

VALORAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA: DISCUSSÃO SOBRE UMA IDEIA IDENTIFICADA MAS NÃO CONTEXTUALIZADA NA LITERATURA

*PHYSICAL ACTIVITY VALUATION: A DISCUSSION ON AN IDENTIFIED
IDEA NOT CONTEXTUALIZED IN THE LITERATURE* 

*EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA: DISCUSIÓN SOBRE UNA IDEA
IDENTIFICADA PERO NO CONTEXTUALIZADA EN LA LITERATURA* 

 <https://doi.org/10.22456/1982-8918.127334>

 **Ana Flávia Andalécio Couto da Silva*** <anaandalecio@yahoo.com.br>

 **Camila Bosquiero Papini**** <camila.papini@uftm.edu.br>

 **Emerson Sebastião***** <esebast2@illinois.edu>

 **Karina Brunheroti****** <karina_brunheroti@outlook.com>

 **Alynne Christian Ribeiro Andaki**** <alynneandaki@yahoo.com.br>

 **Eduardo Kokubun******* <ekokubun@rc.unesp.br>

* Centro Universitário do Cerrado. Patrocínio, MG, Brasil.

** Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM). Uberaba, MG, Brasil.

*** University of Illinois at Urbana-Champaign. Urbana, IL, United States.

**** Centro Universitário de Jaguariúna. Jaguariúna, SP, Brasil.

***** Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (UNESP). São Paulo, SP, Brasil.

Resumo: A valoração da atividade física é uma abordagem não evidenciada como conceito ou definição. Assim, o objetivo do presente estudo foi compreender a conceituação e fomentar uma discussão preliminar acerca da valoração da atividade física, por meio de uma revisão sistemática de literatura seguida de uma revisão integrativa utilizando diferentes estratégias de busca. A partir dos critérios de inclusão da revisão sistemática não foram identificados estudos que procuraram definir e/ou conceituar a valoração da atividade física. Porém, a partir da seleção e leitura dos artigos na revisão integrativa, buscou-se compreender em quais contextos os estudos foram desenvolvidos e quais os métodos de valoração se referiam à atividade física. Sugere-se que a valoração da atividade diz respeito à importância que o indivíduo direciona a atividade física, ou seja, um juízo de valor determinado à atividade física que pode se relacionar ao custo hedônico, valoração contingente e ao custo evitado.

Palavras-chave: Formação de conceito. Tomada de decisões. Atitude. Julgamento.

Recebido em: 18 out. 2022
Aprovado em: 27 set. 2023
Publicado em: 14 dez. 2023



Este é um artigo publicado
sob a licença *Creative
Commons* Atribuição 4.0
Internacional (CC BY 4.0).

1 INTRODUÇÃO¹

A prática regular de atividade física (AF) é um fator diretamente ligado à saúde e está fortemente associada ao bem-estar, à qualidade de vida e à prevenção de diversas doenças crônicas como, por exemplo, doenças cardiovasculares, alguns tipos de câncer, doenças respiratórias e diabetes (MARKER; STEELE; NOSER, 2018; PUCIATO; BORYSIUK; ROZPARA, 2017; SILVA *et al.*, 2017; WHO, 2018). A adoção de um estilo de vida fisicamente ativo desencadeia diversos benefícios relacionados à saúde física e mental, mesmo quando os indivíduos possuem dificuldades em atingir as recomendações atuais (BRASIL, 2021a; WARBURTON; BREDIN, 2017).

Os benefícios para a saúde advindos da prática de AF são de amplo conhecimento; no entanto, uma parcela significativa da população não possui o hábito de praticar AF de maneira regular. No Brasil, foi constatado que somente 36,8% da população adulta atinge as recomendações de AF no tempo livre e é considerada fisicamente ativa (BRASIL, 2021b). Esses dados são preocupantes, pois sugerem que indivíduos adultos escolhem a prática de atividades que não envolvem movimento corporal nas suas atividades de lazer.

Sabe-se que esse processo de escolha se relaciona diretamente com a motivação e, quando esses motivos interferem negativamente no processo de tomada de decisão, tais motivos são considerados barreiras. No tempo livre, a escolha do comportamento a ser adotado relaciona-se diretamente às barreiras identificadas (SALLIS; OWEN, 1998) e, nessa perspectiva, a falta de tempo é a barreira mais prevalente na tomada de decisão em relação à AF (VIEIRA; SILVA, 2019). Por outro lado, também tem sido constatado que, no tempo livre, 63,3% das pessoas passam três horas ou mais por dia em atividades de tela (e.g., televisão, computador, tablet ou celular) (BRASIL, 2019, p. 19). Esses números demonstram que no tempo livre as AF não são prevalentes, apesar de perceber-se que o “tempo” existe. Consequentemente, essa barreira poderia ser superada, o que não ocorre por oportunidades (ou falta delas), escolhas e preferências no processo de tomada de decisão individual.

Nessa perspectiva divergente, estudar e compreender todo o contexto envolto na questão da AF, incluindo analisar os fatores inerentes aos sujeitos que aderem e aos que não aderem a esse comportamento, é uma ferramenta importante para compreender a tomada de decisão relacionada as escolhas individuais. Dentre esses fatores inclui-se a valoração, que pode ser entendida como a determinação da importância de algo, por exemplo a AF, de forma pessoal e subjetiva (NOGUEIRA; MEDEIROS; ARRUDA, 2000).

A valoração quando analisada em seu conceito primário está relacionada à economia, ao valor monetário. No entanto, mais amplo que o significado/entendimento econômico da palavra, valoração também remete ao ato de valorar, de

¹ Este artigo é um desdobramento de: SILVA, Ana Flávia Andalécio Couto da. **Valoração**: contextualização no âmbito da atividade física, desenvolvimento e validação de conteúdo do questionário de valoração da atividade física (QVAF). 2020. 147 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Uberaba, 2020. Disponível em: <http://bdtd.uftm.edu.br/bitstream/123456789/1080/1/Dissert%20Ana%20F%20A%20C%20Silva.pdf>. Acesso em: 21 set. 2022.

determinar o valor ou a importância. O conceito de valoração tem sido empregado em diversas áreas, como no contexto ambiental (LYNCH; SPENCER; EDWARDS, 2020; NOGUEIRA; MEDEIROS; ARRUDA, 2000; SILVA; LIMA, 2004), na valoração de programas (FEITOSA *et al.*, 2016) e na área da saúde (ALVES *et al.*, 2016; LEME *et al.*, 2017; SILVA; SILVA; PEREIRA, 2016). Assim, o conceito se relaciona de alguma forma à importância de algo a partir de comportamentos, percepções e escolhas individuais.

Com o objetivo de auxiliar na problemática da inatividade física e no entendimento sobre as escolhas dos sujeitos frente à prática de AF, baseado na sua importância, surge a ideia da valoração da atividade física (VAF). Dado a inexistência de informação sobre a questão da valoração no âmbito da AF, o presente estudo tem por objetivo compreender a conceituação e fomentar uma discussão preliminar sobre a VAF, por meio de uma revisão sistemática de literatura seguida de uma revisão integrativa.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo teórico com revisões de literatura utilizando-se diferentes estratégias de buscas no contexto da VAF. Inicialmente foi conduzida uma revisão sistemática (fase 1) com o objetivo de buscar estudos para compreender especificamente o conceito ou definição da VAF. Posteriormente foi conduzida uma revisão integrativa (fase 2) com objetivo de contextualizar os cenários da VAF, explorar temas relacionados aos tipos de valoração e buscar conceitos ou definições.

2.1 REVISÃO DE LITERATURA SISTEMÁTICA (FASE 1)

A busca pela compreensão da conceituação da VAF foi planejada para ocorrer a partir de uma revisão de literatura sistemática. Para isso, foram utilizadas as bases de dados *Pubmed*, *Science Direct*, *World Wide Science*, *Scielo*, Biblioteca Virtual em Saúde, Portal de Periódicos CAPES e *Google Scholar*. Utilizou-se o cruzamento dos seguintes unitermos: *valuation*, *physical activity* e *exercise*. Nas bases de dados, o arranjo das buscas ocorreu de forma que o termo *valuation* e concomitantemente um dos termos *physical activity* ou *exercise* estivessem sempre presentes. Para isso, foi utilizado o operador booleano *AND*, a fim de combinar os unitermos.

