



REVISTA PAULISTA DE PEDIATRIA

www.rpped.com.br



ARTIGO ORIGINAL

Estágios de mudança de comportamento para atividade física em adolescentes catarinenses: prevalência e fatores associados

Jaqueline Aragoni da Silva*, Kelly Samara da Silva, Adair da Silva Lopes e Markus Vinícius Nahas

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, SC, Brasil

Recebido em 23 de novembro de 2015; aceito em 8 de março de 2016

PALAVRAS-CHAVE

Atividade física;
Exercício;
Adolescente;
Comportamento;
Modelos teóricos;
Epidemiologia

Resumo

Objetivo: Verificar as prevalências e os fatores sociodemográficos e econômicos associados aos estágios de mudança de comportamento para prática habitual de atividade física em adolescentes catarinenses.

Métodos: Análise secundária de estudo sobre o Comportamento do Adolescente Catarinense (CompAC 2). Estudo transversal de base escolar composto por 6.529 escolares (sexo masculino, n = 2.903) do ensino médio da rede pública estadual de Santa Catarina em 2011, entre 15 a 19 anos. Para medida de associação, usou-se regressão logística multinomial (bruta e ajustada). **Resultados:** As prevalências mais elevadas e mais baixas foram verificadas nos estágios de manutenção (43,9%) e pré-contemplação (7%), respectivamente. Os estágios de ação, preparação e contemplação apresentaram resultados semelhantes entre si: 16,2%, 17% e 15,6%, respectivamente. Adolescentes do sexo masculino estão em maior prevalência no estágio de manutenção em relação aos do sexo feminino e essas apresentam maior prevalência em preparação, contemplação e pré-contemplação. Todas as variáveis investigadas (sexo, idade, área de moradia, situação ocupacional, renda familiar, escolaridade materna e série escolar), com exceção do turno de estudo, apresentaram associação com pelo menos um dos estágios.

Conclusões: Grande parcela dos adolescentes encontra-se nos estágios de pré-adoção e a maioria desses tem a intenção de iniciar a prática regular de atividade física. Com exceção do turno de estudo, as variáveis investigadas estiveram associadas aos estágios de diferentes formas, apresentaram perfis distintos em relação às características sociodemográficas e econômicas em cada subgrupo.

© 2015 Publicado por Elsevier Editora Ltda. em nome da Sociedade de Pediatria de São Paulo. Este é um artigo Open Access sob a licença CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pt>).

DOI se refere ao artigo: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rppede.2016.03.017>

* Autor para correspondência.

E-mail: jaqui.aragoni@hotmail.com (J.A. Silva).

0103-0582/© 2015 Publicado por Elsevier Editora Ltda. em nome da Sociedade de Pediatria de São Paulo. Este é um artigo Open Access sob a licença CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pt>).

KEYWORDS

Physical activity;
Exercise;
Adolescent;
Behavior;
Theoretical models;
Epidemiology

Behavior change stages related to physical activity in adolescents from Santa Catarina: prevalence and associated factors**Abstract**

Objective: Verify the prevalence and sociodemographic and economic factors associated with behavior change stages for habitual physical activity practice in adolescents from Santa Catarina.

Methods: Secondary analysis of a study on the Behavior of Adolescents from Santa Catarina (CompAC 2). Cross-sectional school-based study of 6,529 high-school students (males, n = 2,903) from the state of Santa Catarina public education system in 2011, aged 15 to 19 years. Multinomial logistic regression (crude and adjusted) was used to measure the association.

Results: The highest and lowest prevalence rates were found in the maintenance (43.9%) and precontemplation stages (7.0%), respectively. The stages of action, preparation and contemplation showed similar results: 16.2%; 17.0% and 15.6%; respectively. Male adolescents show higher prevalence in the maintenance stage in relation to females and these show a higher prevalence in preparation, contemplation and precontemplation. All the assessed variables (gender, age, area of residence, employment status, family income, maternal education and school grade), with the exception of school shift, were associated with at least one of the stages.

Conclusions: A large proportion of adolescents are in the pre-adoption stages and most of these have the intention to start regular physical activity. With the exception of school shift, the assessed variables were associated with stages in different ways, showing different profiles in relation to sociodemographic and economic characteristics in each subgroup.

© 2015 Published by Elsevier Editora Ltda. on behalf of Sociedade de Pediatria de São Paulo. This is an open access article under the CC BY license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Introdução

Há um interesse crescente em compreender o comportamento relacionado à atividade física (AF),¹ devido ao reconhecimento de sua importância para manutenção da saúde.² Diante do fato de que padrões de práticas de AF na adolescência tendem a perdurar na fase adulta,³ estudos que investiguem o comportamento de jovens são de grande relevância. Ademais, inúmeras teorias têm contribuído para melhorar a compreensão do comportamento relacionado à AF, dada sua complexidade.⁴ O modelo transteórico é um deles, formado por quatro construtos, cujos estágios de mudança de comportamento (EMC) são os mais pesquisados.⁵

Os EMC preconizam que o indivíduo percorra estágios, avance e/ou regreda neles, até alcançar um determinado comportamento desejado, como, por exemplo, a prática regular de AF.⁶ O modelo tem por objetivo elucidar aspectos motivacionais, comportamentais e temporais do indivíduo para a mudança de comportamento.⁷ Tal modelo tem vantagens como a identificação tanto da prontidão do indivíduo quanto da transição para prática de AF.⁸ A eficácia de intervenções sobre AF baseadas nesse modelo vem sendo comprovada,⁹ uma vez que é possível classificar de modo mais detalhado a intenção do indivíduo e identificar os que estão dispostos a mudar seu comportamento e os que não estão.⁶ Quanto aos estágios, indivíduos em pré-contemplação não planejam mudar seu comportamento, ou seja, não há intenção de iniciar uma prática de AF. Em contemplação, indivíduos pensam sobre a possibilidade de mudança, num prazo de aproximadamente seis meses.

Aqueles no estágio de preparação têm objetivos determinados para iniciar a prática de AF num futuro próximo, estipulado em 30 dias. Indivíduos que estão no estágio de ação já iniciaram a prática regular de AF recentemente. Em manutenção, indivíduos já praticam AF há mais de seis meses, ou seja, efetivaram sua mudança de comportamento.⁷

Estudos mostram que cada estágio tem suas características particulares.⁸ Dessa forma, além de conhecer os EMC em que o adolescente se encontra, é preciso saber também o que está associado com cada estágio, esclarecer quais aspectos externos (meio onde o sujeito está inserido) e que fatores são característicos em cada nível de comportamento relacionado à AF.¹⁰ Evidências apontam que indicadores sociodemográficos podem desempenhar papel importante em relação aos EMC.¹¹ Em relação a sexo e idade, estudos^{12,13} apontam que moças e adolescentes mais velhas são classificadas nos estágios pré-contemplação, contemplação e preparação, ao passo que rapazes e aqueles mais novos estão nos estágios de ação e manutenção.

Cabe destacar que, devido à dimensão territorial e à diversidade cultural do Brasil, diferentes níveis de comportamento relacionado à AF podem ser verificados de acordo com o local de moradia (região, estado) do indivíduo. Assim, estudos com amostras representativas de adolescentes permitem extrapolar os resultados e auxiliar a traçar o perfil dessa população em diferentes localidades.

Dessa forma, o presente estudo objetivou estimar prevalências e verificar fatores sociodemográficos e econômicos associados aos EMC para prática habitual de AF em adolescentes catarinenses. Tais questões poderão elucidar lacunas

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8813730>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8813730>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)