

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA
CAMPUS URUGUAIANA
Curso de Licenciatura em Educação Física
Trabalho de Conclusão de Curso II

Educação Física e Esporte na Escola:
Associação com o Nível de Atividade Física em Adultos Jovens

Acadêmico: Gustavo Salgado Carrazoni
Orientador: Professor Gabriel Gustavo Bergmann

Trabalho apresentado em formato de artigo científico

Artigo nas normas do periódico:
Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde

Uruguaiana, dezembro de 2016

EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE NA ESCOLA: ASSOCIAÇÃO COM O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS JOVENS

RESUMO

Este estudo objetivou verificar a associação entre o nível de Atividade Física (AF) de adultos jovens e a participação nas aulas de Educação Física escolar (EF) e equipes esportivas escolares (EE). A amostra contou com 95 indivíduos (57 mulheres) com idade média de 20,8 \pm 4,57, formados no ensino médio nos anos de 2009, 2012 e 2015, de cinco escolas da rede pública de ensino de Uruguaiana/RS. O nível de AF foi medido com o IPAQ, versão longa, e classificado em "suficientemente ativo" e "insuficientemente ativo". Os indivíduos foram organizados, ainda, nos grupos: "Não fazia EF" - "Fazia EF em Turma" - "Fazia EF em Clube". Para as EE foi considerada a participação nos treinamentos da equipe escolar e representação da escola em competições. Os participantes foram contatados via redes sociais, e a coleta das informações realizada por instrumento digital. Para descrição das informações foram utilizadas frequências (absolutas/relativas) e intervalo de confiança de 95% (IC95%). Para associações entre participação nas aulas de EF, EE e das variáveis sociodemográficas com o nível de AF, utilizamos os testes Qui-quadrado para heterogeneidade e para tendência. Embora as associações não tenham sido estatisticamente significativas, aqueles que participavam da EF escolar em formato de clubes e/ou participavam das EE tiveram uma maior proporção de indivíduos suficientemente ativos. Tais resultados corroboram com a literatura, reforçando a necessidade da presença da EF escolar e das equipes esportivas na escola, dado que tais vivências podem contribuir para aumentar o nível de AF no início da vida adulta.

Palavras-chave: Adulto Jovem. Atividade Motora. Educação Física e Treinamento. Rede Social.

ABSTRACT

1 This study aims to verify the association between the level of Physical Activity (PA) of young
2 adults and the participation in the school Physical Education (PE) classes and school sports
3 teams(SST). The sample consisted of 95 individuals (57 women) with mean age 20.8 ± 4.57 ,
4 graduated in high school in the years 2009, 2012 and 2015, from five schools of the public
5 school system of the city of Uruguaiana / RS. The PA level was measured with the IPAQ,
6 long version, and classified as "sufficiently active" and "insufficiently active". The individuals
7 were also organized in the groups: "Didn't participate in PE" - "Participate in PE with class" -
8 "Participate in PE in Club". For the SST was considered participation in the training of the
9 school team and representation of the school in competitions. We contacted the participants
10 through social networks and a digital instrument was used to collect information. Frequencies
11 (absolute / relative) and 95% confidence intervals (95% CI) were used to describe the
12 information. For associations between participation in PE classes, SST and sociodemographic
13 variables with the PA level, we used Pearson's chi-square test and linear-by-linear
14 association. Although associations were not statistically significant, those who participated in
15 PE in club format and/or participated in SST had a greater proportion of individuals
16 sufficiently active. These results corroborate with the literature, reinforcing the need for the
17 presence of PE and sports teams in school, since such experiences may contribute to increase
18 the level of PA in early adult life.

19 Key-words: Young adult. Motor Activity. Physical Education and Training. Social
20 Networking.

21

22 INTRODUÇÃO

23 A prática regular de Atividade Física (AF) é uma importante ferramenta durante os
24 anos da adolescência para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis na vida adulta,
25 contribuindo para um estilo de vida ativo e saudável nestas duas fases¹. Além disso, de acordo
26 com o Departamento de Saúde e Serviços Humanos, dos Estados Unidos², os benefícios da

1 prática de AF regular são diversos, tais como: melhora na aptidão muscular e
2 cardiorrespiratória, aumento na densidade óssea, redução nos riscos de pressão arterial
3 elevada, diabetes tipo II, diversos tipos de câncer e vários outros, incluindo melhora no bem
4 estar psicossocial.

5 Não obstante os benefícios a curto, médio e longo prazo oriundos da prática de AF,
6 diversos estudos desenvolvidos no Brasil indicam elevadas prevalências de adolescentes com
7 baixos níveis de AF³⁻⁶. Diante dessas informações e considerando que os Parâmetros
8 Curriculares Nacionais⁷ sugerem, como objetivos do Ensino Fundamental, que os discentes
9 sejam capazes de conhecer o próprio corpo e dele cuidar, valorizando e adotando hábitos
10 saudáveis como um dos aspectos básicos de qualidade de vida, justifica-se a importância da
11 Educação Física escolar, além de ensinar sobre as diferentes manifestações da Cultura
12 Corporal do Movimento Humano⁸, voltar-se também para a propagação de ideias de
13 valorização do corpo, de promoção de hábitos de vida saudável e de influenciar,
14 positivamente, os discentes quanto à prática de AF regular.

15 Nesta perspectiva, alguns estudos indicam que o estímulo à prática regular de AF na
16 infância e adolescência tende a estimulá-la, também, durante a vida adulta⁹⁻¹¹. Resultados
17 sugerem que prática de AF, com regularidade mínima, no período de lazer durante a
18 adolescência está associada com a prática de AF nos primeiros anos de idade adulta¹². Além
19 destes, estudos encontraram associação entre a participação em práticas esportivas durante a
20 adolescência e práticas de AF e esportivas durante a idade adulta¹³⁻¹⁴. Considerando que a
21 prática esportiva está associada com a participação nas aulas de Educação Física e com a
22 prática de modalidades esportivas com amigos¹⁵, torna-se relevante estudar as possíveis
23 contribuições da prática esportiva escolar durante a adolescência e suas possíveis repercussões
24 na prática de AF nos anos que seguem.

1 Além do esporte como conteúdo das aulas de Educação Física escolar, é comum
2 encontrarmos nas escolas turmas de treinamento esportivo em horários extracurriculares com
3 o objetivo de representar a escola em competições. Tamanha importância é dada para tais
4 competições e equipes esportivas escolares, que é possível vislumbrar em toda a instituição
5 quando o foco é voltado para isto, tal como destacado pelos autores¹⁶:

6 “[...] verificamos que esses momentos destinados às práticas
7 corporais, juntamente com a cultura discente, com a história de vida
8 dos professores, com Projeto Político Pedagógico (PPP) da escola e
9 com os planejamentos anuais são os fios condutores responsáveis pela
10 difusão das “vozes” que legitimam a Educação Física na escola
11 investigada. Dentre essas vozes, a formação esportiva difundida da
12 competição escolar parece ser a mais audível na constituição do
13 currículo da Educação Física no interior dessa escola.”

14 No entanto, é escasso o número de estudos já desenvolvidos que objetivaram analisar
15 se a participação nas equipes esportivas escolares tem influência positiva na AF após a idade
16 escolar. Ainda assim, diversos estudos propõem a investigação da relação entre participação
17 das aulas de EF escolar e nível de AF. Já alguns estudos de *tracking* de níveis de AF
18 demonstram que, com a passagem da idade escolar para a idade adulta, o nível de AF e prática
19 de exercícios entre adolescentes e adultos jovens, tende a decrescer¹⁷. Assim, demonstra-se a
20 importância de investigar os níveis de AF durante a idade adulta, em diferentes faixas etárias,
21 e suas relações com práticas corporais que a antecederam.

