

Artigo Original

Inatividade física no lazer em trabalhadores da indústria do Rio Grande do Sul, Brasil

Giovâni Firpo Del Duca^{1,*}
Elusa Santana A. de Oliveira¹
Thiago Ferreira de Sousa¹
Kelly Samara da Silva¹
Markus Vinicius Nahas¹

¹ Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e saúde (NuPAF), Programa de Pós-graduação em Educação Física, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, Brasil

Resumo: O estudo investigou a prevalência e os fatores associados à inatividade física no lazer em trabalhadores da indústria do Rio Grande do Sul. Empregou-se questionário para a coleta de dados, com uso da regressão de Poisson na análise. Participaram do estudo 2.265 trabalhadores, sendo a maioria homens (55,9%). Grande proporção dos trabalhadores enquadraram-se na faixa etária de até 29 anos (47,6%). A prevalência de inatividade física no lazer foi de 45,6% (IC95%: 43,5; 47,6), associando-se com: sexo feminino, ter companheiro(a), ser fumante, não estar satisfeito(a) com o peso corporal e apresentar percepção negativa de bem-estar no lazer. Detectou-se associação direta do desfecho com o aumento da idade e associação inversa com a autopercepção de saúde. Conclui-se que a prevalência de inatividade física no lazer em trabalhadores foi elevada, sendo o sexo feminino e a percepção de bem-estar no lazer negativa os fatores mais fortemente associados à ocorrência de tal comportamento..

Palavras-chave: Atividade Motora. Atividades de Lazer. Trabalhadores. Saúde do Trabalhador. Estudos Transversais.

Physical inactivity during leisure-time among industrial workers from the State of Rio Grande do Sul, Brazil

Abstract: The objective of this study was to investigate the prevalence and associated factors to physical inactivity during leisure-time in a representative sample of industrial workers from Rio Grande do Sul, Brazil. Physical inactivity was defined as the negative response to the question: "Do you perform any type of physical activity during leisure-time, such as exercises (calisthenics, walking, jogging), sports, dance or martial arts?" The sample included 2,265 workers, and the prevalence of physical inactivity was 45.6% (CI95%: 43.5; 47.6), which was significantly higher for females, those living with a companion, smokers, those not satisfied with their body weight, and those with a negative perception of their own leisure. Besides, it was observed a positive association of physical inactivity with age, and a negative association with self assessment of health status. Overall, results indicate that the prevalence of leisure-time physical inactivity among industrial workers in this state was high, with greater exposition to this unhealthy behavior for females, and those perceiving their own leisure-time as not satisfying.

Key Words: Motor Activity. Leisure Activities. Workers. Occupational Health. Cross-sectional Studies.

Introdução

O processo de transição epidemiológica, caracterizado pelo abrupto aumento da ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis e diminuição das doenças infecciosas representa um problema emergente para a saúde pública ([WORLD HEALTH ORGANIZATION](#), 2002). Destaca-se que um estilo de vida inadequado, marcado pela presença de comportamentos de risco como o tabagismo e a inatividade física, representa um fator desencadeador para o surgimento de tais agravos à saúde ([YUSUF et al.](#), 2004).

Assim, a adoção da prática de atividade física para a população em geral ([U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES – USDHHS](#), 2008) é essencial à aquisição de possíveis benefícios à saúde ([HASKELL et al.](#), 2007), pois seu efeito protetor à ocorrência de morbidade, como as doenças cardiovasculares está bem documentado na literatura ([PAFFENBARGER JR et al.](#), 1993).

Especialmente em trabalhadores, observa-se uma maior suscetibilidade ao estresse ([TSUTSUMI et al.](#), 2009), assim como a adoção de hábitos inadequados à saúde, como os hábitos alimentares negativos ([REIME et al.](#), 2000;

[BARROS](#); [NAHAS](#), 2001) e inatividade física ([BARROS](#); [NAHAS](#), 2001, [CASSANI](#) et al., 2009). Em contrapartida, trabalhadores praticantes de atividades físicas regulares apresentam maior capacidade para o trabalho ([RAFFONE](#); [HENNINGTON](#), 2005), além de uma autopercepção positiva de saúde ([FONSECA](#) et al., 2008).

Tendo em vista que o diagnóstico do comportamento de trabalhadores para a prática de atividades físicas contribui para a formulação de programas de intervenção eficazes na área de saúde pública, o objetivo do presente estudo foi identificar a prevalência e os fatores associados à inatividade física no lazer em trabalhadores da indústria do estado do Rio Grande do Sul.

Métodos

O presente estudo faz parte da pesquisa nacional intitulada “Perfil de estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores das indústrias brasileiras”, realizado pelo Serviço Social da Indústria (SESI) ([NAHAS](#), 2009). Trata-se de uma análise secundária de dados, onde a população alvo foi constituída por trabalhadores da indústria do estado do Rio Grande do Sul.

