

Nível de Atividade Física e Perfil Sociodemográfico dos Usuários dos Ambientes Públicos de Atividades Físicas na Cidade de João Pessoa-PB

Physical Activity Level and Sociodemographic Profile of Frequenters of Public Places for Physical Activity Performance in The City of João Pessoa-PB

JAMES SILVA MOURA JUNIOR¹
DANIELA KARINA DA SILVA FERREIRA²
MARCELLE DE OLIVEIRA MARTINS³
NATÁLIA MARIA MESQUITA DE LIMA¹

RESUMO

Objetivo: Analisar o nível de atividade física e o perfil sociodemográfico dos usuários de ambientes públicos de atividades físicas na cidade de João Pessoa-PB. **Materiais e métodos:** O desenho foi descritivo e transversal, em amostra de 324 adultos, distribuídos por zonas geográficas da cidade, com idade acima de 18 anos e usuários dos ambientes públicos de atividades físicas e lazer. **Resultados:** Observou-se que predominaram os usuários residentes na zona norte (61,5%), do gênero feminino (53,7%), na faixa etária entre 18 e 29 anos (37,3%), com a cor de pele branca (45,7%), solteiros (45,7%), escolaridade entre oito e doze anos de estudo (56,8%), renda familiar entre um e dois salários mínimos (37,3%) e de quatro a seis moradores por residência (48,8%). A maior prevalência foi de insuficientemente ativos no lazer (59,1%), estando estes concentrados em sua maioria na zona oeste (24,8%). Na associação entre o nível de atividade física e as características sociodemográficas dos usuários foi verificada significância apenas com renda ($\chi^2=3,98$, $p=0,04$) e escolaridade ($\chi^2=4,24$, $p=0,03$). Nenhuma associação foi observada para as demais variáveis. **Conclusão:** Considerando que a maioria foi de usuários insuficientemente ativos no lazer, destaca-se a necessidade de políticas de promoção do estilo de vida ativo em ambientes públicos de atividades físicas, principalmente, nas zonas oeste e norte do município de João Pessoa-PB.

DESCRIPTORIOS

Atividade Motora. Estilo de Vida. Ambiente.

ABSTRACT

Objective: to examine physical activity level and the sociodemographic profile of frequenters of public places for physical activity performance in the city of Joao Pessoa - PB. **Materials and methods:** this was a descriptive and cross-sectional study, which included a sample of 324 adults, distributed by geographical areas in the city, aged 18 years and frequenters of public places for leisure and physical activity performance. **Results:** there was predominance of users residents in the north (61.5%), female (53.7%), aged between 18 and 29 years (37.3%), caucasian (45.7%), single (45.7%), education was between eight and 12 years of study (56.8%), family income between one and two minimum wages (37.3%), and there were four to six residents per household (48.8%). The highest prevalence was of people insufficiently active in leisure (59.1%), and these were concentrated mostly in the west (24.8%). Association between physical activity and sociodemographic characteristics was found to be significant with family income ($\chi^2=3.98$, $p=0.04$) and education level ($\chi^2=4.24$, $p=0.03$). No association was observed for the other variables. **Conclusion:** The study findings have shown the need for policies to promote the active life style in public places for physical activity performance, especially in the west and north of the city.

DESCRIPTORS

Motor Activity; Life Style; Environment.

- 1 Universidade Federal da Paraíba- Centro de Ciências da Saúde- Núcleo de Estudos em Saúde Coletiva
- 2 Doutora em Saúde Pública. Professora do Departamento de Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba. Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde
- 3 Mestre em Educação Física. Professora do Departamento de Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba. Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde

A sociedade contemporânea vem passando por diversas mudanças em seu *status* de saúde, entre elas a transição nutricional, epidemiológica e demográfica (BATISTA FILHO, RISSIN, 2003; BRASIL, 2005, CARVALHO, RODRÍGUEZ-WONG, 2008; HOEHNER *et al.*, 2008). Com a produção científica neste novo contexto e estabelecimento de novos referenciais de saúde pública e individual, o foco sobre a prática regular de atividades físicas tem aumentado e tornado-se essencial para intervenções.

Está bem evidenciada a eficiência e a eficácia das atividades físicas na promoção, prevenção, tratamento e reabilitação de agravos considerados problemas de saúde pública, como as doenças cardiovasculares (BERTOLDI, HALLAL, BARROS, 2006, ROLIM, AMARAL, MONTEIRO, 2007).

