



Atividade física e ambiente acadêmico: comparação entre o ciclo básico e o internato da graduação em medicina de uma universidade da região Amazônica

ARTIGO ORIGINAL

BENEVIDES, Pedro Henrique Silva ^[1], SANTOS, Bráulio Erison França dos ^[2], MOREIRA, Vanessa Santos ^[3], AQUINO, Victor Alexandre Nascimento de ^[4], BUCAR, Ruy Arudá Ferreira ^[5], SARAIVA, Thiago Leite ^[6], BARBOSA, Terezinha Alecrim ^[7]

BENEVIDES, Pedro Henrique Silva. Et al. **Atividade física e ambiente acadêmico: comparação entre o ciclo básico e o internato da graduação em medicina de uma universidade da região Amazônica**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 04, Ed. 04, Vol. 06, pp. 76-88 Abril de 2019. ISSN: 2448-0959

RESUMO

O ciclo básico e o internato do curso de Medicina, são vistos como dois momentos de transição que são acompanhados de novas perspectivas educacionais, novos métodos de aprendizagem e novos anseios. Para tal, esse estudo tem como objetivo estabelecer um perfil sociodemográfico dos acadêmicos de Medicina matriculados nesses dois períodos na Universidade Federal do Amapá, avaliar o nível de Atividade Física e a possível relação deste com a Percepção do Ambiente Acadêmico. Foram utilizados o questionário Baecke, validado para avaliação da atividade física habitual, o DREEM, utilizado para avaliar a Percepção do Ambiente Acadêmico, e um questionário sociodemográfico elaborado de acordo com as necessidades da pesquisa. Participaram do estudo 125 alunos, e foi possível estabelecer que existe uma tendência, que quanto maior o nível de atividade física, melhor será a percepção do ambiente acadêmico. Os resultados mostraram que os alunos dos dois últimos anos da graduação tiveram os melhores índices de Atividade Física e Percepção do ambiente acadêmico, quando comparados com os dois primeiros anos do curso, o que se mostrou em divergência com outras literaturas. Logo, pode ser percebido que existem outros fatores, não avaliados, e inerentes a cada uma dessas etapas que podem influenciar os resultados. Para tal é necessário a continuidade de estudos e a observação de outros fatores que possam estar envolvidos nessa interação.

Palavras-chave: acadêmicos de Medicina, ciclo básico, internato, atividade física, percepção do ambiente acadêmico.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que o sedentarismo, é hoje um dos causadores de grandes problemas relacionados a saúde pública, tão importante quanto o alcoolismo, diabetes, tabagismo e a hipertensão arterial (LEE et al., 2012). Em contrapartida, temos a atividade física (AF) como proteção, e promoção da saúde e qualidade de vida, já que seus benefícios se mostram na redução da incidência e prevalência de doenças crônicas, como a obesidade, doença arterial coronariana, diabetes, dislipidemias, hipertensão arterial, e também está relacionado à menor mortalidade, menor ocorrência de quedas e debilidade física em idosos, depressão e ansiedade (POLISSENI; RIBEIRO 2014; STUBBS et al., 2017).

A AF pode ser dividida e enquadrada em quatro grandes eixos. Sendo o primeiro relacionado ao trabalho, o segundo com as atividades domésticas, o terceiro com o transporte e o quarto com as atividades de lazer, sendo este o que mais contribui para que o nível de AF não diminua com o passar dos anos na vida adulta (NASSER et al., 2016). Freire definiu a AF como qualquer movimento corporal realizado pela musculatura esquelética que demande de energia acima dos níveis necessários quando comparado ao repouso (FREIRE et al., 2014).

Alguns fatores são determinantes no nível de AF praticado, um deles é a influência cultural e socioeconômica. Tal relação foi demonstrada no estudo desenvolvido por Haase onde houve a participação de 23 países diferentes. A pesquisa buscava ver as variações do nível de AF nos momentos de lazer, sendo que foi analisado desde países em desenvolvimento e países desenvolvidos, sendo que o último obteve melhor resultado, obtendo apenas 23% de inatividade, em contrapartida dos menos desenvolvidos que obtiveram cerca de 44% de inatividade (HAASE et al., 2004).

O nível de AF da população, mesmo com todos os benefícios que a mesma proporciona, tem sofrido acentuada queda, o que consequentemente leva ao aumento da prevalência do sedentarismo (TURI et al., 2017). Dentro do ambiente acadêmico o resultado, não foi diferente, onde também foi observado uma ocorrência global de baixos índices de atividade adequada ou até mesmo, um alto índice de inatividade (HAASE et al., 2004). Um estudo colombiano demonstrou que pouco mais que 40% dos estudantes não obtinham uma prática de AF regular, sendo que alguns dentro dessa estatística não faziam nenhum tipo de exercício (VERELA et al., 2011).