A coleta de dados ocorreu no segundo semestre de 2007. O estado do Rio Grande do Sul possuía, nesse ano, 670.326 trabalhadores atuando em 5.553 empresas, distribuídas em oito regiões geográficas, segundo dados fornecidos pelo Departamento Regional do Sesi/Rio Grande do Sul, que detém as melhores informações de estimativa dos trabalhadores da indústria do estado. A amostra do estudo foi determinada em dois estágios, de modo a ser representativa do conjunto de indústrias da região. No primeiro estágio, recorreu-se à seleção aleatória e proporcional ao número de indústrias, considerando a distribuição dos trabalhadores em empresas de grande (500 ou mais trabalhadores), médio (100 a 499) e pequeno porte (20 a 99). No segundo estágio, de cada uma das empresas sorteadas na fase anterior do processo amostral foram selecionados de forma aleatória e sistemática os trabalhadores em número proporcional ao porte das empresas.

O cálculo do tamanho de amostra foi conduzido considerando os seguintes parâmetros e estimativas: prevalência de inatividade física no lazer de 45%, erro aceitável da estimativa de 3%, intervalo de confiança de 95% (IC95%), poder de 80%, adicional de 50% em função do efeito de delineamento e 20% em função da análise ajustada, o que resultou em um tamanho amostral de 1.900 trabalhadores para a viabilização do estudo.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário auto-administrado adaptado do primeiro instrumento criado para o estudo de trabalhadores da indústria do estado de Santa Catarina, em 2004 ([FONSECA](#), 2005). Os aplicadores e responsáveis técnicos do Sesi/Rio Grande do Sul receberam treinamento prévio por videoconferência, visando a padronização dos procedimentos de aplicação dos questionários. Os responsáveis técnicos fizeram contato prévio com a administração das empresas selecionadas para o agendamento da coleta de dados. Esse procedimento foi realizado em pequenos grupos (três a 15 trabalhadores), com a supervisão de um aplicador, no intuito de esclarecer possíveis dúvidas.

A variável dependente do estudo foi a inatividade física no lazer, definida pela resposta negativa à seguinte questão: “Você realiza, regularmente, algum tipo de atividade física no seu lazer, como: exercícios físicos (ginástica, caminhada, corrida), esportes, danças ou artes marciais?”. Já as variáveis independentes do estudo foram categorizadas da seguinte forma: sexo (masculino e feminino); idade (≤ 29 , 30-39 e ≥ 40 anos completos); escolaridade (≤ 7 , 8-10, 11 e ≥ 12 anos completos); situação conjugal (com companheiro(a) e sem companheiro(a), a partir da dicotomização do estado civil), renda familiar bruta (≤ 600 , 601-1.500, 1.501-3.000 e ≥ 3.001); tabagismo (nunca fumou, fumante e ex-fumante); índice de massa corporal ($\leq 24,9$, 25-29,9 e $\geq 30,0$ - baseado na recomendação da Organização Mundial da Saúde e com equivalência às categorias baixo peso/normal, sobrepeso e obesidade) ([WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1998](#)); característica do trabalho (atividades leves, atividades moderadas e atividades intensas); satisfação com peso corporal (sim e não); autopercepção de saúde (excelente, boa e regular/ruim); percepção de bem-estar no lazer (positiva e negativa, referentes às categorias muito bem/bem e mais ou menos/mal/muito mal, respectivamente).

As informações coletadas foram digitalizadas a partir da leitura ótica dos questionários pelo programa Sphynx (*Sphynx Software Solutions Incorporation*, Washington, Estados Unidos). Além disso, houve a revisão manual de possíveis inconsistências encontradas nesse procedimento. Para análise dos dados, utilizou-se o programa Stata, versão 9.0 (*Stata Corporation, College Station, Estados Unidos*), incluindo procedimentos de estatística descritiva para cálculos de prevalência e IC95%, bem como a estatística analítica, a partir de análise bruta e ajustada dos dados. Em ambas as análises foi empregada a

regressão de Poisson considerando-se estatisticamente significativos valores $p \leq 0,05$. Para a modelagem estatística, adotou-se, na análise ajustada, a estratégia de seleção para trás e um nível crítico de $p \leq 0,20$ para permanência no modelo, com intuito de controle de confusão.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Santa Catarina (parecer nº009/2007). Todos os trabalhadores foram informados do caráter voluntário da participação neste levantamento, e

de que suas respostas seriam mantidas em sigilo, sem qualquer identificação dos respondentes.

Resultados

Dentre os 2.528 trabalhadores das indústrias do estado do Rio Grande do Sul elegíveis, participaram do estudo 2.265, o que representa um percentual de respostas de 89,6%. A maioria dos trabalhadores eram homens (55,9%), com grau de escolaridade equivalente ao ensino médio completo (52,1%) e viviam com companheiro(a) – 54,7%.

Tabela 1. Descrição dos trabalhadores da indústria conforme características sociodemográficas, comportamentais e de saúde estratificada por sexo e na amostra total. Rio Grande do Sul, 2007.