Para que haja adesão da população à prática regular de atividades físicas alguns fatores parecem determinantes, como o apoio familiar e comunitário, autoeficácia, motivação, tempo disponível e disponibilidade de materiais e de ambientes (ADAMS *et al.*, 2006, BUSS, PELLIGRINI FILHO, 2007, MALVASI, BOTH, 2005, MARTINS, 2000, WEINBERG, GOULD, 2001).

Neste sentido, destacam-se os ambientes públicos, dada a possibilidade de atenderem elevado número de pessoas, e indivíduos de diversas características sociodemográficas. Parques e praças mostram-se como importantes ferramentas de saúde pública, visto que são espaços de preservação ambiental, de lazer e coesão social, bem como oportunizam indiretamente a diminuição da violência, do uso de drogas e dos custos com saúde (CANADÁ, 2006, MATSUDO *et al.*, 2006). Propostas que incentivam a comunidade a reverter a deterioração do meio ambiente e tornar-se uma comunidade mais saudável tem sido fomentadas, sobretudo visando a inclusão de grupos específicos da população como crianças, idosos e deficientes (CANADÁ, 2010, EDWARDS, TSOUROS, 2008, EUA, 2002).

Neste contexto, conhecer o perfil de usuários de ambiente públicos é preponderante para direcionar investimentos e propor políticas públicas que estimulem a utilização de tais espaços, especialmente para a prática de atividades físicas, considerando as evidências de que as maiores proporções de indivíduos com baixos níveis de atividades físicas estão entre aqueles com menor escolaridade, menor renda familiar, casados e do gênero feminino (BARETTA, BARETTA, PERES, 2007, MATSUDO *et al.*, 2002, PITANGA, LESSA 2005).

Dados da pesquisa nacional do VIGITEL, que tem como objetivo monitorar a frequência e a distribuição de fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis em todas as capitais dos 26 estados

brasileiros, mostraram que em João Pessoa apenas 17,2% da população realizam mais de 150 minutos atividades físicas por semana no seu tempo de lazer, ou seja, são ativos (BRASIL, 2011). Também identifica-se na literatura especializada alguns estudos que demonstram a importância dos ambientes públicos para o nível de atividade física da população (BUSS, PELLEGRINI FILHO, 2007, EDWARDS, TSOUROS, 2008, REIS, 2001, SALLIS *et al.*, 2010, SILVA *et al.*, 2009). No entanto, ainda são escassos dados da cidade de João Pessoa-PB sobre as características e os níveis de atividades físicas dos usuários de ambientes públicos de lazer, com intuito de oferecer subsídios para planejamento de políticas públicas de promoção da saúde.

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi analisar o nível de atividade física e o perfil sociodemográfico dos usuários de ambientes públicos de atividades físicas na cidade de João Pessoa-PB.

MATERIAS E MÉTODOS

Caracterização do estudo

Caracteriza-se como descritivo e transversal, com desenho de estudo epidemiológico ecológico, que considerou o ambiente como unidade de identificação dos sujeitos do estudo. O modelo ecológico busca entender a influência do ambiente sobre os comportamentos relacionados à saúde, procurando compreender a influência do ambiente sobre tais comportamentos, identificando os fatores físicos, sociais e culturais (REIS, 2001).

Seleção dos sujeitos

Fizeram parte do estudo os usuários de ambientes públicos de atividades físicas (praças, campos, ciclovias, pistas/ruas de caminhada e orla marítima) existentes nos diversos bairros do município de João Pessoa – PB conforme a zona de abrangência (leste, oeste, norte, sul). A identificação desses ambientes foi realizada mediante um mapa da cidade de João Pessoa - PB, disponibilizado pela Secretaria de Planejamento (SEPLAN) da cidade, tendo como critério de exclusão o ambiente não estar evidenciado no mapa.

Para composição do grupo de usuários dos ambientes foi utilizado o programa Einfo 6.04 – D. O cálculo foi estimado mediante uma prevalência de 30%, para as variáveis relacionadas aos agravos à saúde, margem de erro de 5 pontos percentuais para cada intervalo de confiança (IC) de 95% e efeito do desenho igual a 1,0, tendo n = 323 como sujeitos de referência.