Quanto aos acadêmicos brasileiros, os estudos obtiveram resultados semelhantes ao exposto acima, sendo que os estudantes de medicina também apresentam índices de AF abaixo do adequado, o que acaba se estabelecendo uma relação paradoxal, já que são futuros profissionais da saúde, e conhecedores da importância da AF e de sua prática adequada para promoção da saúde e qualidade de vida. Além de ser um dos fatores que dificultam a adesão dos pacientes às suas recomendações (LACKINGER; DORNER, 2015).

Uma pesquisa realizada com estudantes de Medicina de Minas Gerais demonstrou que um fator de grande importância que atua no nível de AF dos discentes, é o tempo gasto com as atividades físicas durante os anos da graduação. O estudo citado mostrou uma queda satisfatória a cada ano do curso, sobretudo no período do internato que corresponde aos dois últimos anos onde inicia-se o exercício prático, o que acaba

demandando de mais tempo. Entre o primeiro e o último ano da graduação, o tempo usado diminuiu para menos que a metade do inicial, em todos os níveis de exercício, leve, moderado e intenso (FIGUEIREDO et al., 2009).

A inatividade física é uma das determinantes na prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina (STUBBS et al., 2017) já que o sedentarismo pode repercutir na percepção do ambiente acadêmico (PAA), que traz consigo um complexo conjunto de elementos materiais e emocionais que influenciam o discente no processo de aprendizado, (DE ALMEIDA TRONCON, 2014).

Segundo Vasconcelos os estudantes de Medicina apresentam maior prevalência de transtornos depressivos quando comparados com a população geral, sendo que vários fatores podem influenciar essa estatística, como problemas estruturais e de comunicação entre discentes e docentes, alta competitividade acadêmica e exigência por profissionais capacitados, podem coagir os estudantes e até mesmo comprometer a saúde física e mental (VASCONCELOS et al., 2015)

Um estudo realizado na Universidade Federal do Amapá (UNIFAP) com 175 alunos do curso de Medicina, obteve como resultado uma prevalência de 45,7%, de depressão entre os acadêmicos, o que foi associado com uma pior PAA (OLIVEIRA et al., 2016). Sendo que a PAA tende a piorar com o decorrer da graduação, o que pode ser atribuído à dificuldade na transição do ensino básico (os dois primeiros anos) para o ensino clínico e na escassez de tempo dos estudantes para cumprir com todos os compromissos acadêmicos (DÍAZ-VÉLIZ et al., 2016)

Logo, devido ao exposto e à escassez de estudos referentes à região Norte, este trabalho tem por objetivo identificar e avaliar o nível de AF e a implicação desta na PAA dos acadêmicos de Medicina da UNIFAP matriculados no ciclo básico e no internato do curso, já que esses são os períodos evidenciados que mais sofrem influência devido as novas perspectivas educacionais, novos métodos de aprendizagem e novos anseios.

MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa foi realizada na UNIFAP campus Marco Zero, onde se concentra as atividades teóricas do ciclo básico e nos hospitais usados durante as atividades práticas do curso (Hospital das Clínicas Alberto Lima, Hospital da Mulher Mãe Luzia, Hospital de Emergências de Macapá) com os acadêmicos devidamente matriculados no ciclo básico e no internato do curso de graduação de Medicina. A (UNIFAP), por meio do seu Comitê de Ética em Pesquisa, concedeu aprovação para o estudo no dia 01/06/2016 (número de protocolo do Certificado de Apresentação para Apreciação Ética: 56187216.6.0000.0003).

A coleta de dados foi realizada entre setembro e dezembro de 2016, por meio do software online, "SurveyMonkey enterprise" e por questionários impressos entregues pelos pesquisadores aos graduandos, sendo que tais questionários foram incluídos nesta plataforma, onde cada estudante recebeu um link (intransferível e pessoal) para acesso dos mesmos em seu endereço eletrônico. Os dados pessoais foram disponibilizados apenas aos pesquisadores.

Os critérios de inclusão foram: ser acadêmico de Medicina da UNIFAP matriculado no ciclo básico (correspondente ao primeiro e segundo ano do curso), ou no internato (quinto e sexto ano do curso), e

concordar em participar do estudo. Já os critérios de exclusão foram: não concordar em participar do estudo, e estar matriculado no terceiro e quarto ano do curso.

Foram utilizados o questionário Baecke, validado para avaliação da atividade física habitual (AFH), o DREEM, utilizado para avaliar a PAA, além de um questionário sociodemográfico elaborado de acordo com as necessidades da pesquisa.