Variável	Homens (n=1267)		Mulheres (n=987)		Total (n=2265)	
	n	%	n	%	n	%
Idade (anos completos)						
≤ 29	561	44,4	512	52,0	1075	47,6
30 a 39	357	28,2	292	29,7	651	28,8
≥ 40	347	27,4	180	18,3	532	23,6
Escolaridade (anos completos)						
≤ 7	198	15,7	180	18,3	379	16,8
8 a 10	225	17,8	154	15,6	379	16,8
11	704	55,6	470	47,7	1179	52,1
≥ 12	138	10,9	181	18,4	322	14,3
Situação conjugal						
Com companheiro(a)	741	58,6	490	49,7	1237	54,7
Sem companheiro(a)	524	41,4	497	50,3	1024	45,3
Renda familiar bruta						
≤ 600	168	13,4	216	22,2	385	17,2
601 a 1.500	601	48,1	414	42,5	1019	45,6
1.501 a 3.000	337	26,9	238	24,5	577	25,8
≥ 3.001	145	11,6	105	10,8	252	11,3
Tabagismo						
Nunca fumou	831	65,8	779	79,1	1618	71,6
Ex-fumante	239	18,9	114	11,6	354	15,7
Fumante	193	15,3	91	9,3	286	12,7
Índice de massa corporal (kg/m²)^a						
≤ 24,9	612	49,5	689	73,7	1307	59,9
25,0 a 29,9	495	40,0	177	18,9	676	31,0
≥ 30,0	130	10,5	69	7,4	199	9,1
Característica do trabalho						
Atividades leves	375	29,7	523	53,3	904	40,1
Atividades moderadas	710	56,3	408	41,6	1123	49,8
Atividades intensas	176	14,0	50	5,1	226	10,0
Satisfação com peso corporal						
Sim	681	53,9	358	36,5	1047	46,4
Não	582	46,1	624	63,5	1209	53,6
Autopercepção de saúde						
Excelente	292	23,1	191	19,4	484	21,4
Boa	849	67,1	666	67,4	1523	67,3
Regular/ruim	124	9,8	130	13,2	255	11,3
Percepção de bem-estar no lazer						
Positiva	916	72,5	706	71,6	1632	72,2
Neutra/negativa	348	27,5	280	28,4	629	27,8

^a Variável com maior número de valores ignorados (n=83).

Grande proporção dos trabalhadores enquadraram-se na faixa etária de até 29 anos (47,6%) e apresentaram renda familiar bruta de 601 a 1.500 reais (45,6%). Com relação às características do trabalho, enquanto 53,3% das mulheres estavam envolvidas em atividades leves em sua jornada de trabalho, 56,3% dos homens realizavam atividades moderadas. Além disso, 71,6% dos trabalhadores nunca fumaram, 53,6%

estavam insatisfeitos com peso corporal, 67,3% referiram perceber sua saúde como boa e 72,2% apresentaram percepção de bem-estar positiva no lazer. A descrição completa das características dos trabalhadores é apresentada estratificada por sexo e total na Tabela 1.

A prevalência de inatividade física no lazer foi de 45,6% (IC_{95%} = 43,5; 47,6). Com relação ao local para a prática de atividade física no lazer,

homens e mulheres apresentaram escolhas semelhantes, respectivamente, ruas e parques (37,3% versus 46,3%), seguido dos clubes e das academias (30,8% versus 29,6%). Vale destacar que as instalações da indústria para a prática de atividade física nos momentos de lazer foram utilizadas por apenas 5,4% dos homens e 6,0% das mulheres.

Quanto ao tipo principal de atividade física praticada, houve importantes diferenças quando

comparados os dois sexos. A maioria dos homens (54,5%) relatou envolvimento com atividades esportivas, seguidas de prática de caminhada (20,8%) e ginástica/musculação (7,5%). Por sua vez, as mulheres praticaram prioritariamente a caminhada (44,8%), seguida por ginástica/musculação (18,4%) e esportes (10,9%). Maiores detalhes obtidos com relação ao tipo principal de atividade física praticada no lazer podem ser visualizados na Figura 1.

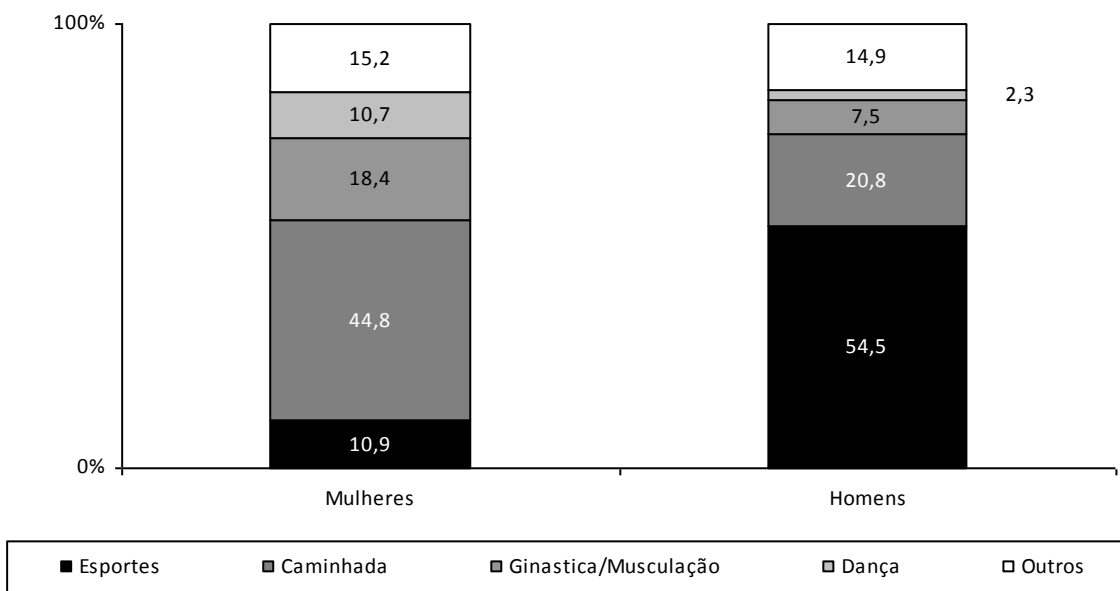


Figura 1. Tipo principal de atividade física no lazer em homens e mulheres trabalhadores da indústria do Rio Grande do Sul, 2007. (p=0,003).

