



CENTRO UNIVERSITÁRIO LUTERANO DE PALMAS

Redeenciado pela Portaria Ministerial nº 3.607, de 17/10/05, D.O.U. nº 202, de 20/10/2005
ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL LUTERANA DO BRASIL

Raimunda Gomes Nunes

AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PAIS DE ALUNOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA

Palmas – TO

2015

Raimunda Gomes Nunes

**AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA DE PAIS DE ALUNOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA**

Trabalho de conclusão de Curso elaborado e apresentado como requisito da disciplina TCC, para obtenção do Título de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ ULBRA).

Orientadora: Professora Dra. Erika da Silva Maciel.

Palmas – TO

2015

Raimunda Gomes Nunes

**AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA DE PAIS DE ALUNOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA**

Trabalho de conclusão de Curso elaborado e apresentado como requisito da disciplina TCC, para obtenção do Título de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ ULBRA).

Orientadora: Professora Dra. Erika da Silva Maciel.

Aprovado em _____ de _____ de 20__

Banca Examinadora

Prof. Dra. Érika da Silva Maciel
Centro Universitário Luterano de Palmas

Prof. Me. Matheus Morbeck Zica
Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

Prof. Me. Fernando Rodrigues Peixoto Quaresma
Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

Palmas – TO

2015

RESUMO

NUNES, Raimunda Gomes. **Avaliação do nível de atividade física e percepção da qualidade de vida de pais de alunos de uma escola pública.** 2015. 48 folhas. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Curso Bacharelado de Educação Física, Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas/TO, 2015.

O presente trabalho teve como objetivo avaliar o nível de atividade física e a percepção da qualidade de vida de um grupo de pais de escolares da escola municipal Monteiro Lobato Palmas-TO. Os instrumentos utilizados foram o Questionário Internacional de Atividade Física versão curta e semanal (IPAQ), com o objetivo de identificar o nível de atividade física. Na avaliação da percepção da qualidade de vida foi aplicado o questionário WHOQOL-bref, constituído de 26 questões, para as condições socioeconômicas foi utilizado o questionário que faz parte do Critério de Classificação Econômica do Brasil da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Foram convidados a participar da pesquisa 123 pais dos alunos com idades de 9 e 10 anos que estudam nesta escola. A pesquisa foi constituída por 74 pais, mulheres 72,97%, homens 27,03%. O resultado do NAF indicou que a maioria dos entrevistados foram classificadas como muito ativos 43%, ativo 27%, insuficientemente ativo 19% e sedentário 11%. Observou-se entre os domínios da QV que o maior escore médio foi no domínio psicológico 15,89, com pouca diferença entre o domínio físico 15,76 e relações sociais 15,48, ficando por último com menor média o domínio meio ambiente 13,82. Ao fim deste trabalho verificou-se que há uma prevalência de famílias da classe B1 e B2. A escolaridade predominante dos pais corresponde à conclusão do ensino médio. E a maioria dos pais são fisicamente ativos.

Palavras-chave: Nível de Atividade Física, Qualidade de Vida e Pais.

ABSTRACT

NUNES, Raimunda Gomes. **Assessment of the level of physical activity and perception of quality of students of parents living in a public school.** 2015. 46 leaves. Work Completion of course (Graduation) - Course Bachelor of Physical Education, University Lutheran Center Palmas, Palmas / TO 2015.

This study aimed to evaluate the level of physical activity and perception of quality of life of a group of school children from parents of public school Monteiro Lobato Palmas-TO. The instruments used were the International Questionnaire Activity Physical and weekly short version (IPAQ), in order to identify the level of physical activity. In assessing the perception of quality of life we applied the WHOQOL-BREF questionnaire comprising 26 questions to the socioeconomic conditions was used questionnaire that is part of the Economic Classification Criteria of Brazil by the Brazilian Association of Research Companies. They were invited to participate in the research 123 parents of students ages 9 and 10 years who study in this school. The survey consisted of 74 parents, women 72.97%, 27.03% men. The result of the NAF indicated that the majority of respondents were classified as very active 43%, 27% active, insufficiently active and sedentary 19% 11%. Was observed between the domains of QOL that the highest mean score was 15.89 in the psychological domain, with little difference between the physical domain and social relations 15.48 15.76, finally getting a lower average environmental domain 13, 82. At the end of this work it was found that there is a prevalence of the B1 and B2 families class. The predominant parental education corresponds to the completion of high school. And most parents are physically active.

Keywords: Physical Activity Level, Quality of Life and Parents.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – descrição da classificação do nível socioeconômico, palmas-to, 2015.....	20
Tabela 2 – descrição da classificação do nível de atividade física, palmas- to, 2015.....	20
Tabela 3 - Escore dos domínios da qualidade de vida, Palmas-TO, 2015.....	20

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Definição de variáveis.....	18
Quadro 2 – Domínios e Facetas do Instrumento WHOQOL-bref da OMS.....	20
Quadro 3 - Sintaxe SPSS para o cálculo dos escores do WHOQOL-bref.....	22

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AF	Atividade Física
QV	Qualidade de vida
NAF	Nível de Atividade Física
CEULP	Centro Universitário Luterano de Palmas
CNS	Conselho Nacional de Saúde
ULBRA	Universidade Luterana do Brasil
IPAQ	International Physical Active Questionnaire
WHOQOL	World Health Organization Quality of Life
OMS	Organização Mundial de Saúde
CELAFISCS	Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul.
DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
GEPEPS	Grupo de Estudos e Pesquisa em Educação para a Promoção da Saúde

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	9
1 INTRODUÇÃO	10
1.1 Problema de Pesquisa	11
1.2 Hipóteses.....	11
1.3 Objetivos.....	11
1.3.1 <i>Objetivo Geral</i>	<i>11</i>
1.3.2 <i>Objetivos Específicos</i>	<i>11</i>
1.4 Justificativa.....	12
2 REFERENCIAL TEÓRICO	13
2.1 Atividade Física.....	13
2.2 Nível de Atividade Física em Adultos.....	14
2.3 Nível de Atividade Física em Escolares	14
2.4 Qualidade de Vida	15
3. MATERIAIS E MÉTODOS.....	17
3.1.1 População e Amostra.....	17
3.2 Local e Período de Realização da Pesquisa.....	17
3.3 Critérios de Inclusão.....	17
3.4 Critérios de Exclusão.....	18
3.5 Variáveis.....	18
3.6 Instrumentos de Coleta de Dados, estratégias de aplicação, processamento, análise e apresentação dos dados.....	18
5. Aspectos Éticos – Atendimento a Resolução CNS 466/12 (BRASIL, 2012)	21
4. RESULTADOS	23
5. DISCUSSÃO	25
6. CONCLUSÃO.....	28
REFERÊNCIAS	29
APÊNDICES	32
ANEXOS	36

APRESENTAÇÃO

Este trabalho é parte de um projeto de pesquisa institucional intitulado escolas saudáveis: consumo de pescado, nível de atividade física e percepção da qualidade de vida em comunidade escolar. Foi desenvolvido pelo grupo de estudos e pesquisa em educação para a promoção da saúde (GEPEPS) do CEULP/ULBRA. Trata-se de um estudo transversal que busca avaliar a percepção da qualidade de vida e indicadores associados em comunidade escolar, foi realizado na Escola Municipal Monteiro Lobato de Palmas-TO. Os resultados aqui apresentados são referentes aos pais dos alunos com idades de 9 e 10 anos.

