
- SILVA, F. J. D. O discurso de Paulo em Atenas, encontro entre fé cristã e filosofia grega. **Revista Helius**, v. 1, n. 1, p. 15-26, 2013.
- STALSBERG, R.; PEDERSEN, A. V. Are Differences in Physical Activity across Socioeconomics Groups Associated of Choice of Physical Activity Variables to Report?. **International Journal of Environmental Research and Public Health**. v. 15, n. 5, p. 1-23, 2018.
- STRAIN, T.; FLAXMAN, S.; GUTHOLD, R.; et al. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5·7 million participants. **The Lancet Global Health**. V. 12, n. 8, p. e1232-e1243, 2024.
- TCYMBAL, A.; DEMETRIOU, Y.; KELSO, A.; et al. Effects of the built environment on physical activity: a systematic review of longitudinal studies taking sex/gender into account. **Environmental Health And Preventive Medicine**, [S.L.], v. 25, n. 1, p. 1-25, 27 nov. 2020. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1186/s12199-020-00915-z>.
- TOTI, T. G.; BASTOS, F. A.; RODRIGUES, P. F. Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física. **Revista Saúde Física & Mental-ISSN 2317-1790**, v. 6, n. 2, p. 21-30, 2019.
- WATERS, E. K.; DOYLE, Z.; FINLAY, E. Spirituality/Religiosity (SpR), leisure-time physical activity, and sedentary behaviour in students at a catholic university. **Journal of religion and health**, v. 57, n. 3, p. 869-882, 2018.
- WENDE, M. E.; KACZYNSKI, A.T.; BERNHART, J. A.; et al. Objective Church Environment Audits and Attendee Perceptions of Healthy Eating and Physical Activity Supports within the Church Setting. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 10, p. 3598, 2020.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (Genebra). **A glossary of terms for community health care and services for older persons**. WHO, 2004.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (Genebra). **Health Promotion Glossary**. WHO, 1998. Disponível em: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/WHO-HPR-HEP-98.1>. Acesso em: 05 set. 2023.
- WOLFF, H. W. **Antropologia do antigo testamento**. Editora Hagnos, 2008.
- WON, P. O Novo Testamento e seu contexto greco-romano. In: WON, P. **E Deus falou na língua dos homens: uma introdução à Bíblia**. Thomas Nelson Brasil, 2020, p. 263-282.
- YUAN, Y.; LI, J.; FU, P.; et al. Association between physical activity and falls among older adults in rural China: are there gender and age related differences? **BMC Public Health**, v. 22, n. 1, p. 356-366, 2022.

APÊNDICE 1. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Convidamos você a participar da pesquisa intitulada “CLUMPS-CLUBE MOVER PELA SAÚDE: Atratividade e efetividade de um aplicativo móvel de incentivo à prática de atividade física: estudo longitudinal em uma comunidade universitária”, realizada pelo professor Dr. Emanuel Péricles Salvador, docente do Departamento de Educação Física da Universidade Federal do Maranhão- (UFMA) e seus orientandos de mestrado Michele Maria de Oliveira Serra e Denilson de Menezes Santos, submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) com Certificado de Apresentação de Apreciação Ética de número 47573315.4.0000.5087 e parecer favorável de número 1.318.361. Objetiva-se desenvolver um aplicativo capaz de registrar, avaliar, classificar e propor intervenções em atividade física do tipo “Gamificação”. Se concordar em participar da pesquisa e não possuir comorbidades e/ou condições físicas impeditivas para realização das atividades, você instalará o aplicativo com propostas de intervenção para aumentar a prática de atividade física. Assegura-se que a identidade dos participantes será confidencial e que os dados coletados serão utilizados exclusivamente para atender aos objetivos da pesquisa. Os prejuízos devido à participação na pesquisa são mínimos relacionados somente ao tempo investido em responder o questionário e/ou utilizar o aparelho durante sete dias consecutivos. Entretanto, ao final do período da pesquisa cada participante receberá um relatório sobre o seu nível de atividade física e materiais sobre como obter um estilo de vida mais ativo e saudável. O (a) senhor(a) não terá qualquer custo financeiro diante da pesquisa, nem haverá remuneração por participar, tendo ainda liberdade total de recusar a participação ou retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa. Os resultados poderão ser publicados em revistas da área da saúde assim como será apresentado em simpósios e/ou congressos. Garante-se ainda que, em qualquer etapa do estudo, os participantes terão acesso aos responsáveis pela pesquisa para esclarecimento de eventuais dúvidas. Ficam disponíveis os contatos do coordenador (98) 98220-0063 e emanuelps@gmail.com). Por se tratar de uma pesquisa com aplicativo, ao ler o TCLE e assinalar a opção “aceito participar” você atesta sua anuência com esta pesquisa, declarando que compreendeu seus objetivos, a forma como ela será realizada e os benefícios envolvidos, conforme descrição aqui efetuada, bem como receberá uma via eletronicamente deste termo no seu e-mail.

APÊNDICE 2. Artigo científico proveniente dessa dissertação nas normas do periódico Movimento.

Associação entre o nível de atividade física e religião em trabalhadores de uma universidade do nordeste brasileiro

Association between physical activity level and religion in workers at a university in northeastern Brazil

Asociación entre el nivel de actividad física y religión en trabajadores de una universidad del noreste de Brasil

Resumo: Objetivou-se analisar a associação entre o nível de atividade física e religião de trabalhadores universitários. A população alvo deste estudo foram os técnicos-administrativos e terceirizados do Campus Dom Delgado da Universidade Federal do Maranhão. Foi montado um modelo de regressão logística binária tendo como variável dependente o nível de atividade física. Indivíduos sem religião e com maior renda têm mais chances de serem fisicamente ativos, independentemente da preferência para a prática de atividade física, o tempo dedicado a hobby, religião ou voluntariado, sexo ou idade. Conclui-se que a atividade física no tempo livre está inversamente associada com a religião e positivamente associada com a renda, independentemente de variáveis como preferências para prática de atividade física, tempo dedicado à religião, voluntariado e hobby, idade e sexo.

Palavras-chave: Atividade Física. Religião. Trabalhadores. Universidade.

Abstract: The aim of this study was to analyze the association between the level of physical activity and religion among university workers. The target population of this study was the civil servants in the administrative sector and outsourced workers of the Dom Delgado Campus of the Federal University of Maranhão. A binary logistic regression model was created with the level of physical activity as the dependent variable. Individuals without religion and with higher income are more likely to be physically active, regardless of their preference for practicing physical activity, time dedicated to hobbies, religion or volunteering, gender or age. It is concluded that physical activity in free time is inversely associated with religion and positively associated with income, regardless of variables such as preferences for practicing physical activity, time dedicated to religion, volunteering and hobbies, age and gender.

Keywords Physical Activity. Religion. Workers. University.

Resumen: El objetivo fue analizar la asociación entre el nivel de actividad física y la religión de trabajadores universitarios. La población objetivo de este estudio fueron los funcionarios del sector administrativo y subcontractados del Campus Dom Delgado de la Universidad Federal de Maranhão. Se estableció un modelo de regresión logística binaria con el nivel de actividad física como variable dependiente. Las personas sin religión y con mayores ingresos tienen más probabilidades de ser físicamente activas, independientemente de su preferencia por la actividad física, el tiempo dedicado a aficiones, religión o voluntariado, género o edad. Se concluye que la actividad física en el tiempo libre se asocia inversamente con la religión y

positivamente con los ingresos, independientemente de variables como preferencias por la práctica de actividad física, tiempo dedicado a la religión, voluntariado y aficiones, edad y género..

Palabras clave: Actividad Física. Religión. Trabajadores. Instituciones de Enseñanza Superior.

INTRODUÇÃO

A atividade física em seu sentido clássico é compreendida como um movimento realizado pelo sistema musculoesquelético com gasto energético maior do que em situações de repouso, sendo sua prática benéfica para o ser humano tanto em seu aspecto físico como em seu aspecto emocional (Parada *et al.*, 2023). Mas, para além disso, em se tratando dos seus contextos, é um movimento realizado de forma voluntária com um objetivo claro, seja no esporte, exercício ou outra área, apresentando quatro domínios: lazer, trabalho, deslocamento e doméstico (Salvador, 2014). A Organização Mundial da Saúde (OMS) estabelece que para alguém ser considerado fisicamente ativo ele deve atingir 150 minutos semanais de atividade física moderada ou 75 minutos de atividade vigorosa por semana (Strain *et al.*, 2024). Ding *et al.* (2016) aponta que a inatividade física é uma pandemia global e é causadora de não apenas morbidade e mortalidade, como também é um fardo econômico ao redor do mundo.