A busca ocorreu entre 01 de junho e 05 de agosto de 2020, considerando os seguintes critérios de inclusão: artigo publicado na íntegra; ano de publicação nos últimos dez anos (2010 a 2020); publicação em português ou inglês; artigos com abordagem da temática VAF ou do exercício físico como conceito, definição ou objetivo de estudo ou ainda relacionado ao valor monetário da AF. Os artigos duplicados foram excluídos. Para esse processo, foi utilizado o programa *Zotero*®. A análise e a seleção dos artigos foram realizadas em 3 etapas: 1 - leitura dos títulos; 2 - leitura dos resumos; 3 - leitura na íntegra. Todas as fases foram realizadas por pares de revisores, individualmente e de forma cega. As divergências foram analisadas e resolvidas por um terceiro revisor, também de forma cega.

2.2 REVISÃO DE LITERATURA INTEGRATIVA (FASE 2)

A busca pela contextualização da VAF foi planejada para ocorrer a partir de uma revisão de literatura sistemática, sendo que foi necessário posteriormente organizar uma nova metodologia de busca sob a forma de uma revisão integrativa. Essa espécie de revisão foi escolhida porque objetiva analisar as ideias e conceitos disponíveis, não analisar partes e resultados de um artigo. Utiliza-se a voz do revisor a partir de análises para se compreender conceitos e contextos (KHOO; JIN-CHEON; JAIDKA, 2011).

Essa fase foi organizada a partir da leitura, na íntegra, dos 10 artigos incluídos para a leitura do resumo na revisão sistemática, onde novos termos foram identificados. Ditos termos foram escolhidos tanto devido a sua reincidência em diversos estudos quanto por sua relevância temática. Devido a isso novas estratégias de buscas foram desenvolvidas na etapa das buscas da revisão integrativa, visando encontrar estudos que tratassem sobre temáticas relacionadas à VAF. Considerou-se, nessa fase, os mesmos critérios de inclusão e exclusão de duplicação da busca sistemática.

Devido à busca na 2ª fase possuir múltiplos termos, ela foi realizada na base de dados *Pubmed*. Essa base foi selecionada porque possui um acervo bibliográfico extenso na área biomédica, indexação das principais bases de dados e por ser considerada um buscador-referência (WILLIAMSON; MINTER, 2019).

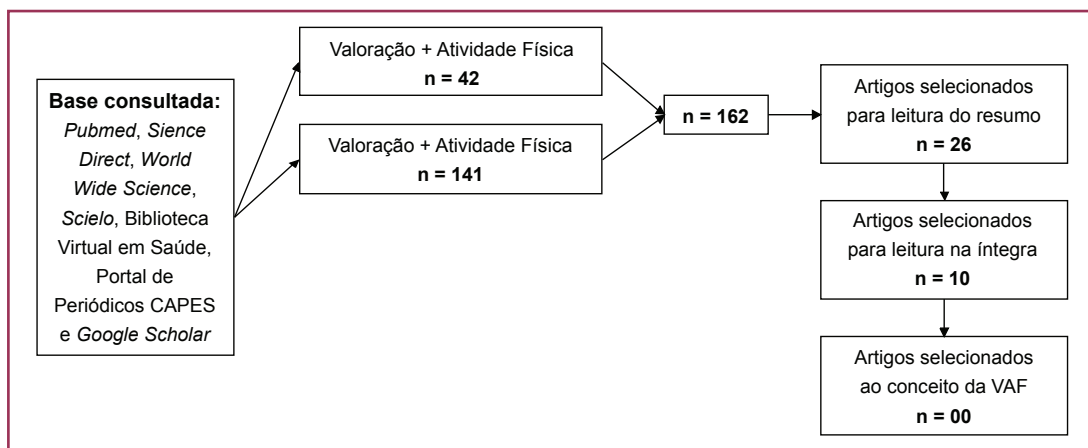
As buscas nas três etapas da revisão integrativa e a seleção de estudos incluídos para leitura na íntegra foram realizadas por 1 pesquisador, entre o período de 06 de agosto a 29 de outubro de 2020.

3 RESULTADOS

Este estudo foi planejado para ocorrer inicialmente sob o formato de uma revisão sistemática de literatura porém, após sua conclusão, não foi possível atingir o objetivo proposto. Dessa forma, foi identificada a necessidade de realizar uma revisão integrativa para atingir o contextualizar e conceituar a VAF.

Pelo processo de busca da revisão sistemática, após a exclusão das duplicatas, foram encontrados 162 artigos. A partir da leitura dos títulos, 115 foram excluídos pelo par de revisores por não se relacionarem ao objetivo do presente estudo e 26 artigos foram selecionados para leitura do resumo. A partir da leitura do resumo, 15 artigos foram excluídos por não se relacionarem à abordagem da temática VAF ou do exercício físico como conceito, definição ou objetivo de estudo. Assim, foram incluídos 11 artigos para leitura na íntegra e, desses, 1 artigo foi excluído pois não foi encontrado na íntegra. Os resultados das etapas da revisão de literatura estão apresentados na figura 1.

Figura 1 – Fluxograma da revisão sistemática realizada para o estudo teórico da valoração da atividade física.



Fonte: Autores.

Os dados dos 10 artigos incluídos para leitura na íntegra estão delineados no quadro 1.

Quadro 1 - Informações dos artigos incluídos, na última fase, da revisão sistemática para o estudo teórico da Valoração da Atividade Física.

Autor	Ano e país	Objetivo do Estudo	Conceito/ideia relacionado a valoração
ALBELWI; ROGERS; KUBIS	2019 Reino Unido	Avaliar o exercício enquanto recompensa.	Valorização do exercício com recompensa monetária.
CHEVAL, B. <i>et al.</i>	2019 *	Investigar o efeito do gasto de energia na atividade cerebral relacionada à recompensa.	Valorização da recompensa através do gasto energético.
COCHRANE <i>et al.</i>	2019 **	Analisar o custo-benefício de intervenções preventivas direcionadas a indivíduos fisicamente inativos.	Revisão sistemática relacionada ao custo-benefício do indivíduo ser ativo.
HAGBERG; LINDHOLM.	2010 *	Descrever uma forma de mensurar os custos do tempo gasto em atividade física.	Valorizar e custear o tempo gasto no exercício.
HAGBERG; LUNDQVIST; LINDHOLM.	2020 Suécia	Estimar o custo do tempo gasto em exercício entre pacientes da atenção primária à saúde com fatores de risco metabólicos que recebem atividade física sob prescrição.	Custo do tempo gasto no exercício.
HSU; BLANDFORD	2014 Reino Unido e Estados Unidos	Entender as recompensas e os custos que cercam os comportamentos de controle de peso dos indivíduos, descobrindo oportunidades de tecnologias de controle de peso.	Avaliação e valorização de custo-recompensa.
HUNTER <i>et al.</i>	2018 Irlanda do Norte	Avaliar a eficácia e custo-benefício, de uma intervenção baseada em esquema de fidelidade, envolvendo recompensas para aumentar a atividade física em funcionários do setor público.	Valorização da atividade física a partir de recompensas.

Continua na próxima página...

Continuação do quadro 1

RODRIGUES <i>et al.</i>	2020 Portugal	Estimar os benefícios econômicos e de saúde para a população adulta do deslocamento modal de condução para viagens ativas em ambientes urbanos.	Valorização do transporte ativo diminuindo os custos da saúde pública.
ROMÉ <i>et al.</i>	2010 Suécia	Estimar a disposição a pagar por melhorias de saúde entre os participantes do programa "Atividade Física com Prescrição".	Valorização do tempo e da atividade física.
WOLFENSTETTER	2011 **	Desenvolver uma estrutura conceitual de avaliação econômica baseado na eficácia da atividade física, nos métodos padrão de avaliação econômica e nos objetivos da saúde pública.	Conceitos relacionados a avaliação econômica de intervenções de atividade física.