O sociodemográfico possui 18 perguntas abertas e fechadas, e foi desenvolvido para satisfazer um dos objetivos da pesquisa: caracterizar os estudantes de medicina quanto a gênero, estado civil, procedência, prática de AF, sua expectativa durante o transcorrer da graduação, a interferência da metodologia ativa na prática de exercícios físicos, consumo de bebida alcoólica e tabagismo.

O DREEM foi utilizado para conhecer a percepção do ambiente de ensino pelos acadêmicos de medicina da UNIFAP. É composto por 50 afirmações relacionadas ao ambiente educacional, tendo como possibilidades de resposta: concordo totalmente, concordo, indiferente, discordo e discordo plenamente. Os dados foram avaliados por um somatório simples da pontuação obtida. Para cada pontuação foi atribuída uma representação do ambiente, sendo que de 0 a 50 representa um ambiente muito pobre; 50 a 100, ambiente com muitos problemas; 101 a 150, ambiente mais positivo que negativo e de 151 a 200, ambiente excelente.

O Baecke avalia a AF dos últimos 12 meses por meio de quatro escores: atividade física ocupacional (AFO); exercício físico no lazer (EFL); atividade física de lazer e de locomoção (ALL) e o escore total (ET) que representa a soma destes. Cada escore pode ter variação de 1 a 5 pontos, sendo uma variável quantitativa adimensional (GARCIA, 2013). A interpretação do questionário em questão foi feita avaliando os quatro escores (AFO, EFL, ALL e ET). Cada uma dessas partes foi avaliada individualmente e seus resultados compõem a avaliação do nível de AF dos estudantes analisados.

Essa análise foi feita de acordo com as delimitações propostas no próprio questionário. A avaliação da AFO foi feita de acordo com o grau de intensidade da ocupação, sendo 1 para ofícios com baixo gasto energético, 3 para médio gasto e 5 para alto gasto. Já o EFL avaliou 3 pontos importantes, que tiveram atribuições de valores diferentes de acordo com a resposta do participante. O primeiro ponto foi a intensidade de acordo com o gasto energético (0,76 baixo gasto energético, 1,26 intermediário, e 1,76 para as de alto). O segundo ponto foi o tempo gasto em horas por semana (0,5 para menos de uma, 1,5 entre maior que uma e menor que duas, 2,5 para maior que duas e menor que três, 3,5 para maior que três e até quatro por semana e 4,5 para maior que quatro horas por semana. O terceiro e último ponto avaliado corresponde a proporção de meses por ano (0,04 para menor que um mês, 0,17 entre um a três, 0,42 entre quatro a seis, 0,67 entre sete a nove, e 0,92 para maior que nove meses).

A análise estatística foi feita através do software IBM SPSS 24, com o teste do qui-quadrado adotando como significância estatística $p < 0,05$.

RESULTADOS

Responderam aos questionários 125 alunos, o que correspondeu a 73% dos estudantes de Medicina da UNIFAP matriculados no ciclo básico e no internato, sendo 49,6% do sexo masculino e 50,4% do feminino. Em relação à faixa etária, 48% tinham entre 21 e 25 anos, 28% entre 18 e 20 anos, 19,2% entre

26 e 30 anos e 4,8% acima de 30 anos. Quanto ao estado civil, 55,4% são solteiros sem companheiro, 37,6% solteiros com companheiro, 5,4% são casados e 1,6% divorciados. Em relação à etnia, 45,6% se autodeclararam brancos, 43,2% pardos, 10,4% negros e 0,8% amarelos.

Quanto ao uso de cigarro, 90,38% relatam nunca ter fumado, 8,14% relatam ter fumado, mas não fumam atualmente e 1,48 % relatam fazer uso de cigarro. Em relação ao uso de bebida alcoólica, 21,6% referem não fazer uso, 61,6% relataram consumo esporádico e 15,2% uso com frequência. Deste total de acadêmicos, 42,4% moravam em outro estado do país, que não a região Norte antes de iniciar a faculdade, e 57,6% moravam em Macapá ou em outra cidade da Região Norte.

Com relação à análise dos índices de AF pelos acadêmicos, com a utilização do questionário Baecke foi percebido que os participantes entre 21 a 25 anos tiveram a pontuação mais baixa, com uma média de 7,90 (AFO 2,64, EFL 2,60, ALL 2,66). Entre os 18 a 20 anos o ET foi de 7,95 (AFO 2,64, EFL 2,63, ALL 2,68) entre os 26 e 30 anos foi de 7,91 (AFO 2,64, EFL 2,62, ALL 2,65), e dos com mais de 30 anos de idade, o ET foi de 8,12 (AFO 2,72, EFL 2,60, ALL 2,80), sendo esse o maior escore. Com relação ao sexo pode-se perceber que no sexo masculino o resultado foi pior, com ET de 7,91 (AFO 2,64, EFL 2,61, ALL 2,66) enquanto no sexo feminino correspondeu a 7,93 (AFO 2,63, EFL 2,63, ALL 2,67).