1 INTRODUÇÃO

Em razão da progressiva automatização e mecanização observada nos dias atuais a sociedade vem adotando um hábito de prática de atividade física e estilo de vida cada vez mais sedentário, pois os movimentos são compensados pelo avanço das tecnologias, que substituem atividades tradicionais que envolvem algum esforço físico pelas novidades eletrônicas (GUEDES, 1999).

A Atividade Física (AF) pode contribuir na prevenção e recuperação de alguns agravos à saúde como doenças coronarianas e câncer relatado no âmbito internacional, onde se busca entender e expressar a associação com condições socioeconômicas (GONÇALVES, 2004).

Segundo Gonçalves (2004) se o adulto sedentário passa a ter uma vida ativa já irá alcançar os benefícios de um programa de AF para saúde não levando em consideração o estado inicial de aptidão física. Portanto, há necessidade de criar políticas pedagógicas nas escolas para orientação e conscientização das famílias quanto à importância de ter uma vida ativa a partir de hábitos saudáveis para a vida toda.

Para Vilarta (2008) é importante o envolvimento da comunidade escolar através de programas de qualidade de vida integrados ao desenvolvimento curricular, no intuito de incentivar as crianças a adquirirem hábitos saudáveis para aumentar a ingestão de alimentos que possam suprir as carências de nutrição, o que não é visto na maioria das cantinas escolares.

Portanto conhecer o estilo de vida dos pais torna-se relevante para tomada de ações na implantação de programas na comunidade escolar, bem como pode servir de mecanismo para a mudança de comportamentos das famílias com relação à inatividade física que colocam as pessoas em risco.

1.1 Problema de Pesquisa

Qual o nível de atividade física a percepção da qualidade de vida e condições socioeconômicas dos pais dos alunos de 9 e 10 anos da Escola Municipal Monteiro Lobato Palmas/TO?

1.2 Hipóteses

Há diferentes níveis de atividade física entre os pais.

A percepção da qualidade de vida entre os pais é diferente.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo Geral

Avaliar o Nível de Atividade Física e a percepção da qualidade de vida dos pais ou responsáveis pelos alunos de 9 e 10 anos da escola pública municipal Monteiro Lobato de Palmas/TO.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Avaliar o nível de atividade física dos pais ou responsáveis das crianças de 9 e 10 anos.
- Avaliar a percepção da qualidade de vida dos pais ou responsáveis.
- Avaliar o perfil socioeconômico dos pais ou responsáveis.

1.4 Justificativa

A vida sedentária é classificada como fator de risco para a saúde populacional, e diversas patologias está relacionado com a inatividade, como as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

Os setores responsáveis pela saúde pública entre outros órgãos estão preocupados com essa situação, pois a população se encontra menos ativa do que antes, e isso vai repetindo na vida dos filhos devido à rotina familiar. Os pais têm influência na adoção dos hábitos dos filhos (PETROSKI, PELEGRINI, 2009).

Dessa forma é importante o estímulo à prática de atividade física, a redução do tempo sentado assistindo televisão, ou na internet, para assim tornar mais ativo reduzindo os hábitos não saudáveis.

Contudo, é pertinente ressaltar, que o interesse pela pesquisa surgiu da importância de identificar a rotina de atividade física dos pais, alertando-os da influencia que os mesmos possuem sobre seus filhos.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Atividade Física

Desde o início da humanidade o homem é um ser fisicamente ativo, pois sempre precisou usar a força a resistência e a velocidade para sobreviver, principalmente em busca de alimentos, moradia e segurança, realizando assim, longas caminhadas, corrida e saltos (PITANGA, 2002).

De acordo com Pitanga (2010) quando se trata de estudo relacionado com a epidemiologia também se fala do alto nível de atividade física e aptidão física que estão associados com a diminuição das DCNT como diabetes, hipertensão e osteoporose. O autor enfatiza ainda que a AF é um fator comportamental, já a aptidão física é parcialmente determinada, podendo ser melhorada com a AF.

“Aptidão física significa, de uma forma geral, a capacidade e o estado de rendimento do ser humano, assim como a disposição atual para uma determinada área de atuação” (WEINECK, 2003, p.19).

Segundo Farias Junior, (2001) a população está cada vez mais sedentária nas diversas classes sociais tanto nos países desenvolvidos quanto em desenvolvimento um dos fatores que levam ao aumento do peso e a obesidade tanto em crianças como em adultos.

O excesso de peso está relacionado com a falta de atividade física e é classificado como um dos fatores mais frequentes de risco para a saúde. O surgimento desse excesso de peso é encontrado, frequentemente, no início da idade escolar e vai ganhando espaço progressivamente com o aumento das faixas etárias chegando ao pico entre os homens de 40 e 50 anos e mulheres entre 60 e 70 anos (WEINECK, 2003). Por isso a saúde têm efeitos positivos decorrentes de níveis satisfatórios de atividade física (FARIAS JUNIOR, 2001).

Segundo Matsudo (2002) a atividade física regular está associada a melhor mobilidade, capacidade funcional e qualidade de vida, bem como na prevenção de DCNT.

Os indivíduos que têm alto nível de atividade física e aptidão física e que adotam um estilo de vida ativo estão menos predispostos a terem doenças cardiovasculares. Quanto ao estilo de vida ativo uma das prioridades a serem tomadas é a realização de exercícios com peso e de equilíbrio que contribui para aumento da força muscular e redução de incidências de quedas (MATSUDO, 2004).

2.2 Nível de Atividade Física em Adultos

A Organização Mundial de Saúde (OMS) reconhece a vida sedentária como principal inimigo público em que diz respeito à saúde populacional (BARBOSA, 2004).

Com o avanço da tecnologia houve grande redução de esforços físicos na vida diária das pessoas nessas últimas décadas, o que reflete na qualidade de vida devido às mudanças de hábitos e valores (FREITAS JÚNIOR, 2012).

Embora tenham reduzido à mobilidade diária das crianças, elas ainda realizam atividade física no decorrer do dia devido a necessidade de movimento, enquanto que os adultos estão cada vez mais reduzindo os limites diários necessários para a manutenção dos sistemas orgânicos, favorecendo o aparecimento das doenças relacionadas com processo de envelhecimento. Neste sentido, o mundo moderno trouxe grandes contribuições para essas mudanças, a exemplo estão os carros e elevadores invenções que levam a redução do trabalho corporal (WEINECK, 2003).

A incidência de patologias associadas com a falta de atividade física entre escolares de diferentes faixas etárias vem causando preocupações por parte da área de Educação Física e da Saúde Pública (GUEDES, GUEDES, 1997). Isso faz com que os mesmos busquem estratégias de ensino, com intuito de melhorar a prática de atividade física relacionado com a saúde nos anos de escolarização incentivando a participação mais efetiva na vida adulta.