Desse modo, participaram do estudo cerca de 10 usuários por ambiente (bairros e orla marítima). Além disso, foram incluídos na pesquisa apenas aqueles com idade maior ou igual a 18 anos que estavam presentes nos ambientes investigados nos horários de coleta dos dados. A amostra final do estudo foi composta por 324 indivíduos usuários dos ambientes públicos.

A participação dos sujeitos foi voluntária, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), sendo assegurado o sigilo das informações individuais. O projeto desta pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Lauro Wanderley (CEP-HULW) da Universidade Federal da Paraíba, sob protocolo N° 234/10.

Instrumentos para coleta de dados

Para coleta de dados, foi utilizado um roteiro de entrevista estruturada, elaborado mediante compilação de três instrumentos já utilizados em outros estudos. Desse modo, o roteiro compreendeu informações: a) sociodemográficas, como sexo, idade, estado civil, renda familiar e escolaridade (FERREIRA, 2009); b) hábitos de atividades físicas que os usuários realizam nos ambientes públicos (REIS, 2001) e; c) nível de atividade física dos usuários (MATSUDO *et al.*, 2001), para o qual foi utilizada a versão 8, forma curta, do Questionário Internacional de Atividades Físicas – IPAQ, com questões sobre frequência e duração da realização de atividades físicas moderadas, vigorosas e de caminhada. Para classificação do nível de atividade física foram selecionadas as atividades de acordo com a intensidade (moderada e vigorosa). Em seguida, de forma separada (caminhada moderada e vigorosa) foi multiplicado o tempo pela quantidade de dias. Ao final, somaram-se todos os resultados. Foram considerados que indivíduos com valores ≥ 150 minutos/semana de atividades físicas eram classificados como ativos e com < 150 minutos/semana como insuficientemente ativos (ACSM, 2000).

Procedimentos de coleta

A coleta de dados foi realizada por seis pesquisadores devidamente treinados no período de agosto de 2010 a abril 2011, pela manhã e tarde. O estudo piloto do roteiro de entrevista foi aplicado numa praça da cidade, com o objetivo de testar a clareza e aplicabilidade do instrumento de pesquisa.

Os usuários foram convidados para participar das entrevistas nos próprios ambientes públicos de atividades físicas. A entrevista foi realizada individual-

mente e após assinatura do TCLE, quando o sujeito ficava ciente de sua participação voluntária e também dos objetivos da pesquisa.

Análise dos dados

Os dados coletados foram tabulados e analisados no programa SPSS 13.0. A análise foi realizada mediante recursos da estatística descritiva (frequência e percentual) e do teste de associação de qui-quadrado, adotando-se $p < 0,05$.

RESULTADOS

Do total de 324 participantes, observou-se que maior percentual de usuários pertencia aos bairros da zona sul (30,8%). O perfil predominante foi do gênero feminino (53,7%), da faixa etária entre 18 e 29 anos (37,3%), da cor de pele branca (45,7%), de solteiros (45,7%), de escolaridade entre oito e doze anos de estudo (56,8%), renda familiar entre um e dois salários mínimos (37,3%) e de quatro a seis moradores por residência (48,8%). As características sociodemográficas dos usuários de ambientes públicos da cidade de João Pessoa-PB estão apresentadas na Tabela 1.

Em relação ao gênero, observou-se um equilíbrio em quase todas as zonas. Somente na zona norte prevaleceu o gênero feminino, com 40 mulheres entre os 75 usuários.

A faixa etária com maior prevalência foi de 18 a 29 anos, com as zonas sul e oeste apresentando o maior número de usuários mais jovens. A cor da pele mais observada foi branca, em todas as zonas. Com relação ao estado civil, a maior quantidade foi de solteiros, destacando-se a zona oeste com 54 casos, dos 324 usuários. No nível de escolaridade, destaca-se a zona sul ($n = 66$), onde a maior parte declarou ter entre oito e doze anos de estudo.

Com relação à renda familiar, observou-se que boa parte dos usuários em todas as zonas referiu ter entre um e dois salários mínimos mensais. Os usuários mencionaram de um até seis moradores por residência, sendo nas zonas oeste e sul aquelas com maior número de casos com quatro a seis pessoas por residência.

Para o nível de atividade física, a maior prevalência foi de insuficientemente ativos (59,1%), sobretudo na zona oeste, que apresentou maioria de usuários insuficientemente ativos, com 80 casos assim classificados dentre os 99 usuários (Tabela 2). A zona sul apresentou o maior número de ativos, com 53 casos.