Um fator que parece estar relacionado à atividade física e ao sedentarismo é a espiritualidade. As crenças, princípios e valores inerentes da espiritualidade e religiosidade podem interferir nas escolhas referentes ao estilo de vida, podendo direcionar escolhas, por exemplo, na atividade física nos momentos de lazer. Lucchese e Koenig (2013) conceituam religião como crenças, práticas e rituais que estão relacionadas com o transcendental, sendo que o transcendental pode ser entendido como Deus ou Poder Maior. Os mesmos autores identificam espiritualidade como aquilo ligado ao sagrado, ao transcendental, conectado ao sobrenatural e místico, podendo ou não estar ligado a uma religião, sendo um dos seis domínios da Qualidade de Vida (World Health Organization, 1998). Um estudo realizado com latinos de Massachusetts apontou que homens com grande espiritualidade foram menos sedentários (Silfee *et al.*, 2017). Já um estudo com universitários australianos mostrou que indivíduos com maior pontuação em práticas espirituais não convencionais apresentaram maior frequência em atividade física moderada (Waters; Doyle; Finlay, 2017).

No Brasil, de acordo com o IBGE (2010), os grupos religiosos com a maior quantidade de adeptos são o catolicismo, protestantismo e o espiritismo. Na história do cristianismo tradicional, especialmente entre católicos e protestantes, o corpo, meio pelo qual a atividade física é realizada, foi objeto de estudo. Agostinho de Hipona e Tomás de Aquino foram as principais referências, sendo influenciados por

Platão e Aristóteles, respectivamente. Aquino influenciou a ICAR e Agostinho os protestantes (Campos Júnior, 2019). Diante disso, é necessário compreender como as ideias desses filósofos gregos influenciaram esses teólogos cristãos.

Em Platão (2023), a alma é encarada como superior ao corpo. O corpo é visto como um obstáculo para que a alma encontre a verdade, sendo a alma enganada e induzida ao erro em sua busca, quando a faz através do corpo. Para o filósofo, a alma só pensa e raciocina melhor quando não perturbada por questões como os sentidos, a dor e o prazer corporal.

Aristóteles (2020) definia a alma como aquilo pelo qual o homem vive, percebe e discorre sobre, sendo ela a razão pelo qual o corpo existe. Para o filósofo grego, o corpo não passa de um instrumento para a alma, tendo ela como sua finalidade, ainda que para ele a alma não possa existir sem o corpo, divergindo de Platão (2023), em que a alma pode existir em si mesma, sendo separada do corpo na morte.

Agostinho defendia que havia certas atividades mais importantes que outras, vindo daí a ideia de que servir à Deus através da oração e da meditação nas Sagradas Escrituras é superior às atividades sociais diárias (Campos Júnior, 2019). A influência do pensamento platônico se manifesta nas atividades definidas como superiores serem atividades de cunho eminentemente intelectual. Já Tomás de Aquino estabelece a ideia de dois pavimentos (superior e inferior): o pavimento superior seriam as atividades eclesiais, consideradas mais importantes do que as do pavimento inferior, que seriam as atividades não-eclesiais (Campos Júnior, 2019), com a influência aristotélica se percebendo no aspecto de superioridade, em que há um pavimento que é superior ao outro, mas que este que é superior não podendo existir sem que o outro também exista, assim como a alma é superior ao corpo, mas depende do próprio corpo.

No Espiritismo, que surgiu em meados do século 19 através de um intelectual francês chamado Hippolyte-Léon Denizard Rivail, mais conhecido por seu pseudônimo Allan Kardec, o homem é composto por um espírito e por um corpo, sendo que o espírito apresenta primazia, por se tratar da parte principal, racional e inteligente, enquanto que o corpo é visto como algo que reveste o espírito de maneira temporária enquanto este realiza seu trabalho da terra (Costa; Moreira, 2023). Tal visão é similar ao dualismo defendida por Platão (2023) e à visão cristã tradicional presente em Agostinho e Tomás de Aquino.

Moreira *et al.* (2020), ao realizarem uma revisão sistemática para averiguar o efeito da associação entre espiritualidade e religiosidade com atividade física na saúde, não encontraram nenhum estudo realizado no Brasil, e apenas um estudo no contexto universitário, mas apenas com estudantes. Diante disso, é necessário verificar se a religião está associada ou não com a prática de atividade física no lazer dos servidores concursados do setor administrativo e terceirizados de uma universidade brasileira. Portanto, o objetivo deste estudo foi analisar a associação entre o nível de atividade física e religião em trabalhadores universitários.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo utilizou dados oriundos do “CLUMPS-CLUBE MOVER PELA SAÚDE: Atratividade e efetividade de um aplicativo móvel de incentivo à prática de atividade física: estudo longitudinal em uma comunidade universitária”. Foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) com Certificado de Apresentação de Apreciação Ética de número 64532322.3.0000.5087 e parecer favorável de número 1.318.361, em consonância com o disposto na Declaração de Helsinki e a resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

A população alvo deste estudo foram os técnicos-administrativos e terceirizados do Campus Dom Delgado da Universidade Federal do Maranhão. No campus Dom Delgado, há 1112 concursados do setor administrativo e 150 trabalhadores terceirizados, totalizando 1262 indivíduos.

Como critério de inclusão foi adotado ser servidor concursado ou terceirizado. Já como critérios de exclusão estar impossibilitado de praticar atividade física e ser docente.

Para o cálculo da amostra utilizou-se a fórmula do Cálculo do “n” para uma proporção populacional conhecida de Fontelles *et al.* (2020):

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}, \text{ onde: } n_0 = \left[\frac{Z_{\alpha/2}}{E} \right]^2 \times P_0(1 - P_0)$$

Sendo:

N= Tamanho da população

n₀= Valor aproximado do tamanho amostral

P₀= Proporção amostral

E = Erro amostral

$Z_{\alpha/2}$ = erro alpha de 0,05.

Assumiu-se um erro amostral de 10%, um valor de 1,96 para z e fez-se uso da proporção do estudo de Oliveira *et al.* (2020), que também estudou o nível de atividade física no lazer dos servidores da Universidade Federal do Maranhão, com o valor de 52,1%. Após o cálculo, chegou-se a um valor de n de 89 e após um acréscimo de 15% para eventuais perdas, tendo como valor final foi do cálculo amostral 102.

Trata-se de um estudo observacional de natureza transversal com uma amostra por conveniência. Os dados foram obtidos através do Mapa de Atividade Física e Saúde – MAFIS, questionário desenvolvido para o ambiente online com o propósito de avaliar o estilo de vida, já havendo sido utilizado no ambiente universitário por Oliveira *et al.* (2020). Para este estudo, os participantes responderam a 2 blocos de perguntas presentes no questionário: 1- Identificação; 2- Nível de Atividade.

No questionário de Identificação os participantes da pesquisa tiveram acesso ao TCLE, e respondiam às perguntas relativas à identificação pessoal, formas de contato via e-mail ou WhatsApp, dados socioeconômicos, religião e questões relativas ao uso de aparelho celular.

A idade foi medida se perguntando aos participantes qual era a sua data de nascimento e a renda perguntando-se qual era a renda familiar mensal, padrão similar ao de Yuan *et al.* (2022), com a diferença que os autores perguntaram a renda familiar anual. Além disso, quanto ao sexo, perguntou-se qual era o sexo (masculino ou feminino).

O bloco de nível de atividade física é composto por questões que avaliam a atividade física atual e habitual, potencial para mudança no nível de atividade física, autoeficácia e preferências para a prática de atividade física (Pestana, 2021). Para fins de classificação quanto ao nível de atividade física através do MAFIS foi adotado o seguinte procedimento: a resposta de minutos diários de atividade física foi multiplicada pelo número de dias em que o indivíduo relatou praticar atividade física. A seguir, foi levado em consideração o tipo de atividade física. Indivíduos que relataram realizar atividades leves, moderadas ou um pouco dos dois tiveram seus minutos semanais multiplicados por 1. Já os que responderam realizar atividades vigorosas ou um pouco de atividade vigorosa e moderada tiveram seus minutos semanais multiplicados por 2, a fim de atender aos critérios da OMS (Strain *et al.*,

2024). Os que ficaram ao fim com 0 minutos semanais foram classificados como Inativos, os que ficaram entre 1 e 149 como Insuficientemente Ativos, os que ficaram entre 150 e 299 minutos como Ativos e os com 300 minutos ou mais como Muito Ativos.

Os servidores concursados que realizam trabalhos administrativos foram abordados via e-mail institucional, onde recebiam informações sobre a pesquisa, além do link para acessar o questionário, construído no *Google Forms*. Já os terceirizados foram abordados de maneira presencial e através dos grupos de WhatsApp de cada setor do campus, recebendo o link de acesso ao questionário e as informações sobre a pesquisa. Ao acessarem o questionário, todos os participantes tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), dando continuidade à pesquisa apenas aqueles que concordaram com o termo.