22 Portanto, este estudo traz como objetivo analisar o nível de AF atual de jovens adultos
23 que não participavam da EF escolar, que participavam da EF escolar e que participavam das
24 equipes esportivas competitivas da escola.

1 MÉTODOS

2 População e Amostra

3 Este estudo descritivo retrospectivo foi realizado com ex-alunos do Ensino Médio de
4 cinco escolas públicas de ensino médio de Uruguaiana/RS. Para a definição da amostra foi
5 solicitado aos representantes das direções das escolas a lista de formandos no Ensino Médio
6 dos anos de 2009, 2012 e 2015 e o contato eletrônico (e-mail) dos mesmos. Para isto,
7 inicialmente foi apresentado aos representantes um documento contendo os objetivos e
8 procedimentos do estudo. Posteriormente, foram preenchidos Termos de Compromisso pelos
9 pesquisadores e responsáveis pelas instituições de ensino participantes para que os nomes e
10 contatos dos formandos não fossem divulgados e que todos os dados fossem utilizados
11 somente para fins científicos.

12 A partir do momento que as escolas disponibilizaram as listas de formandos dos anos
13 de 2009, 2012 e 2015, os indivíduos foram contatados via redes sociais, pois as listas de ex-
14 alunos disponibilizadas pelas escolas não continham endereço eletrônico (e-mail) dos
15 mesmos. Assim, a busca pelos indivíduos foi realizada em redes sociais, a partir do nome e
16 sobrenome destes ex-alunos. Após encontra-los, foram realizadas três tentativas para contato
17 com intervalo de dois dias entre cada mensagem/solicitação enviada. Neste contato, os
18 indivíduos foram convidados para fazerem parte do estudo. Os objetivos, procedimentos e
19 justificativas da pesquisa foram descritos com um breve texto introdutório e explicativo, onde
20 logo abaixo, seguia um link. Ao clicar no link, o sujeito era encaminhado para uma página
21 online onde continha, novamente, a descrição da pesquisa, o Termo de Consentimento Livre e
22 Esclarecido e o questionário. Por fim, os critérios para participação no estudo foram: ter sido
23 formando no Ensino Médio em um dos anos supracitados em escolas públicas de
24 Uruguaiana/RS; possuir possibilidades de contato via e-mail ou redes sociais. Quanto aos
25 critérios de exclusão, foram adotados: o retorno/preenchimento do questionário após o

1 término do período de coleta de dados; a não existência da opção de realizar Educação Física
2 escolar (algumas instituições não ofertam o componente curricular Educação Física para
3 estudantes do turno noturno) e a indicação de impossibilidade em realizar AF na semana
4 anterior à aplicação do questionário.

5

6 Variáveis e Instrumentos de Coleta de Dados

7 As variáveis para este estudo foram agrupadas em três blocos: sociodemográficas;
8 informações relacionadas à participação nas aulas de Educação Física escolar e equipes
9 competitivas escolares; e nível atual de AF. As informações sociodemográficas questionadas
10 foram: sexo (masculino/feminino), idade (anos completos), ano de formação no Ensino Médio
11 (2009/2012/2015), escola que estudou (nome da escola), se continua estudando (não/sim), se
12 exerce alguma atividade remunerada (sim/não) e renda familiar (menos de um salário
13 mínimo; entre um e dois salários mínimos, entre dois e três salários mínimos, entre três e
14 quatro salários mínimos, entre quatro e cinco salários mínimos, ou mais de cinco salários
15 mínimos).

16 Para a identificação das informações relacionadas à participação nas aulas de
17 Educação Física escolar e equipes competitivas escolares, foram utilizadas as questões:
18 “Participava das aulas de Educação Física no Ensino Médio? (Sim/Não)”, “Como eram
19 organizadas as aulas? (Por turmas - os estudantes participam da aula com a turma regular/Por
20 clubes - cada estudante tem a possibilidade de escolher por uma modalidade ofertada)”, “Se a
21 organização era por clubes, de qual clube você participava (descrever o clube)”, “Participava
22 de equipes esportivas competitivas da escola? (Sim/Não)”, “Se sim, qual a modalidade?”, “E
23 você participou de competições representando a equipe da escola? (Sim/Não)”, “Se sim,
24 durante quanto tempo? (Menos de um ano/Um ano/Dois anos/Três anos)”. Além destas, foi
25 usada a seguinte questão como critério de exclusão para identificar os indivíduos que

1 pudessem ter impedimentos que influenciasssem o nível de Atividade Física durante o estudo:
2 “Você possui alguma lesão/trauma/doença que impossibilite-o ou limite-o de realizar a prática
3 de atividade física permanente ou no período de até 7 dias anteriores à data em que está
4 respondendo a este questionário? (Sim/Não)”.

5 Para a estimativa do nível atual de AF utilizou-se o Questionário Internacional de
6 Atividade Física (IPAQ), versão longa, proposto por um grupo de pesquisadores suíços, em
7 Genebra, em 1998, e validado para a realidade brasileira¹⁸. O IPAQ é uma ferramenta
8 utilizada para avaliar o tempo gasto com AF no período de uma semana, podendo ser esta a
9 semana anterior ou uma semana usual.

10 Ao final do questionário, os indivíduos que declararam realizar 150 minutos semanais
11 ou mais de AF de intensidade moderada a vigorosa (AFMV) foram classificados em
12 “suficientemente ativos” e, aqueles que declararam que realizavam um tempo inferior a 150
13 minutos de AFMV foram classificados como “insuficientemente ativos”, conforme
14 recomendações internacionais¹⁹⁻²⁰.

15

16 Tratamento Estatístico dos Dados

17 A descrição das variáveis numéricas foi realizada utilizando a média e desvio padrão.
18 Quanto às variáveis categóricas, foram utilizadas as frequências absolutas e relativas e os
19 respectivos intervalos de confiança de 95% (IC95%). Para comparar as proporções de
20 indivíduos “suficientemente ativos” entre aqueles que não participavam das aulas de EF
21 escolar, que participavam das aulas de EF, que participavam de equipes competitivas
22 escolares e demais variáveis sociodemográficas foram utilizados os testes de Qui-Quadrado
23 para heterogeneidade e para tendência. Para todas as análises foi considerado um valor de p
24 de 0,05. Todas as análises foram realizadas no software SPSS 20.0 for Windows.

25

1 Aspectos Éticos

2 Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal
3 do Pampa (parecer nº 1.685.706/2016). Antes de ter acesso ao questionário, ao acessar o link
4 enviado os indivíduos eram encaminhados para uma página contendo o Termo de
5 Consentimento Livre e Esclarecido, onde, após a leitura do mesmo, poderiam escolher entre
6 as opções: “Concordo em participar desta pesquisa” e “Não tenho interesse em participar
7 desta pesquisa”. Selecionando a primeira opção, o sujeito era encaminhado para outra página
8 contendo o questionário utilizado para a pesquisa. Caso contrário, optando pela segunda
9 opção, era encaminhado para uma página contendo um texto de agradecimento.