Com relação à companhia para a prática de atividade física (Figura 2) enquanto a maioria (52,6%) dos homens realizava atividades físicas em grupo, as mulheres (41,2%) realizavam tais atividades sem companhia.

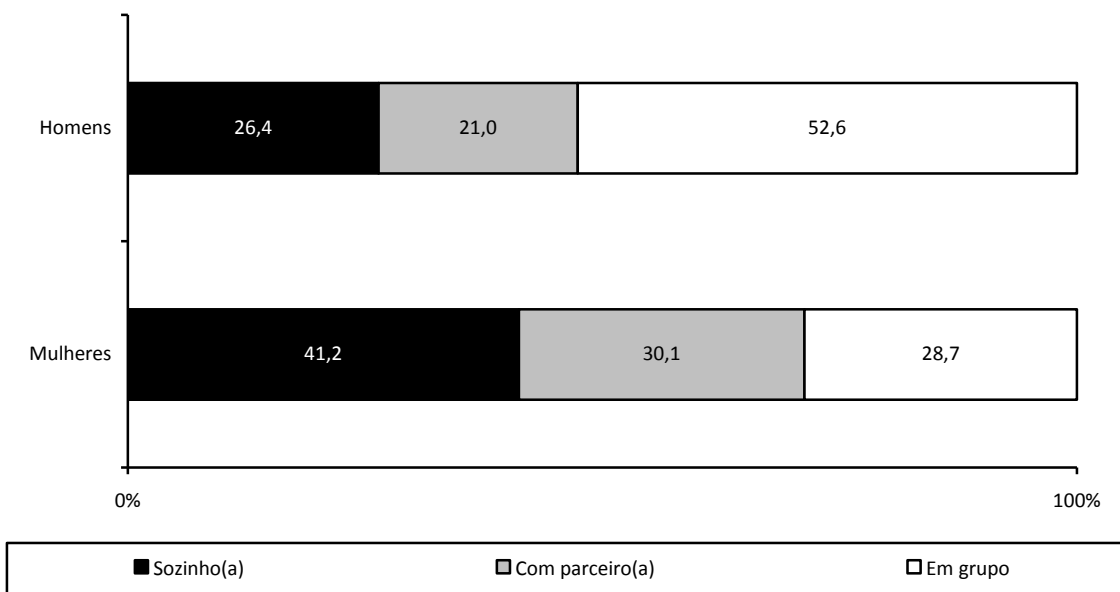


Figura 2. Companhia para a prática de atividades físicas no lazer em homens e mulheres trabalhadores da indústria do Rio Grande do Sul, 2007. (p<0,001).

Na análise bruta (Tabela 2) da inatividade física no lazer, houve associação do desfecho com: sexo feminino, ter companheiro(a), ser fumante, não estar satisfeito(a) com o peso corporal e apresentar percepção negativa de bem-estar no lazer. Além disso, observou-se associação direta da inatividade física no lazer com o aumento da idade e inversa com a autopercepção de saúde.

Na análise ajustada (Tabela 2), confirmaram-se como significativas as mesmas associações encontradas na análise bruta. Mulheres

apresentaram uma probabilidade 51% maior de serem inativas no lazer que os homens. Indivíduos com companheiro tiveram uma probabilidade cerca de 1,2 vezes maior de serem inativos no lazer do que aqueles sem companheiro(a). Indivíduos fumantes apresentaram uma probabilidade 1,3 vezes maior de inatividade física do que aqueles que nunca fumaram.

Tabela 2. Prevalência da inatividade física no lazer, análise bruta e ajustada conforme as variáveis independentes do estudo em trabalhadores da indústria do Rio Grande do Sul (2007).