Todos os dados dos participantes eram tabulados automaticamente em uma planilha gerada no *Google Sheets* após responderem o questionário.

Esta pesquisa teve como desfecho principal a atividade física no lazer, e como desfechos secundários Religião, Tempo dedicado à Religião, Hobby e Voluntariado, Renda e Sexo.

Foi realizada uma análise descritiva dos dados, com a frequência relativa e absoluta da variável nível de atividade física (atinge ou não 150 minutos semanais de atividade física) e Religião, Tempo dedicado à Religião, Hobby e Voluntariado, Renda e Sexo.

Foi utilizado o teste do Qui-quadrado de Pearson para averiguar possíveis associações entre a variável do desfecho principal com as variáveis do desfecho secundário. Por fim, foi montado um modelo de regressão logística binária tendo como variável dependente o nível de atividade física e como variáveis independentes todas as variáveis do desfecho principal. E para avaliar a qualidade do modelo, foi calculado o teste de Hosmer e Lemeshow (Bewick; Cheek. Ball, 2005).

Todos os testes, gráficos e a estatística descritiva foram realizados no software estatístico *RStudio*, versão 2024.04.2-764, que faz uso da linguagem R.

RESULTADOS

A amostra do estudo foi de 199 participantes, sendo 148 concursados do setor administrativo (74,3%) e 51 terceirizados (25,7%), que responderam tanto o

questionário de Identificação quanto o de Atividade Física, não havendo ocorrido perdas de um questionário para o outro.

No que diz respeito à classificação quanto ao nível de atividade física, 37,2 % foram classificados como Inativos, 21,6% como Insuficientemente Ativos, 21,6% como Ativos e 19, 6% como Muito Ativos. Já quanto a se identificar como pertencente à uma religião, 16,1% se identificaram como Sem Religião, 51,8% como Católicos, 24,1% como Protestantes/Evangélicos, 2% como Espíritas e 6% como pertencentes à Outras Religiões.

A Tabela 1 apresenta os dados socioeconômicos e comportamentais dos participantes, obtidos através do questionário de Identificação. De acordo com os dados da tabela, a maioria da amostra é do sexo feminino, não alcança as recomendações de pelo menos 150 minutos semanais de atividade física, recebe até 5 salários mínimos e não dedica tempo para TVRH ou até duas horas. Além disso, a idade mínima encontrada foi de 24 anos e a maioria da amostra se concentra entre 24 e 49 anos.

Tabela 1: Características da amostra.

Variáveis	Categorias	n	%
Nível de AF no Lazer	Não alcança as recomendações	113	56,8
	Alcança as recomendações	86	43,2
Religião	Com Religião	167	83,9
	Sem Religião	32	16,1
Preferência para AF	Outras atividades	118	59,3
	Musculação	81	40,7
Renda	Menos de 1 salário mínimo	11	5,5
	Entre 1 e 5 salários mínimos	99	49,7
	Entre 5 e 10 salários mínimos	72	36,2
	Entre 10 e 15 salários mínimos	17	8,5
TRVH	Não dedico tempo a isso	84	42,2
	Até 2 horas	75	37,7
	Entre 2 e 4 horas	26	13,1
	4 horas ou mais	14	7
Sexo	Feminino	117	58,8
	Masculino	82	41,2
Idade	Entre 24 e 39 anos	91	45,7
	Entre 40 e 49 anos	62	31,2
	Entre 50 e 59 anos	31	15,6
	60 anos ou mais	15	7,5

Legenda: AF = Atividade Física; TRVH = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby

Quanto à associação com a variável de desfecho, apenas as variáveis Religião e Renda apresentaram um valor de p menor a 0,05 no teste de Qui-quadrado. A seguir, os dados da Tabela 5 com os valores do teste do Qui-quadrado de Pearson.

Tabela 2: Teste do Qui-quadrado de Pearson.

Variáveis	p
Religião	0,005
Renda	0,001
TRHV	0,091
Preferência para AF	0,019
Idade	0,162
Sexo	0,456

Legenda: AF = Atividade Física; TRVH = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby.

De acordo com o modelo de regressão da Tabela 6, indivíduos sem religião e com maior renda têm mais chances de atingirem as recomendações para a prática de atividade física, independentemente do TRHV, da preferência para AF e o Sexo. Além disso, o modelo apresentado na Tabela 8 é um bom modelo, próximo do modelo teórico ideal, já que o valor do teste de Hosmer e Lemeshow foi de 0,507. A seguir, os dados da Tabela 3.

Tabela 3: Modelo de regressão logística binária.

Variável	p	OR	IC 95%
Religião	0,009	3,213	1,330 - 7,758
Renda	0,001	2,058	1,319 - 3,212
Preferência AF	0,234	0,681	0,362 - 1,281
TRHV	0,144	1,298	0,914 - 1,843
Idade	0,987	0,999	0,969 - 1,030
Sexo	0,420	1,289	0,694 - 2,395
Intercept	0,234	0,192	0,040 - 0,922

Legenda: AF = Atividade Física; TRHV = Tempo dedicado à Religião, Voluntariado ou Hobby.

Na variável Religião, os valores do OR indicam que indivíduos sem religião apresentam 3,213 vezes mais chance de atingirem as recomendações quando comparados aos que tem religião. Já na variável Renda, foi encontrado um p de tendência, que indica que à medida que se avança uma categoria de renda, o indivíduo tem 2,058 mais chances de atingir as recomendações. A variável Renda se comportou como promotora para a prática da atividade, já que à medida em que a renda aumenta, maior é a chance de se praticar. Já quanto à variável Religião, o

que se mostrou como fator promotor foi justamente a ausência do comportamento, já que são os indivíduos sem religião que apresentam mais chance de atingirem as recomendações. Quanto às demais variáveis, não foram nem promotoras nem protetoras quanto à prática de AF, já que seus valores de p foram maiores que 0,05 e seus Intervalos de Confiança para o Odds Ratio abarcaram o número 1, servindo apenas como variáveis de ajuste para o modelo.

DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi analisar a associação entre atividade física, religião e fatores associados em servidores. Os achados deste estudo apontaram que indivíduos sem religião e com maior renda têm mais chances de serem fisicamente ativos, independentemente da preferência para a prática de atividade física, o tempo dedicado a hobby, religião ou voluntariado, sexo ou idade.

Os resultados revelaram uma maior prevalência de mulheres, indivíduos com até 10 salários-mínimos e indivíduos que não atingiram as recomendações para a prática de atividade física no lazer. No estudo conduzido por Oliveira *et al.* (2020) com dados coletados antes da pandemia de COVID-19, as mulheres apresentaram uma prevalência similar à encontrada neste estudo (58,9%), houve uma prevalência de indivíduos com até 10 salários-mínimos (84,8%) mas com uma prevalência maior de fisicamente ativos em sua amostra. A concordância na maior prevalência de mulheres e na renda com os resultados de Oliveira *et al.* (2020) podem ser explicadas pela estabilidade de carreira no funcionalismo público, já que a maior parte constituinte da amostra deste estudo foi composta por servidores e o estudo realizado por Oliveira *et al.* (2020) foi realizado na mesma instituição de ensino superior com dados coletados há 6 anos. Já a divergência quanto à prática de atividade física pode ser um reflexo da pandemia de COVID-19.

Entre as categorias estabelecidas neste estudo, a idade mínima encontrada foi de 24 anos e a categoria com maior prevalência foi a de entre 24 e 39 anos. Os dados vão de encontro aos de Castilho *et al.* (2023), ao estudarem servidores técnico administrativos em uma universidade do sul de Tocantins, onde encontraram uma maior prevalência na faixa de idade entre 25 e 40 anos, similares aos deste estudo.

Castilho *et al.* (2023), encontraram uma prevalência muito baixa de indivíduos com mais de 10 salários-mínimos (3,8%). Embora neste estudo a prevalência de pessoas com mais de 10 salários tenha sido maior (8,5%), os valores indicam que ao menos no contexto de servidores técnico-administrativos, a faixa renda parece ser composta em sua maioria por até 10 salários-mínimos.

Os dados descritivos quanto à religião vão de encontro aos encontrados no censo publicado pelo IBGE (2010), em que a religião cristã, e em especial o catolicismo, é a com o maior número de adeptos. Além disso, concorda com os achados de Paixão *et al.* (2023), que ao realizar um estudo sobre conhecimento sobre a COVID-19 com estudantes e servidores universitários de uma universidade pública federal, encontrou um maior valor percentual de católicos e protestantes em relação à espíritas, praticantes de religiões de matriz africana ou de outras religiões, resultados similares ao deste estudo, com o adendo de que mesmo os valores percentuais de indivíduos que se identificaram como sem religião foram bem similares. Enquanto neste estudo o valor foi de 16,1%, no estudo de Paixão *et al.* (2023) o valor achado foi de 16,4%.