Os usuários foram questionados sobre as principais atividades realizadas por eles nos ambientes públicos do município de João Pessoa-PB (Figura 1), e

foi constatado que as atividades mais prevalentes foram brincar com os filhos (78,5%) e realizar caminhada (52,8%).

Quando avaliadas as relações entre as variáveis investigadas, foram identificadas associações significativas ($p < 0,05$) somente entre o nível de atividade física e as características sociodemográficas renda e escolaridade (Tabela 3).

DISCUSSÃO

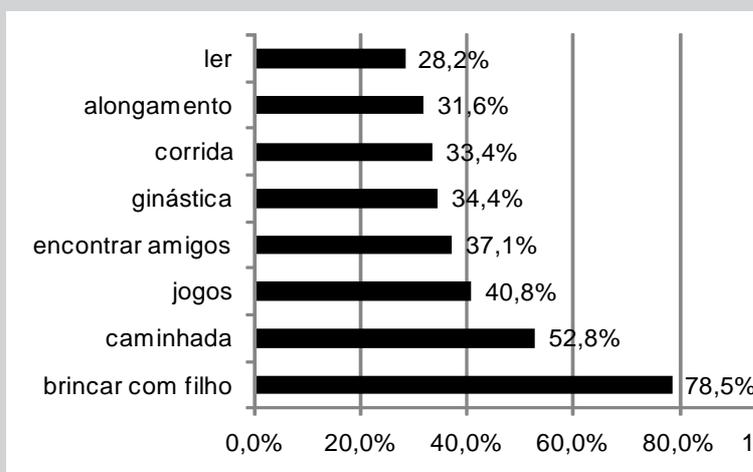
A cidade de João Pessoa conta com uma população de 723.515 pessoas (IBGE, 2010), com prevalência de 17% quanto à prática de atividade física no lazer, segundo dados do VIGITEL (BRASIL, 2010). Já em 2004, um estudo do INCA (2004) indicou João Pessoa como a cidade com a maior prevalência de insuficientemente ativos no Brasil (54,5%).

Tabela 1. Descrição sociodemográfica dos usuários dos ambientes públicos para prática atividades físicas por zonas geográficas do Município de João Pessoa-PB, Brasil, 2010-2011.

Característica	Zonas									
	Norte		Sul		Leste		Oeste		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Gênero										
Masculino	25	7,7	50	15,4	25	7,7	50	15,4	150	46,3
Feminino	40	12,3	50	15,4	35	10,8	49	15,1	174	53,7
Idade										
18-29	29	9,0	38	11,7	15	4,6	36	11,1	121	37,3
30-39	19	5,9	21	6,5	18	5,6	24	7,4	82	25,3
40-49	10	3,1	13	4,0	12	3,7	20	6,2	55	17,0
50-59	3	0,9	9	2,8	5	1,5	8	2,5	25	7,7
60-83	4	1,2	19	5,9	10	3,1	11	3,4	44	13,6
Cor da pele										
Branca	40	12,3	34	10,5	31	9,6	43	13,3	148	45,7
Amarela	5	1,5	9	2,8	1	0,3	7	2,2	22	6,8
Negra	6	1,9	18	5,6	10	3,1	19	5,9	53	16,4
Parda	14	4,3	39	12,0	18	5,6	30	9,3	101	31,2
Estado civil										
Solteiro	37	11,4	39	12,0	18	5,6	54	16,7	148	45,7
Casado	24	7,4	53	16,4	30	9,3	37	11,4	144	44,4
Viúvo	2	0,6	4	1,2	3	0,9	1	0,3	10	3,1
Divorciado	2	0,6	3	0,9	9	2,8	7	2,2	21	6,5
Escolaridade (anos)										
<7	11	3,4	16	4,9	8	2,5	28	8,6	70	21,6
8-12	31	9,6	66	20,4	31	9,6	56	17,3	184	56,8
13	21	6,5	10	3,1	21	6,5	10	3,1	70	21,6
Renda familiar										
1-2 salários mínimos	26	8,0	34	10,5	15	4,6	46	14,2	121	37,3
2-3	13	4,0	38	11,7	7	2,2	34	10,5	92	28,4
3-4	15	4,6	19	5,9	5	1,5	8	2,5	47	14,5
>5	11	3,4	9	2,8	33	10,2	11	3,4	63	19,4
Número de pessoas que reside na casa										
1-3	39	12,0	46	14,2	28	8,6	40	12,3	153	47,2
4-6	23	7,1	51	15,7	31	9,6	54	16,7	158	48,8
7-9	3	0,9	3	0,9	1	0,3	4	1,2	11	3,4
10	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	0,3	1	0,3

Tabela 2. Nível de atividade física dos usuários dos ambientes públicos para prática atividades físicas por zonas geográficas do Município de João Pessoa-PB, Brasil, 2010-2011.