Nível	Variáveis	Inatividade Física (%)	Análise Bruta		Análise Ajustada	
			RP ^a (IC95%) ^b	p	RP ^a (IC95%) ^b	p
	Sexo			<0,001		<0,001
	Masculino	37,9		1,00		1,00
	Feminino	55,1	1,45 (1,29; 1,64)		1,51 (1,33; 1,71)	
	Idade (anos completos)			0,009		0,03
	≤ 29	41,6		1,00		1,00
	30 a 39	48,0	1,15 (1,00; 1,33)		1,10 (0,94; 1,27)	
	≥ 40	50,4	1,21 (1,04; 1,41)		1,19 (1,02; 1,40)	
	Escolaridade (anos completos)			0,19		0,58
	≤ 7	47,9	1,16 (0,93; 1,46)		1,13 (0,90; 1,41)	
	8 a 10	47,4	1,15 (0,92; 1,44)		1,22 (0,97; 1,53)	
	11	45,4	1,10 (0,91; 1,34)		1,23 (1,01; 1,49)	
	≥ 12	41,1	1,00		1,00	
	Situação conjugal			0,001		0,001
	Com companheiro(a)	50,0	1,24 (1,10; 1,41)		1,24 (1,09; 1,42)	
	Sem companheiro(a)	40,3	1,00		1,00	
	Renda familiar bruta			0,70		0,83
	≤ 600	49,0	1,04 (0,83; 1,31)		1,02 (0,78; 1,33)	
	601 a 1.500	44,6	0,95 (0,78; 1,16)		0,97 (0,78; 1,22)	
	1.501 a 3.000	44,8	0,95 (0,77; 1,18)		0,97 (0,77; 1,21)	
	≥ 3.001	47,0	1,00		1,00	
	Tabagismo			0,04		0,01
	Nunca fumou	43,4	1,00		1,00	
	Ex-fumante	48,6	1,12 (0,95; 1,32)		1,16 (0,97; 1,38)	
	Fumante	53,9	1,24 (1,04; 1,48)		1,30 (1,08; 1,55)	
	Índice de massa corporal (kg/m²)			0,26		0,19
	≤ 24,9	44,3	1,00		1,00	
	25,0 a 29,9	46,8	1,06 (0,92; 1,21)		1,10 (0,95; 1,27)	
	≥ 30,0	49,3	1,11 (0,90; 1,38)		1,12 (0,90; 1,39)	
	Característica do trabalho			0,29		0,92
	Atividades leves	49,2	1,00		1,00	
	Atividades moderadas	41,7	0,85 (0,74; 0,97)		0,90 (0,78; 1,03)	
	Atividades intensas	50,5	1,03 (0,83; 1,26)		1,15 (0,93; 1,44)	
	Satisfação com peso corporal			<0,001		<0,001
	Sim	38,7	1,00		1,00	
	Não	51,4	1,33 (1,17; 1,51)		1,21 (1,05; 1,40)	
	Autopercepção de saúde			<0,001		0,02
	Excelente	34,2	1,00		1,00	
	Boa	47,0	1,38 (1,16; 1,63)		1,22 (1,02; 1,45)	
	Regular/ruim	58,9	1,72 (1,38; 2,15)		1,32 (1,04; 1,67)	
	Percepção de bem-estar no lazer			<0,001		<0,001
	Positiva	38,7	1,00		1,00	
	Negativa	63,6	1,64 (1,45; 1,86)		1,51 (1,32; 1,73)	

^a RP: Razão de prevalências

^b IC95%: Intervalo de confiança de 95%

^c Tendência linear

A insatisfação com o peso corporal e a percepção negativa de bem-estar no lazer também se associaram com o desfecho. Além disso, o aumento da idade ($p=0,03$) e a pior

autopercepção de saúde (0,02) também estiveram associados à inatividade física no lazer.

Discussão

Os dados do presente estudo demonstram que o perfil dos trabalhadores das indústrias do Rio

Grande do Sul é representado por homens, em idade jovem, com grau de escolaridade equivalente ao ensino médio completo, vivendo com companheiro(a) e com renda familiar bruta de até 1.500 reais. As características observadas na maioria dos trabalhadores gaúchos, relacionadas ao hábito de não fumar e estar com peso corporal adequado, predispõem a uma condição muito favorável de saúde. As evidências científicas ([WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1998](#), [WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2002](#); [USDHHS, 2008](#)) indicam que os comportamentos ligados ao estilo de vida dos indivíduos têm uma relação imediata com a saúde. Em contextos populacionais diversos, estudos têm demonstrado uma elevada prevalência de comportamentos de risco, incluindo-se, dentre outros: baixo nível de prática de atividade física regular, alimentação inadequada, tabagismo, alcoolismo e excesso de peso ([YUSUF et al., 2004](#)).

No presente estudo, a prevalência de inatividade física no lazer (45,6%) foi semelhante à ocorrência média observada também em trabalhadores de outros estados brasileiros (45,4%) ([NAHAS, 2009](#)); todavia, a maior proporção de trabalhadores inativos no lazer foi encontrada no estado do Ceará (56,1%) e a menor, em Santa Catarina (32,4%) ([NAHAS, 2009](#)). Em levantamento ([MARTINEZ-GONZALEZ et al., 2001](#)) realizado em 15 países da União Européia, detectou-se que os países ao Sul da Europa apresentaram maiores níveis de inatividade física no lazer quando comparados com aqueles do Norte, com maior prevalência em Portugal (59,3%) e a menor, na Finlândia (8,1%). Portanto, independente do instrumento de medida e dos pontos de corte utilizados para o estabelecimento da inatividade física, esse parece ser um comportamento influenciado por questões geográficas e culturais.

A existência de locais como ciclovias, ruas com calçadas adequadas, clubes e parques estão associados à maior acessibilidade de tais instalações, sendo uma importante estratégia em nível ambiental a ser utilizada por políticas públicas que privilegiem a promoção da atividade física ([HUMPEL et al., 2002](#)). A preferência das atividades físicas de lazer mostrou concordância com o estudo de [SALLES-COSTA et al. \(2003\)](#) ao observarem que a participação dos homens é maior em atividades esportivas coletivas e, entre as mulheres, as atividades preferidas são a caminhada, ginástica e dança. Uma possível

explicação para tal achado reside na questão sócio-cultural, onde meninos são estimulados, desde cedo, a se envolverem com atividades esportivas como forma de socialização e divertimento, enquanto as meninas envolvem-se com atividades físicas em uma perspectiva de desenvolvimento da imagem corporal.