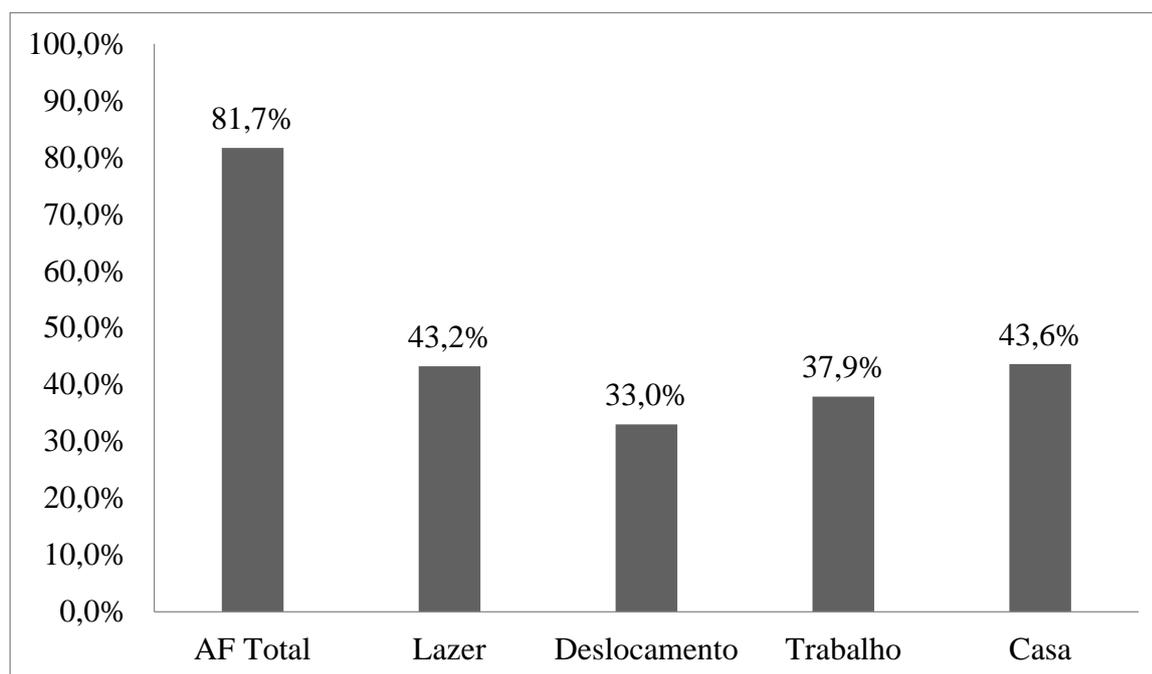
1 RESULTADOS

2 A partir das listas fornecidas pelas escolas, foram encontrados nas redes sociais
3 através da ferramenta de busca utilizada 734 indivíduos. Após as três tentativas de contato,
4 um total de 98 indivíduos atendeu ao pedido de participação na pesquisa. Dentre estes, três
5 recusaram-se a participar, totalizando uma amostra de 95 indivíduos.

6 A amostra apresentou idade média de 20,8 anos ($DP \pm 4,57$) tendo maior frequência de
7 indivíduos que se formaram no ano de 2009 (35,8%). Com relação à classificação da AF,
8 mais de 80% da amostra foi classificada como suficientemente ativa considerando todos os
9 domínios da AF. No entanto, ao analisarmos os domínios separadamente, a proporção de
10 indivíduos classificados como suficientemente ativos diminui consideravelmente (Figura 1).

11 Figura 1. Classificação da Atividade Física (suficientemente ativos) de adultos jovens.

12 Uruguaiana/RS, 2016.



13
14 A Tabela 1 apresenta a descrição das demais variáveis estudadas. A amostra é
15 composta predominantemente por indivíduos do sexo feminino. Mais de 70% da amostra é
16 estudante, e, dentre estes, mais da metade estuda à noite. Houve predominância de indivíduos
17 que exercem atividade remunerada e com renda familiar de até três salários mínimos. Quanto

1 às informações relativas ao Ensino Médio e Educação Física Escolar (EF), houve proporções
 2 aproximadas de formandos nos três anos estudados (2009, 2012 e 2015), onde,
 3 aproximadamente, dois terços participavam da EF, e, entre estes, a maioria participava das
 4 aulas em formato de clubes. Mais de um terço da amostra declarou participar das equipes
 5 esportivas da escola e representar a escola em competições escolares.

6 Tabela 1. Caracterização da amostra quanto com as variáveis sociodemográficas e de
 7 experiências com a Educação Física escolar no Ensino Médio. Uruguaiana/RS, 2016.

Variáveis Sociodemográficas	N	%
<i>Sexo</i>		
Masculino	38	40%
Feminino	57	60%
<i>Estuda</i>		
Sim	68	71,6%
Não	27	28,4%
<i>Exerce Atividade Remunerada</i>		
Sim	56	58,9%
Não	39	41,1%
<i>Renda Familiar</i>		
1 à 2 salários mínimos	33	34,7%
2 à 3 salários mínimos	26	27,4%
3 à 4 salários mínimos	12	12,6%
4 à 5 salários mínimos	16	16,8%
+ de 5 salários mínimos	8	8,4%
Experiências com a educação física escolar no ensino médio		
<i>Ano de Formação</i>		
2009	34	35,8%
2012	32	33,7%
2015	29	30,5%
<i>Participação nas aulas de Educação Física Escolar</i>		

Não fazia EF	35	36,8%
Participava em Turma	18	19%
Participava de Clubes	41	44,2%
<i>Participação em Equipes Esportivas Escolares</i>		
Sim	34	35,8%
Não	61	64,2%
<i>Representou a escola em competições escolares</i>		
Sim	33	41,3%
Não	47	58,8%

1 Nas análises de associação entre as variáveis independentes e a classificação da AF,
2 optamos por utilizar somente a classificação de AF no Lazer. A partir destas análises, é
3 possível notar uma proporção superior de homens suficientemente ativos (55,3%) em relação
4 às mulheres (35,1%) ($p=0,057$). Nas demais análises, apesar de não terem sido encontradas
5 associações estatisticamente significativas, podemos observar que alguns subgrupos
6 apresentaram proporções mais altas de indivíduos suficientemente ativos no lazer. Indivíduos
7 que declararam que participavam das aulas de EF escolar no Ensino Médio na forma de
8 clubes, que participavam das equipes esportivas e representavam a escola em competições
9 apresentaram uma proporção de cerca de dez pontos percentuais superior aos seus pares
10 classificados em outras categorias destas variáveis (Tabela 2).

11 Tabela 2. Proporção da amostra classificada como suficientemente ativa no domínio de Lazer
12 de acordo com as variáveis sociodemográficas e de experiências com a Educação Física
13 escolar no Ensino Médio. Uruguaiana/RS, 2016.