Fonte: Autores.

Legenda: * = não identificado; ** = artigo de revisão

Apesar dos estudos incluídos se relacionarem à metodologia de valoração no contexto da AF ou exercício físico, nenhum deles tratou a ideia da VAF como conceito ou objetivo de estudo. Assim, não foi discutida sua ideia para possibilitar tal compreensão. Dessa forma, na primeira fase de buscas, não foram encontrados estudos que possibilitassem a conceituação e contextualização da VAF.

A partir da leitura na íntegra dos 10 artigos incluídos na revisão sistemática, foi desenvolvida uma análise de conteúdo. Esta "[...] se destina a classificar e categorizar qualquer tipo de conteúdo, reduzindo suas características a elementos-chave [...]" (CARLOMAGNO; ROCHA, 2016).

Sendo assim foram adotadas regras específicas para leitura dos artigos: foram selecionados termos que apresentassem redundância nos artigos e que se relacionassem com a definição de valoração em outras temáticas ou que tivessem relação com AF ou exercício físico. Após uma leitura minuciosa e adotando-se os critérios acima, alguns foram selecionados. Assim, verificou-se a necessidade de compreender esses termos por meio da revisão integrativa. Os unitermos levantados em cada um dos artigos estão apresentados no quadro 2.

Quadro 2 - Termos importantes observados nos artigos incluídos na revisão sistemática, na etapa de leitura na íntegra.

Autor	Ano	Termos importantes do estudo	
ALBELWI; ROGERS; KUBIS	2019	• Valorização do exercício • Disposição a pagar • Hedonismo	• Valoração econômica • Desconto por atraso • Recompensa
CHEVAL, B. <i>et al.</i>	2019	• Valorização e custo energético	• Recompensa • Comportamento
COCHRANE <i>et al.</i>	2019	• Avaliação econômica • Saúde pública	• Métodos econômicos na saúde
HAGBERG; LINDHOLM.	2010	• Valorização do exercício	• Valorização do tempo • Custo efetividade
HAGBERG; LUNDQVIST; LINDHOLM.	2020	• Custo-benefício • Custo-efetividade • Disposição a pagar	• Atividade física por prazer • Valoração econômica

Continua na próxima página...

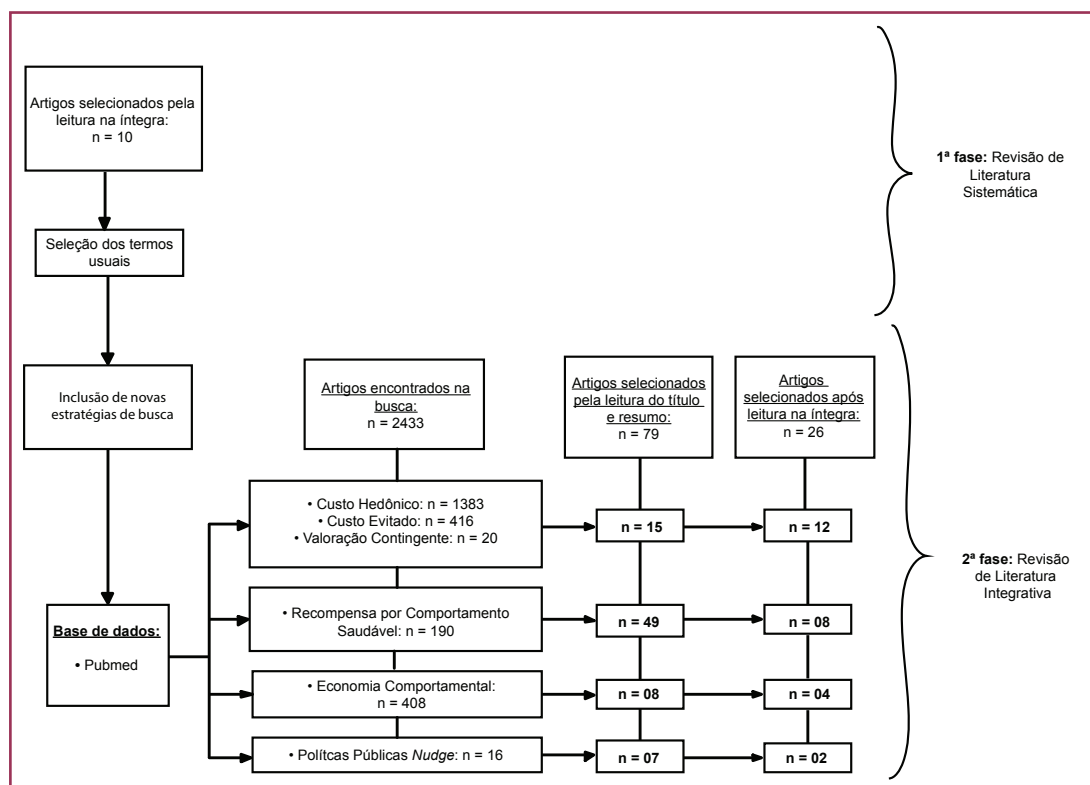
Continuação do quadro 2

HSU; BLANDFORD	2014	• Custo hedônico • Desconto por atraso • Recompensa	• Tomada de decisão • Comportamento
HUNTER <i>et al.</i>	2018	• Valorização da atividade física • Avaliação contingente • Avaliação econômica	• Recompensa • Custo-benefício • Custo-efetividade • Comportamento
RODRIGUES <i>et al.</i>	2020	• Avaliação econômica • Disposição a pagar • Custo evitado	• Políticas públicas • Comportamento
ROMÉ <i>et al.</i>	2010	• Disposição a pagar • Avaliação econômica • Valoração contingente	• Comportamento • Saúde pública
WOLFENSTETTER	2011	• Avaliação econômica • Custos	• Comportamento • Políticas Públicas

Fonte: Autores.

A partir da análise de conteúdo, os pesquisadores analisaram os termos, buscaram e analisaram suas definições e selecionaram os que direcionavam a valoração e a AF, para que assim pudessem tentar compreender a VAF. Os termos incluídos na etapa de busca da revisão integrativa foram custo hedônico, custo evitado, valoração contingente, recompensa por comportamento saudável, economia comportamental e políticas públicas, sendo nesse último adicionada a palavra *nudge* [incentivo, em tradução livre] para poder refinar o estudo.

A busca dos artigos na revisão integrativa ocorreu a partir dos unitermos selecionados. Foram encontrados 1383 relacionados ao custo hedônico, 416 ao custo evitado, 20 à valoração contingente, 190 à recompensa por comportamento saudável, 408 à economia comportamental e 16 às políticas públicas de tipo *nudge*, totalizando 2433 artigos encontrados na segunda fase. Esses artigos foram selecionados inicialmente pela leitura do título, onde deveriam apresentar relação do unitermo com AF. Posteriormente foi realizada a leitura do resumo com o mesmo critério e assim foram selecionados 26 artigos para leitura na íntegra e utilização neste estudo. A descrição completa da revisão integrativa encontra-se na figura 2.

Figura 2 – Fluxograma descritivo das revisões sistemática e integrativa, desenvolvidas para o estudo teórico da Valoração da Atividade Física

Fonte: Autores.

No transcorrer da leitura na íntegra dos estudos, tanto nos artigos da revisão sistemática como nos da integrativa foram identificados tipos de valoração e contextos relacionados à VAF, possibilitando compreender seu conceito e discutir sua contextualização.

4 DISCUSSÃO

A partir da leitura dos estudos verificou-se que a VAF é identificada como um resultado de escolhas relacionadas à AF (ALBELWI; ROGERS; KUBIS, 2019; LYNCH; LONGO; HUTCHINSON, 2011) mas conceitualmente sua contextualização e importância não foram identificadas. Verificou-se ainda que alguns termos e conceitos presentes nos estudos poderiam direcionar a compreensão da ideia da VAF. Todo o processo de revisão, seja sistemática ou integrativa, possibilitou criar uma fundamentação teórica direcionada a compreender a ideia e contextualizar a VAF.