Koren et al.,(2008) menciona a importância do envolvimento da comunidade escolar através de programas de qualidade de vida integrados ao desenvolvimento curricular no intuito de incentivar as crianças a adquirirem hábitos saudáveis. Para que as aulas de Educação Física sejam eficientes no âmbito do crescimento saudável com qualidade, devem ser aplicadas levando em consideração as características de cada faixa etária. As crianças com idades de 9 e 10 anos possuem bastante interesse pelos jogos, favorecendo a prática das atividades físicas propostas, e os movimentos são mais precisos e há grande desenvolvimento da força e velocidade. De acordo com a Declaração do Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACSM) para adoção de um estilo de vida apropriado com prática de exercícios por toda vida, o principal objetivo a seguir será quanto ao desenvolvimento da aptidão física de crianças e adolescentes buscando melhorar o condicionamento físico, capacidade funcional e saúde.

2.3 Nível de Atividade Física em Escolares

Em termos de saúde pública a criança deve ser conscientizada e estimulada a realizar atividade física regular, como principal meio de prevenção de doenças. Uma das doenças que acomete as crianças e adolescentes é a obesidade um grande problema talvez até maior do que a desnutrição. Um fator que favoreceu essa doença e a globalização, a exemplo está os *fast-foods*, comida com pouca qualidade nutricional e repleta de gordura, com propagandas bem sedutoras que atraem crianças e adolescente. Outro indicador negativo foi a mudança de estilo de vida dos simples atos de subir e descer escadas, jogar bola na rua entre outros foram substituídos por opções como horas em frente a TV e redução de espaços de lazer. Estimativas relatam que crianças e jovens entre 7 e 18 anos de idade gastam em média quatro horas por dia em frente a televisões computadores e videogames e quando associadas a condutas erradas na alimentação com consumo elevado de alimentos com alto teor de gordura e o sedentarismo elevam as chances de tornarem obesas. E esses hábitos estão presentes em todas as classes sociais (BARBOSA, 2004).

O exemplo ainda pior está nas crianças alemãs que passam em média 10 horas sentadas realizando atividades relacionadas a estas citadas no paragrafo anterior (WEINECK, 2003).

Segundo (BARBOSA, 2004) a prática de atividade física e o treinamento são recomendáveis para crianças e adolescentes, pois os mesmos precisam movimentar.

Na escola é um espaço onde as crianças devem adquirir experiências e orientações nas aulas de educação física quanto a prática de atividade física que permitam alcançar uma independência que perdurem para a vida toda através dos programas de ensino (GUEDES, GUEDES, 1997).

2.4 Qualidade de Vida

O presidente dos Estados Unidos da América (EUA), Lyndon Johnson em 1964 citou a expressão qualidade de vida despertando maior interesse e atenção ao declarar que “*os objetivos não podem ser medidos através do balanço dos bancos. Eles só podem ser medidos através da qualidade de vida que proporcionam às pessoas*” (FLECK et al., 1999).

Segundo Nahas (2001) existem vários fatores que influenciam na qualidade de vida, situações que se associam com o estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e espiritualidade.

O termo qualidade de vida para Fleck et al., (1999) não se limita a sua condição de saúde e as intervenções médicas, mas envolve grande variedade de condições que afetam a percepção do indivíduo, incluindo os sentimentos e comportamentos diários.

Fleck et al., (1999) citam três aspectos fundamentais: subjetividade, multidimensionalidade, e a presença de dimensões positivas e negativas, quando se referir a qualidade de vida.

O comprometimento funcional do organismo está relacionado com os baixos níveis de atividade física, onde reflete negativamente na qualidade de vida (MACIEL, 2006).

Um espaço ideal para desenvolver programas de qualidade de vida é na escola, pois ela dispõe de uma boa estrutura física e objetivos educacionais, além de fácil acesso a comunidade o que proporciona parcerias (VILARTA, 2008).

3. MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo transversal através de uma pesquisa quantitativa, exploratória e descritiva onde se adotou os procedimentos metodológicos bibliográficos através de busca de livros artigos relacionados ao tema. Foi uma pesquisa de campo realizada com os pais ou responsáveis dos alunos com 9 e 10 anos da Escola Municipal Monteiro Lobato Palmas/TO, localizado na quadra 1006 Sul região central da capital do Estado do Tocantins. A faixa etária dos pais é de aproximadamente 25 aos 60 anos, onde foi realizada uma pesquisa através de entrevista a fim de identificar o nível de atividade física, por meio do Questionário Internacional de Atividade Física IPAQ, a qualidade de vida através do instrumento da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-bref) e as Condições Socioeconômicas.

Os pais dos alunos foram convidados para uma reunião onde foi explicado o projeto de pesquisa com intuito de identificar a aceitação em participar, em seguida os questionários foram explicados levando em consideração a importância da pesquisa para melhoria da qualidade de vida. Posteriormente os questionários foram aplicados com o apoio de acadêmicos do Grupo de Estudos e Pesquisa em Educação para Promoção da saúde (GEPEPS) do Centro Universitário Luterano de Palmas- CEULP/ULBRA, depois foram encaminhados pelos alunos os questionários para os pais que não comparecerem na reunião.

3.1.1 População e Amostra

Foram convidados para participar voluntariamente da pesquisa, 123 pais ou responsáveis pelos alunos com idades de 9 e 10 anos da Escola Municipal Monteiro Lobato Palmas-TO.

3.2 Local e Período de Realização da Pesquisa

A pesquisa foi realizada na Escola Municipal Monteiro Lobato de Palmas/TO, em uma sala de aula. Tal pesquisa ocorreu no segundo semestre de 2015.

3.3 Critérios de Inclusão

Os critérios de inclusão adotados foram: pais dos alunos com 9 e 10 anos ou responsáveis, com aceitação total quanto à pesquisa após esclarecimentos detalhados quanto ao seu objetivo e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE.

3.4 Critérios de Exclusão

Foram excluídos da pesquisa os pais dos alunos da Escola Monteiro Lobato de Palmas/TO que não têm 9 e 10 anos e também os que não tiverem aceitação total quanto à pesquisa, e não assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE.

3.5 Variáveis

Quadro com definição de variáveis.

Variável	Tipo de Variável	Categorias
Sexo	Qualitativa nominal dicotômica	Masculino e Feminino
Nível de Atividade Física	Quantitativa nominal Categórica	Sedentário, Insuficiente Ativo, Ativo e Muito Ativo
Qualidade de vida	Quantitativa	Escala Likert de 5 pontos
Condições Socioeconômicas	Quantitativa nominal	Itens do domicílio (Eletrodomésticos)

Quadro 1. Definição de variáveis

3.6 Instrumentos de Coleta de Dados, estratégias de aplicação, processamento, análise e apresentação dos dados.

3.6.1 Nível de Atividade Física

Para avaliação do Nível de Atividade Física foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ, versão 8, forma curta e semana normal, já validados em uma amostra da população brasileira. As perguntas estão relacionadas ao tempo que você gasta fazendo atividade física na última semana. Elas incluem as atividades que você faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim. As quatro questões são de múltipla escolha considerando 10 minutos contínuos (MATSUDO et al, 2002).

3.6.3 Qualidade de vida

Para a avaliação da percepção da qualidade de vida foi utilizado o Instrumento de Avaliação da Percepção da Qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-bref). Este instrumento é validado para mais de 20 idiomas incluindo a validação para uso no Brasil (FLECK et al., 2000) Possui 4 domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) consta de 26 questões, duas questões gerais de qualidade de vida.