Variáveis Sociodemográficas	n total	Suficientemente Ativo			
		N	%	IC95%	P
<i>Sexo</i>					0,057
Masculino	38	21	55,3	34,0-76,5	
Feminino	57	20	35,1	22,7-47,4	

<i>Estuda</i>					0,467
	Sim	68	33	48,5	36,6-60,3
	Não	27	8	29,6	12,3-46,8
<i>Exerce Atividade Remunerada</i>					0,726
	Sim	56	25	44,6	31,5-57,6
	Não	39	16	41,0	25,5-56,4
<i>Renda Familiar</i>					0,286
	1 à 2 salários mínimos	33	10	30,3	14,6-45,9
	2 à 3 salários mínimos	26	13	50,0	30,7-69,2
	3 à 4 salários mínimos	12	7	58,3	30,4-86,2
	4 à 5 salários mínimos	16	8	50,0	25,5-74,5
	+ de 5 salários mínimos	8	3	37,5	3,9-71,0
Experiências com a educação física escolar no ensino médio					
<i>Ano de Formação</i>					0,968
	2009	34	14	41,2	24,6-57,7
	2012	32	15	46,9	29,6-64,1
	2015	29	12	41,4	23,4-59,3
<i>Participação nas aulas de Educação Física Escolar</i>					0,414
	Não fazia EF	34	13	30,0	14,6-45,4
	Participava da EF	60	18	38,2	25,9-50,5
<i>Forma de participação nas aulas de Educação Física Escolar</i>					0,485
	Não fazia EF	35	13	38,2	22,1-54,3
	Participava em Turma	18	7	36,8	14,5-59,0
	Participava de Clubes	42	21	50,0	34,8-65,1
<i>Participação em Equipes Esportivas Escolares</i>					0,315
	Sim	34	17	50,0	33,1-66,8
	Não	61	24	39,3	27,0-51,5
<i>Representou a escola em competições escolares</i>					0,271

Sim	33	17	51,5	34,4-68,5
Não	47	20	42,6	28,4-56,7

1

1 DISCUSSÃO

2 A prática regular de Atividade Física (AF) na adolescência parece estar associada à
3 prática de AF nos primeiros anos da idade adulta¹². De forma mais específica, alguns estudos
4 identificaram associações entre a prática esportiva durante a adolescência e a prática de AF
5 durante a vida adulta¹³⁻¹⁴. Tais práticas estão presentes no âmbito escolar em formatos de
6 clubes esportivos, times da escola e da própria Educação Física escolar (EF). No presente
7 estudo não foram encontradas associações significativas entre participação nas aulas de EF ou
8 prática esportiva em equipes escolares durante a adolescência com o nível de AF de lazer em
9 adultos jovens.

10 Como resultado preocupante, podemos destacar que mais de um terço da amostra
11 declarou não participar das aulas de EF no ensino médio. Resultados como este podem indicar
12 que durante a adolescência estes indivíduos não atingissem níveis de AF adequados para a
13 idade, uma vez que, a EF tem associação positiva com a prática total de AF em
14 adolescentes²¹. Nakamura et al.²¹ encontraram, ainda, que adolescentes que não participavam
15 de atividades esportivas apresentaram menor chance de serem ativos do que aqueles que
16 praticavam. Os resultados de nosso estudo demonstram que pode existir uma sequência deste
17 padrão, ao passar dos anos, em relação aos adolescentes que participavam da EF e que
18 praticavam atividades esportivas. Embora as associações não tenham apresentado
19 significância estatística, observamos uma tendência à maior proporção de indivíduos
20 suficientemente ativos entre aqueles que participavam das aulas de EF e aqueles que
21 participavam das equipes esportivas da escola. Isto sugere que os achados deste estudo
22 assemelham-se ao que a literatura tem apresentado. Esta tendência talvez possa ser explicada
23 devido à prática esportiva poder ser facilmente reproduzida fora do ambiente escolar. Além
24 disso, a participação nas equipes esportivas sugere que os indivíduos disponham de interesse e
25 boas habilidades relacionadas à modalidade, isto, também, pode se configurar como fator
26 facilitador para a prática esportiva em outros ambientes após os anos escolares.

1 Optamos pela análise específica do nível de AF no domínio de Lazer, pois acreditamos
2 ser neste momento em que o indivíduo escolhe a prática de AF, não a realizando por
3 necessidade. Isto se torna evidente ao compararmos a frequência de indivíduos
4 suficientemente ativos somente no domínio de Lazer com esta frequência considerando os
5 quatro domínios, que praticamente duplica. Isto possivelmente ocorra, pois, grande parte da
6 amostra realiza AF no ambiente de trabalho, residencial e/ou no deslocamento, elevando a
7 proporção de indivíduos suficientemente ativos considerando todos os domínios. Observando
8 somente a frequência de indivíduos suficientemente ativos no domínio do Lazer, torna-se
9 evidente que a opção de praticar AF no momento livre não é a escolha da maioria.

10 Em estudo onde foi verificado se a frequência de AF no Lazer (AFL) em adultos
11 jovens se associava com a prática esportiva durante a adolescência¹⁴, entre os 34 indivíduos
12 classificados como fisicamente ativos, 32 foram atletas durante a adolescência. Tais
13 resultados sugerem a possível influência da prática de atividade esportiva durante a
14 adolescência na AFL durante a idade adulta. Assim como em nosso estudo, onde as análises
15 apresentaram que há uma tendência das práticas esportivas durante a adolescência se
16 associarem no nível de AF na idade adulta. Talvez, devido aos diferentes instrumentos de
17 medida de AF utilizados nos dois estudos e procedimentos para a coleta das informações
18 relativas às experiências anteriores (na adolescência), os resultados dos estudos podem não ter
19 sido mais próximos. Além disso, os indivíduos que constituíram a amostra do estudo
20 confrontado eram estudantes do curso de Medicina, podendo ter maior conhecimento sobre os
21 benefícios da prática de AF e isto também contribuir para a manutenção deste
22 comportamento.

23 Outra variável deste estudo que apresentou influencia na prática de AFL foi o sexo,
24 onde os homens apresentaram-se mais ativos do que as mulheres (55,3% versus 35,1%) com
25 tendência a significância estatística ($p=0,057$). Assim, sendo a amostra constituída

1 majoritariamente por estudantes, podemos associar estes resultados com os achados em outro
2 estudo²², onde avaliaram o nível de AF de estudantes da área de Saúde/Biológicas (Educação
3 Física, Bioquímica, Farmácia, Odontologia e Ciências Biológicas) e encontraram diferença
4 entre a proporção de homens e mulheres suficientemente ativos (94% versus 68%) ($p < 0,05$)
5 exceto no grupo de estudantes de Educação Física. Resultados semelhantes também foram
6 encontrados em estudo de base populacional realizado em Duque de Caxias/RJ com 1246
7 adultos²³, onde homens apresentaram-se mais ativos (43,3%) que as mulheres (20%). Embora
8 os resultados dos estudos corroborem, os instrumentos e classificações utilizados são
9 distintos, podendo ocasionar nas diferentes porcentagens apresentadas. Ainda, as diferenças
10 entre os sexos podem ser atribuídas a questões culturais, como a jornada dupla de trabalho
11 (trabalho formal e atividades domésticas), que reduz o tempo disponível para estas praticarem
12 atividades físicas no período de lazer²³.

13 Neste estudo podemos destacar algumas limitações que podem ter influenciado nos
14 resultados. O tamanho da amostra pode ter contribuído para que as tendências encontradas nas
15 análises de associação entre o nível de AF e demais variáveis analisadas não tenham sido
16 estatisticamente significativas. A utilização de um instrumento digital para a coleta de dados
17 também pode ser considerada uma limitação, pois pode possibilitar que as respostas às
18 questões tenham sido realizadas a partir da interpretação do participante, podendo diferenciar
19 da proposta pelos pesquisadores. A não identificação do tipo de AF praticada no lazer pelos
20 indivíduos classificados como suficientemente ativos não permitiu identificarmos se as
21 práticas de AF atuais são as mesmas ou similares àquelas praticadas durante o ensino médio.
22 A classificação da prática esportiva durante a adolescência ter sido realizada somente pela
23 participação ou não em equipes esportivas ou EF escolar em formato de clubes, excluindo a
24 possibilidade de participação em outras atividades que envolvessem a prática esportiva
25 durante a adolescência fora da escola. Por fim, a não diferenciação da prática por duração,

1 considerando as participações durante pouco tempo, que talvez não pudessem influenciar de
2 forma significativa os indivíduos.