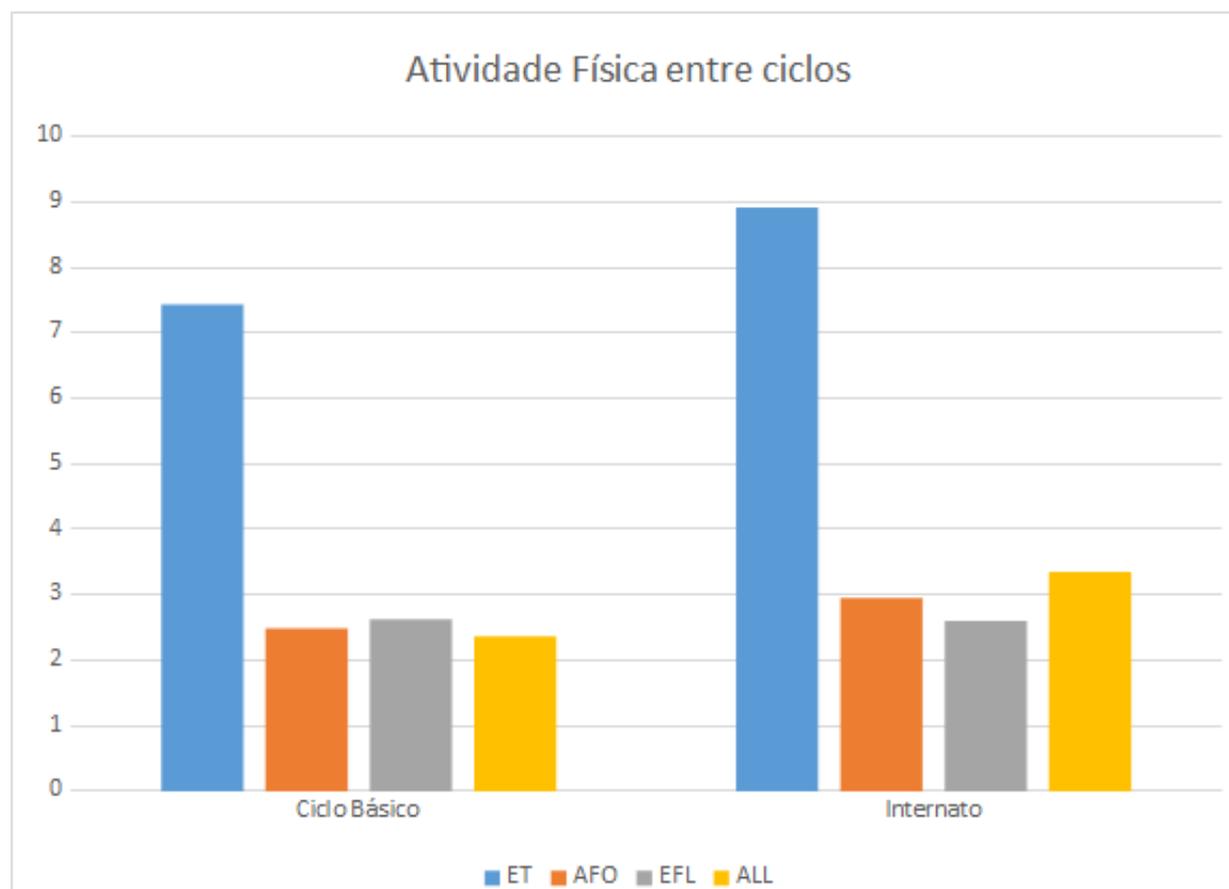
Avaliando a idade, no ciclo básico, 43,3% dos acadêmicos tem entre 18 a 20 anos, 37,5% tem entre 21-25 anos, 14,7% tem de 26 a 30, e 4,5% são maiores de 30. Já no internato, 67,7% tem de 21 a 25, 27,8% tem de 26 a 30 e 4,5% tem mais de 30. E quanto a procedência, o internato concentra uma maior porcentagem de acadêmicos que são da região norte, tendo 65,8%, enquanto que no ciclo básico, 53,5% são da região norte e 46,5% são de outros lugares.

Analisando o uso de álcool pelos estudantes e sua relação com a AF, quem obteve os melhores índices de AF foram os estudantes que fazem uso de álcool de forma esporádica, obtendo na análise do questionário de Baecke escore total de 7,93 (AFO 2,646 EFL 2,629 ALL 2,70). Em contraposição, os piores índices de AF foram obtidos pelas pessoas que não fazem uso de álcool, apresentando um ET de 7,90 (AFO 2,643 EFL 2,606 e ALL 2,70). Entre os participantes que fazem uso frequente de álcool, o ET foi de 7,91 (AFO 2,68 EFL 2,59 e ALL 2,69).