4.1 VALORAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA: TIPOS DE VALORAÇÃO

Para iniciar a contextualização da VAF é imprescindível compreender o termo “valoração”. No dicionário a palavra valoração tem como significado “ação de atribuir valor a; juízo de valor; ato de valorar, de determinar a importância, a qualidade, o preço de algo” (VALORAÇÃO, 2018). Na área ambiental a valoração econômica é consolidada. De acordo com Pearce (1993) “os métodos de valoração

econômica ambiental são utilizados para estimar os valores que as pessoas atribuem aos recursos ambientais, com base em suas preferências individuais”. Nogueira, Medeiros e Arruda (2000) acrescentam que “considerando seu gosto e preferências, cada indivíduo terá um conjunto de preferências que será usado na valoração de todo e qualquer bem ou serviço, incluindo os ambientais”.

Assim, pode-se inferir que a valoração está relacionada a um juízo de valor que o sujeito atribui a algo, baseado em suas preferências individuais. Ainda, é possível observar que termos empregados na área da economia se relacionam diretamente a valoração. Dos tipos de valoração verificados na literatura, considera-se que três termos podem apresentar correlação à área da AF por serem direcionados à ideia da VAF: custo hedônico, custo evitado e valoração contingente.

Na área da economia, o método de “preço/custo hedônico” remete às qualidades de um produto somado com seu preço de mercado (custos *versus* qualidade). Por exemplo: ao se comprar um imóvel, se observa toda sua infraestrutura e suas características locacionais e ambientais que despertam no comprador a vontade da compra. Sendo assim, o indivíduo “valora” todas as particularidades do imóvel e não somente sua parte estrutural (NOGUEIRA; MEDEIROS; ARRUDA, 2000). Isso remete ao hedonismo, que pode ser definido pela busca pelo prazer, e consequentemente evitar o desprazer (EKKEKAKIS; DAFERMOS, 2012).

O termo hedonismo é utilizado em diversos âmbitos, na psicologia, por exemplo, explica-se que o prazer e a busca por ele é um dos principais motivadores do comportamento humano (MURPHY; EAVES, 2016; VEENHOVEN, 2003). Transportado para a VAF, custo hedônico pode ser compreendido como a percepção do “sentido/motivo/motivação” da prática relacionado à sensação de prazer que a AF pode proporcionar ao indivíduo e, a partir disso, a AF apresenta uma maior importância para o praticante. Consequentemente, também uma maior valoração ou “disposição a pagar”.

Evidências sugerem que o prazer ou desprazer experimentado durante o exercício pode influenciar a atividade física subsequente. A inatividade física pode ser resultante de um conflito entre informações avaliadas positivamente sobre benefícios à saúde e experiências afetivas desagradáveis (EKKEKAKIS; PARFITT; PETRUZZELLO, 2011). Estudos mostram que a relação direta do prazer com a prática regular de AF está associada com a intensidade na qual se realiza o exercício e quando a pessoa autorregula essa intensidade é proporcionada uma maior sensação de prazer e consequentemente acarreta uma experiência positiva (EKKEKAKIS, 2009; EKKEKAKIS; PARFITT; PETRUZZELLO, 2011).

O método “custo evitado”, na área da economia, se refere à disposição de um “custo preventivo” ou “custo defensivo” para evitar maiores custos futuros. Como exemplo, comprar água mineral e/ou ferver a água encanada para se proteger de uma contaminação da água servida para a população. Assim, valoram-se os “gastos preventivos” (custo de comprar a água engarrafada ou o custo de ferver a água encanada) conjuntamente de maneira a englobar todos os possíveis gastos efetuados pelo indivíduo para proteger a sua saúde e as consequências inerentes por

contrair uma doença (custo com as despesas médicas) (NOGUEIRA; MEDEIROS; ARRUDA, 2000).

No contexto da VAF, o conceito de custo evitado pode ser observado quando os indivíduos aparentemente saudáveis aderem a uma rotina de AF com objetivos de evitar problemas de saúde posteriores que se desencadeiam pela inatividade física (HUMPHREYS; MCLEOD; RUSESKEI, 2014), ou seja, numa perspectiva de promoção da saúde e prevenção de doenças. Sabe-se que a inatividade física é comprovadamente onerosa à saúde por desencadear doenças e ser responsável por alto gastos hospitalares, medicamentosos e com consultas médicas. Os valores gastos com a população inativa fisicamente e acometida por doenças crônicas são um dos principais gastos de saúde pública atualmente (BUENO *et al.*, 2016). Nessa perspectiva, na atenção primária de saúde no Brasil existem os programas de AF (GOMES *et al.*, 2014). Nesses, os praticantes com acometimentos à saúde que aderem à prática regular de AF geram um custo maior ao sistema do que os praticantes aparentemente saudáveis (CODOGNO; FERNANDES; MONTEIRO, 2012). Esses custos são devidos às consultas médicas, medicamentos e outros procedimentos para recuperação de sua saúde. Assim a prática regular de AF é mais vantajosa quando relacionada ao custo evitado à saúde.

O método de “valoração contingente”, na área da economia, considera o quanto se está disposto a pagar (custo) para receber (benefícios). No Brasil, por exemplo, estudos utilizaram a avaliação contingente para determinar a disposição a pagar pela conservação e manutenção de um bem ou serviço ambiental, como, por exemplo, a disposição a pagar pelo restabelecimento imediato de energia elétrica em um estado brasileiro (SILVA JÚNIOR *et al.*, 2017), pela despoluição de um rio (TAVARES; FONSECA, 2017) ou pela manutenção e conservação dos serviços oferecidos em parques (SILVA; LIMA, 2004).

De maneira similar, a valoração contingente dentro do contexto da VAF pode ser relacionada quando pessoas aderem à prática regular de AF exclusivamente para obter benefícios considerando a “disposição a pagar” por eles. A disposição a pagar monetariamente, por exemplo, por melhorias a saúde entre praticantes de AF é influenciada pela renda, nível de escolaridade e o índice de massa corporal, da mesma forma que, quando os benefícios ocorrem imediatamente, existe uma maior disposição a pagar por eles (ROMÉ *et al.*, 2010).

A valoração contingente parece ser mais comumente evidenciada nas questões de aderência devido ao fato de as pessoas iniciarem a prática de atividade física quando já estão com a saúde acometida. Isso pode influenciar também na manutenção da prática de AF, pois, com a saúde acometida, os benefícios percebidos são mais imediatos, como evidenciado em um estudo sobre hipertensão (PESCATELLO *et al.*, 2019). Em um levantamento realizado com mais de 1.000 participantes de programas de AF na atenção primária de saúde, foi constatado que o motivo “ter uma condição melhor de saúde” foi relatado por mais da metade dos participantes e a barreira percebida para prática de AF “condição atual de saúde” foi

a mais relatada (SILVA *et al.*, 2020), evidenciando a busca por benefícios, ou seja, a valoração contingente da AF.

No estudo de Matias e Andrade (2018), analisado sob a ótica dos conceitos acima descritos, é possível visualizar, de forma bastante clara, o contexto do hedonismo, custo evitado e valoração contingente. Nesse estudo, os autores pontuaram tanto que muitas pessoas realizam AF considerando apenas os benefícios advindos, desconsiderando suas intenções e o prazer, quanto como dito prazer é importante junto com a motivação para a realização de tal prática. A relação da AF com o bem-estar psicológico é importante, pois os sentimentos agradáveis (quanto o exercício é interessante, desafiador e agradável) explicam a razão das pessoas adotarem e manterem a prática regular de AF. Ainda, os autores relatam que a prática regular de AF tende a ser motivada extrinsecamente, apoiadas em ganho (ou lucro, custo evitado) ou recompensa (valoração contingente) por estar engajado em AF como saúde, ficar em forma ou estar apto para realizar outras atividades (MATIAS; ANDRADE, 2018).