Waters, Doyle e Finley (2017) ao pesquisarem universitários australianos, reportaram que foram os com práticas espirituais não convencionais que apresentaram maior frequência de atividade física moderada. Neste estudo, os resultados da regressão logística mostraram que foram os indivíduos sem que apresentaram mais chance de atingirem as recomendações, o que reforça os achados de Waters, Doyle e Finley (2017), no sentido de as práticas espirituais convencionais no contexto brasileiro, podem ser uma barreira para a prática de atividade física. Embora a população alvo deste estudo tenha sido diferente, servidores do setor administrativo e terceirizados, esse pode ser um indicativo de que os religiosos inseridos no ambiente universitário, sejam eles estudantes ou trabalhadores, podem ter dificuldade em serem fisicamente ativos.

Tal dificuldade pode ter origem do campo de vista dogmático, já que Campos Júnior (2019) apontou o pensamento platônico e aristotélico exerceu influência sobre teólogos como Agostinho e Tomás de Aquino, além de que o dualismo platônico pode ser observado no Espiritismo a partir do que Costa e Moreira (2023) apresentam sobre como tal grupo encara a relação entre espírito e corpo.

De acordo com Silva (2014), havia similaridades entre o modo de pensar do apóstolo Paulo com os pensadores estoicos, ao analisar o discurso de Paulo no

Aerópago retratado no livro de Atos dos Apóstolos, tais como a crença na divindade e no exercício da virtude, além da doutrina do Logos apresentada na carta aos Colossenses e no evangelho de João, que serviu de base para a defesa da divindade de Jesus. Portanto, não é de se surpreender que os religiosos brasileiros, em sua maioria de tradição cristã, pareçam encarar a questão das práticas corporais sob uma perspectiva similar à de Platão (2023) e Aristóteles (2020) quando há pontos comuns entre a filosofia grega e o cristianismo, vendo-as como de menor valor quando comparadas à atividades mais claramente religiosas. Nessa perspectiva, ações como meditação e oração, atividades de cunho predominantemente intelectual, valorizadas por Agostinho de Hipona, se assemelham mais à forma descrita por Platão (2023) no que diz respeito a como a alma deveria proceder em sua busca pela verdade, do que, por exemplo, jogar futebol. Ainda que em atividades eclesiais faça-se uso do corpo, ele seria apenas um instrumento para uma determinada finalidade, aproximando-se assim da linha de pensamento defendida por Aristóteles (2020), encarando o corpo como um instrumento da alma. Logo, ter uma visão holística como a de Schaeffer (2010), parece menos distante da realidade quando se é mais óbvio associar atividades do intelecto como mais próximas às de sua religião.

Wende *et al.* (2020) encontraram que a estrutura física das igrejas cristãs favorecia a prática de atividade física. Embora no modelo de regressão logística não haja uma variável focada na estrutura física de templos religiosos, pode-se inferir que a realidade encontrada pelos pesquisadores no contexto de igrejas dos Estados Unidos da América diverge da realidade brasileira, já que se identificar como religioso foi um fator protetor para a prática de atividade física quando comparado a que não é religioso. Se a estrutura física das igrejas fosse um promotor da atividade no contexto brasileiro, provavelmente o resultado do OR do modelo de regressão teria sido o inverso do que foi apresentado, já que a maior parte da amostra foi composta de católicos romanos e protestantes/evangélicos.

Mcleod *et al.* (2024) analisaram 44 estudos de revisão e encontraram que o treinamento resistido promove o aumento da hipertrofia muscular, força e função física de adultos em condições saudáveis. Em uma revisão que estudou os fatores motivacionais relacionados à prática da musculação, Lima Júnior e Santos (2022) destacam como aspectos motivacionais a perda de peso, estética e condicionamento físico, entretanto, aspectos como preguiça, desânimo e falta de

tempo são apontados como fatores que levam à desistência da prática. Neste estudo, a musculação foi apontada como a primeira opção na escolha do tipo de atividade física, provavelmente motivados pelos benefícios da prática, ligados à saúde e estética. Entretanto, no modelo de regressão logística ser fisicamente ativo independeu de preferir fazer musculação ou outra prática de atividade física. Uma possível razão para isso seja a falta de tempo, já que a maior parte da amostra foi composta por terceirizados, que apresentam uma jornada de trabalho maior. Além disso, o número elevado de indivíduos inativos insuficientemente ativos foi maior tanto em técnico-administrativos como em terceirizados, indicando que apesar de indicarem como primeira opção para a prática de atividade física a musculação, tais indivíduos não conseguem aderir à prática, não ocorrendo assim uma mudança de comportamento.

A renda é um fator reconhecidamente associado à atividade física. Liu *et al.* (2022) destacam que os modelos a desigualdade de rendimentos parece ser um determinante quanto à prática insuficiente de atividade física e saúde precária. Ao realizarem uma revisão sistemática Stalsberg e Pedersen (2018) encontraram uma associação positiva entre atividade física no tempo livre e status socioeconômico e que indivíduos de baixa renda apresentam menos recursos para direcionar para atividades de lazer. Dong e Liu (2022) realizaram um estudo com mais de 2000 participantes em seis províncias do leste da China. Ao realizarem um modelo de regressão logística, os autores encontraram que a renda apresentou associação positiva com a atividade física. Os achados deste estudo reforçam os encontrados por Dong e Liu (2022) ao estudarem adultos, já que no modelo de regressão o p de tendência indicou que à medida que a renda aumenta, maiores são as chances de se praticar atividade física.

Neste estudo, a variável sexo apresentou um comportamento distintos do esperado, já que no modelo de regressão logística não houve associação. Tal diferença no comportamento de uma mesma variável pode ser explicada justamente pela renda. Stalsberg e Pedersen (2018) ao analisarem os resultados de 26 estudos, encontraram que em se tratando de atividade física no tempo livre, a relação entre status socioeconômico e renda se manteve o mesmo tanto para homens como para mulheres. Os achados deste estudo e os resultados de Stalberg e Pedersen podem ser um indicativo de que a renda é um fator mais determinante em se tratando de atividade física no tempo livre.

López-Bueno *et al.* (2020), ao realizarem um estudo com trabalhadores universitários na Espanha, encontraram uma associação entre nível de atividade física com as variáveis sexo e idade, indicando que homens apresentaram mais minutos semanais do que as mulheres e que houve diferenças significativas entre as faixas etárias. No presente estudo, o modelo de regressão logística apontou que a variável idade não estava associada com o nível de atividade física no lazer com o aumento da idade. Uma possível explicação para essa diferença é que o estudo de López-Bueno *et al.* (2020) tratou os dados de nível de atividade física, ao associá-los com a variável idade, não os classificou em atingir ou não uma determinada classificação quanto aos indivíduos estarem ou não fisicamente ativos, já que realizaram testes t de Student para amostras independentes e análises de variância unidirecional.. Quanto à variável sexo e sua associação com os minutos semanais de atividade física no lazer, os resultados também divergiram dos de López-Bueno *et al.* (2020). Outra possível explicação é que a renda não fez parte das análises de López-Bueno *et al.* (2020), apenas o vínculo com a instituição, não apresentando associação. Neste estudo, a renda e o vínculo apresentaram resultados significativos.

A primeira limitação deste estudo é o fato do seu delineamento ser transversal. Entretanto, os achados podem servir como justificativa para estudos longitudinais com trabalhadores universitários no Brasil, com o propósito de verificar o comportamento da variável religião em relação ao nível de atividade física ao longo do tempo na população alvo.

Uma segunda limitação é não ter sido possível medir a religiosidade dos participantes. Em estudos futuros, o nível de religiosidade quanto às crenças e práticas dos participantes pode ser pesquisado a fim de verificar se há diferença no comportamento da atividade física quanto ao engajamento dos participantes em relação às crenças e práticas religiosas.

Uma terceira limitação é que quanto à renda, foi-se perguntado apenas a renda familiar mensal. Estudos futuros podem abordar outros fatores ligados à renda e a dinâmica familiar.

Um ponto positivo deste estudo é ter mensurado a atividade com um questionário já pensado para o ambiente online, um ambiente cada vez mais presente pós pandemia de COVID-19.

O segundo ponto positivo é que dada a escassez de estudos no Brasil sobre atividade física e religiosidade entre trabalhadores universitários, este estudo pode fomentar um crescimento nas pesquisas nessa temática e nessa parcela da população.