No presente estudo as mulheres foram mais inativas no lazer. Diferenças entre os sexos na prática de atividade física têm sido sistematicamente apontadas por outros estudos ([MARTINEZ-GONZALEZ et al., 2001](#); [HALLAL et al., 2003](#); [FONSECA et al., 2008](#)). Com relação à idade, neste estudo confirmou-se que indivíduos com idade mais avançada apresentam maior prevalência de inatividade física, ou seja, à medida que aumenta a idade, cresce a ocorrência de inatividade física nesse domínio da atividade física ([HALLAL et al., 2003](#); [PLOTNIKOFF et al., 2004](#); [DIAS-DA-COSTA et al., 2005](#)). Tais achados reforçam a importância de se estabelecer estratégias de promoção da atividade física, especialmente para grupos de risco, no caso, as mulheres e indivíduos com maior idade.

Quanto à situação conjugal, percebe-se que os indivíduos vivendo com companheiro são mais inativos no lazer do que aqueles sem companheiro(a). No entanto, em uma análise estratificada por sexo, [BARROS e NAHAS \(2001\)](#) observaram que apenas entre as mulheres o estado civil solteiro foi o grupo com menor prevalência de insuficientemente ativos no lazer.

As associações de baixos níveis de escolaridade e renda familiar com a inatividade física no lazer estão bem estabelecidas na literatura ([HALLAL et al., 2003](#); [DIAS-DA-COSTA et al., 2005](#)), mas não foram comprovadas em nosso trabalho. Uma provável explicação para isso está relacionada às características de escolarização diferenciadas da amostra do presente estudo. Apenas 16,8% dos trabalhadores avaliados não tinham ensino fundamental completo e 66,4% tinham, no mínimo, ensino médio completo, o que demonstra pequeno percentual de indivíduos com escolaridade reduzida e pequena variabilidade no grau de instrução geral dos mesmos. Já a renda familiar bruta foi obtida de forma categórica com o intuito de facilitar a coleta de dados do estudo. Tal alternativa impossibilitou a recategorização da variável, em função da pequena variabilidade de distribuição dos trabalhadores em algumas das

categorias de renda, dificultando uma maior precisão de caracterização do trabalhador sob o ponto de vista econômico.

Em nosso estudo, indivíduos fumantes, insatisfeitos com o peso corporal, com percepção negativa de bem-estar no lazer e pior autopercepção de saúde apresentaram maiores ocorrências de inatividade física no lazer. Entre trabalhadores norte-americanos, níveis intensos de atividade física no lazer estavam inversamente relacionados ao estresse, ao tabagismo, ao consumo de gordura na dieta e à obesidade (BOUTELLE et al., 2000). Já em trabalhadores brasileiros do estado de Santa Catarina (FONSECA et al., 2008) verificou-se que a percepção negativa de saúde esteve diretamente associada com a atividade física de lazer, percepção da qualidade do sono e percepção do estresse.

Já no estudo realizado por MARTINEZ-GONZÁLEZ e colaboradores (2001), em uma amostra representativa de adultos da União Européia, os autores observaram que em ambos os sexos, os resultados mostraram uma tendência significativa de aumento de tempo de prática de atividade física no lazer nos indivíduos não fumantes. Além disso, uma associação inversa foi encontrada entre o índice de massa corporal e a prática de atividade física. Em nossos achados, apesar de não ser observada a relação entre o índice de massa corporal e a inatividade física, indivíduos fumantes também apresentaram maior probabilidade de inatividade física no lazer. Tal resultado comprova a importância de estudos de diagnóstico e monitoramento sobre comportamentos de risco à saúde, que geralmente tendem a ser somatizados em um mesmo indivíduo.

A diminuição da autopercepção de saúde também elevou a probabilidade de ocorrência de inatividade física no lazer nos trabalhadores da indústria. A percepção negativa perante o processo saúde/doença parece guardar uma estreita relação com variáveis comportamentais relacionadas à saúde dos indivíduos, como a presença de morbidade (SVEDBERG et al., 2006) e comportamentos de risco para a saúde, como a inatividade física (KASMEL et al., 2004). Ainda mais expressivo foi o resultado relacionado à percepção negativa de bem-estar no lazer, que elevou a ocorrência de inatividade física no lazer em 51%. Essa variável, mesmo após análise

ajustada, manteve seu efeito independente para a ocorrência do desfecho. Um indicativo para o encontro desse resultado está no fato de que tanto a percepção de bem-estar (exposição) quanto a inatividade física (desfecho) foram avaliadas no período de lazer, sendo comprovado de que a prática regular de atividade física guarda estreita relação com a sensação de saúde e bem-estar, assim como menores ocorrências de depressão e declínio cognitivo (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2005).