Dentre os estudos encontrados nas buscas, destaca-se a publicação de um preâmbulo de estudo (LYNCH; LONGO; HUTCHINSON, 2011) no qual a AF foi valorada em uma situação hipotética. Nessa situação, o indivíduo poderia escolher entre consumir um comprimido médico hipotético, que traria todos os benefícios da AF, ou realizar a AF, e 97% dos sujeitos escolheram praticar AF. Os pesquisadores esperavam que as pessoas escolheriam o comprimido por não necessitar de desgaste de tempo para realizar a AF; isso, porém, não foi evidenciado no estudo. Ressaltamos que a publicação final desse estudo não foi encontrada, mesmo após contato com os autores. Portanto, não foi possível verificar como a hipótese inicial foi refutada e consequentemente não foi possível compreender a contextualização do processo da VAF.

4.2 VALORAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA E A ECONOMIA COMPORTAMENTAL

A economia comportamental, segundo Samson (2015), é “o estudo das influências cognitivas, sociais e emocionais observadas sobre o comportamento econômico das pessoas”. Dentro da economia comportamental é pontuado que as escolhas dos indivíduos não são tão fundamentadas na razão – numa mistura de custos, benefícios e preferências preexistentes. Isso se relaciona com o contexto da VAF. Outros detalhes, como sentimentos, por exemplo, podem influenciar de forma decisiva nas tomadas de decisões; ditos sentimentos podem ser induzidos e alterados para que as escolhas sejam previsíveis e direcionadas às reais necessidades (ÁVILA; BIANCHI, 2015; LOCH *et al.*, 2019).

Esses conhecimentos vêm sendo introduzidos em diferentes contextos, inclusive em políticas públicas (ÁVILA; BIANCHI, 2015). No Reino Unido, por exemplo, o uso da economia comportamental enquanto política pública teve sua origem com a formação de equipes especialistas em ciência comportamental para organizar ações que estimulem comportamentos desejáveis, sem restringir as alternativas de escolhas individuais. Esse tipo de intervenção foi denominado *nudge*, onde o

governo influenciava os indivíduos na tomada de decisão, sem coerção ou mudanças significativas (BENARTZI *et al.*, 2017). O *nudge* muda a “arquitetura de escolha”, como um “empurrão”, proporcionando outros incentivos que são contrapostos às políticas anteriormente utilizadas, que se baseiam em mandatos, proibições ou incentivos econômicos (multas e subsídios). É uma estratégia pública que apresenta custos econômicos menores do que as tradicionalmente utilizadas (BENARTZI *et al.*, 2017). Programas *nudge* são uma forma de estimular a motivação e a valoração de comportamentos saudáveis e podem desencadear mudanças substanciais nas escolhas da população, proporcionando que ditas mudanças se insiram na rotina dos indivíduos.

É evidenciado na literatura que estratégias para melhorar o controle do diabetes e das DCNT [doenças crônicas não-transmissíveis] em geral (KWAN *et al.*, 2020), como o autogerenciamento sob a forma de bilhetes, notificações, incentivos e feedback, apresentam efeitos positivos (MÖLLENKAMP; ZEPPERINICK; SCHREYÖGG, 2019). No âmbito da AF, visando desencorajar comportamento sedentário, o *nudge* é uma técnica que possibilita a mudança na arquitetura de escolha. Por exemplo, a utilização de uma escada transformada em instrumento musical ao invés da escada rolante. Porém, quando a intervenção termina, a eficácia da intervenção diminui; isso pode ocorrer porque o comportamento não se transformou em hábito (LANDAIS *et al.*, 2020). Intervenções do tipo *nudge* necessitam trazer significado na realização de um comportamento, em contraste com a ideia de que o hábito se refere ao comportamento automático estimulado por estímulos externos e governados por processos cognitivos inconscientes (COHN; LYNCH, 2017).

A economia comportamental nas políticas públicas pode ser uma estratégia utilizada no âmbito da AF para que as pessoas tenham os benefícios consequentes e passem a percebê-los e identificar sua importância desencadeando a VAF. As abordagens tradicionais para modificar a cultura relacionada à saúde comumente tentam modificar o comportamento das pessoas e geralmente envolvem tentativas de demonstrar que esses comportamentos são decisões individuais que deveriam ser escolhidas (VOLPP; ASCH, 2017).

As mudanças pessoais são complexas e a economia comportamental busca indicar às pessoas a direção dos hábitos saudáveis, auxiliando a partir da reformulação do contexto para que os padrões de comportamentos já existentes se modifiquem e promovam hábitos saudáveis. No âmbito da AF, é possível que isso possa ser atingido, por exemplo, por meio de mudanças nos ambientes físicos, na divulgação, na metodologia de realização e na escolha das intervenções disponíveis. Isso feito de forma que a escolha saudável seja a mais fácil e prazerosa (VOLPP; ASCH, 2017).

4.3 A VALORAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA ESTIMULADA PELA RECOMPENSA

Nas buscas realizadas na literatura, não encontramos estudos que verifiquem efetivamente a VAF, a partir de objeto de estudo ou reflexões do conceito, somente dois estudos identificaram que a AF foi valorizada ou valorada em detrimento de outras

situações (ALBELWI; ROGERS; KUBIS, 2019; LYNCH; LONGO; HUTCHINSON, 2011)

A partir das revisões verificou-se que é usual estudos que relacionem algum tipo de recompensa para estimular comportamentos saudáveis; esses são comumente encontrados e utilizados como forma de estimular uma valoração (PATEL *et al.*, 2016; SWALUW *et al.*, 2018; VOLPP *et al.*, 2008; YANCY JR *et al.*, 2018). Nesse tipo de estudo podem ser identificados diversos contextos e recursos empregados: para diminuição de peso corporal, por exemplo, existem estudos com recompensas de pagamentos financeiros para estimular a prática de AF (PATEL *et al.*, 2016) ou recompensas usando controles ativos diários por mensagem de texto comparando com recompensas financeiras (YANCY JR *et al.*, 2018). Em ambos os estudos as recompensas foram consideradas como não-efetivas pois, quando ela cessa, o comportamento pode modificar-se. Portanto, é necessário que ao lado da recompensa existam estímulos para mudanças comportamentais, proporcionando o desenvolvimento de hábitos aliados ao prazer de realizar (SWALUW *et al.*, 2018). O prazer relacionado a atingir uma meta e um estímulo motivador para permanecer nela são fatores importantes que se relacionam com economia comportamental e hedonismo.

O estudo de Albelwi, Rogers e Kubis (2019) identificou que a AF pode ser vista como recompensa, quando se alia ao prazer da prática para motivá-la. Os autores analisaram como uma recompensa se desvaloriza ao longo do tempo. Para isso colocaram a AF, a comida e o dinheiro como recompensas. Nesse estudo, adultos realizaram caminhada/corrida em esteira. Foram estimulados a realizar essa atividade de forma agradável e, para isso, os próprios participantes indicavam e manipulavam a velocidade, de forma que sentisse prazer ao fazer o exercício. Depois eram submetidos a testes que avaliavam como uma recompensa se desvaloriza de acordo com o tempo que temos que aguardar para recebê-la. A AF se apresentou com valores comparados aos da comida de desconto ao longo do tempo, e melhores que o dinheiro, ou seja, com o passar do tempo ela se desvaloriza menos que o dinheiro, devido aos seus benefícios conhecidos a longo prazo, assim como pela forma de realização, que deveria ser agradável remetendo ao hedonismo. Os autores também verificaram que o desconto da AF esteve associado positivamente a motivar a sua prática (ALBELWI; ROGERS; KUBIS, 2019). Esse estudo conseguiu evidenciar indiretamente que a AF é percebida como recompensa e existe a sua valoração, sendo influenciada por motivos de ter um desconto imediato ou mais tardio.

O estudo de Albelwi, Rogers e Kubis (2019) pode ser considerado um marco da VAF, pois os pesquisadores conseguiram determinar uma situação na qual a AF era tida como uma recompensa em detrimento de outras; portanto, ela foi “valorada”. Nesse estudo, a motivação e o prazer relacionado à prática da AF e seus efeitos positivos foram considerados uma estratégia valiosa a ser utilizada para que as pessoas vissem a AF como recompensa. Assim, a AF é passível de ser motivada a partir de uma recompensa e quando realizada de forma prazerosa pode apresentar uma valoração maior para o indivíduo. Por isso, a VAF é importante para entender

o comportamento e as escolhas individuais e como ela se relaciona com a prática da AF.