<p>I-Domínio Físico Dor e desconforto Energia e fadiga Sono e repouso Atividade da vida cotidiana Dependência de medicação ou tratamentos Capacidade de trabalho</p> <p>II-Domínio Psicológico Sentimentos positivos Pensar, aprender, memória e concentração Auto-estima Imagem corporal e aparência Sentimentos negativos Espiritualidade/religião/crenças pessoais</p>	<p>III-Domínio Relações Sociais Relações pessoais Suporte (Apoio) Social Atividade sexual</p> <p>IV-Domínio Meio Ambiente Segurança física e proteção Ambiente no lar Recursos financeiros Cuidados de saúde: disponibilidade e qualidade Oportunidades de adquirir novas informações e habilidades Participação em, e oportunidade de recreação/lazer Ambiente físico (poluição/ruído/trânsito/clima) Transporte</p>
---	---

Quadro 2. Domínios e facetas do instrumento WHOQOL-bref da OMS

Fonte: WHOQOL-bref (WHOQOL GROUP, 1998)

3.6.4 Condições Socioeconômicas

O questionário de avaliação de condições socioeconômicas foi sugerido pela ABEP (Associação Brasileira de Empresa de Pesquisa-2015). O novo modelo foi formulado pelos professores brasileiros Wagner Kamakura (Rice University) e José Afonso Mazzon (FEA-USP). Para o seu desenvolvimento foram usadas 35 variáveis indicadoras de renda permanente (como educação, condições de moradia, o acesso a serviços públicos, posse de bens duráveis a composição familiar, o porte dos municípios e a região onde estão localizados como parâmetros fundamentais para a segmentação e comparação entre os padrões de consumo dos brasileiros).

4. Análise de Dados

Os dados foram tabulados em planilha do Excel depois foram analisados conforme procedimentos da metodologia proposta nos instrumentos. Para a análise do IPAQ foi adotada a metodologia proposta pela Organização Mundial de Saúde (OMS) que permite classificar o indivíduo com base no seu gasto do Equivalente Metabólico (MET) em:

- Sedentário: indivíduo que não realiza nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana.
 - Insuficientemente Ativo: indivíduo que pratica atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos por semana, porém, não sendo suficiente para classificá-lo como ativo. Utilizam-se como critérios seletivos dos indivíduos para esse grupo, a somatória da duração e da frequência dos diferentes tipos de atividades. Esse grupo subdivide-se em indivíduos Insuficientemente Ativos A, que são os indivíduos que realizam 10 minutos contínuos de atividade física, atingindo pelo menos um dos critérios supracitados: frequência (5 dias por semana) ou a duração (150 minutos por semana). E o grupo dos Insuficientemente Ativos B, que são os indivíduos que não preenchem nenhum dos requisitos recomendados mencionados nos indivíduos insuficientemente ativos A.
 - Ativo: indivíduo que segue as seguintes recomendações: para atividade física vigorosa (maior ou igual a 3 dias por semana e maior ou igual a 20 minutos por sessão); moderada ou caminhada (atividades maior ou igual a 5 dias por semana e pelo menos 30 minutos por sessão) e/ou qualquer atividade somada (com 5 dias por semana e por pelo menos 150 minutos por semana).
- Muito Ativo: é o indivíduo que segue as recomendações para atividades vigorosa (maior ou igual a 5 dias por semana e 30 minutos por sessão) ou em atividades vigorosas

(pelo menos 3 dias na semana por um período de 20 minutos por sessão acrescidos de atividade moderada ou caminhada por pelo menos 5 dias na semana e 30 minutos por sessão) (MATSUDO et al., 2001).

Para análise do WHOQOL bref foi considerado a descrição pormenorizada no Quadro 3, recomendada pela OMS.

Quadro 3 - Sintaxe SPSS para o cálculo dos escores do WHOQOL-bref

ETAPAS	SINTAXE SPSS PARA O CÁLCULOS DOS ESCORES DO WHOQOL-BREF
Verificar se todos os 26 itens foram preenchidos com respostas entre 1 e 5	RECODE Q1 Q2 Q3 Q4 Q5 Q6 Q7 Q8 Q9 Q10 Q11 Q12 Q13 Q14 Q15 Q16 Q17 Q81 Q19 Q20 Q21 Q22 Q23 Q24 Q25 Q26 (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (ELSE=SYSMIS).
Converter as questões invertidas	RECODE Q3 Q4 Q26 (1=5) (2=4) (3=3) (4=2) (5=1).
Calcular os escores dos domínios	COMPUTE PHYS=MEAN.6(Q3,Q4,Q10,Q15,Q16,Q17,Q18)*4. COMPUTE PSYCH=MEAN.5(Q5,Q6,Q7,Q11,Q19,Q26)*4. COMPUTE SOCIAL=MEAN.2(Q20,Q21,Q22)*4. COMPUTE ENVIR=MEAN.6(Q8,Q9,Q12,Q13,Q14,Q23,Q24,Q25)*4.
Transformar os escores para uma escala de 0 a100	COMPUTE PHYS=(PHYS-4)*(100/16). COMPUTE PSYCH=(PSYCH-4)*(100/16). COMPUTE SOCIAL=(SOCIAL-4)*(100/16). COMPUTE ENVIR=(ENVIR-4)*(100/16).
Excluir os respondentes cujo número de itens não respondidos excedem 20% do total de itens	COUNT TOTAL=Q1 TO Q26 (1 THRU 5). SELECT IF (TOTAL>=21). EXECUTE.

Fonte: The WHOQOL Group (1998)

Posteriormente foram submetidos à análise descritiva das variáveis de estudo analisada no programa SPSS 21.0.

5. Aspectos Éticos – Atendimento a Resolução CNS 466/12 (BRASIL, 2012)

O projeto foi submetido à aprovação do Comitê de Ética de Pesquisa do Centro Universitário Luterano de Palmas, e somente será iniciada a coleta de dados após aprovação

do Comitê conforme preconiza a Resolução do Conselho Nacional de Saúde N°466/2012, que normatiza a pesquisa envolvendo seres humanos sob o número CAAE 07564412.0.00005516.

4. RESULTADOS

Foram convidados a participar do estudo 123 pais de ambos os sexos dos alunos de 9 e 10 anos, estudantes do ensino Fundamental da escola municipal Monteiro Lobato de Palmas – TO, dos quais todos foram encontrados e entregues os questionários, porém o retorno foi de 85 questionários com aceite a participar de forma voluntária, com perda de 11 que estavam incompletos e 38 não devolveram os questionários. Dos 74 indivíduos que responderam os questionários devidamente 54 são do sexo feminino e 20 do masculino.

Observou-se que em relação ao estudo dos pais apenas um era analfabeto ou tinha o ensino fundamental de 1ª a 4ª série incompleta; dois tinham ensino fundamental do 5ª a 8ª série incompleta; dois pais não haviam concluído o ensino médio, enquanto onze concluíram o ensino médio/ superior incompleto; apenas quatro pais têm ensino superior completo e 16% dos pais tem ensino superior completo.