Nível de atividade física	Zonas									
	Norte		Sul		Leste		Oeste		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Ativos	26	8,0	53	16,4	34	10,5	19	5,9	132	40,9
Insuficientemente Ativos	38	11,8	47	14,6	26	8,0	80	24,8	191	59,1

**Figura 1.** Atividades realizadas pelos usuários nos ambientes públicos de prática de atividades físicas do Município de João Pessoa-PB, Brasil, 2010-2011.

O presente estudo confirmou maior prevalência de insuficientemente ativos, com destaques para os usuários dos ambientes públicos da zona oeste da cidade. Ressalta-se que os bairros que compreendem essa zona são os mais carentes de incentivo à promoção de atividades físicas e são pouco contemplados com programas dessa natureza. Daí a necessidade de políticas públicas para a prática de atividade física no lazer, mediante construção/reforma de praças, ciclovias e implantação de projetos que incentivem e ofereçam práticas de atividades físicas com acompanhamento de profissionais de educação física, sobretudo nas zonas oeste e norte, que apresentam também perfil socio-demográfico desfavorável, além de número maior de insuficientemente ativos.

Outros estudos mostraram associações entre nível de atividade física, níveis de fatores psicossociais e demográficos, tais como nível de escolaridade, raça, renda, estado conjugal, tipo de ocupação, pertencimento a grupos de praticantes de exercícios físicos, isolamento social, satisfação com a vida, percepção da saúde, entre outros aspectos (BUSS, PELLEGRINI

FILHO, 2007, KAPLAN *et al.*, 1991, MARTINS, 2000). Alguns estudos apresentam, ainda, aspectos ambientais influenciando o nível de atividade física tais como a proximidade do local de prática, acessibilidade, sensação de segurança, paisagismo, ambientes construídos e percebidos apresentam-se como importantes ferramentas de estímulo a prática de atividades físicas (ROJAS, 2003; REIS, 2001; SALLIS *et al.*, 2010). No presente estudo, constatou-se associação apenas entre o nível de atividade física com renda e escolaridade, e as características ambientais não foram consideradas ou discutidas.

No estudo realizado na cidade de Joaçaba, Santa Catarina (BARETTA, BARETTA, PERES, 2007), foi observado que o baixo nível de atividade física está associado ao gênero feminino, nível de escolaridade de oito anos ou mais de estudo, IMC maior ou menor que faixa considerada como eutrófica (entre 18,5Kg/m² e 29,9 kg/m²). Em uma cidade da Bahia, Pitanga e Lessa (2005) identificaram maior prevalência de insuficientemente ativos em mulheres, com escolaridade de até quatro anos, com idade entre 40-59 anos. Todavia, neste estudo

Tabela 3. Associação entre nível de atividade física e características sociodemográficas em usuários dos ambientes públicos para prática atividades físicas do Município de João Pessoa-PB, Brasil, 2010-2011.

Características sociodemográficas	Ativos		Insuficientemente ativos		χ^2	p
	n	%	n	%		
Gênero						
Masculino	67	50,8	82	42,9	1,92	0,2
Feminino	65	49,2	109	57,1		
Idade (anos)						
18 a 39	81	61,4	104	54,5	1,52	0,2
= 40	51	38,6	87	45,5		
Cor da Pele						
Branco	63	47,7	84	44	0,44	0,5
Amarelo, Pardo e Negro	69	52,3	107	56		
Estado civil						
Casado	64	48,5	79	41,4	1,65	0,2
Solteiro, viúvo, divorciado	68	51,5	112	58,6		
Renda familiar						
1 a 2 salários	41	31,1	80	41,9	3,98	0,04*
> 3 salários	91	68,9	111	58,1		
Escolaridade						
Ensino fundamental e médio	43	32,6	84	44	4,25	0,03*
Superior	89	67,4	107	56		
Número de moradores por residência						
1 – 4	43	74,1	43	71,7	0,34	0,6
> 5	15	25,9	19	28,3		