3 Mesmo com algumas limitações, é importante destacarmos algumas contribuições
4 deste estudo. Dentre elas, o fato de ser um estudo retrospectivo que associa o nível de AF de
5 adultos jovens com as experiências relacionadas à EF escolar no ensino médio. Além disso,
6 participaram do estudo indivíduos formados no ensino médio de diferentes anos,
7 possibilitando a análise do nível de AF de indivíduos com diferentes anos de distanciamento
8 da idade escolar. O uso das redes sociais para contatar os participantes do estudo demonstrou-
9 se como estratégia viável para realização de estudos, tornando possível o contato com
10 indivíduos que possam não mais residir na mesma região que o pesquisador. A contribuição
11 do estudo para a valorização da Educação Física escolar e as equipes esportivas escolares a
12 partir da associação destas com o nível de AF de jovens adultos que as praticavam. Ainda, a
13 contribuição para os participantes do estudo que receberão como retorno informações sobre
14 recomendações para atingir os níveis de prática de AF para obterem ganhos relacionados à
15 saúde.

16 Este estudo demonstra a possível associação entre a prática de Educação Física escolar
17 e participação nas equipes esportivas escolares com maiores níveis de AF em adultos jovens.
18 Embora as análises não tenham apresentado diferenças estatisticamente significativas entre os
19 grupos de indivíduos suficiente e insuficientemente ativos, é possível perceber uma tendência
20 à maior proporção de indivíduos classificados como suficientemente ativos entre os que
21 declararam ter participado das equipes esportivas da escola e da Educação Física escolar
22 durante o ensino médio. Diante dos resultados, é importante destacar a importância da prática
23 esportiva durante a idade escolar e das aulas de Educação Física na escola como fatores
24 associados à prática de AF no início da vida adulta.

1 REFERÊNCIAS

- 2 1. Hallal PC, Victoria CG, Azevedo MR, Wells JC. Adolescent Physical Activity and Health:
3 A systematic review. *Sports Med*, 2006; 36 (12):1019-30.
- 4 2. US Department of Health and Human Services. Physical activity guidelines for Americans.
5 2008. [citado 2016 abr 11] Disponível em: url: <http://www.health.gov/paguidelines>
- 6 3. Bergmann GG, Bergmann MLA, Marques AC, Hallal PC. Prevalência e fatores associados
7 à inatividade física entre adolescentes da rede pública de ensino de Uruguaiana, Rio Grande
8 do Sul, Brasil. *Cad Saúde Pública*. 2013 Nov 29; (11):2217-2229.
- 9 4. Farias Jr JC. Associação entre prevalência de inatividade física e indicadores de condição
10 socioeconômica em adolescentes. *Rev Bras Med do Esporte*. 2008; 14:109-14.
- 11 5. Malta DC, Sardinha LMV, Mendes I, Barreto SM, Giatti L, Castro IRR de, et. al.
12 Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em
13 adolescentes: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), Brasil, 2009.
14 *Ciência & Saúde Coletiva*. 2010 Out; supl. 2, 3009-3019.
- 15 6. Vasques DG, Lopes AS. Fatores associados à atividade física e aos comportamentos
16 sedentários em adolescentes. *Revista brasileira de cineantropometria & desempenho humano*,
17 2009; 11:59-66.
- 18 7. BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros curriculares nacionais:
19 Educação Física (5ª a 8ª séries). MEC/SEF, 1998.
- 20 8. Gaya A. Educação Física: A vertente pedagógica da cultura corporal do movimento
21 humano OU 100 Parágrafos em defesa da formação única: Subsídios para o debate sobre a
22 reformulação curricular na EsEF-UFRGS. Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
23 Escola de educação Física. Porto Alegre/RS, 2009 Ago.

- 1 9. Azevedo MR, Araújo CL, Silva MC, Hallal PC. Continuidade na prática de atividade física
2 na adolescência para a idade adulta: estudo de base populacional. *Revista de Saúde Pública*
3 2007; 41 (1):69-75.
- 4 10. Malina RM. Tracking of Physical Activity Across the Lifespan. *President's Council on*
5 *Physical Fitness and Sports Research Digest*, Washington DC, 2001 Set; 3(14).
- 6 11. Glenmark B, Hedberg G, Jansson E. Prediction of physical activity level in adulthood
7 by physical characteristics, physical performance and physical activity in adolescence: an
8 11-year follow-up study. *Eur J Appl Physiol Occup Physiol*, 1994; 69:530–538.
- 9 12. Azevedo MR, Horta BL, Gigante DP, Sibbritt D. Continuidade da atividade física na
10 Coorte de Nascimentos de 1982 de Pelotas. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*,
11 2011; 16(2):156-161.
- 12 13. Scheerder J, Thomis M, Vanreusel B, Lefevre J, Renson R, Eynde BV, et. al. Sports
13 Participation among Females from Adolescence to Adulthood: a longitudinal study.
14 *International Review for the Sociology of Sport*, 2006; 41(3-4):413-430.
- 15 14. Alves JGB, Montenegro FMU, Oliveira FA, Alves RV. Prática de Esportes durante a
16 adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. *Rev Bras Med Esporte*, 2005 Set/Out;
17 11(5):272e-5e.
- 18 15. Coledam DHC, Ferraiol PF, Junior RP, Dos-Santos JW, Oliveira AR de. Prática
19 esportiva e Participação nas aulas de Educação Física: fatores associados em estudantes de
20 Londrina, Paraná Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 2014 Mar; 30(3):533-
21 545.
- 22 16. Neto ARM, Ferreira AC, Soares AJG. Políticas de esporte escolar e a construção
23 social do currículo de Educação Física. *Revista Motriz*, Rio Claro, 2011 Jul/Set; 17(3):416-
24 423.

- 1 17. Turi BC. Tracking da atividade física: Estudo de impacto sobre a ocorrência de
2 hipertensão arterial em adultos. [Dissertação de Mestrado] Faculdade de Ciências e
3 Tecnologia – Seção de Pós-Graduação. Presidente Prudente, 2011.
- 4 18. Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, et. al.
5 Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade
6 no Brasil. Rev Bras Ativ Fís Saúde, 2001; 6(2):05-18.
- 7 19. Haskell WL, Lee IM, Pate RR, Powell KE, Blair SN, Franklin BA, et. al. Physical
8 activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of
9 Sports Medicine and the American Heart Association. Circulation, 2007 Ago 28;
10 116(9):1081-93.
- 11 20. WHO. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health
12 Organization, 2010.
- 13 21. Nakamura PM, Teixeira IP, Papini CB, Lemos N de, Nazario MES, Kokubun E.
14 Educação física escolar, atividade desportiva e atividade física total em adolescentes. Rev
15 Bras Cineantropom Desempenho Hum; Florianópolis, 2013 Set/Out; 15(5):517-526.
- 16 22. Silva GSF da, Bergamaschine R, Rosa M, Melo C, Miranda R, Filho MB. Avaliação
17 do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. Rev. Bras.
18 Med. Esporte, 2007 Jan/Fev; 13(1):39-42.
- 19 23. Sá-Silva SP de, Sandre-Pereira G, Salles-Costa R. Fatores sociodemográficos e
20 atividade física de lazer entre homens e mulheres de Duque de Caxias/RJ. Ciência & Saúde
21 Coletiva, 2011; 16(11):4493-4501.