Com relação ao nível escolar das mães identificou-se que quatro são analfabetas ou têm de 1ª a 4ª série incompletas; quatro têm ensino fundamental 5ª a 8ª série incompletos, enquanto nove concluíram o ensino Fundamental com ensino médio incompleto, já vinte e quatro têm ensino médio completos/ensino superior incompleto e treze concluíram o ensino superior. Logo 26% das mães tem ensino superior completo.

Analisou-se também que 7% das famílias entrevistadas estão classificadas na classe A, já 55% estão classificados nas classes B1 e B2, 35% nas classes C1 e C2 restando 3% nas classes D-E (Tabela 1).

Tabela 1– Descrição da classificação do nível socioeconômico, Palmas – TO, 2015.

Classe	Pontos	Frequência	%
A	45-100	5	7
B1	38-44	14	19
B2	29-37	27	36
C1	23-28	19	26
C2	17-22	7	9
D-E	0-16	2	3

Na variável nível de atividade física verificou-se que os participantes pesquisados apresentam uma prevalência de um alto nível de atividade física 70%, entre ativos e muito

ativos. Apenas 11% são insuficientemente ativos A e 8% são insuficientemente ativos B. Enquanto 11 % são sedentários (Tabela 2).

Tabela 2– Descrição da classificação do nível de atividade física, Palmas – TO, 2015.

Nível de Atividade Física	n	%
Ativos	20	27
Muitos Ativos	32	43
Insuficientemente Ativos A	8	11
Insuficientemente Ativos B	6	8
Sedentários	8	11

Em relação a qualidade de vida, observou-se entre os domínios que a maior média foi do domínio psicológico (Tabela 3).

Tabela 3 – Escore dos domínios da qualidade de vida, Palmas TO, 2015.

Domínio	Média	Desvio Padrão
Físico	15,76	2,41
Psicológico	15,89	2,19
Relações Sociais	15,48	2,77
Meio Ambiente	13,82	2,18
Total	25,99	0,12
n 74		

5. DISCUSSÃO

Os participantes foram 74 pais ou responsáveis de crianças com idades de 9 e 10 anos da escola municipal Monteiro Lobato Palmas-TO.

Quanto a escolaridade dos pais de modo geral foi identificado que 17 têm nível superior completos, 35 terminaram o nível médio, 17 estão com ensino fundamental e 5 são analfabetos. Significa que a maior porcentagem dos pais passou mais anos na escola.

O nível de escolaridade materna é um indicador importante para a promoção da saúde já que a escolaridade materna é fator de proteção da saúde das crianças e adolescentes, nesse sentido, o resultado deste estudo foi positivo, pois se identificou que apenas 7% das mães do total de 54 são analfabetas ou de 1ª a 4ª série incompletas. Já em um estudo sobre renda familiar e nível de escolaridade materna das crianças de 7 a 10 anos de idade do município de Artur Nogueira (SP) em 2008 mostrou que 357 mães estudaram só até a 4ª série do ensino fundamental que corresponde a 35% da amostra (BOCCALETTO et al., 2010).

Quanto à classificação socioeconômica 7% dos entrevistados estão classificados na classe A e 55% nas classes B1 e B2. Mostrando que com relação aos itens estudados como educação, condições de moradia e acesso a serviços públicos, posse de bens duráveis e composição familiar porte dos municípios e a região a amostra apresenta uma classe média com maioria B2 pois de acordo com contagem de pontos está entre 29-37 com 36% do total.

A maioria da amostra foi do sexo feminino (72,97%). Neste sentido, uma pesquisa realizada por Baretta et al., (2007) no município de Joaçaba, Santa Catarina-Brasil para estimar o nível de atividade física praticada pela população adulta com faixa etária de 20-59 anos de idade com ambos os sexos n=575, identificou que o maioria dos entrevistados foi também do sexo feminino 54,8 %. Comparando com esse estudo identificou-se que apesar da amostra ser menor a maior aceitação da pesquisa também foi de participantes do sexo feminino.

Os principais achados em relação ao NAF foram que de maneira geral 20% foram classificados como ativos, 43% como muito ativos, 11% como insuficiente ativo A, 8% como insuficientemente ativos B e 11% sedentários. Ainda falando do estudo de Baretta et al., (2007) foi identificada a prevalência de indivíduos classificados como inativos fisicamente com 57,4%, outros estudos do relatou que a menor prevalência de inatividade física foi encontrado em Belém 28,2%. Comparando com resultados dos estudos citados, nesses estudos identificou-se que essa amostra apresentou um número maior de pessoas ativas. Um

bom resultado, pois de acordo com Pitanga (2010) um dos fatos que contribuem para redução de diversos agravos à saúde é a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo resultado da mudança de comportamento dos indivíduos (Ministério da Saúde, 2004).

Entre os 20 participantes do sexo masculino da amostra 35% são insuficientemente ativos ou sedentários. Em outros estudos referentes atividade física dos homens vem mostrando que a partir da era epidemiológica das DCNT surgiram vários estudos relacionados à atividade física como meio de promoção da saúde. Um deles foi o de Leon et al., (1987) onde foi observado com base em estudo longitudinal que homens moderadamente ativos experimentavam taxa de mortalidade 27% menor que os sedentários. Outros investigadores como Paffenbarger júnior et al., (1993 apud PITANGA, 2010, p. 71) observaram que homens, ao mudarem o comportamento, de estilo de vida sedentário para participação em atividades esportivas de intensidade moderada para forte, apresentaram risco relativo de morte reduzido em 41%.

Em um estudo de Siqueira et al., (2008) sobre atividade física em adultos e idosos residentes em áreas de abrangência de unidades básicas de saúde de municípios das regiões Sul e Nordeste do Brasil, identificou que o sedentarismo foi significativamente mais frequente entre os homens 37,5%. O resultado2 dessa amostra 35% foi semelhante com esse mostrando que os homens estão com resultados parecidos com estudos em região próxima, indicando que os mesmos não estão com bom resultado quanto a atividade física para prevenção de doenças.

De acordo com estudo de Bankoft et al., (2006) o nível de práticas de atividades físicas, entre os participantes do programa mexa-se UNICAMP e verificaram que 70,6% dos participantes apontam melhora na saúde, qualidade de vida, desempenho no trabalho e sua relação na equipe de trabalho.

Em relação à QV os resultados dos domínios do WHOQOL-bref pôde-se observar que o elemento que merece destaque é quanto ao domínio psicológico sendo compostas por um número de facetas relacionadas aos sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração, auto-estima, imagem corporal e aparência, sentimentos negativos e espiritualidade, religião e crenças pessoais seguido dos domínios físico, relações social e meio ambiente. Segundo Matsudo et al., (2002) os benefícios proporcionados pela AF quanto as aspectos psicológicos são: melhora a auto-imagem, aumenta a auto-estima e o bem-estar, diminui o estresse e a depressão, mantém a autonomia e reduz o isolamento.

Foi realizado um estudo epidemiológico do tipo transversal em uma amostra de indivíduos usuários das bibliotecas públicas das regiões administrativas do Distrito Federal

(DF) por meio da aplicação do questionário WHOQOL-bref onde no aspecto do Domínio Psicológico cerca de 48% dos entrevistados declararam aproveitar bastante a vida, que a vida tem bastante sentido e que conseguem se concentrar bastante (GOMESI et al., 2014).