Nota: χ^2 = valor do qui-quadrado; p= significância; * = p<0,05

o nível de atividade física insuficiente foi associado à menor renda familiar e mais baixa escolaridade. A possível explicação para esse acontecimento pode estar relacionada ao fato de que, com menor grau de instrução, os indivíduos têm menos consciência da importância de adotar atividades físicas como forma de lazer e para manterem-se saudáveis. Outra explicação para a prática de atividade física insuficiente nos ambientes públicos é que a baixa renda e escolaridade estão possivelmente implicadas em menor qualificação profissional e, conseqüentemente, em funções mais árduas e fisicamente desgastantes no trabalho, com conseqüente cansaço físico e menor vitalidade no tempo de lazer.

Ressalta-se que no presente estudo foi mensu-

rada apenas a atividade física no lazer, não se analisando outros contextos como os deslocamentos para/no trabalho, as atividades domésticas e em outros ambientes. Sabe-se que pessoas que apresentaram atividade física insuficiente no lazer podem não apresentar esse perfil quando considerado o todo do seu cotidiano.

CONCLUSÃO

Quanto o perfil sociodemográfico e o nível de atividade física de usuários de ambientes públicos de atividades físicas do município de João Pessoa – PB, Brasil, observou-se que predominaram os usuários

residentes na zona norte, do gênero feminino, na faixa etária entre 18 e 29 anos, com a cor de pele branca, solteiros, com escolaridade entre oito e doze anos de estudo, renda familiar entre um e dois salários mínimos e de quatro a seis moradores por residência (48,8%). A maior prevalência foi de insuficientemente ativos no lazer (59,1%) nos referidos ambientes, estando estes concentrados em sua maioria na zona oeste. Foi verificada

associação significativa somente entre nível de atividade física e as características sociodemográficas renda e escolaridade. De posse dessas informações, estratégias de incentivo podem ser traçadas para promover maior adesão às atividades físicas e melhor utilização dos ambientes públicos de prática de atividades físicas no município de João Pessoa-PB.

REFERÊNCIAS

- ADAMS MA, HOVELL MF, IRVIN V, SALLIS JF, COLEMAN KJ, LILES S. Promoting stair use by modeling: an experimental application of the behavioral ecological model. *American Journal of Health Promotion*. 21(2):101-109, 2006.
- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. 6 ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2000.366p.
- BARETTA E, BARETTA M, PERES KG. Nível de atividade física e fatores associados em adultos no Município de Joaçaba, Santa Catarina, Brasil. *Cad Saúde Pública*, 23(7):1595-1602, 2007
- BATISTA FILHO M, RISSIN A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. *Cad Saúde Pública*. 19(1):181-191, 2003.
- BERTOLDI AD, HALLAL PC, BARROS AJ. Physical activity and medicine use: evidence from a population based study. *BMC Public Health*. 6(224):1-6, 2006.
- BRASIL, Banco Mundial. *Enfrentando o desafio das doenças não transmissíveis no Brasil*. Brasília; 2005. Relatório nº 32576-BR.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. *Vigitel Brasil 2006: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa*. Brasília: Ministério da Saúde, 2007.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. *Vigitel Brasil 2010: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa*. – Brasília: Ministério da Saúde, 2010.
- BUSS PM, PELLEGRINI FILHO A. A saúde e seus determinantes sociais. *PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva*. 17(1):77-93, 2007.
- CANADÁ. Ministério da Promoção da Saúde. *Community physical activity planning: a resource manual for communities preparing plans*. 2010.100p.
- CANADÁ. *Active Living. A Business Plan to Increase Physical Activity in Canada*. 2006. Disponível em: < <http://www.activeliving.ca/pdf/PABusinessplanfinal.pdf> > Acesso em: 10 out. 2011.
- CARVALHO JAM, RODRÍGUEZ-WONG LL. A transição da estrutura etária da população brasileira na primeira metade do século XXI. *Cad. Saúde Pública*. 24(3):597-605, 2008.
- EDWARDS P, TSOUROS AD. *A healthy city is an active city: a physical activity planning guide*. 1 ed., Copenhagen: World Health Organization Europe, 2008.90p.
- EUA. U.S. Department of Health and Human Services. *Physical Activity Evaluation Handbook*. Atlanta, GA...U.S. Atlanta: Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention; 2002.
- FERREIRA DKS. Condições de saúde, de trabalho e modos de vida de policiais militares: Estudo de caso na cidade do Recife- PE. 1 ed., Recife: Fiocruz; 2009.204p.
- HOEHNER CM, SOARES J, PEREZ DP, RIBEIRO IC, JOSHU CE, PRATT M, LEGETIC BD, MALTA DC, MATSUDO VR, RAMOS LR, SIMÕES EJ, BROWNSON RC. Physical activity interventions in Latin America: a systematic review. *Am J Prev Med*. 3(24):224-233, 2008.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. 2010. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/cidadesat/topwindow.htm?1>. Acessado em: 23, maio de 2011
- INCA. Coordenação de Prevenção e Vigilância, Instituto Nacional de Câncer. *Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não transmissíveis. Brasil, 15 capitais e Distrito Federal 2002-2003*. Rio de Janeiro: Instituto Nacional de Câncer; 2004.186p.
- KAPLAN GA, LAZARUS NB, COHEN RD, LEU DJ. Psychosocial factors in the history of physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*. 7(1):12-17, 1991.
- MALAVASI LM, BOTH J. Motivação: uma breve revisão de conceitos e aplicações. *Revista Digital Buenos Aires*. 10(89), 2005. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd89/motivac.htm> > Acesso em: 4 out. 2011.
- MARTINS MO. *Estudo dos fatores determinantes da prática de atividades físicas de professores universitários*. Dissertação de Mestrado, Florianópolis: UFSC, 2000.183p.