Em relação a procedência dos estudantes, os participantes que, antes de iniciar a graduação, moravam na região norte do país, obtiveram pontuações ligeiramente maiores no questionário BAECKE, com ET de 7,96 (AFO 2,64, EFL 2,64, ALL 2,08). Já a região Sul, teve o menor índice, onde o ET foi 7,85 (AFO 2,66, EFL 2,59, ALL 2,60). Com intermediarias tivemos a região centro oeste com ET de 7,91 (AFO 2,64, EFL 2,62, ALL 2,65), a região nordeste com ET de 7,95 (AFO 2,65, EFL 2,61, ALL 2,69), e região sudeste com ET de 7,90 (AFO 2,64, EFL 2,61, ALL 2,65).

Comparando o nível de AF entre o ciclo básico e o internato, os melhores índices de atividade física foram os estudantes dos dois últimos anos do curso, obtendo na análise do questionário de Baecke escore total de 8,92 (AFO 2,95 EFL 2,60 ALL 3,35). Em contraposição, o pior índice foi dos acadêmicos que estão no ciclo básico, apresentando um ET de 7,44 (AFO 2,49 EFL 2,63 e ALL 2,37), conforme gráfico 1.

GRÁFICO 1: Comparação do nível de atividade física entre o Ciclo básico e o Internato



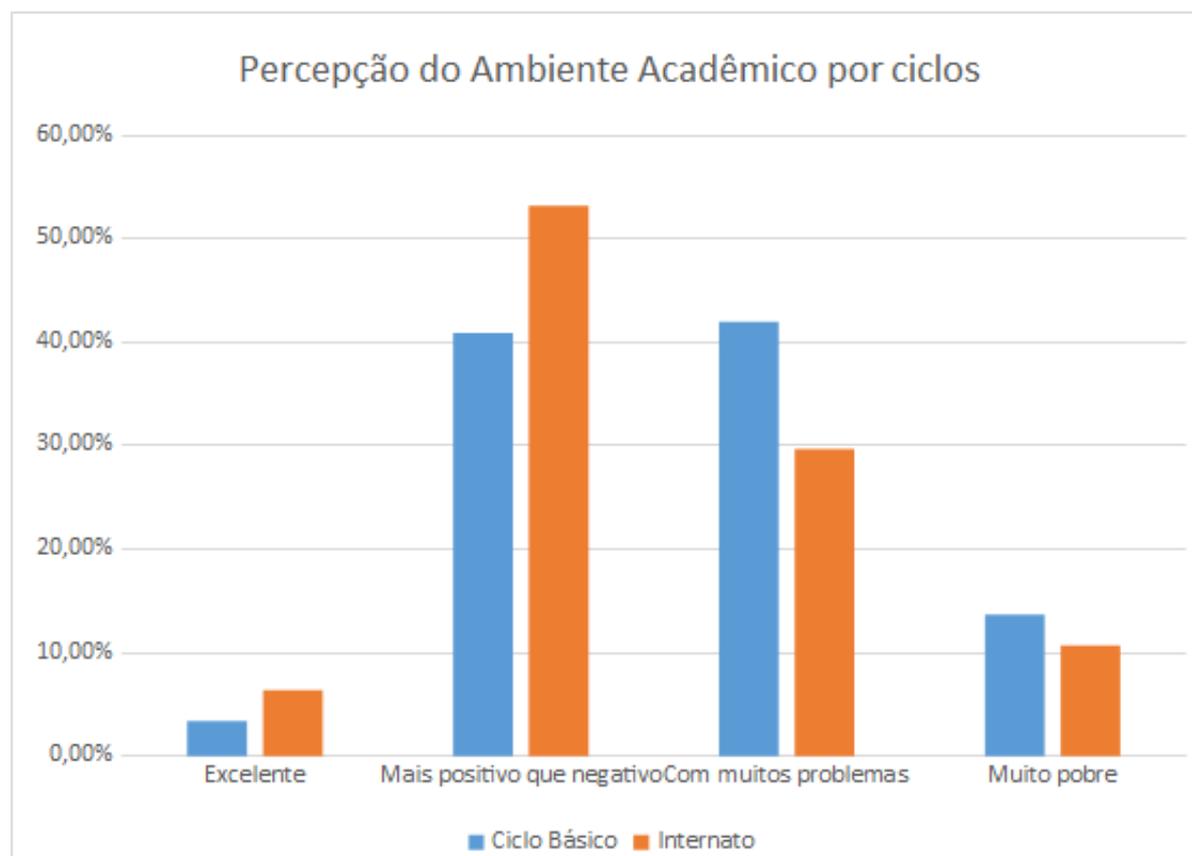
(Fonte:

Autor)

Em relação à expectativa quanto à prática de AF do ciclo básico, 87,5% dos alunos referiram a expectativa de realizar AF nos 12 meses seguintes à coleta, 2,27% relataram não ter expectativa de realizar atividades físicas e 10,23% afirmaram que ainda não tinham pensado sobre isso. Já quanto ao internato, 85,1% dos alunos referiram a expectativa de realizar AF nos 12 próximos meses, 2,12% relataram não ter expectativa, e 12,7% ainda não tinham pensado sobre.

Outra análise possível é em relação ao ambiente acadêmico. Analisando o internato, 6,38% consideraram o ambiente excelente, 53,19% como mais positivo que negativo, 29,7% como com muitos problemas e 10,73% como muito pobre. Já o ciclo básico obteve piores resultados. 3,40% consideram excelente, 40,9% acham mais positivo do que negativo, 42% com muitos problemas, e 13,7% como muito pobre, conforme gráfico 2.

GRÁFICO 2: Análise comparativa da percepção do ambiente acadêmico entre o Ciclo básico e o Internato



(Fonte:

Autor)

Em relação a análise estatística, houve forte correlação entre a percepção do ambiente acadêmico de cada turma ($p < 0,0001$). Logo, houve diferenças significativas a respeito da percepção do ambiente acadêmico entre as turmas. Os outros aspectos analisados não demonstraram correlação estatística forte ($p > 0,05$), porém os dados demonstram uma tendência entre os resultados de Baecke e DREEM.

DISCUSSÃO

Sobre a prática de AF, é sabido que os estudantes estão em uma fase de consolidação de hábitos de vida na qual alterações nos comportamentos sedentários são possíveis por meio do conhecimento do nível de atividade física dessa população (HUANG, 2003). Alguns estudos, porém, demonstraram que a AF é gradualmente reduzida ao longo dos anos (FONTES, 2009).

Em contraste com essa tendência, os resultados encontrados no presente estudo mostrou que os alunos dos dois últimos anos da graduação tiveram os melhores índices de AF. Esse padrão não pode ser explicado pela diferença de carga horária isoladamente pois ao contrário do esperado o Internato, que tem carga horária total de 5.040 horas, apresentou índice de atividade física superior ao do CB, possui carga horária total significativamente menor, com 2.448 horas. Logo, a correlação entre a prática de AF diária desses estudantes com sua carga horária na universidade pode não existir já que há outros motivos frequentemente alegados como obstáculo à prática de atividade física como falta de dinheiro e a sensação de cansaço (REICHERT, 2007).

É possível, entretanto, que haja relação entre a AF com o método de ensino, posto que no CB, no qual as

atividades acadêmicas são pautadas na aprendizagem baseada em problemas com sessões tutoriais, houve menos prática de AF, com ET médio de 7,44; enquanto no internato médico, fase final do curso, em que os estudantes desempenham atividades predominantemente práticas em ambientes hospitalares, a média de escore total de 8,92.

Em contrapartida, a expectativa de vir a realizar atividades físicas nos 12 meses seguintes é maior entre os estudantes do CB, que pode ser indicativo de que nessa etapa os estudantes reduzem suas práticas de AF de forma temporária com a intenção de retomá-las. Uma possível explicação para isso seriam as adaptações na rotina inerentes ao início da vida acadêmica.

Entre as faixas etárias pôde-se notar que a aquela de 30 anos ou mais obteve os melhores índices de AF no questionário Baecke, assim como teve os mais altos escores no questionário DREEM, o que foi visto tanto no internato quanto no CB.

Em relação ao nível de atividade física por sexo há uma divergência de padrão: enquanto no CB os homens têm índice melhor do que as mulheres; no internato as mulheres apresentam índice superior aos homens.

Os estudantes que já residiam na região Norte antes de iniciar a graduação foram os que apresentaram maiores níveis de AF. Isso pode estar relacionado ao fato de que parte dos indivíduos que já moravam na cidade em que estudam puderam continuar vivendo na casa da família e, assim, usufruindo do apoio familiar.

Sobre a relação de AF e uso de álcool e tabaco, viu-se que o grupo que afirmou fazer uso de bebidas alcoólicas de forma moderada foi o que teve o maior nível de AF, enquanto o pior índice foi o do grupo que afirma não fazer uso de álcool. O grupo dos ex-fumantes obteve os mais altos níveis de atividade física e também o que percebe o ambiente acadêmico de maneira mais positiva, em relação ao grupo dos tabagistas e dos que nunca fumaram.