Algumas das limitações do presente estudo estão, particularmente, pelo emprego do delineamento transversal, que impede o entendimento de relações causais entre a inatividade física no lazer e muitas das exposições avaliadas, além do uso de certos procedimentos amostrais, como a substituição de algumas empresas que não permitiram a aplicação dos questionários por outras de mesmo porte. Em casos específicos onde o trabalhador selecionado não estivesse no local de trabalho no momento da coleta ou se negasse a participar, procedeu-se a escolha do nome imediatamente posterior na relação de empregados. Optou-se especificamente por essas duas estratégias de reposição (indústrias e trabalhadores) para minimizar as perdas amostrais em determinadas regiões com pequena quantidade de indústrias, o que poderia inviabilizar o estudo pela falta de poder e representatividade. Dentre os pontos positivos, destaca-se a estimativa da inatividade física no lazer e fatores associados em uma população pouco explorada na literatura, bem como a leitura ótica dos questionários, que evitou qualquer erro de entrada de dados e o alto percentual de resposta obtido (89,6%).

Por fim, a prevalência de inatividade física no lazer em trabalhadores da indústria do Rio Grande do Sul mostrou-se elevada e semelhante àquelas observadas em estudos de base populacional com populações adultas no Brasil (HALLAL et al., 2003; DIAS-DA-COSTA et al., 2005; BARETTA et al., 2007). Enquanto os homens priorizam a práticas esportivas em atividades realizadas em grupos, as mulheres preferem a caminhada e a prática individual. Estratégias coletivas dentro das próprias indústrias e voltadas à promoção de atividades físicas, como torneios de integração e grupos de caminhada devem levar em consideração as diferenças entre os sexos a fim de se obter êxito. Indivíduos do sexo feminino e que relataram

percepção de bem-estar no lazer negativa foram aqueles que apresentaram maior probabilidade de ocorrência de inatividade física no lazer. Portanto, políticas públicas devem priorizar trabalhadores com essas características, a fim de se reduzir consideravelmente a inatividade física nessa população.

Referências

BARETTA, E.; BARETTA, M.; PERES, K. G. Nível de atividade física e fatores associados em adultos no município de Joaçaba, Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 7, p. 1595-1602, 2007. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2007000700010>>. Acesso em: 20 out. 2010.

BARROS, M. V. G.; NAHAS, M. V. Comportamentos de risco, auto-avaliação do nível de saúde e percepção de estresse entre trabalhadores da indústria. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, n. 35, v. 6, p.554-563, 2001. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102001000600009>>. Acesso em: 20 out. 2010.

BOUTELLE, K. N.; MURRAY, D. M.; JEFFERY, R. W.; HENNRİKUS, D. J.; LANDO, H. A. Associations between exercise and health behaviors in a community sample of working adults. **Preventive Medicine**, New York, v. 30, n. 3, p. 217-224, 2000. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1006/pmed.1999.0618>>. Acesso em: 20 out. 2010.

CASSANI, R. S. L.; NOBRE, F.; PAZIN FILHO, A.; SCHMIDT, A. Prevalência de fatores de risco cardiovascular em trabalhadores de uma indústria brasileira. **Arquivos Brasileiros Cardiologia**, Rio de Janeiro, v. 92, n. 1, p. 16-22, 2009. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0066-782X2009000100004>>. Acesso em: 20 out. 2010.

DIAS-DA-COSTA, J. S.; HALLAL, P. C.; WELLS, J. C. K.; DALTOÉ, T.; FUCHS, S. C.; MENEZES, A. M. B. ET AL. Epidemiology of leisure-time physical activity: a population-based study in southern Brazil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.21, n. 1, p. 275-282, 2005. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2005000100030>>. Acesso em: 20 out. 2010.

FONSECA, S. A. **Inatividade física no lazer e outros fatores de risco à saúde em industriários catarinenses, 1999-2004**. 2005. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Santa Catarina, 2005. Disponível em: <www.tede.ufsc.br/teses/PGEF0118.pdf>. Acesso em: 25 nov. 2008.

FONSECA, S. A.; BLANK, V. L. G.; BARROS, M. V. G.; NAHAS, M. V. Percepção de saúde e fatores associados em industriários de Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 3, p. 567-576, 2008. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2008000300010>>. Acesso em: 20 out. 2010.

HALLAL, P. C.; VICTORA, C. G.; WELLS, J. C. K.; LIMA, R. C. Physical inactivity: prevalence and associated variables in Brazilian adults. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, Hagerstown, v. 35, n. 11, p. 1894-1900, 2003. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1249/01.MSS.0000093615.33774.0E>>. Acesso em: 20 out. 2010.

HASKELL, W.; LEE, I.; PATE, R.; POWELL, K.; BLAIR, S.; FRANKLIN, B. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. **Circulation**, Baltimore, n. 116, p. 1081-1093, 2007. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.107.185649>>. Acesso em: 20 out. 2010.

HUMPEL, N.; OWEN, N.; LESLIE, E. Environmental factors associated with adults' participation in physical activity: a review. **American Journal of Preventive Medicine**, Washington, v. 22, n. 3, p.188-199, 2002. Disponível em: <http://www.sciencedirect.com/science?_ob=MIimg&_imagekey=B6VHT-459W2H8-9-1&_cdi=6075&_user=687353&_pii=S0749379701004263&_orig=browse&_coverDate=04/30/2002&_sk=999779996&_view=c&_wchp=dGLbVzz-zSkzV&_md5=7cdf6ce6fb2267fc6be10975ae2bd63b&_ie=/sdarticle.pdf>. Acesso em: 26 nov. 2008.