NORMAS DO PERIÓDICO

1 ESCOPO E POLÍTICA EDITORIAL

A Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde (Rev Bras Ativ Fís Saúde), periódico oficial da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, publica artigos veiculando os resultados de pesquisas e estudos sobre a temática da atividade física e saúde em diferentes subgrupos populacionais. A revista aceita artigos que se enquadrem em uma das seguintes categorias: artigos originais, revisões sistemáticas, editoriais e cartas ao editor. Além de artigos nestas categorias, interessam à revista manuscritos que se encaixem no escopo das seguintes seções especiais: da pesquisa à ação; pesquisa e pós-graduação em atividade física e saúde; e, experiências curriculares inovadoras em atividade física e saúde. Estudos epidemiológicos, clínicos, experimentais ou qualitativos focalizando a inter-relação “atividade física e saúde”, assim como os estudos sobre os padrões de atividade física em diferentes grupos populacionais, validação de métodos e instrumentos para medida da atividade física e estudos de intervenção para promoção da atividade física são exemplos de estudos que atendem à política editorial da revista.

É um periódico multidisciplinar que aceita contribuições de pesquisadores cujos esforços de investigação contribuam para o desenvolvimento da “área de atividade física e saúde”. Ao submeter o manuscrito, os autores assumem a responsabilidade de que o trabalho não foi previamente publicado e nem está sendo analisado por outra revista, enquanto estiver em avaliação pelo conselho editoria da Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Como forma de atestar formalmente que assumem esta responsabilidade, os autores deverão assinar declaração de acordo com o modelo fornecido pela revista. Os manuscritos devem ser inéditos e todos os autores devem ter contribuído substancialmente para o seu desenvolvimento de modo que estes possam assumir responsabilidade pela autoria dos mesmos (ver critérios de

autoria no item 3.7). Admite-se a submissão de manuscrito contendo resultados de estudos que tenham sido preliminarmente publicados na forma de resumos.

2 AVALIAÇÃO DOS MANUSCRITOS

A Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde adota o sistema de revisão por pares. Isto quer dizer que os manuscritos submetidos à revista serão apreciados por dois ou mais revisores, indicados por um dos editores associados. O editor associado analisa os pareceres dos revisores e emite um relatório final conclusivo que é então enviado ao editor assistente para comunicação da decisão aos autores. O processo de revisão adotado é duplo-cego, assim nem os revisores ad hoc saberão quem são os autores do manuscrito nem os autores saberão quem foram os revisores do mesmo. A revista tem em seu corpo editorial revisores ad hoc (nacionais e internacionais) com experiência de pesquisa em atividade física e saúde.

O fluxo editorial inicia com uma avaliação preliminar, na qual o editor assistente analisa se o manuscrito foi preparado de acordo com a presente normatização (“Instruções aos Autores”). Se a formatação não estiver em conformidade com estas normas, o artigo é devolvido aos autores para reformulação. É importante lembrar que a submissão de manuscrito em desacordo com o disposto nesta norma é motivo suficiente para recusa. O processo de avaliação do manuscrito só é iniciado quando todos os documentos exigidos forem enviados (declaração de responsabilidade, declaração de conflito de interesses, declaração de autoria e cópia da certidão do Comitê de Ética para estudos com Seres Humanos ou com animais). Além disso, será exigido também a declaração de transferência de direitos autorais, conforme descrito no item 3.5 desta norma.

Na fase seguinte, um dos editores-chefes é designado para efetuar uma análise do manuscrito considerando: a compatibilidade em relação à política editorial da revista; e, a contribuição potencial do artigo para o avanço do conhecimento em atividade física. Se

aprovado nesta fase, o manuscrito segue então para a próxima etapa do processo de avaliação, caso contrário, a recusa é imediatamente comunicada aos autores.

A terceira etapa na avaliação dos manuscritos tem início quando um dos editores associados é designado pelo editor-chefe para acompanhar o processo de avaliação do manuscrito. Nesta etapa, inicialmente, o editor associado julga o potencial do artigo, considerando o rigor científico, a originalidade e a qualidade linguística. Se aprovado nesta etapa, o manuscrito é encaminhado para análise por, no mínimo, dois revisores ad hoc, caso contrário, a recusa é imediatamente comunicada aos autores. Se o manuscrito alcançar a fase de análise pelos revisores ad hoc, o editor associado aguarda os pareceres para subsidiar a sua decisão quanto ao aceite ou recusa do manuscrito.

A decisão em relação ao manuscrito será comunicada aos autores considerando três possibilidades: (1) RECUSADO, sem possibilidade de nova submissão; (2) REVISÕES REQUERIDAS; e, (3) ACEITO.

Caso a decisão editorial seja “revisões requeridas”, o autor terá trinta (30) dias a contar da data que foi comunicado sobre a decisão editorial, para reenviar a carta resposta aos revisores junto com o manuscrito corrigido.

Após aceite, os autores irão receber a prova tipográfica de seu artigo, a qual deve ser revisada e reenviada à RBAFS no prazo máximo de 48 horas.

3 PREPARAÇÃO E ENVIO DOS MANUSCRITOS

3.1 Submissões

A Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde aceita submissões espontâneas em seis categorias:

a) Artigos originais

Destina-se à veiculação de resultados de pesquisas conduzidas a partir da aplicação de métodos científicos rigorosos, passíveis de replicação e/ou generalização, abrangendo tanto as abordagens quantitativas quanto qualitativas de investigação em atividade física e saúde. Outras contribuições como revisões, relatos, estudo de casos, opiniões e pontos de vista não serão tratadas como artigos originais.

b) Artigos de revisão

Destina-se à veiculação de revisões sistemáticas por meio das quais os autores possam apresentar uma síntese de conhecimentos já disponíveis sobre um tópico relevante em atividade física e saúde.

c) Cartas ao editor

Trata-se de um espaço destinado ao leitor ou pesquisador que deseja submeter uma reflexão ou aprofundamento sobre o conteúdo de um artigo publicado na revista.

d) Seção especial “Do diagnóstico à ação: experiências em promoção da atividade física e saúde”

É uma seção destinada à veiculação de artigos apresentando as bases conceituais, modelos lógicos e resultados de intervenções para promoção da atividade física e saúde. Busca-se nesta seção dar visibilidade a experiências de intervenção profissional que denotem um esforço de aplicação do conhecimento científico já produzido no desenvolvimento de ações de promoção da atividade física e saúde.

e) Seção especial “Pesquisa e pós-graduação em atividade física e saúde”

É uma seção destinada à veiculação de artigos apresentando experiências de pesquisa e de formação de pesquisadores. Interessam para esta seção as contribuições que descrevam modos de organização de grupos de pesquisa ou de trabalho em rede com vistas ao desenvolvimento de projetos de pesquisa e ações de formação ou capacitação de recursos humanos para investigação em atividade física e saúde.

f) Seção especial “Experiências curriculares inovadoras em atividade física e saúde”

É um espaço destinado ao relato de experiências curriculares inovadoras na formação inicial (graduação) que tenham foco em atividade física e saúde.