Seguindo na linha da recompensa, nos estudos de Swaluw e colegas (2018) e Patel e colaboradores (2016) identifica-se a teoria “*delay discounting*” (desconto por atraso), que relata que a recompensa se desvaloriza ao longo do tempo de espera para recebê-la (GREEN; MYERSON, 2004) e, sendo assim, pode perder sua importância para o sujeito. Uma das explicações da não-desvalorização da AF em relação ao dinheiro ao longo do tempo no estudo de Albelwi, Roger e Kubis (2019) pode ser a característica do prazer e da motivação aliada à realização da AF. Um ponto importante a ser considerado é que as pesquisas que utilizam recompensa financeira, como citados anteriormente, ocorreram em países que podem utilizar o pagamento a voluntários (pela participação na pesquisa/estudo). No Brasil, tal procedimento não é permitido, uma vez que é considerado antiético. Essa pode ser uma explicação parcial pela falta de estudos relacionados à temática da VAF no Brasil.

Dentro da revisão realizada, foram encontradas duas experiências que se aproximam do conceito/ideia de valoração no contexto da AF estimulada por recompensas, onde o custo não é monetário. No México (LUKAC, 2016) e em Moscou (METRO RIDES..., 2013) as pessoas que realizassem uma quantidade pré-determinada de agachamentos recebiam em troca um bilhete de metrô (BUTGEREIT; MARTINUS, 2017). Dessa forma o “custo energético” da quantidade de agachamento vale o custo do ticket de metrô. Porém até que ponto essa troca é considerada uma recompensa valorosa? Se a quantidade de agachamentos fosse crescente a cada dia, essa troca (agachamento *versus* ticket) seria sempre uma escolha viável? Ou seja, em algum momento o “custo energético” dos agachamentos não “valeria” a recompensa do ticket do metrô? A justificativa para tal política pública no México é que o nível de AF dos indivíduos que aderissem à proposta iria aumentar e consequentemente desencadearia uma melhoria em padrões de saúde (LUKAC, 2016). Em Moscou, além da justificativa anterior, a cidade seria sede dos Jogos Olímpicos e o governo queria que a população percebesse que o evento não era uma competição somente para se assistir mas deveria servir para incentivar que as pessoas aderissem a um estilo de vida fisicamente ativo (METRO RIDES, 2013). No entanto, esse tipo de recompensa pela prática de AF pensando na ideia da VAF é questionável: será que esse tipo de intervenção gera prazer e faz com que as pessoas valorizem a AF? Indivíduos que aderem a esse tipo de intervenção são aqueles economicamente menos favorecidos? Publicações com os resultados dessas intervenções não foram identificadas na literatura científica mas, em 2017, um artigo mencionou tais estratégias como uma possível forma de estimular a prática de AF (BUTGEREIT; MARTINUS, 2017).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível afirmar que a VAF é um conceito importante a ser analisado e contextualizado, pois possibilita identificar o quão importante é a AF e como as

peessoas, mesmo que de forma subliminar, identificam a necessidade e a importância de realizar AF. Isso é uma relação a ser estabelecida: analisar se os sujeitos que apresentam uma VAF (e qual tipo de valoração) possuem um estilo de vida mais ativo, assim como observar os processos que podem influenciar na tomada de decisão para essa VAF. Sabe-se que a tomada de decisão para um estilo de vida fisicamente ativo depende de muitos fatores, como a cultura, lazer, ambiente, condicionantes sociais, entre outros. A complexidade dessa discussão não foi abordada haja vista que há uma vasta literatura e que o *corpus* de análise do presente estudo foi direcionado para o entendimento do conceito da VAF. Porém, é importante ressaltar que esses fatores atravessam o envolvimento e consequentemente o valor atribuído à AF.

A VAF é um conceito que ainda necessita ser melhor investigado e aprofundado. Nesta revisão, identificamos estudos que demonstraram que é possível despertar nos indivíduos um estímulo e/ou recompensa para a realização de AF, desde que envolto no prazer e nas necessidades e preferências individuais. Para uma maior VAF, é importante que o praticante consiga identificar o gatilho que proporciona prazer na prática da AF, os benefícios que ela acarreta e os prejuízos evitados para que, a partir disso, ele possa ter a AF sempre como a melhor escolha, ou seja, valorando a AF.

Pelo exposto ao longo deste artigo, pode-se perceber que a VAF é um conceito amplo, que envolve a importância ou um juízo de valor relacionados ao ponto de vista do indivíduo, baseado nas suas preferências. Identificou-se que, dentro dos métodos empregados na valoração ambiental, o preço/custo hedônico, valoração contingente e o custo evitado podem ser empregados para contextualizar a VAF. Outro ponto a ser destacado é que, dentro do contexto da VAF, além do “custo monetário” (sabe-se que “dinheiro” ainda é uma barreira considerada por algumas pessoas), o “custo energético” de praticar AF pode ser considerado na relação custo *versus* benefícios para a VAF.

Por último, cabe ressaltar que nesta revisão a discussão da ideia da VAF foi feita em um paralelismo com temas relacionados, visto que estudos específicos nessa vertente não foram encontrados. Assim, sugere-se que estudos específicos para identificação da VAF sejam desenvolvidos.

REFERÊNCIAS

- ALBELWI, Tamam A.; ROGERS, Rogers D.; KUBIS, Hans-Peter. Exercise as a reward: Self-paced exercise perception and delay discounting in comparison with food and money. **Physiology & Behavior**, v. 199, p. 333–342, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2018.12.004>
- ALVES, Valdecyr Herdy *et. al.* Clinical management of breastfeeding: axiological value from women’s perspective. **Escola Anna Nery**, v. 20, n. 4, 2016. DOI: <https://doi.org/10.5935/1414-8145.20160100>
- ÁVILA, Flávia; BIANCHI, Ana Maria (org.). **Guia de economia comportamental e experimental**. São Paulo: EconomiaComportamental.org, 2015.

BENARTZI, Shlomo *et. al.* Should governments invest more in nudging? **Psychological Science**, v. 28, n. 8, p. 1041–1055, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1177/0956797617702501>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de atividade física para a população brasileira**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021a. Disponível em: <http://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MjA1MA==>. Acesso em 21 dez. 2022.

BRASIL. **Vigitel Brasil 2018**: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/vigitel/vigitel-brasil-2018.pdf/view>. Acesso em 10 abr. 2023.

BRASIL. **Vigitel Brasil 2020**: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021b. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/vigitel/relatorio-vigitel-2020-original.pdf>. Acesso em 8 nov. 2022.

BUENO, Denise Rodrigues. *et. al.* Os custos da inatividade física no mundo: estudo de revisão. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 4, p. 1001–1010, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015214.09082015>

BUTGEREIT, Laurie; MARTINUS, Laura. Fighting obesity: a proposed formula for calculating gamified airtime rewards for using public exercise equipment. **2017 IST-Africa Conference (IST-Africa)**, p. 1–10, maio 2017. DOI: <https://doi.org/10.23919/ISTAfrica.2017.8102310>

CARLOMAGNO, Márcio; ROCHA, Leonardo Caetano da. Como criar e classificar categorias para fazer análise de conteúdo: uma questão metodológica. **Revista Eletrônica de Ciência Política**, v. 7, n. 1, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.5380/recp.v7i1.45771>

CHEVAL, Boris *et. al.* Opportunities to sit and stand trigger equivalent reward-related brain activity. **International Journal of Psychophysiology**, v. 141, p. 9–17, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2019.04.009>

COCHRANE, Madeleine *et. al.* Systematic review of the methods used in economic evaluations of targeted physical activity and sedentary behaviour interventions. **Social Science & Medicine**, v. 232, p. 156–167, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.04.040>

CODOGNO, Jamile Sanches; FERNANDES, Rômulo Araújo; MONTEIRO, Henrique Luiz. Physical activity and healthcare cost of type 2 diabetic patients seen at basic units of healthcare. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 56, n. 1, p. 6–11, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/s0004-27302012000100002>