6 CONCLUSÃO

O objetivo principal deste trabalho foi avaliar o nível de atividade física e a percepção da qualidade de vida dos pais e/ou responsáveis pelos alunos de 9 e 10 anos. Ao fim deste trabalho verificou-se que há uma prevalência de famílias da classe B1 e B2. A escolaridade predominante dos pais corresponde à conclusão do Ensino Médio. A maioria dos pais analisados realiza atividade física regular de forma vigorosa ou moderada.

Dessa forma, conclui-se que os pais são fisicamente ativos. Tendo em vista a influência que os pais têm sobre as crianças diante dos hábitos diários, esse resultado é de suma importância, pois contribui no interesse para prática de atividade física desde as primeiras fases da vida. Portanto, esse comportamento é importante tanto para prevenção de doenças quanto na promoção da saúde.

O maior resultado entre os domínios pesquisados para qualidade de vida foi o psicológico, significando que essas pessoas têm uma boa auto-estima, sentimentos positivos. Em segundo lugar está o domínio físico confirmando o resultado do questionário sobre atividade física que identificou que os pais são fisicamente ativos um ponto positivo para qualidade de vida.

Levando em consideração os benefícios que os hábitos saudáveis trás a vida das pessoas seria necessário também acrescentar estudo sobre a rotina alimentar, dados sócios demográficos, IMC, relação cintura quadril questões estas que estão relacionadas com vida sedentária e DCNT e por último chamar atenção dos pais para importância de participar desses estudos. Também seria interessante pesquisa sobre o nível de atividade dos filhos e fazer um comparativo entre eles, pois assim teriam mais material para realizar ações com esse grupo.

Logo se esperam que as análises aqui expostas possam contribuir na reflexão sobre os comportamentos de riscos e possíveis mudanças no estilo de vida de cada um, como também a implantação de um programa de saúde dirigindo para pais e filhos.

REFERÊNCIAS

- BANKOFF, ANTONIA DP et al. Programa de Convivência e Atividade Física na UNICAMP: responsabilidade social em ação. **Qualidade de Vida e Fadiga Institucional**, p. 151, 2006.
- BARBOSA, V. L. P. Prevenção da Obesidade na infância e na adolescência: exercício, nutrição e psicologia. Barueri, SP: Manole, 2004.
- BARETTA, Elisabeth; BARETTA, Marly; PERES, Karen Glazer. Nível de atividade física e fatores associados em adultos no Município de Joaçaba, Santa Catarina, Brasil Physical activity and associated factors among adults in Joaçaba, Santa Catarina, Brazil. **Cad. Saúde Pública**, v. 23, n. 7, p. 1595-1602, 2007.
- BOCCALETTO, ESTELA MARINA ALVES; MENDES, ROBERTO TEIXEIRA; VILARTA, ROBERTO. Estratégias de promoção da saúde do escolar: atividade física e alimentação saudável. **Campinas: IPES Editorial**, 2010.
- BOCCALETTO, ESTELA MARINA ALVES; MENDES, ROBERTO TEIXEIRA; VILARTA, ROBERTO. Diagnóstico da Alimentação Saudável e Atividade Física em Escolas Municipais de Artur Nogueira/SP. **Campinas: IPES Editorial**, 2010.
- BRAZIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. **Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não transmissíveis: Brasil, 15 capitais e Distrito Federal 2002-2003**. Inca, 2004.
- Critério de Classificação Econômica Brasil – ABEP -2015. <http://www.abep.org/criterio-brasil>.
- FARIAS JÚNIOR, J. C. Associação entre nível de atividade física, composição da dieta e gordura corporal em adultos. **Atividade física e saúde**. Florianópolis, v. 6, n. 3, 2001.
- FLECK, M. P.A. et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-1.00). **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 21, p. 1, 1999.
- FLECK M. P. A. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL – Bref”. **Revista Saúde Pública**, n°2 vol.34 pag: 178-83, 2000.
- FREITAS JÚNIOR, Ismael Forte. Aptidão física relacionada à saúde em adultos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 1, n. 2, p. 39-48, 2012.
- GOMESI, Jacqueline Ramos de Andrade Antunes; HAMANNI, Edgar Merchan; GUTIERREZI, Maria Margarita Urdaneta. Aplicação do WHOQOL-BREF em segmento da comunidade como subsídio para ações de promoção da saúde. **Rev BRas epidemiol**, v. 495, p. 516, 2014.

GONÇALVES, Aguinaldo. Conhecendo e discutindo saúde coletiva e atividade física. In: **Conhecendo e discutindo saúde coletiva e atividade física**. Guanabara Koogan, 2004.

GUEDES, D.P. Educação para a saúde mediante programas de educação física escolar. **Motriz**, vol. 5, n. 1, 1999.

GUEDES, J. E. R. P.; GUEDES, Dartagnan Pinto. Características dos programas de educação física escolar. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 11, n. 1, p. 49-62, 1997.

GUTIERREZ, et al. Políticas públicas, qualidade de vida e atividade física. Campinas: Ipes, 2011. Capítulo 19 Atividade física na promoção da saúde e da qualidade de vida: contribuições do programa mexa-se unicamp. Pag.179 In (Zamai et al 2011).

KOREN, et al., Educação Física Escolar: estímulo ao crescimento e desenvolvimento para uma vida com qualidade. VILARTA, Roberto; BOCCALETTO, Estela Marina Alves. Atividade Física e Qualidade de Vida na Escola: Conceitos e Aplicações Dirigidos à Graduação em Educação Física. **Campinas: Ipes Editorial**, 2008.

MACIEL, E.S. Qualidade de Vida: Análise da influência do consumo de alimentos e estilo de vida. **Dissertação (Mestrado) USP**: Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz. Piracicaba, 2006.

MATSUDO, S. et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Rev. bras. ativ. fís. saúde**, v. 6, n. 2, p. 05-18, 2001.

MATSUDO, Sandra Mahecha et al. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. **Rev Bras Ciênc Mov**, v. 10, n. 4, p. 41-50, 2002.

MATSUDO, S. et al. Atividade Física. LITVOC, Júlio; BRITO, Francisco Carlos de. **Envelhecimento prevenção e promoção da saúde**. Atheneu, 2004.

NAHAS, Markus Vinicius. Atividade física e qualidade de vida. **Núcleo de Pesquisas em Atividade Física & Saúde-UFSC**, s/d, 2001.

PETROSKI, Edio Luiz; PELEGRINI, Andreia. Associação entre o estilo de vida dos pais e a composição corporal dos filhos adolescentes. **Rev Paul Pediatr**, v. 27, n. 1, p. 48-52, 2009.

PITANGA, F. J. G. Epidemiologia, atividade física e saúde. **Revista Brasileira. Ciência e Movimento**. v 10 (3), 2002.

PITANGA, F. J. G. Epidemiologia da atividade física do exercício físico e da saúde/ Francisco José Godim Pitanga. -3.ed.rev. e ampliada São Paulo: Phorte, p.69,2010

SIQUEIRA, Fernando V. et al. Atividade física em adultos e idosos residentes em áreas de abrangência de unidades básicas de saúde de municípios das regiões Sul e Nordeste do Brasil. **Cad Saúde Pública**, v. 24, n. 1, p. 39-54, 2008.