Os dados encontrados servem como um indicativo da necessidade de atividades voltadas para a promoção da prática de atividade física voltada para os que trabalham nas universidades, já que a maioria dos participantes dessa pesquisa não atingiram as recomendações para a prática de atividade física no lazer estabelecidos pela OMS, focando nos grupos que apresentaram menor probabilidade de alcançarem as recomendações (religiosos e trabalhadores com menor poder aquisitivo).

CONCLUSÃO

Conclui-se que a atividade física no tempo livre foi associada inversamente associada com ser religioso e positivamente associada a renda familiar mensal em trabalhadores universitários de uma universidade do nordeste brasileiro, independentemente de variáveis como preferências para prática de atividade física, tempo dedicado à religião, voluntariado e hobby, idade e sexo. Estudos futuros podem averiguar mais a fundo se o dualismo platônico e aristotélico, presente nos principais grupos religiosos do contexto brasileiro, é diretamente responsável pela associação inversa entre atividade física e ser religioso, ou se tal associação inversa foi causada por outro fator.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ARISTÓTELES. LIVRO II. In: ARISTÓTELES. **Da Alma**. 1ª edição. LeBooks, 1996, 36-58.
- BEWICK, Viv; CHEEK, Liz; BALL, Jonathan. Statistics Rewiew 14: Logistic Regression. **Critical Care**, v. 9, n.1, p. 1-7, 2005.
- CASTILHO, Andressa Saraiva et al. Qualidade de vida em servidores técnico administrativos: um estudo em uma Universidade do sul do Tocantins. **AMAZÔNIA: SCIENCE & HEALTH**, v. 11, n. 1, p. 24-35, 2023.
- CAMPOS JÚNIOR, Héber Carlos de A Dicotomia Moderna. In: CAMPOS JÚNIOR, Héber Carlos de. **Amando a Deus no mundo: por uma cosmovisão reformada**. Fiel, 2019, p.1901-2413
- DING, Ding et al. The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. **The Lancet**, [S.L.], v. 388, n. 10051, p. 1311-1324, set. 2016. Elsevier BV. [http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736\(16\)30383-x](http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736(16)30383-x).
- DONG, Jingjuan; LIU, Wei. Association of physical activity level, income and environmental factors among Chinese adults. **Frontiers in Public Health**, v. 10, p. 946756, 2022.

- FEE, Gordon Donald.; STUART, Douglas. **Entendes o que lê?: um guia para entender a Bíblia com auxílio da exegese e da hermenêutica**. Vida Nova, 2011.
- FONTELLES, Mauro José et al. Metodologia da pesquisa: diretrizes para o cálculo do tamanho da amostra. **Revista Paraense de Medicina**, v. 24, n. 2, p. 57-64, 2020.
- IBGE. **Brasil em Síntese**. 2010. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pesquisa/23/22107>. Acesso em: 09 fev. 2022.
- KUENZE, Christopher et al. Sex differences in physical activity engagement after ACL reconstruction. **Physical Therapy In Sport**, [S.L.], v. 35, p. 12-17, jan. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ptsp.2018.10.016>.
- LIMA JUNIOR, Luiz Cezar ; SANTOS, Luiz Geraldo Gama. Fatores motivacionais que levam à prática da musculação. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 10, n. 30, p. 42-56, 2022.
- LÓPEZ-BUENO, Rúben et al. Association between physical activity and sickness absenteeism in university workers. **Occupational Medicine**. v. 70, n. 1, p. 24-30, 2020.
- LIU, Wei et al. Association of Physical Activity Level, Income and Environmental Factors Among Chinese Adults. **Frontiers in Public Health**. v. 10, n. 937196, p. 1-4, 2022.
- LUCCHESI, Fernando A.; KOENIG, Harold G. Religion, spirituality and cardiovascular disease: research, clinical implications, and opportunities in Brazil. **Brazilian Journal of Cardiovascular Surgery**, v. 28, p. 103-128, 2013.
- MARQUES, Luciana Fernandes; AGUIAR, Ana Paula Arruda. Instrumentos de mensuração da religiosidade/espiritualidade (R/E) e seus construtos. **Revista Pistis Praxis**, v. 6, n. 1, p. 107-126, 2014.
- MCLEOD, Jhonathan C et al. The influence of resistance exercise training prescription variables on skeletal muscle mass, strength, and physical function in healthy adults: An umbrella review. **Journal of sport and health science**. v. 13, n. 1, p. 47-60, 2024.
- MOREIRA, Wanderson Carneiro et al. Efeitos da associação da espiritualidade, religiosidade e atividade física na saúde/saúde mental: uma revisão sistemática. **Revista da Escola de Enfermagem USP**. v. 54, p. e03631, 2020.
- OLIVEIRA, Elayne Silva de et al. Pensar, gostar e considerar importante a prática de atividade física aumentam as chances de ser ativo no lazer? **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 53, n.4, p. 430-437, 2020.
- PAIXÃO, Mariana Érica da Silva et al. Conhecimento de estudantes e servidores universitários sobre a Covid-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**. v. 3, n. 8, p 1-11, 2023.
- PARADA, Letícia et al. Prática de atividade física em ambientes naturais: um direito fundamental. **UNISANTA Law and Social Science**, v. 12, n.1, p. 219-232, 2023).
- PEDROSA, Silvio. Cristianismo evangélico, sociedade violenta e periferia no Rio de Janeiro: algumas considerações. **Aisthesis**. n. 70, p. 475-491, 2021.
- PESTANA, Ezequias Rodrigues. **Criação de um aplicativo para avaliar e propor intervenções em atividade física do tipo “Gamificação” – CLUMPS**. 2022. 106 f. Tese (Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Biotecnologia - RENORBIO/CCBS, Educação Física, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2022. Disponível em: <https://tedebc.ufma.br/jspui/handle/tede/tede/3849>. Acesso em: 13 out. 2022
- PLATÃO. **FÉDON (ou Da Alma)**. 1ª edição. Textos para Reflexão, 2023, 122 p.
- RATZINGER, Joseph. (Vaticano). Vaticano (org.). **Catecismo da Igreja Católica: compêndio**. Compêndio. 2005. Disponível em:

- https://www.vatican.va/archive/compendium_ccc/documents/archive_2005_compendium-ccc_po.html#CREIO%20EM%20DEUS%20PAI. Acesso em: 03 ago. 2022.
- SALVADOR, Emanuel Péricles. Propagando a atividade física parte 1: entendendo os conceitos para ampliar sua promoção na atenção básica.. **Corpoconsciência**, v. 18, n. 1, p. 2-6, 2014.
- SILVA, Francisco José da. O discurso de Paulo em Atenas, encontro entre fé cristã e filosofia grega. **Revista Helius**, v. 1, n. 1, p. 15-26, 2013.
- STALSBERG, Ragna; PEDERSEN, Arve Vorland. Are Differences in Physical Activity across Socioeconomics Groups Associated with Choice of Physical Activity Variables to Report?. **International Journal of Environmental Research and Public Health**. v. 15, n. 5, p. 1-23, 2018.
- STRAIN, Tessa.; et al. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5·7 million participants. **The Lancet Global Health**. V. 12, n. 8, p. e1232-e1243, 2024.
- TCYMBAL, Antonina et al. Effects of the built environment on physical activity: a systematic review of longitudinal studies taking sex/gender into account. **Environmental Health And Preventive Medicine**, [S.L.], v. 25, n. 1, p. 1-25, 27 nov. 2020. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1186/s12199-020-00915-z>.
- TOTI, Thamires. Gomes; BASTOS, Felipe. Antonio; RODRIGUES, Phillipe Ferreira. Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física. **Revista Saúde Física & Mental-ISSN 2317-1790**, v. 6, n. 2, p. 21-30, 2019.
- WATERS, Edward. K.; DOYLE, Zelda; FINLAY, Ellen. Spirituality/Religiosity (SpR), leisure-time physical activity, and sedentary behaviour in students at a catholic university. **Journal of religion and health**, v. 57, n. 3, p. 869-882, 2018.
- WENDE, Marilyn. E. et al. Objective Church Environment Audits and Attendee Perceptions of Healthy Eating and Physical Activity Supports within the Church Setting. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 10, p. 3598, 2020.