22. MATSUDO SMM, ARAÚJO T, ANDRADE V, ANDRADE E, OLIVEIRA LC, BRAGGION G. Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde.* 6(2):05-18, 2001.
23. MATSUDO SMM, MATSUDO VKR, ARAÚJO T, ANDRADE D, ANDRADE E, OLIVEIRA LC, BRAGGION G. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. *Rev. Bras. Ciên. e Mov.*10(4): 41-50, 2002.
24. MATSUDO VKR, ARAÚJO TL, MATSUDO SMM, GUEDES JS. Usando a gestão móvel do modelo ecológico para promover atividade física. *Diagn Tratamento.*11(3):184-189, 2006.
25. PITANGA FJG, LESSA I. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo no lazer em adultos. *Cad Saúde Pública.* 21(3): 870-877, 2005.
26. REIS RS. Determinantes ambientais para a realização de atividades físicas nos parques urbanos de Curitiba: Uma abordagem sócio-ecológica da percepção dos usuários. Dissertação de Mestrado, Florianópolis: UFSC, 2001.114p.
27. ROJAS PNC. Aderência aos Programas de Exercícios Físicos em Academias de Ginástica na Cidade de Curitiba – PR. 1 ed., Florianópolis: UFSC, 2003. 203p.
28. ROLIM LMC, AMARAL SL, MONTEIRO HL. Hipertensão e exercício: custos do tratamento ambulatorial, antes e após a adoção da prática regular e orientada de condicionamento físico. *Hipertensão.* 10(2):54-61,2007.
29. SALLIS JF, KERR J, CARLSON JA, NORMAN GJ, SAELENS BE, DURANT N, AINSWORTH BE. Evaluating a brief self-report measure of neighborhood environments for physical activity research and surveillance: Physical Activity Neighborhood Environment Scale (PANES). *J Phys Act Health.* 7(4):533-40, 2010.
30. SIQUEIRA FV, FACCHINI LA, PICCINI RX, TOMASI E, THUMÉ E, SILVEIRA DS, HALLAL PC. Atividade física em adultos e idosos residentes em áreas de abrangência de unidades básicas de saúde de municípios das regiões Sul e Nordeste do Brasil. *Cad Saúde Pública.* 24(1):39-54, 2008.
31. SILVA DAS, PETROSKI EL, REIS RS. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos, *Motriz*,15(2):219-227, 2009.
32. THOMAS JR, NELSON JK. Métodos de Pesquisa em Atividade Física. 3ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.396p.
33. WEINBERG RS, GOULD D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício. 2 ed., Porto Alegre: Artmed, 2001.624p.

CORRESPONDÊNCIA

James Silva Moura Junior
Rua professora maria Sales, 621. Aptº201. Tambaú.
58039-130 João Pessoa – Paraíba – Brasil

Email

jamesbuchmeier@hotmail.com