Nota-se que na amostra analisada que, conforme esperado, os estudantes do ciclo básico são mais jovens que os do internato. Enquanto no CB a faixa etária predominante é a de 18 a 20 anos, no Internato a maioria tem entre 21 e 25 de idade. Quanto à procedência, em ambos grupos a maioria dos estudantes é da região Norte do Brasil.

O resultado mostrou que parece haver uma relação entre a prática de atividade física e a percepção do ambiente acadêmico visto que o internato apresentou melhores números em ambos questionários em pesquisa realizada com a mesma população (SANTOS et al., 2019). Sabe-se que a prática de atividade física tem efeito positivo sobre os níveis de stress contribuindo para a regulação do humor (PIRAJÁ, 2013) e que aliada a outros fatores que melhorem a qualidade de vida podem influenciar positivamente na PAA.

Por outro lado a pior PAA vista nas respostas do CB ao questionário DREEM não pode ser atribuída somente ao desempenho inferior de AF. Um estudo demonstrou que a prevalência de sintomas depressivos entre os alunos de Medicina da Unifap é consideravelmente maior do que a população geral e que isso está associado a uma pior PAA (OLIVEIRA, 2016).

A análise estatística demonstrou uma correlação significativa entre a percepção do ambiente entre as duas etapas da graduação em Medicina observadas, que pode significar que há fatores inerentes a cada uma dessas etapas na percepção do ambiente acadêmico.

CONCLUSÃO

A comparação entre o CB e o Internato em relação à prática de atividade física e percepção de ambiente acadêmico teve como foco a análise de como os alunos do curso de Medicina da Unifap se exercitam e percebem o próprio ambiente acadêmico no início do curso e como chegam à fase que antecede a formatura. A análise foi realizada com o cruzamento dos dados colhidos por meio das respostas aos questionários validados DREEM e Baecke.

Os dados obtidos permitem afirmar que os alunos do internato médico praticam mais atividades físicas e tem melhor percepção do ambiente acadêmico do que os alunos do ciclo básico. Esse resultado diverge do que foi encontrado em outros estudos, o que sugere a existência de fatores não avaliados que influenciam os resultados. Porém, a partir disso, nota-se uma possível relação entre o índice de AF com PAA mais positiva. Esse padrão descarta a hipótese de que a alta carga horária acadêmica é fator impeditivo importante para a prática de AF.

Assim, sugerimos que sejam estimulados estudos relacionados que ajudem a encontrar outros fatores envolvidos na interação de AF com PAA. A maior compreensão dessa questão possibilita que ações sejam postas em prática no incentivo à adoção de bons hábitos de exercício físico e na reversão dos comportamentos sedentários dos alunos; bem como a avaliação e possível correção dos pontos que influenciam negativamente a PAA.

O estudo atendeu o objetivo de conhecer o perfil sociodemográfico dos alunos do CB e do internato do curso de Medicina da Unifap, mensurando as variações de AF e PAA nas duas fases e correlacionando esses parâmetros.

O presente trabalho e seus resultados foram limitados pela amostra que não conseguiu abranger todos os alunos do CB e do internato. A maior dificuldade encontrada durante a pesquisa foi a de conseguir que um número significativo de estudantes respondessem aos questionários via internet, o que exigiu considerável esforço.

REFERÊNCIAS

1. De Almeida Troncon LE. Ambiente educacional. *Med*. 2014;47(3):264–71.
2. Díaz-Véliz G, Mora S, Escanero JF, Salud L, Farmacéutico Q. Percepción del ambiente educacional en dos escuelas de medicina con currículo tradicional. Estudio longitudinal. *Longitudinal perception of the educational environment in two medical schools with traditional curricula in Chile and Spain. Educ médica Rev Med Chile*. 2016;144(144):1479–85.
3. Figueiredo E, Moraes A, Costa A, Terra F. Influência da rotina acadêmica na prática de atividade física em graduandos de Medicina. *Rev Brasileira Clínica Médica [Internet]*. 2009;7:174–6.
4. Fontes ACD, Vianna RPT. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. *Rev Bras*