APÊNDICE 3: Scripts do RStudio para a Estatística Descritiva e Teste de Qui-quadrado

```
library(car)
library(dplyr)
library(psych)
library(rstatix)
library(RVAideMemoire)
dados <- read.csv2('banco_dissertacao.csv', stringsAsFactors = TRUE,
  fileEncoding = 'UTF-8')
```

```
View(dados)
glimpse(dados)
```

Frequência Absoluta e Relativa

```
table(dados$af_class_4_cat_ajust_nom)
table(dados$af_ajust_nom)
table(dados$Religião)
table(dados$Religião.categórica)
table(dados$Vínculo)
table(dados$Sexo)
table(dados$Renda)
table(dados$TRHV)
table(dados$Idade.categorizada)
table(dados$Preferência.Atividade.Física)
table(dados$Religião_3)
table(dados$Renda, dados$Religião)
```

```
prop.table(table(dados$af_class_4_cat_ajust_nom))
prop.table(table(dados$af_ajust_nom))
prop.table(table(dados$Religião))
prop.table(table(dados$Religião.categórica))
prop.table(table(dados$Vínculo))
prop.table(table(dados$Sexo))
prop.table(table(dados$Renda))
prop.table(table(dados$TRHV))
prop.table(table(dados$Idade.categorizada))
prop.table(table(dados$Preferência.Atividade.Física))
```

Qui-quadrado

```
chisq.test(dados$Religião.categórica, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
chisq.test(dados$Preferência.Atividade.Física, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
chisq.test(dados$Renda_numerico, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
chisq.test(dados$TRHV_2, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
chisq.test(dados$Sexo, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
chisq.test(dados$Idade, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
```

APÊNDICE 4: Script do RStudio para o modelo de regressão logística binária e seu respectivo teste de qualidade do modelo de Hosmer e Lemeshow.

```
## Carregar banco
```

```
dados <- read.csv2('banco_dissertacao.csv', stringsAsFactors = TRUE,
                  fileEncoding = 'UTF-8')
```

```
View(dados)
glimpse(dados)
```

```
## Carregar pacotes
```

```
library(pacman)
library(dplyr)
library(car)
library(psych)
library(ggplot2)
library(MASS)
library(DescTools)
library(QuantPsyc)
```

```
### Carregar modelo
```

```
modelo6 <- glm(dados$af_class_2_ajust ~ dados$Religião.categórica +
dados$Renda_numerico + dados$Preferência.Atividade.Física + dados$TRHV_2 +
dados$Idade + dados$Sexo,
              family = binomial(link = 'logit'), data = dados)
```

```
## Colinearidade do modelo
```

```
VIF(modelo6)
```

```
### Análise do modelo
```

```
## Overall Effects
```

```
Anova(modelo6, type = 'II', test.statistic = 'Wald')
```

```
## Efeitos específicos
```

```
summary(modelo6)
```

```
## Odds Ratio igual ao do SPSS
```

```
exp(cbind(OR= coef(modelo6), confint.default(modelo6)))
```

```
## Hosmer e Lemeshow
```

```
library(ResourceSelection)
```

```
hoslem.test(dados$af_class_2_ajust, fitted(modelo6))
```

APÊNDICE 5: Saída do RStudio para a Estatística Descritiva e Teste de Qui-quadrado

```

dados <- read.csv2('banco_dissertacao.csv', stringsAsFactors = TRUE,+
fileEncoding = 'UTF-8')> table(dados$af_class_4_cat_ajust_nom)
      Ativo      Inativo Insuficientemente Ativo      Muito Ativo
      43        74        39        43 > table(dados$af_aj
ust_nom)
      Atinge Não atinge
      86      113 > table(dados$Religião)
      Catolicismo  Espiritismo      Outro Protestantismo  Sem religião  Umbandism
o
      103        4        10        48        32        2 > table(dados$Religiã
o.categórica)
      Com religião Sem religião
      167        32 > table(dados$Vínculo)
      Técnico-administrativo      Terceirizado
      148        51 > table(dados$Sexo)
      Feminino Masculino
      117        82 > table(dados$Renda)
      Entre 1 e 5 salários mínimos Entre 10 e 15 salários mínimos Entre 5 e 10 salários
mínimos
      99        17        72
      Menos de 1 salário mínimo
      11 > table(dados$TRHV)
      4 horas ou mais      Até 2 horas      Entre 2 e 4 horas Não dedica tempo a i
sso
      14        75        26        84 > table(dados$Idad
e.categorizada)
      60 anos ou mais Entre 24 e 39 anos Entre 40 e 49 anos Entre 50 e 59 anos
      15        91        62        31 > table(dados$Preferência.Ativi
dade.Física)
      Musculação Outras atividades
      81        118 > table(dados$Religião_3)
      Cristão Não Cristão
      151        48 > table(dados$Renda, dados$Religião)
      Catolicismo Espiritismo Outro Protestantismo Sem religião Umb
andismo
      Entre 1 e 5 salários mínimos      49      1      7      25      17      0
      Entre 10 e 15 salários mínimos      8      1      1      3      4      0
      Entre 5 e 10 salários mínimos      40      1      2      16      11      2
      Menos de 1 salário mínimo      6      1      0      4      0      0> prop.
table(table(dados$af_class_4_cat_ajust_nom))
      Ativo      Inativo Insuficientemente Ativo      Muito Ativo
      0.2160804      0.3718593      0.1959799      0.2160804 > pr
op.table(table(dados$af_ajust_nom))
      Atinge Não atinge
      0.4321608 0.5678392 > prop.table(table(dados$Religião))
      Catolicismo  Espiritismo      Outro Protestantismo  Sem religião  Umbandism
o

```

```

0.51758794 0.02010050 0.05025126 0.24120603 0.16080402 0.0100
5025 > prop.table(table(dados$Religião.categórica))
Com religião Sem religião
0.839196 0.160804 > prop.table(table(dados$Vínculo))
Técnico-administrativo Terceirizado
0.7437186 0.2562814 > prop.table(table(dados$Sexo))
Feminino Masculino
0.5879397 0.4120603 > prop.table(table(dados$Renda))
Entre 1 e 5 salários mínimos Entre 10 e 15 salários mínimos Entre 5 e 10 salários
mínimos
0.49748744 0.08542714 0.36180905
Menos de 1 salário mínimo
0.05527638 > prop.table(table(dados$TRHV))
4 horas ou mais Até 2 horas Entre 2 e 4 horas Não dedica tempo a i
sso
0.07035176 0.37688442 0.13065327 0.42211055 >
prop.table(table(dados$Idade.categorizada))
60 anos ou mais Entre 24 e 39 anos Entre 40 e 49 anos Entre 50 e 59 anos
0.07537688 0.45728643 0.31155779 0.15577889 > prop.table(ta
ble(dados$Preferência.Atividade.Física))
Musculação Outras atividades
0.4070352 0.5929648 > prop.table(table(dados$Religião_3))
Cristão Não Cristão
0.758794 0.241206 > prop.table(table(dados$Religião.categórica))
Com religião Sem religião
0.839196 0.160804 > chisq.test(dados$Religião.categórica, dados$af_class_2_
ajust,correct = FALSE)
Pearson's Chi-squared test

data: dados$Religião.categórica and dados$af_class_2_ajust
X-squared = 7.8029, df = 1, p-value = 0.005216
> chisq.test(dados$Preferência.Atividade.Física, dados$af_class_2_ajust,correct = F
ALSE)
Pearson's Chi-squared test

data: dados$Preferência.Atividade.Física and dados$af_class_2_ajust
X-squared = 5.4231, df = 1, p-value = 0.01987
> chisq.test(dados$Renda_numerico, dados$af_class_2_ajust,correct = FALSE)
Pearson's Chi-squared test

data: dados$Renda_numerico and dados$af_class_2_ajust
X-squared = 15.78, df = 3, p-value = 0.001258
Mensagem de aviso:
In chisq.test(dados$Renda_numerico, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE) :
Aproximação do qui-quadrado pode estar incorreta> chisq.test(dados$TRHV_2, da
dos$af_class_2_ajust,correct = FALSE)
Pearson's Chi-squared test

data: dados$TRHV_2 and dados$af_class_2_ajust
X-squared = 6.4518, df = 3, p-value = 0.09158

```

```
> chisq.test(dados$Sexo, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
Pearson's Chi-squared test
```

data: dados\$Sexo and dados\$af_class_2_ajust

X-squared = 0.55516, df = 1, p-value = 0.4562

```
> chisq.test(dados$Idade, dados$af_class_2_ajust, correct = FALSE)
Pearson's Chi-squared test
```

data: dados\$Idade and dados\$af_class_2_ajust

X-squared = 49.823, df = 41, p-value = 0.1624

Mensagem de aviso:

In chisq.test(dados\$Idade, dados\$af_class_2_ajust, correct = FALSE) :