KASMEL, A.; HELASOJA, V.; LIPAND, A.; PRATTALA, R.; KLUMBIENE, J.; PUDULE, I. Association between health behaviour and self-reported health in Estonia, Finland, Latvia and Lithuania. **The European Journal of Public Health**, Oxford, v. 14, n. 1, p. 32-36, 2004. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1093/eurpub/14.1.32>>. Acesso em: 20 out. 2010.

MARTINEZ-GONZALEZ, M. A. V. J.; SANTOS, J. L.; DE IRALA, J.; GIBNEY, M.; KEARNEY, J.; ET AL. Prevalence of physical activity during leisure time in the European Union. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, Hagerstown, v.33, n. 7, p.1142-1146, 2001. Disponível em: <http://vnweb.hwwilsonweb.com/hww/results/external_link_maincontentframe.jhtml?_DARGS=/hww/results/results_common.jhtml.42>. Acesso em: 26 nov. 2008.

NAHAS, M. V. **Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores das indústrias brasileiras: relatório geral**. Brasília: SESI, 2009. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE [OMS]. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília. 2005. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2008.

PAFFENBARGER JR, R. S.; HYDE, R. T.; WING, A. L.; LEE, I.; JUNG, D. L.; KAMPERT, J. B. The association of changes in physical-activity level and other lifestyle characteristics with mortality among men. **New England Journal of Medicine**, Boston, v. 328, n.8, p.538-545, 1993. Disponível em: <<http://content.nejm.org/cgi/content/full/328/8/538>>. Acesso em: 25 nov. 2009.

PLOTNIKOFF, R. C.; MAYHEW, A.; BIRKETT, N.; LOUCAIDES, C. A.; FODOR, G. Age, gender, and urban-rural differences in the correlates of physical activity. **Preventive Medicine**, New York, v. 39, n. 6, p.1115-1125, 2004. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1016/j.ypmed.2004.04.024>>. Acesso em: 25 nov. 2009.

RAFFONE, A. M., HENNINGTON, E. A. Avaliação da capacidade funcional dos trabalhadores de enfermagem. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 4, p. 669-676, 2005. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102005000400023>>. Acesso em: 25 nov. 2009.

REIME, B.; NOVAK, P.; BORN, J.; HAGEL, E.; WANKE, V. Eating habits, health status, and concern about health: a study among 1641 employees in the german metal industry. **Preventive Medicine**, New York, v. 30, n. 4, p. 295-301, 2000. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1006/pmed.2000.0647>>. Acesso em: 25 nov. 2009.

SALLES-COSTA, R.; HEILBORN, M. L.; WERNECKII, G. L.; FAERSTEIN, E.; LOPES, C. S. Gênero e prática de atividade física no lazer. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, supl. 2, p. 325-333, 2003b. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2003000800014>>. Acesso em: 25 nov. 2009.

SVEDBERG, P.; BARDAGE, C.; SANDIN, S.; PEDERSEN, N. L. A prospective study of health, life-style and psychosocial predictors of self-rated health. **European Journal of Epidemiology**, Rotterdam, v. 21, n. 10, p. 767-776, 2006. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1007/s10654-006-9064-3>>. Acesso em: 25 nov. 2009.

TSUTSUMI, A.; KAYABA, K.; KARIO, K.; ISHIKAWA, S. Prospective study on occupational stress and risk of stroke. **Archives of Internal Medicine**, Chicago, v.169, n.1, p.56-61, 2009. Disponível em: <<http://archinte.ama-assn.org/cgi/reprint/169/1/56>>. Acesso: 25 nov. 2009.

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES [USDHHS]. **Physical Activity Guidelines for Americans: be active, healthy, and happy!** Washington: [s.n.], 2008. Disponível em: <<http://www.cdc.gov/Features/BeActive/>>. Acesso em: 20 nov. 2009.

YUSUF, S.; HAWKEN, S.; ÔUNPUU, S.; DANS, T.; AVEZUM, A.; LANAS, F. ET AL. Effect of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction in 52 countries (the Interheart study): case-control study. **The Lancet**, New York, v.364, n.9438, p.937-952, 2004. Disponível em: <[http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(04\)17018-9](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(04)17018-9)>. Acesso em: 20 nov. 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO]. **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Geneva. 1998. Disponível em: <<http://apps.who.int/bookorders/anglais/detart1.jsp?sesslan=1&codlan=1&codcol=10&codcch=894>>. Acesso em: 12 dez. 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION [WHO]. **The world health report: reducing risks, promoting healthy life**. Geneva. 2002. Disponível em: <<http://www.who.int/whr/2002/en/>>. Acesso em: 15 nov. 2009.

Endereço:

Giovâni Firpo Del Duca
Campus Universitário, Coordenadoria de Pós-Graduação em Educação Física.
Bairro Trindade, Florianópolis SC Brasil
88040-900
Telefone: +55 (48) 3721.9926
e-mail: gfdelduca@gmail.com

Recebido em: 29 de março de 2010.

Aceito em: 9 de dezembro de 2010.



Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Rio Claro, SP, Brasil - eISSN: 1980-6574 - está licenciada sob [Creative Commons - Atribuição 3.0](http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/)