VILARTA, Roberto; BOCCALETTO, Estela Marina Alves. Atividade Física e Qualidade de Vida na Escola: Conceitos e Aplicações Dirigidos à Graduação em Educação Física. **Campinas: Ipes Editorial**, 2008.

WEINECK, J. **Atividade física e esporte: para quê?** Barueri, SP: Manole, 2003.

APÊNDICES

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE
– N. _____

Eu, _____, RG _____, abaixo qualificado, DECLARO para fins de participação em pesquisa, na condição de sujeito da mesma, que fui devidamente esclarecido sobre o Projeto de Pesquisa intitulado: “**Escolas Saudáveis II: Qualidade de Vida, Nível de Atividade Física, Condições Socioeconômico dos pais dos alunos com 9 e 10 anos da Escola Municipal Monteiro Lobato**”, desenvolvido pela Acadêmica **Raimunda Gomes Nunes** e pela Orientadora e Pesquisadora Responsável Professora Dra. Erika da Silva Maciel, quanto aos detalhes abaixo relacionados:

1. Avaliar a qualidade de vida dos pais ou responsáveis pelos alunos com 9 e 10 anos da escola pública municipal Monteiro Lobato de Palmas/TO, associado as variáveis nível de atividade física e condições socioeconômicas;
2. A qualidade de vida vem sendo estudada pelos setores responsáveis pela saúde pública entre outros órgãos, que buscam soluções para melhoria da mesma. A partir de então reduzir os gastos com medicações, diminuir a obesidade entre crianças amenizando os hábitos não saudáveis.
3. Para avaliar a qualidade de vida as condições socioeconômicas e o nível de Atividade Física dos pais dos alunos com 9 e 10 anos da escola municipal Monteiro Lobato, e serão utilizados os seguintes Instrumentos de Coleta de Dados: o Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ, versão curta, questionário de qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-bref), e as condições socioeconômicas.
4. E em relação aos benefícios desta pesquisa, será mostrada a importância da qualidade de vida dos pais, além das condições socioeconômicas e o nível de atividade física.
5. Para a realização do Projeto você responderá a questionários referentes a qualidade de vida, as condições socioeconômico e ao nível de atividade física, sendo esses aplicados e coletados por acadêmicos do Grupo de Estudos e Pesquisa em Educação para Promoção da saúde (GEPEPS) do Centro Universitário Luterano de Palmas-CEULP/ULBRA.
6. Informo que durante qualquer momento da coleta dos dados você poderá recusar sua participação na pesquisa sem qualquer tipo de prejuízo pessoal ou para a pesquisa, e ainda, que estou disponível para qualquer dúvida.

7. Durante o decorrer e após a conclusão do projeto, será preservada a sua identidade e dos demais participantes. O trabalho terá a orientação da Professora Dra. Erika da Silva Maciel, do Centro Universitário Luterano de Palmas- CEULP/ULBRA.

QUALIFICAÇÃO DO DECLARANTE

Data de nascimento: ____/____/____ Sexo: M () F () Tel.: _____

Endereço: _____

nº _____ Complemento: _____

Cidade: _____ Cep: _____

DECLARAÇÃO DO PESQUISADOR

DECLARO ter elaborado este Termo para obter de forma apropriada e voluntária, o consentimento livre e esclarecido do declarante acima qualificado para a realização desta pesquisa e COMPROMETO-ME a presar pela ética tal qual expresso na Resolução do Conselho Nacional de Saúde – CNS n.466/2012 versão ENCEP 2012.

Palmas, _____ de _____ de 20_____.

Raimunda Gomes Nunes
 Acadêmica

DECLARAÇÃO DO PESQUISADOR RESPONSÁVEL

DECLARO estar ciente de todos os detalhes inerentes a pesquisa e COMPROMETO-ME a acompanhar todo o processo, presando pela ética tal qual expresso na Resolução do Conselho Nacional de Saúde – CNS n.466/2012 e, especialmente, pela integridade do sujeito da pesquisa.

Palmas, _____ de _____ de 20_____.

 Professora Dra. Erika da Silva Maciel
 Orientadora e Pesquisadora Responsável

CONTATOS:

Raimunda Gomes Nunes

Erika da Silva Maciel

Endereço: Rod TO 010 Km 10 Loteamento Telefone: 63- 8109-5453

Vale do Serrano Lt 4A

E-mail: erikasmaciel@ceulp.edu.br

Telefone:8407-5314

E-mail: raney-18@hotmail.com

**Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Luterano de Palmas –
CEPCEULP**

Endereço: Avenida Teotônio Segurado 1501 Sul Palmas - TO CEP 77.019-900

Telefone: (63) 3219-8052

E-mail: etica@ceulp.edu.br

Assim, DECLARO que após convenientemente esclarecido pelo pesquisador, ter lido este Termo e ter entendido o que me foi explicado oralmente e devidamente apresentado neste documento, consinto voluntariamente em participar desta pesquisa rubricando todas as folhas deste Termo e assinando a última.

Palmas, _____ de _____ de 20_____.

Assinatura do Participante

ANEXOS

ANEXO A – Modelo de Questionário sugerido para aplicação

P.XX Agora vou fazer algumas perguntas sobre itens do domicílio para efeito de classificação econômica. Todos os itens de eletroeletrônicos que vou citar devem estar funcionando, incluindo os que estão guardados. Caso não estejam funcionando, considere apenas se tiver intenção de consertar ou repor nos próximos seis meses.

INSTRUÇÃO: Todos os itens devem ser perguntados pelo entrevistador e respondidos pelo entrevistado.

Vamos começar? No domicílio tem_____ (LEIA CADA ITEM)

	NÃO POSSUI	QUANTIDADE QUE POSSUI			
		1	2	3	4+
Quantidade de automóveis de passeio exclusivamente para uso particular					
Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana					
Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho					
Quantidade de banheiros					
DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel					
Quantidade de geladeiras					
Quantidade de freezers independentes ou parte da geladeira duplex					
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones					
Quantidade de lavadora de louças					
Quantidade de fornos de micro-ondas					
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional					
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca					

A água utilizada neste domicílio é proveniente de?	
1	Rede geral de distribuição
2	Poço ou nascente
3	Outro meio

Considerando o trecho da rua do seu domicílio, você diria que a rua é:	
1	Asfaltada/Pavimentada
2	Terra/Cascalho

Qual é o grau de instrução do chefe da família? Considere como chefe da família a pessoa que contribui com a maior parte da renda do domicílio.