Aproximação do qui-quadrado pode estar incorreta

APÊNDICE 6: Saída do RStudio para o modelo de regressão logística binária e seu respectivo teste de qualidade do modelo de Hosmer e Lemeshow.

```
dados <- read.csv2('banco_dissertacao.csv', stringsAsFactors = TRUE, +
fileEncoding = 'UTF-8')> library(pacman)> library(dplyr)> library(car)> library(psych)>
library(ggplot2)> library(MASS)> library(DescTools)> library(QuantPsyc)> modelo6 <-
glm(dados$af_class_2_ajust ~ dados$Religião.categórica + dados$Renda_numerico
+ dados$Preferência.Atividade.Física + dados$TRHV_2 + dados$Idade + dados$Sexo, +
family = binomial(link = 'logit'), data = dados)> VIF(modelo6)
dados$Religião.categórica      dados$Renda_numerico dados$Preferência.Atividade.Física
```

```
1.157658      1.049752      1.086222
dados$TRHV_2      dados$Idade      dados$Sexo
```

```
1.122770      1.105399      1.044063 > ###
Análise do modelo> ## Overall Effects> Anova(modelo6, type = 'II', test.statistic = 'Wald')
Analysis of Deviance Table (Type II tests)
```

Response: dados\$af_class_2_ajust

	Df	Chisq	Pr(>Chisq)
dados\$Religião.categórica	1	6.7344	0.009457 **
dados\$Renda_numerico	1	10.1241	0.001463 **
dados\$Preferência.Atividade.Física	1	1.4154	0.234163
dados\$TRHV_2	1	2.1274	0.144681
dados\$Idade	1	0.0002	0.987589
dados\$Sexo	1	0.6498	0.420189

Signif. codes: 0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1> summary(modelo6)

Call:

```
glm(formula = dados$af_class_2_ajust ~ dados$Religião.categórica +
dados$Renda_numerico + dados$Preferência.Atividade.Física +
dados$TRHV_2 + dados$Idade + dados$Sexo, family = binomial(link = "logit"),
data = dados)
```

Coefficients:

	Estimate	Std. Error	z value	Pr(> z)
(Intercept)	-1.6472669	0.7994067	-2.061	0.03934 *
dados\$Religião.categóricaSem religião	1.1672333	0.4497893	2.595	0.00946 **
dados\$Renda_numerico	0.7221903	0.2269722	3.182	0.00146 **
dados\$Preferência.Atividade.Física	-0.3832929	0.3221752	-1.190	0.23416
dados\$TRHV_2	0.2609131	0.1788818	1.459	0.14468
dados\$Idade	-0.0002429	0.0156153	-0.016	0.98759
dados\$SexoMasculino	0.2545514	0.3157840	0.806	0.42019

Signif. codes: 0 '***' 0.001 '**' 0.01 '*' 0.05 '.' 0.1 ' ' 1

(Dispersion parameter for binomial family taken to be 1)

Null deviance: 272.20 on 198 degrees of freedom
 Residual deviance: 246.41 on 192 degrees of freedom
 AIC: 260.41

Number of Fisher Scoring iterations: 4

```
> exp(cbind(OR= coef(modelo6), confint.default(modelo6)))
```

	OR	2.5 %	97.5 %
(Intercept)	0.1925755	0.04019248	0.9226931
dados\$Religião.categóricaSem religião	3.2130905	1.33064308	7.7586175
dados\$Renda_numerico	2.0589380	1.31960561	3.2124945
dados\$Preferência.Atividade.FísicaOutras atividades	0.6816132	0.36249497	1.2816636
dados\$TRHV_2	1.2981148	0.91421563	1.8432216
dados\$Idade	0.9997571	0.96962265	1.0308281
dados\$SexoMasculino	1.2898828	0.69463143	2.3952238

```
> ## Hosmer e Lemeshow> library(ResourceSelection)> hoslem.test(dados$af_class_2_ajust, fitted(modelo6))
```

Hosmer and Lemeshow goodness of fit (GOF) test

data: dados\$af_class_2_ajust, fitted(modelo6)
 X-squared = 6.6929, df = 8, p-value = 0.5701

APÊNDICE 7: Questionário Mapa de Atividade Física e Saúde (MAFIS)

Seção 1 de 5

Pesquisa sobre Atividade Física

B *I* U  

Esse é o estudo “**Mover Pela Saúde**” que visa avaliar o **Nível de Atividade física, Estilo de vida e Fatores associados** dos *SERVIDORES (Técnicos administrativos)* da UFMA.

No bloco 1 existem 17 questões sociodemográficas e 27 questões de Atividade Física.

Caso tenha alguma dúvida, por favor entre em contato através dos e-mails:
denilson.menezes@discente.ufma.br e michele.oliveira@discente.ufma.br

Atenciosamente,
Denilson Menezes e Michele Serra

Antes de prosseguir, precisamos do seu consentimento:

Você concorda em participar da pesquisa? *

Seção 1 e 2 de 5

Bloco 1 - Identificação pessoal

1) Qual o seu nome completo?

2) Qual é o seu e-mail?

3) As próximas etapas do questionário podem ser enviadas para o seu WhatsApp. Qual é o seu telefone para contato? (Não é obrigatório colocar o número)

4) Qual é a sua data nascimento?

5) Qual seu CEP?

6) Qual o seu endereço completo?

7) Qual sexo?

- Masculino
- Feminino

8) Escolaridade (Anos de Estudo)

- 0-9 anos
- 10-12 anos,
- 13-16 anos,
- 17-20 anos,
- 21 anos ou mais

9) Qual é a sua renda familiar mensal aproximada?

- Entre 1 e 5 salários mínimos
- Entre 5 e 10 salários mínimos
- Entre 10 e 15 salários mínimos
- Acima de 15 salários mínimos

10) Qual é o seu vínculo com a UFMA?

Servidor (Administrativo)

Servidor (Terceirizado)

11) Qual é o seu campus?

- Câmpus de Bacabal
- Câmpus de Chapadinha
- Câmpus de Codó
- Câmpus de Imperatriz
- Câmpus de São Bernardo
- Câmpus de Grajaú
- Câmpus de Pinheiro

12) Qual é a sua religião?

- Cristã católica romana
- Cristã Protestante/Evangélica
- Espiritismo
- Budismo
- Umbandismo
- Judaísmo
- Sem religião
- Outro

13) Se respondeu outro na questão anterior, qual?

14) Tem filhos?

- Sim
- Não

15) Situação conjugal

- Solteiro(a)
- Divorciado(a)

- Viúvo(a)
- Namorando
- Casado(a)

16) Você já teve seu celular roubado/furtado?

- Sim
- Não

17) Você tem medo de usar seu celular durante práticas de Atividades físicas nos espaços públicos de esporte e lazer?

- Sim
- Não

Seção 3 de 5

1) Quantos dias na semana você pratica atividade física no tempo livre?

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

2) Qual a duração média em horas e minutos da atividade física?

3) Qual tipo de atividade física você pratica?

- Grupo 1: (LEVE) atividades de pouco esforço, como caminhada leve, alongamento
- Grupo 2: (MODERADA) Academia, pedalada, caminhada, hidroginástica, futebol
- Grupo 3: (VIGOROSA) corrida, pedalada rápida, futsal, esporte competitivo
- Grupo 4: (um pouco dos grupos 1 e 2)
- Grupo 5 (um pouco dos grupos 2 e 3 ou de todos os grupos)

Não faço atividade física

4) Há quanto tempo você pratica?

- Até 3 meses
- Até 6 meses
- 6-12 meses
- 1-2 anos
- 2 anos ou +
- Não se aplica

5) Há quanto tempo você não faz atividade física?

- Até 3 meses
- Até 6 meses
- 6-12 meses
- 1-2 anos
- 2 anos ou nunca fez

6) Pensa em iniciar alguma atividade física?

- Penso sempre
- Penso frequentemente
- Penso às vezes
- Penso raramente
- Não penso

7) É prioridade para você passar a fazer atividade física nos momentos de lazer?

Sim, é uma prioridade

- É muito importante, mas não é prioridade
- é pouco importante
- Não é importante
- É irrelevante

8) Gosta de fazer atividade física no tempo livre?

- Gosto muito
- Gosto pouco
- Indiferente, não gosto, detesto

9) Quantos dias na semana você passa mais de 2 horas assistindo televisão ou na frente do computador fora do trabalho?

- 0
- 1-2
- 3-4
- 6-6
- 7

Seção 4 de 5

10) Seu tipo de trabalho se assemelha a qual das alternativas?

- Não trabalho
- Sedentária (sentada a maior parte do tempo)
- Leve (poucos deslocamentos ou esforços sem grande desgaste)
- Moderado (caminhadas, transporte de cargas leves, deslocamentos em boa parte do dia)
- Vigoroso (muitos deslocamentos, transporte de carga, esforços extenuantes)

11) Quantas horas em média você fica no trabalho, incluindo intervalos?

menos de 4 horas

- Entre 4 e 6 horas
- Entre 6 e 8 horas
- Entre 8 e 12 horas
- Acima de 12 horas

12) Quantos dias da semana você se locomove para ir de um lugar para o outro?

- 0
- 1-2
- 3-4
- 5-6

- 7

13) Quanto tempo você gasta diariamente se deslocando de um lugar para o outro?