- Epidemiol [Internet]. 2009;12(1):20–9.
5. Freire RS, Lélis FL de O, Fonseca Filho JA da, Nepomuceno MO, Silveira MF. Prática regular de atividade física: Estudo de base populacional no norte de Minas Gerais, Brasil. *Rev Bras Med do Esporte*. 2014;20(5):345–9.
 6. Garcia LMT, Osti RFI, Ribeiro EHC, Florindo AA. Validação de dois questionários para a avaliação da atividade física em adultos. *Rev Bras Atividade Física Saúde* [Internet]. 2013;18(3):317.
 7. Haase A, Steptoe A, Sallis JF, Wardle J. Leisure-time physical activity in university students from 23 countries: Associations with health beliefs, risk awareness, and national economic development. *Prev Med (Baltim)*. 2004;39(1):182–90.
 8. Huang, T. et al. Assessing overweight, obesity, diet, and physical activity in college students. *Journal of American College Health*, Hanover, v. 52, n. 2, p. 83-86, 2003.
 9. Lackinger C, Dorner TE. Achievement of physical activity recommendation and activity levels in students of human medicine compared with the general Austrian population aged between 20 and 29 years. *Wiener Medizinische Wochenschrift* [Internet]. 2015;165(5–6):116–23.
 10. Lee I-M, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT. Impact of Physical Inactivity on the World's Major Non-Communicable Diseases. *Lancet*. 2012;380(9838):219–29.
 11. Nasser RL, Branco JC, Lara DR, Vecchio FB Del, Wiener C, Mesquita P, et al. Atividade física, lazer e uso de substâncias lícitas em uma amostra populacional de adultos jovens. *Cien Saude Colet* [Internet]. 2016;21(1):63–70.
 12. Oliveira GS de, Rocha CA, Santos BÉF dos, Sena IS, Favaro L, Guerreiro MC. Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina da Universidade Federal do Amapá [Internet]. Vol. 5, *Revista de Medicina e Saúde de Brasília*. [publisher not identified]; 2016
 13. PIRAJÁ G.A.; SOUSA T.F. DE.; FONSECA S.A.; BARBOSA A.R.; NAHAS M.V. Autoavaliação positiva de estresse e prática de atividades físicas no lazer em estudantes universitários brasileiros. *Rev Bras Ativ Fis Saúde* [Internet], v.18, n.6, p.740-749, 2013.
 14. Polisseni ML de C, Ribeiro LC. Exercício físico como fator de proteção para a saúde em servidores públicos. *Rev Bras Med do Esporte*. 2014;20(5):340–4.
 15. Reichert, F. F. et al. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. *American Journal of Public Health*, Washington, v. 97, n. 3, p. 515-519, mar. 2007.
 16. SANTOS, Bráulio Erison França dos. Et al. Atividade Física e Ambiente de Aprendizado em estudantes de medicina da Amazônia. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*. Ano 04, Ed. 01, Vol. 05, pp. 188-201 Janeiro de 2019.
 17. Stubbs B, Koyanagi A, Hallgren M, Firth J, Richards J, Schuch F, et al. Physical activity and anxiety: A perspective from the World Health Survey. *J Affect Disord* [Internet]. Elsevier; 2017;208(August):545–52.
 18. Turi BC, Codogno JS, Fernandes RA, Lynch KR, Kokubun E, Monteiro HL. Time trends in physical activity of adult users of the Brazilian National Health System: 2010-2014. Longitudinal study. *Sao Paulo Med J* [Internet]. 2017;135(4):369–75.
 19. Vasconcelos TC de, Dias BRT, Andrade LR, Melo GF, Barbosa L, Souza E. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2015;39(1):135–42.
 20. Verela MT, Duarte C, Salazar IC, Lema LF, Tamayo JA. Actividad física y sedentarismo en jóvenes universitarios de Colombia. *Colomb Med* [Internet]. 2011;42:269–77.

¹¹ Acadêmico do 11º período do curso de medicina da Universidade Federal do Amapá.

^[2] Possui graduação em Medicina pela Universidade do Estado do Pará (2003), Mestrado em Ciências da Saúde área de Epidemiologia e Saúde Pública e Título de Especialista em Medicina Legal e Perícia Médica. Especialista em Metodologias Ativas pelo Hospital Sírio-Libanês, especialista em Docência na Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Atualmente é médico do Hospital de Clínicas Dr. Alberto Lima (HCAL), perito médico da Justiça do Trabalho (TRT/AP) e professor do colegiado de medicina da Universidade Federal do Amapá (UNIFAP). Tem experiência nas áreas de Clínica Médica, Medicina Ocupacional e Perícia Médica.

^[3] Acadêmico do 9º período do curso de medicina da Universidade Federal do Amapá.

^[4] Acadêmico do 11º período do curso de medicina da Universidade Federal do Amapá.

^[5] Acadêmico do 11º período do curso de medicina da Universidade Federal do Amapá.

^[6] Acadêmico do 11º período do curso de medicina da Universidade Federal do Amapá.

^[7] Acadêmico do 11º período do curso de medicina da Universidade Federal do Amapá.

Enviado: Abril, 2019

Aprovado: Maio, 2019

PUBLIQUE SEU ARTIGO CIENTÍFICO EM:

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/enviar-artigo-cientifico-para-submissao>