COHN, Simon; LYNCH, Rebecca. Falling into a routine: from habits to situated practices. **Sociology of Health & Illness**, v. 39, n. 8, p. 1398–1411, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-9566.12597>

EKKEKAKIS, Panteleimon. Let them roam free? **Sports Medicine**, v. 39, n. 10, p. 857–888, 2009. DOI: <https://doi.org/10.2165/11315210-000000000-00000>

EKKEKAKIS, Panteleimon; DAFERMOS, Manolis. Exercise is a many-splendored thing, but for some it does not feel so splendid: staging a resurgence of hedonistic ideas in the quest to understand exercise behavior. In: ACEVEDO, Edmund (ed.) **The Oxford Handbook of Exercise Psychology**, 11 maio 2012. DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/oxford/dhb/9780195394313.013.0016>

EKKEKAKIS, Panteleimon; PARFITT, Gaynor; PETRUZZELLO, Steven J. The pleasure and displeasure people feel when they exercise at different intensities. **Sports Medicine**, v. 41, n. 8, p. 641–671, 2011. DOI: <https://doi.org/10.2165/11590680-000000000-00000>

FEITOSA, Anny Kariny *et. al.* Economic valuation in selective solid waste collection. **Revista Espacios**, v. 38, n. 14, p. 1-13 2016. Disponível em: <https://www.revistaespacios.com/a17v38n14/a17v38n14p01.pdf>. Acesso em: 30 out. 2018.

GOMES, Grace Angélica de Oliveira *et. al.* Characteristics of physical activity programs in the Brazilian primary health care system. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 30, n. 10, p. 2155–2168, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00085713>

GREEN, Leonard; MYERSON, Joel. A discounting framework for choice with delayed and probabilistic rewards. **Psychological Bulletin**, v. 130, n. 5, p. 769–792, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1037%2F0033-2909.130.5.769>

HAGBERG, Lars; LINDHOLM, Lars. Measuring the time costs of exercise: a proposed measuring method and a pilot study. **Cost Effectiveness and Resource Allocation**, v. 8, article n. 9, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1186/1478-7547-8-9>

HAGBERG, Lars; LUNDQVIST, Stefan; LINDHOLM, Lars. What is the time cost of exercise? Cost of time spent on exercise in a primary health care intervention to increase physical activity. **Cost Effectiveness and Resource Allocation** v. 18, article n. 14, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12962-020-00209-9>

HSU, Anne; BLANDFORD, Ann. Designing for psychological change: individuals' reward and cost valuations in weight management. **Journal of Medical Internet Research**, v. 16, n. 6, p. e138, 2014. DOI: <https://doi.org/10.2196%2Fjmir.3009>

HUMPHREYS, Brad R.; MCLEOD, Logan; RUSESKI, Jane. Physical activity and health outcomes: evidence from Canada. **Health Economics**, v. 23, n. 1, p. 33–54, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1002/hec.2900>

HUNTER, Ruth F. *et. al.* Effectiveness and cost-effectiveness of a loyalty scheme for physical activity behaviour change maintenance: a cluster randomised controlled trial. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 15, article n. 127, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-018-0758-1>

KHOO Christopher S.G.; JIN-CHEON Na; JAIDKA Kokil. Analysis of the macro-level discourse structure of literature reviews. **Online Information Review**, v. 35, n. 2, p. 255–271, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1108/14684521111128032>

KWAN, Yuheng *et. al.* A systematic review of nudge theories and strategies used to influence adult health behaviour and outcome in diabetes management. **Diabetes & Metabolism**, v. 46, n. 6, p. 450-460, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.diabet.2020.04.002>

LANDAIS, Lorraine L. *et. al.* Choice architecture interventions to change physical activity and sedentary behavior: a systematic review of effects on intention, behavior and health outcomes during and after intervention. **The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 17, article n. 47, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12966-020-00942-7>

LEME, Pedro Augusto Thiene *et. al.* A valoração do estágio supervisionado na unidade de saúde da família pelos alunos de Odontologia: quais fatores influenciam sua percepção? **Revista da ABENO**, v. 17, n. 4, p. 183–192, 2017. DOI: <https://doi.org/10.30979/rev.abeno.v17i4.486>

LOCH, Mathias Roberto *et. al.* Controle remoto ou remoto controle? A economia comportamental e a promoção de comportamentos saudáveis. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 43, p. e18, 2019. DOI: <https://doi.org/10.26633/RPSP.2019.18>

- LUKAC, Sandra. Obesity in Mexico: the story of a government failing its citizens. **Health and Human Rights**. 11 mar. 2016. Disponível em: http://www.academia.edu/download/43666682/Lukac_Final_Obesity_in_Mexico_3.11.16.docx. Acesso em: 6 mar. 2018.
- LYNCH, Mary; LONGO, Alberto; HUTCHINSON, W. George. Choice preference and physical activity behaviour. **Journal Epidemiology & Community Health**, v. 65, n. Suppl 2, p. A36–A37, 2011. DOI: <http://dx.doi.org/10.1136/jech.2011.143586.82>
- LYNCH, Mary; SPENCER, Llinos Haf; EDWARDS, Rhiannon Tudor. A systematic review exploring the economic valuation of accessing and using green and blue spaces to improve public health. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 11, p. 4142, 2020. DOI: <https://doi.org/10.3390%2Fijerph17114142>
- MARKER, Arwen M.; STEELE, Ric G.; NOSER, Amy. Physical activity and health-related quality of life in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. **Health Psychology**, v. 37, n. 10, p. 893–903, out. 2018. DOI: <https://doi.org/10.1037/hea0000653>
- MATIAS, Tiago Sousa; ANDRADE, Alexandro. Physical activity and its link to affective response: the choices might be crucial to psychological well-being. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 23, p. 1–2, 2018. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.23e0015>
- METRO RIDERS offered tickets for exercising. **The Moscow Times**, 4 nov. 2013. Disponível em: <https://www.themoscowtimes.com/2013/11/04/metro-riders-offered-tickets-for-exercising-a29186>. Acesso em: 15 mar. 2019.
- MÖLLENKAMP, Meilin; ZEPPERINCK, Maike; SCHREYÖGG, Jonas. The effectiveness of nudges in improving the self-management of patients with chronic diseases: a systematic literature review. **Health Policy**, v. 123, n. 12, p. 1199–1209, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2019.09.008>
- MURPHY, Stephen L.; EAVES, Daniel. L. Exercising for the pleasure and for the pain of it: the implications of different forms of hedonistic thinking in theories of physical activity behavior. **Frontiers in Psychology**, v. 7, 2016. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00843>
- NOGUEIRA, Jorge Madeira; MEDEIROS, Marcelino Antonio Asano de; ARRUDA, Flávia Silva Tavares de. Valoração econômica do meio ambiente: ciência ou empiricismo? **Cadernos de Ciência & Tecnologia**, v. 17, n. 2, p. 81–115. mai/ago 2000. Disponível em: <https://seer.sct.embrapa.br/index.php/cct/article/viewFile/8870/4995>. Acesso em: 27 fev. 2019.
- PATEL, Mitesh S. *et. al.* Individual versus team-based financial incentives to increase physical activity: a randomized, controlled trial. **Journal of General Internal Medicine**, v. 31, n. 7, p. 746–754, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11606-016-3627-0>
- PEARCE, David. **Economic values and the natural world**. Londres: Earthscan Publications, 1993. 129 p.
- PESCATELLO, Linda. S. *et. al.* Physical activity to prevent and treat hypertension: a systematic review. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 51, n. 6, p. 1314–1323, jun. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1249/mss.0000000000001943>
- PUCIATO, Daniel; BORYSIUK, Zbigniew; ROZPARA, Michal. Quality of life and physical activity in an older working-age population. **Clinical Interventions in Aging**, v. 12, p. 1627–1634, 2017. DOI: <https://doi.org/10.2147/cia.s144045>
- RODRIGUES, Patrícia Ferrini. *et. al.* Health economic assessment of a shift to active transport. **Environmental Pollution** v. 258, p. 113745, mar. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.envpol.2019.113745>

ROMÉ, Åsa *et. al.* Willingness to pay for health improvements of physical activity on prescription. **Scandinavian Journal of Public Health**, v. 38, n. 2, p. 151–159, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1177/1403494809357099>

SALLIS, James F.; OWEN, Neville G. **Physical activity and behavioral medicine**. Thousand Oaks: SAGE Publications, 1998. 240p.