- Menos de 10 minutos
- Entre 10-30 minutos
- Entre 30 minutos-1h
- Entre 1h-2h
- Acima de 2 horas)

14) Quanto tempo deste transporte é realizado de bicicleta, skate, patins ou a pé?

- Nenhum
- Menos de meia hora
- Menos de 1 hora
- Entre 1 e 2 horas
- Acima de 2 horas

15) Quanto tempo você fica em sala de aula diariamente?

não frequento sala de aula

- Até uma hora
- Entre 1 e 2 horas
- Entre 2-4 horas
- Acima de 4 horas

16) Tempo dedicado à Religião/Voluntariado/Hobby pelo menos 3 dias na semana?

- Não me dedico a isso
- Até uma hora, entre 1 e 2 horas
- Entre 2 e 4 horas
- Acima de 4 horas

17) Tempo gasto em média nos afazeres domésticos e cuidados com a família durante a semana?

Não faço esse tipo de atividade

- Até 1 hora
- Entre 1 e 2 horas
- Entre 2 e 4 horas
- Acima de 4 horas

18) Existem parque, praça ou outro espaço de lazer que seja utilizado para a prática de atividades físicas perto da sua casa ou trabalho?

- Sim, existem e são muito bons
- Sim, existem e são bons
- Sim, existem, mas não são bons
- Não existem
- Não sei se existem

Seção 5 de 5

19) Duração média do seu sono (exceto final de semana)?

- Menos de 4 horas
- Entre 4 e 6 horas

- Entre 6 e 8 horas
- Entre 8 e 12 horas
- Acima de 12 horas

20) Qual seria sua primeira opção para a prática de atividade física?

Musculação

- Atividades coletivas em academia
- Corrida/caminhada de rua
- Esportes em geral
- Atividades aquáticas

21) Você pensa em fazer atividade física para:

- Melhorar condicionamento
- Combate ao estresse
- Estética
- Conhecer pessoas
- Tratamento/saúde

22) Quanto à companhia, você tem preferência em fazer atividade física:

- Sozinho
- Com um amigo/parente
- Pequeno grupo
- Grande grupo
- Tanto faz

23) Qual característica mais se aproxima de você?

- Introvertida
- Extrovertida
- Sistemática
- Criativa

24) Qual estímulo ou incentivo você prioriza em uma atividade física?

- Competitiva
- Calma
- Auto controle
- Música/ritmo
- Disciplina/superação

25) Em relação ao investimento para fazer alguma atividade física, você tem interesse em:

- Em local público gratuito
- Local pago
- Sob supervisão profissional paga
- Em local com custo subsidiado (condomínio, oferecido pela empresa que trabalha)
- Uso de aplicativos

26) Que tipo de ambiente você tem interesse em fazer atividade física?

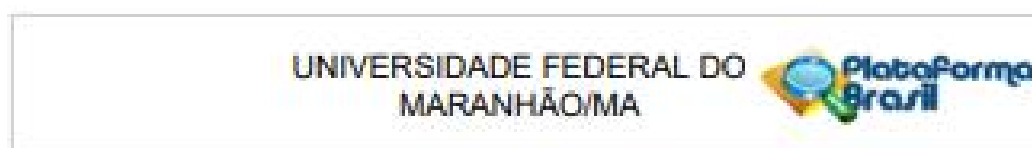
- Aquático
- áreas verdes
- Praias

- Quadras/campos
- Equipamentos diversos

27) De forma alguma (ou última opção) eu faria as seguintes atividades:

- Envolvendo jogos
- Em ambiente aquático
- Com equipamentos e máquinas
- Envolvendo música/ritmo
- Em grandes grupos

ANEXO 1. Comprovante de aprovação no comitê de ética em pesquisa da instituição.



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Criação e validação de um questionário online para avaliar e promover intervenções em atividade física.

Pesquisador: Emanuel Péricles Salvador

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 47573315.4.0000.5087

Instituição Proponente: Universidade Federal do Maranhão

Patrocinador Principal: FUND DE AMPARO A PESQUISA AO DESEN CIENTIFICO E TECNOLÓGICO DO MARANHÃO - FAPEMA

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.318.561

Apresentação do Projeto:

Resumo Objetivo: Validar um questionário para avaliar o nível de atividade física, mudança do comportamento para prática de atividade física e preferência para a prática de atividade física. **Métodos:** O projeto integral está dividido em cinco fases: 1-Inicial (revisão de literatura), 2-Análise (programação), 3-Desenvolvimento (integração de conteúdo, desenvolvimento da interface do sistema e teste piloto), 4-Avaliação (satisfação dos usuários e avaliação dos profissionais de saúde) e 5-Aplicação (aplicação em grande amostra e avaliação da eficácia do sistema). As duas primeiras fases serão contempladas neste projeto. O questionário já apresenta uma estrutura inicial e está composto por 40 questões relacionadas ao nível de atividade física, tendência de início a prática de atividade física, auto-eficácia e preferências para a prática de atividade física. **Resultados esperados:** Produzir um questionário online que permita ao usuário obter informações a respeito do seu nível de atividade física, além de receber propostas de intervenção de acordo com as características e respostas escolhidas, permitindo também que os profissionais de Educação Física que atuam na atenção básica possam fazer uso de tal instrumento como estratégia de avaliação, monitoramento e intervenção em atividade física. **Desafios tecnológicos:** Utilizar tecnologia da informação aplicada

Endereço: Avenida dos Portugueses, 1955 CDB Velho
Bairro: Bloco C Sala 7, Comitê de Ética **CEP:** 65.080-040
UF: MA **Município:** SÃO LUIS
Telefone: (98)3273-8708 **Fax:** (98)3273-8708 **E-mail:** cepufma@ufma.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO/MA



Continuação do Formulário 1.218.001

em saúde, reunindo o rigor científico, praticidade e simplicidade de um questionário online, o qual qualquer usuário poderia preencher e monitorar as suas intervenções, em um serviço de autogestão. Cronograma: O projeto terá duração total de 24 meses, sendo três meses para a fase inicial, nove meses para fase de análise e 12 meses para o desenvolvimento do instrumento. Disseminação das informações: A conclusão da validação e da elaboração do questionário online permitirá que profissionais da Educação Física e áreas afins avaliem e utilizem o instrumento em sua rotina de trabalho.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Desenvolver e validar um questionário online para avaliar o nível de atividade física e a disposição e preferência inicial por esta prática.

Objetivo Secundário:

Desenvolver um questionário que permita interagir com outras ferramentas existentes na internet, como tecnologia de geoprocessamento e sites de rede social com foco na promoção da atividade física.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: Os prejuízos devido à participação na pesquisa são mínimos, relacionados somente ao tempo investido em responder o questionário e/ou de utilizar o aparelho durante sete dias consecutivos.

Benefícios: Ao final do período da pesquisa cada participante receberá um relatório sobre o seu nível de atividade física e materiais sobre como obter um estilo de vida mais ativo e saudável.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa está bem elaborada com forte sustentação teórica com objetivos claros e coerentes e com materiais e métodos de excelente padrão.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos os termos de apresentação obrigatórios foram apresentados.

Recomendações:

Não existem recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não tem pendência.

Endereço: Avenida dos Portugueses, 1906 CEB Velho
 Bairro: Bloco C, Sala 7, Centro de Ética CEP: 65.080-040
 UF: MA Município: SÃO LUIS
 Telefone: (98)3272-8708 Fax: (98)3272-8708 E-mail: cepufma@ufma.br

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO
MARANHÃO/MA**



Continuação do Parecer: 1.319.041

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB INFORMACOES BASICAS_DO_PROJETO_558720.pdf	27/07/2015 11:48:35		Aceito
Outros	anuência do departamento Emanuel.pdf	27/07/2015 11:47:37		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	FAPEMA e CEP 2015.docx	27/07/2015 10:37:08		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	27/07/2015 10:32:41		Aceito
Informações Básicas do Projeto	PB INFORMACOES BASICAS_DO_PROJETO_558720.pdf	24/07/2015 16:24:44		Aceito
Folha de Rosto	Doc Emanuel.pdf	24/07/2015 16:23:41		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	24/07/2015 11:11:17		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	FAPEMA e CEP 2015.pdf	24/07/2015 11:09:45		Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO LUIS, 11 de Novembro de 2015

Assinado por:
FRANCISCO NAVARRO
(Coordenador)

Endereço: Avenida dos Portugueses, 1966 CEB Velho
 Bairro: Bloco C, Sala 7, Centro de Ética CEP: 65.080-040
 UF: MA Município: SAO LUIS
 Telefone: (98)3272-6708 Fax: (98)3272-6708 E-mail: cepulma@ufma.br