Nomenclatura atual	Nomenclatura anterior
Analfabeto / Fundamental I incompleto	Analfabeto/Primário Incompleto
Fundamental I completo / Fundamental II incompleto	Primário Completo/Ginásio Incompleto
Fundamental completo/Médio incompleto	Ginásio Completo/Colegial Incompleto
Médio completo/Superior incompleto	Colegial Completo/Superior Incompleto
Superior completo	Superior Completo

**QUESTIONÁRIO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA
(VERSÃO CURTA)**



Nome: _____

Data: ____ / ____ / ____ **Idade :** ____ **Sexo:** F () M ()

Nós estamos interessados

em saber que tipos de atividade física as pessoas fazem como parte do seu dia a dia. Este projeto faz parte de um grande estudo que está sendo feito em diferentes países ao redor do mundo. Suas respostas nos ajudarão a entender que tão ativos nós somos em relação às pessoas de outros países. As perguntas estão relacionadas ao tempo que você gasta fazendo atividade física na **ÚLTIMA** semana. As perguntas incluem as atividades que você faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim. Suas respostas são **MUITO** importantes. Por favor, responda cada questão mesmo que considere que não seja ativo. Obrigado pela sua participação!

Para responder as questões lembre que:

- Atividades físicas **VIGOROSAS** são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar **MUITO** mais forte que o normal
- Atividades físicas **MODERADAS** são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar **UM POUCO** mais forte que o normal

Para responder as perguntas pense somente nas atividades que você realiza **por pelo menos 10 minutos contínuos** de cada vez.

1a Em quantos dias da última semana você **CAMINHOU** por pelo menos 10 minutos contínuos em casa ou no trabalho, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

dias ____ por **SEMANA** () Nenhum

1b Nos dias em que você caminhou por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou caminhando **por dia**?

horas: ____ Minutos: ____

2a. Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **MODERADAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo, pedalar leve na bicicleta, nadar, dançar, fazer ginástica

aeróbica leve, jogar vôlei recreativo, carregar pesos leves, fazer serviços domésticos na casa, no quintal ou no jardim como varrer, aspirar, cuidar do jardim, ou qualquer atividade que fez aumentar **moderadamente** sua respiração ou batimentos do coração (**POR FAVOR NÃO INCLUA CAMINHADA**)

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

2b. Nos dias em que você fez essas atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia?**

horas: _____ Minutos: _____

3a Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **VIGOROSAS por pelo menos 10 minutos contínuos**, como por exemplo, correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados em casa, no quintal ou cavoucar no jardim, carregar pesos elevados ou qualquer atividade que fez aumentar **MUITO** sua respiração ou batimentos do coração.

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

3b Nos dias em que você fez essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia?**

horas: _____ Minutos: _____

Estas últimas questões são sobre o tempo que você permanece sentado todo dia, no trabalho, na escola ou faculdade, em casa e durante seu tempo livre. Isto inclui o tempo sentado estudando, sentado enquanto descansa, fazendo lição de casa visitando um amigo, lendo, sentado ou deitado assistindo TV. Não inclua o tempo gasto sentado durante o transporte em ônibus, trem, metrô ou carro.

4a. Quanto tempo no total você gasta sentado durante um **dia de semana?**

_____ horas _____ minutos

4b. Quanto tempo no total você gasta sentado durante em um **dia de final de semana?**

_____ horas _____ minutos **OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO**

**AVALIAÇÃO DA PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA
WHOQOL – ABREVIADO**

Versão em Português

Instruções:

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. Por favor responda a todas as questões. Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha.

Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as duas últimas semanas. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

	Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessita nestas últimas duas semanas. Portanto, você deve circular o **número 4** se você recebeu "**muito**" apoio como abaixo.

	nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número 1 se você não recebeu "nada" de apoio.

Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número e lhe parece a melhor resposta.

		muito ruim	Ruim	nem ruim nem boa	Boa	muito boa
1	Como você avaliaria sua qualidade de vida?	1	2	3	4	5

		muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	Muito satisfeito
2	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde ?	1	2	3	4	5

As questões seguintes são sobre **o quanto** você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?	1	2	3	4	5
4	O quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?	1	2	3	4	5
5	O quanto você aproveita a vida?	1	2	3	4	5
6	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	1	2	3	4	5
7	O quanto você consegue se concentrar?	1	2	3	4	5
8	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?	1	2	3	4	5
9	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão completamente** você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	médio	muito	completamente
10	Você tem energia suficiente para seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
11	Você é capaz de aceitar sua aparência física?	1	2	3	4	5
12	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	1	2	3	4	5
13	Quão disponíveis para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
14	Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão bem ou satisfeito** você se sentiu a respeito de vários aspectos de

sua vida nas últimas duas semanas.						
		muito ruim	Ruim	nem ruim nem bom	Bom	muito bom
15	Quão bem você é capaz de se locomover?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
16	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?	1	2	3	4	5
17	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
18	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?	1	2	3	4	5
19	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	1	2	3	4	5
20	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	1	2	3	4	5
21	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?	1	2	3	4	5
22	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	1	2	3	4	5
23	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	1	2	3	4	5
24	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?	1	2	3	4	5
25	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a com que frequência você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas.						
		Nunca	algumas vezes	frequentemente	muito frequentemente	sempre
26	Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade,	1	2	3	4	5

	depressão?					
--	------------	--	--	--	--	--

Alguém lhe ajudou a preencher este questionário?

Quanto tempo você levou para preencher este questionário?.....

CENTRO UNIVERSITÁRIO
LUTERANO DE PALMAS -
ULBRA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ESCOLAS SAUDÁVEIS: CONSUMO DE PESCADO, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA EM COMUNIDADE ESCOLAR.

Pesquisador: Erika da Silva Maciel

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 07564412.0.0000.5516

Instituição Proponente: Centro Universitário Luterano de Palmas - ULBRA

Patrocinador Principal: EMPRESA BRASILEIRA DE PESQUISA AGROPECUARIA

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 915.028

Data da Relatoria: 13/11/2014

Apresentação do Projeto:

Esta pesquisa tem como objetivo investigar como se apresentam o estado nutricional, o nível de atividade física, a percepção da qualidade de vida e do consumo de pescado da comunidade escolar (ensino médio) do Município de Palmas (TO), bem como, o levantamento de informações sobre as características do consumo de pescado em ambiente escolar e sua relação com a qualidade de vida. Para tanto, será utilizado um instrumento que avalia a percepção do consumo de pescado, o questionário de percepção da qualidade de vida (WHOQOL-bref) e do nível de atividade física (IPAQ), ambos da Organização Mundial da Saúde (OMS), que juntos irão compor um sistema informatizado de coleta de dados por meio dos recursos da Internet. Será avaliado o Índice de Massa Corporal (IMC) por meio das medidas de peso e altura e composição corporal através da biomedância tetrapolar, visando identificar quais padrões de estado nutricional são preponderantes entre os sujeitos. Com foco de estimular hábitos mais saudáveis entre os escolares será realizado um teste de aceitação entre um grupo de voluntários visando identificar quais as formas de preparo do pescado são de maior aceitação pelo grupo. Será considerado o uso de espécies nativas e as funcionárias da merenda escolar receberão treinamento para a manipulação e preparo através da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (EMBRAPA) Pesca e Aquicultura. A análise de dados seguirá a metodologia adotada pelos instrumentos e constituirá

Endereço: Av. Teotônio Segurado, 1501 Sul Sala 120
Bairro: Plano Diretor Sul CEP: 77.054-970
UF: TO Município: PALMAS
Telefone: (63)3219-8068 Fax: (63)3219-8005 E-mail: etica@ceulp.edu.br