SAMSON, Alain. Introdução à economia comportamental e experimental. *In*: AVILA, Flávia; BIANCHI, Ana Maria (org.). **Guia de Economia Comportamental e Experimental**. 2. ed. São Paulo: EconomiaComportamental.org, 2019. p. 26-60.

SILVA, Caroline Ramos de Moura *et. al.* Perception of barriers and facilitators for users to participate in physical activity programs. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 4, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00081019>

SILVA, Cinthia Lopes da *et. al.* Atividade física de lazer e saúde: uma revisão sistemática. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, v. 25, n. 1, p. 57, 21 jun. 2017. DOI: <https://doi.org/10.15603/2176-1019/mud.v25n1p57-65>

SILVA, Everton Nunes da; SILVA, Marcos Tolentino; PEREIRA, Maurício Gomes. Identifying, measuring and valuing health costs. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 25, n. 2, p. 437–439, jun. 2016. DOI: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742016000200023>

SILVA, Rubicleis Gomes da; LIMA, João Eustáquio de. Valoração contingente do parque “Chico Mendes”: uma aplicação probabilística do método Referendum com bidding games. **Revista de Economia e Sociologia Rural**, v. 42, n. 4, p. 685–708, dez. 2004. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-20032004000400008>

SILVA JÚNIOR, Luiz Honorato da *et. al.* Disposição a pagar pelo restabelecimento imediato de energia elétrica: uma aplicação do método de valoração contingente. **Perspectiva Econômica**, v. 13, n. 1, p. 71-85, 2017. DOI: <https://doi.org/10.4013/pe.2017.131.05>

SWALUW, Koen. van der *et. al.* Physical activity after commitment lotteries: examining long-term results in a cluster randomized trial. **Journal of Behavioral Medicine**, v. 41, n. 4, p. 483–493, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10865-018-9915-x>

TAVARES, Marcella Braga; FONSECA, Márcia Batista da. Valoração contingente do rio Jaguaribe. **Gaia Scientia**, v. 11, n. 2, 2017. DOI: <https://doi.org/10.22478/ufpb.1981-1268.2017v11n2.37441>

VALORAÇÃO. *In*: DICIO, Dicionário Online de Português. Porto: 7Graus, 2018. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/valoracao/>. Acesso em: 25 nov. 2018.

VEENHOVEN, Ruut. Hedonism and Happiness. **Journal of Happiness Studies**, v. 4, n. 4, p. 437–457, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1023/B:JOHS.0000005719.56211.fd>

VIEIRA, Valéria Rieger; SILVA, Junior Vagner Pereira da. Barreiras à prática de atividades físicas no lazer de brasileiros: revisão sistematizada. **Pensar a Prática**, v. 22, 2019. DOI: <https://doi.org/10.5216/rpp.v22.54448>

VOLPP, Kevin G. *et. al.* Financial incentive–based approaches for weight loss: a randomized trial. **Journal of the American Medical Association**, v. 300, n. 22, p. 2631, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1001/jama.2008.804>

VOLPP, Kevin G.; ASCH, D. A. Make the healthy choice the easy choice: using behavioral economics to advance a culture of health. **QJM: An International Journal of Medicine**, v. 110, n. 5, p. 271–275, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1093%2Fqjmed%2Fhfw190>

WARBURTON, Darren E. R.; BREDIN, Shannon S. D. Health benefits of physical activity: a systematic review of current systematic reviews. **Current Opinion in Cardiology**, v. 32, n. 5, p. 541–556, set. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1097/hco.0000000000000437>

WHO. **Non communicable diseases**. Geneva: World Health Organization, 2018. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>. Acesso em: 27 ago. 2019.

WILLIAMSON, Peace Ossom; MINTER, Christian I. J. Exploring PubMed as a reliable resource for scholarly communications services. **Journal of the Medical Library Association: JMLA**, v. 107, n. 1, p. 16–29, 2019. DOI: <https://doi.org/10.5195%2Fjmla.2019.433>

WOLFENSTETTER, Silke B. Conceptual framework for standard economic evaluation of physical activity programs in primary prevention. **Prevention Science**, v. 12, n. 4, p. 435–451, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11121-011-0235-4>

YANCY JR, William S. *et. al.* Financial incentive strategies for maintenance of weight loss: results from an internet-based randomized controlled trial. **Nutrition & Diabetes**, v. 8, article n. 33, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41387-018-0036-y>

Abstract: The valuation of physical activity has not yet been established as a concept or definition in the literature. Thus, the objective of the present study was to understand the concept and foster a preliminary discussion about the valuation of physical activity, through a systematic literature review followed by an integrative review with different search strategies. Considering the systematic review inclusion criteria, studies addressing the concept or definition of physical activity valuation were not identified. However, from the selection and reading of the articles in the integrative review, we sought to understand in which contexts the studies about physical activity valuation methods were developed. It is suggested that the valuation of physical activity is associated with the importance given by the individuals to physical activity, i.e. a broad concept related to value judgment regarding physical activity; the valuation of physical activity can be related to the hedonic pricing, the contingent valuation, and the avoided costs.

Keywords: Concept formation. Decision making. Attitude. Judgement.

Resumen: La valoración de la actividad física es un enfoque no evidenciado como concepto o definición. Así, el objetivo del presente estudio fue comprender la conceptualización y promover una discusión preliminar sobre la valoración de la actividad física, a través de una revisión sistemática de la literatura seguida de una revisión integradora, utilizando diferentes estrategias de búsqueda. Con base en los criterios de inclusión de la revisión sistemática, no se identificaron estudios que buscaran definir y/o conceptualizar la valoración de la actividad física. Sin embargo, a partir de la selección y lectura de artículos en la revisión integradora, buscamos comprender en qué contextos se desarrollaron los estudios y qué métodos de valoración se referían a la actividad física. Se sugiere que la valoración de la actividad atañe a la importancia que el individuo le da a la actividad física, o sea, un juicio de valor determinado a la actividad física que puede relacionarse con el costo hedónico, la valoración contingente y el costo evitado.

Palabras clave: Formación de conceptos. Toma de decisiones. Actitud. Juicio.

LICENÇA DE USO

Este é um artigo publicado em acesso aberto (*Open Access*) sob a licença *Creative Commons* Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0), que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o trabalho original seja corretamente citado. Mais informações em: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declararam que não existe nenhum conflito de interesses neste trabalho.

CONTRIBUIÇÕES AUTORAIS

Ana Flávia Andalécio Couto da Silva: Trabalhou na concepção, delineamento, análise e interpretação dos dados, redação, revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

Camila Bosquiero Papini: Trabalhou na concepção, delineamento, análise e interpretação dos dados, redação, revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

Emerson Sebastião: Trabalhou no delineamento, redação, revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

Karina Brunheroti: Trabalhou no delineamento, análise dos dados, revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

Alynne Christian Ribeiro Andaki: Trabalhou no delineamento, revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

Eduardo Kokubun: Trabalhou na concepção, no delineamento, revisão crítica e aprovação da versão a ser publicada.

FINANCIAMENTO

O presente trabalho foi realizado sem o apoio de fontes financiadoras.

COMO REFERENCIAR

SILVA, Ana Flávia Andalécio Couto da; PAPINI, Camila Bosquiero; SEBASTIÃO, Emerson; BRUNHEROTI, Karina; ANDAKI, Alynne Christian Ribeiro; KOKUBUN, Eduardo. Valoração da atividade física: discussão sobre uma ideia identificada, mas não contextualizada na literatura. **Movimento**, v. 29, p. e29057, jan./dez. 2023. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.127334>

RESPONSABILIDADE EDITORIAL

Alex Branco Fraga*, Elisandro Schultz Wittizorecki*, Mauro Myskiw*, Raquel da Silveira*

*Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Porto Alegre, RS, Brasil.