Além dos artigos publicados nas categorias supramencionadas, por convite do Conselho Editorial, a revista poderá publicar também editoriais, comentários e posicionamentos. Contate a revista na eventualidade de dúvida quanto à aderência de um manuscrito em relação à política editorial ou quanto à classificação do manuscrito numa das categorias de submissão espontânea.

3.2 Conflito de interesses

A transparência do processo de revisão por pares e a credibilidade dos artigos publicados dependem, ao menos em parte, de como o conflito de interesses é tratado durante a redação, revisão por pares e tomada de decisão pelos editores. Este tipo de conflito pode emergir quando autores, revisores ou editores possuem interesses que, aparentes ou não, podem influenciar na elaboração ou avaliação dos manuscritos. Assim, tanto os autores quanto os revisores devem comunicar à revista sobre a existência de conflito de interesses de qualquer natureza. O conflito de interesses pode ser de natureza pessoal, comercial, política, acadêmica ou financeira. Quando os autores submetem um manuscrito, eles são responsáveis por reconhecer e revelar a existência de conflito financeiro ou de qualquer outra natureza que possa ter influenciado seu trabalho. Os autores devem reconhecer no manuscrito todo o apoio financeiro para o trabalho e outras conexões financeiras ou pessoais com relação à pesquisa. Por sua vez, também os revisores ad hoc devem declinar da revisão de um manuscrito quando houver qualquer conflito de interesses que possa influir em sua opinião. No momento da submissão de um manuscrito os autores devem encaminhar também a declaração de conflito de interesses elaborada conforme modelo adotado pela revista.

3.3 Aspectos éticos

Os autores devem informar, no texto, se a pesquisa foi aprovada por Comitê de Ética em Pesquisa em consonância com o disposto na Declaração de Helsinki, na resolução nº 196/96 ou 466/12 (para pesquisas realizadas a partir de 12 de dezembro de 2012) do Conselho Nacional de Saúde e demais dispositivos normativos vigentes. Nos trabalhos experimentais envolvendo animais, conforme estabelecido pelo Colégio Brasileiro de Experimentação Animal (COBEA), as normas e os princípios éticos vigentes quanto à experimentação animal devem ser respeitados. Os ensaios clínicos devem ser devidamente registrados no Registro Brasileiro de Ensaios Clínicos (ReBEC), ou no Ministério da Saúde (<http://www.ensaiosclinicos.gov.br/>), ou em outros bancos de dados internacionais (ex.: ClinicalTrials- <http://clinicaltrials.gov/>). Os autores devem enviar juntamente com o manuscrito a cópia da certidão e ou declaração atestando a observância às normas éticas de pesquisa, inclusive cópia da aprovação do protocolo de pesquisa em Comitê de Ética com seres humanos. Estudos que não atendam a tais requisitos não serão aceitos para publicação na revista.

3.4 Idioma

Aceitam-se manuscritos escritos na forma culta em um dos seguintes idiomas: português, espanhol ou inglês. Os manuscritos em português e espanhol devem ser acompanhados dos resumos no idioma original e em inglês. Aqueles submetidos em língua espanhola devem ter também um resumo em português. Os manuscritos em língua inglesa deverão incluir o resumo no idioma original e em português. Para as submissões em português ou espanhol, oferece-se a opção de tradução integral do manuscrito para o inglês, com custo para os autores.

3.5 Direitos autorais

Os autores deverão encaminhar no momento da submissão do artigo, a declaração de transferência de direitos autorais assinada. Esta declaração deverá ser preparada em

conformidade com o modelo fornecido pela revista (<http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/index>). Artigos aceitos para publicação passam a ser propriedade da revista, não podendo ser reproduzidos, mesmo que de forma parcial, incluindo a tradução para outro idioma, sem a autorização por escrito da Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde.

3.6 Agradecimentos/Financiamentos

Ao final do texto, os autores devem mencionar as fontes de financiamento para o estudo e os nomes de instituições, agências ou pessoas que devam ser nominalmente agradecidas pelo apoio à realização do estudo. Os autores devem manter em seu poder prova documental de que as pessoas e instituições citada na seção de agradecimentos autorizaram a inclusão do seu nome, uma vez que tal citação nominal pode implicar em endosso aos resultados e conclusões do estudo.

3.7 Colaboradores

Devem ser especificadas quais foram as contribuições individuais de cada autor na elaboração do artigo. Lembramos que os critérios de autoria devem basear-se nas deliberações do ICMJE, que determina o seguinte: o reconhecimento da autoria deve estar baseado em contribuição substancial relacionada aos seguintes aspectos: 1. Concepção e projeto ou análise e interpretação dos dados; 2. Redação do artigo ou revisão crítica relevante do conteúdo intelectual; 3. Aprovação final da versão a ser publicada. Essas três condições devem ser integralmente atendidas.

4 PREPARAÇÃO DOS MANUSCRITOS

Todos os artigos devem vir acompanhados por uma carta de submissão dirigida ao editor-chefe, indicando a seção em que o artigo deva ser incluído (vide categorias anteriormente listadas no item 3.1) e apontando a potencial contribuição do estudo para desenvolvimento da área de atividade física e saúde. Os autores devem encaminhar também

todas as declarações exigidas por ocasião da submissão do manuscrito, a saber: declaração de responsabilidade, declaração de conflito de interesses e declaração de transferência dos direitos autorais, anexando-as em “documentos suplementares”. Anexar ainda documentação comprobatória de atendimento aos requisitos éticos de pesquisa, conforme descrito no item 3.3. Após submissão, os autores assumem inteira responsabilidade pelo conteúdo do manuscrito, assim como pela obtenção de autorização para uso de ilustrações e dados de terceiros.

Os manuscritos devem ser preparados considerando a categoria do artigo e os critérios apresentados no quadro seguinte.

Categoria do artigo	Número de palavras no texto*	Número de palavras no resumo	Número de caracteres no título**	Número de referências	Número de ilustrações
Original	4000	250	100	30	5
Revisão	6000	250	100	100	5
Carta ao Editor	750	-	100	5	1
Seções especiais***	1500	150	100	15	2

* Sem incluir o resumo, abstract, referências e ilustrações. ** Contagem de caracteres com espaços. *** Categorias D, E e F apresentadas no item 3.1. **** Uma das ilustrações deve ser obrigatoriamente o modelo lógico do programa/intervenção

Os manuscritos devem ser preparados em editor de texto do Microsoft Word. Os arquivos devem ter extensão DOC, DOCX ou RTF. Adotar as seguintes recomendações na preparação do arquivo de texto:

- O arquivo deve ser preparado em página formato A4, com todas as margens de 2,5 cm;
- O texto deve ser digitado com espaçamento duplo entre linhas, usando fonte “Times New Roman” tamanho 12 em todo o texto, inclusive nas referências;
- As páginas devem ser numeradas no canto superior direito, a partir da “página de título”;

- Incluir numeração de linhas (layout da página), reiniciando a numeração a cada página;
- Não é permitido uso de notas de rodapé.

No momento da submissão, os autores deverão anexar em “documentos suplementares” a página de título.

A página título deve incluir, nesta ordem, as seguintes informações:

- Categoria do manuscrito;
- Título completo;
- Título completo em inglês;
- Título resumido (running title), com, no máximo, 50 caracteres incluindo os espaços;
- Autor(es) e respectivas afiliações institucionais organizada na seguinte sequência:

Instituição, Departamento, Cidade, Estado e País. Após submissão do artigo não será permitido efetuar alterações na autoria dos manuscritos;

- Informações do autor responsável pelo contato com a Editoria da revista, inclusive endereço completo, com CEP, número de telefone e e-mail;
- Contagem de palavras no texto, no resumo e no abstract, assim como o número de referências e ilustrações.

O arquivo com o corpo do manuscrito deve conter o texto principal (página com o título do manuscrito, resumo, abstract, introdução, métodos, resultados e discussão), as referências e as ilustrações, e ser anexado em “documento de submissão”, seguindo as orientações específicas para cada tipo de manuscrito.

Para os artigos originais e de revisão, incluir na primeira página o título do trabalho e um resumo não estruturado com até 250 palavras, cujo conteúdo deverá descrever obrigatoriamente: objetivos, métodos, resultados e conclusões. Abaixo do resumo, os autores devem listar de 3 a 6 palavras-chave que devem ser buscadas na base de descritores em

ciências da saúde (DeCS, disponível para consulta em <http://decs.bvs.br>) ou no Medical Subject Headings (MeSH, disponível para consulta em <http://www.nlm.nih.gov/mesh/MBrowser.html>). Sugere-se que os autores usem, preferencialmente, palavras-chave que não aparecem no título do artigo.

Nos artigos submetidos para as seções especiais o conteúdo do resumo fica a critério dos autores, respeitando-se o limite de 150 palavras. Em seguida, devem ser apresentadas traduções em inglês tanto para o resumo (abstract) quanto para as palavras-chave (key-words). No resumo, evitar o uso de siglas e abreviações e não citar referências.

O texto de todos os manuscritos deve estar organizado em seções, seguindo a seguinte disposição: introdução, métodos, resultados, discussão e referências. Para tanto, deve-se inserir uma quebra de página após o término de cada seção. Todos os manuscritos devem ter uma conclusão que deve ser apresentada dentro da seção de discussão, não podendo vir como uma seção a parte.

4.1 Referências

O número máximo de referência por manuscrito deve ser rigorosamente respeitado. Essas informações estão descritas no quadro com as orientações sobre o preparo dos manuscritos.

As referências devem ser apresentadas no corpo do texto usando sistema numérico, por ordem de aparecimento no texto, usando algarismos arábicos sobrescritos. Se forem citadas mais de duas referências em sequência, apenas a primeira e a última devem ser digitadas, sendo separadas por um traço (Exemplo: ⁵⁻⁸). Em caso de citação alternada, todas as referências devem ser digitadas, separadas por vírgula (Exemplo: ^{12, 19, 23}).

A organização da lista de referências deve ser realizada em conformidade com o estilo de Vancouver, apresentada em maior detalhe nos Requisitos Uniformes para Manuscritos Submetidos a Periódicos Biomédicos (Uniform Requirements for Manuscripts Submitted to

Biomedical Journals), disponível para consulta em http://www.nlm.nih.gov/bsd/uniform_requirements.html. As referências devem ser numeradas sequencialmente conforme aparição no texto e devem ter alinhamento à esquerda. Comunicações pessoais, resumos e dados não publicados não devem ser incluídos na lista de referências e não devem ser usados como referência no corpo do texto. Citar todos os autores da obra quando o número for de até seis autores, e somente os seis primeiros seguidos da expressão “et al” quando a obra tiver mais de seis autores. As abreviações dos nomes das revistas devem estar em conformidade com os títulos disponíveis na List of Journals Indexed in Index Medicus (www.nlm.nih.gov/pubs/libprog.html) ou no caso de periódicos não indexados com o título abreviado oficial adotado pelos mesmos. Os editores estimulam, quando possível, a citação de artigos publicados na Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Atenção! Ao submeter o manuscrito ter certeza de desativar as funções automáticas criadas pelos programas de computador usados para gerenciamento de referências (exemplo: EndNote). Não submeter o manuscrito com hiperlinks entre as referências citadas e a lista apresentada ao final do texto.

São exemplos de referências de trabalhos científicos:

- Artigos em periódicos

Artigos em periódicos com até 6 autores

Hallal PC, Victora CG, Wells JCK, Lima RC. Physical inactivity: prevalence and associated variables in Brazilian adults. *Med Sci Sports Exerc.* 2003;35:1894-900.

Artigos em periódicos com mais de 6 autores

Mattos LA, Sousa AGMR, Feres F, Pinto I, Tanajura L, Sousa JE, et al. Influência da pressão de liberação dos stents coronários implantados em pacientes com infarto agudo do miocárdio: análise pela angiografia coronária quantitativa. *Arq Bras Cardiol.* 2003; 80(3): 250-9.

Artigos publicados em suplementos de periódicos

Webber LS, Wattigney WA, Srinivisan SR, Berenson GS. Obesity studies in Bogalusa. Am J Med Sci. 1995; 310(Suppl 1): S53-61.

• Livros e capítulos de livros

Livro - Autoria individual

Nahas MV. Atividade física, saúde e qualidade de vida. Londrina: Midiograf, 2001.

Livro - Autoria institucional

Sociedade Brasileira de Hipertensão, Sociedade Brasileira de Cardiologia, Sociedade Brasileira de Nefrologia. IV Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. São Paulo: BG Cultural; 2002.

Capítulo de livro – autoria individual

Zanella MT. Obesidade e fatores de risco cardiovascular. In: Mion Jr D, Nobre F (eds). Risco cardiovascular global: da teoria à prática. 2ª ed. São Paulo: Lemos Editorial; 2000. p. 109-25.

• Tese ou Dissertação

Brandão AA. Estudo longitudinal de fatores de risco cardiovascular em uma população de jovens [tese de doutorado]. Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro; 2001.

• Obras em formato eletrônico

Sabroza PC. Globalização e saúde: impacto nos perfis epidemiológicos das populações. In: 4º Congresso Brasileiro de Epidemiologia [online]; 1998 Ago 1-5; Rio de Janeiro. Anais eletrônicos. Rio de Janeiro: ABRASCO; 1998. [citado 1999 jan 17]. Disponível em: [url:http://www.abrasco.com.br/epirio98](http://www.abrasco.com.br/epirio98)

• Ilustrações (Tabelas, Figuras, Quadros e Fotos)

Limita-se o quantitativo de ilustrações a um máximo de 5 (cinco). Todas as ilustrações devem ser inseridas, sempre que possível, no mesmo arquivo do texto, após as referências bibliográficas, e devem ser acompanhadas de um título autoexplicativo. As unidades de medida, abreviações, símbolos e estatísticas devem estar apresentadas de modo claro e objetivo. As ilustrações devem ser monocromáticas (em escala de cinza). Fotografias podem ser usadas, mas devem ser em preto e branco e com boa qualidade gráfica. As ilustrações devem ser usadas somente quando necessário para a efetiva compreensão do trabalho, sem repetir informações já apresentadas no corpo do texto. Todas as ilustrações devem ser numeradas por ordem de aparecimento, conforme o tipo (Tabela ou Figura), devendo-se indicar no texto o local aproximado no qual devem ser inseridas. Fotos, ilustrações, quadros e assemelhados devem ser identificados como figuras. Utilize na preparação das ilustrações a mesma fonte que foi utilizada no texto.

4.2 Submissão dos manuscritos

A submissão dos manuscritos deverá ser efetuada na plataforma eletrônica da revista que pode ser acessada no seguinte endereço: <http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/index>. Para efetuar a submissão, o primeiro autor (ou autor correspondente) deverá estar obrigatoriamente cadastrado na plataforma.