



Serviço Público Federal
Ministério da Educação

Fundação Universidade Federal de Mato Grosso do Sul



Ana Beatriz Alves dos Santos

RELATÓRIO TÉCNICO

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM MÃES UNIVERSITÁRIAS

Campo Grande – MS

2024

Ana Beatriz Alves dos Santos

RELATÓRIO TÉCNICO

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM MÃES UNIVERSITÁRIAS

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), apresentado em forma de Relatório Técnico, como parte dos requisitos para conclusão do curso de Bacharelado em Educação Física, pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).

Orientador: Prof. Dr. Joel Saraiva Ferreira

Campo Grande – MS

2024

RESUMO

Este estudo integra a disciplina de Prática Científica do curso de Educação Física - Bacharelado, da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), e compõe parte do Trabalho de Conclusão de Curso. Teve como objetivo analisar os níveis de prática de atividade física de mães universitárias, de acordo com dados sociodemográficos. O estudo é transversal analítico e foi realizado em Campo Grande - MS, entre setembro e novembro de 2024. Os dados foram coletados remotamente, por meio de formulários eletrônicos divulgados em redes sociais e via indicação. Participaram 31 mães universitárias que atenderam aos critérios de inclusão. Foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) na versão curta para avaliar os níveis de atividade física. Dos dados obtidos, foi possível perceber que a maioria das participantes não cumpre com as recomendações de atividade física moderada e vigorosa. Desta forma, as mães universitárias são um grupo de risco para o não cumprimento dos níveis de atividade física para benefícios de saúde.

Palavras-chave: Mulheres. Filhos. Atividade física. Maternidade.

ABSTRACT

This study is part of the Scientific Practice discipline of the Physical Education - Bachelor's degree course, at the Federal University of Mato Grosso do Sul (UFMS), and is part of the Course Completion Work. The objective was to analyze the physical activity levels of university mothers, according to sociodemographic data. The study is cross-sectional and analytical and was carried out in Campo Grande – MS, between September and November 2024. Data were collected remotely, through electronic forms published on social networks and via referral. 31 university mothers who met the inclusion criteria participated. The short version of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) was used to assess physical activity levels. From the data obtained, it was possible to see that the majority of participants do not comply with the recommendations for moderate and vigorous physical activity. Therefore, university mothers are a risk group for not achieving physical activity levels for health benefits.

Key words: Women. Children. Physical activity. Maternity.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	Pág. 4
PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	Pág. 6
RESULTADOS E DISCUSSÃO	Pág. 8
CONCLUSÕES	Pág. 11
REFERÊNCIAS	Pág. 11

INTRODUÇÃO

Este Relatório Técnico se trata de uma atividade formativa, da disciplina de Prática Científica, do curso de Educação Física - Bacharelato, da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). O desenvolvimento do estudo irá compor o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) da referida graduação. A seguir será apresentada uma contextualização teórica sobre os assuntos que compõem o objeto de estudo aqui investigado.

A atividade física (AF) pode ser realizada em diferentes contextos, tais como: lazer, desporto, atividades profissionais, doméstico e de transporte (Santos Rocha et al., 2022). Com isso, a introdução da AF como um comportamento habitual na vida de cada indivíduo tem sido posta como prioridade na agenda global de saúde pública. A Organização Mundial da Saúde (OMS) aconselha que um adulto acumule pelo menos 150 minutos semanais de atividade física de intensidade moderada a vigorosa para se obter benefícios à saúde.

A Organização Mundial de Saúde (2020) recomenda que as pessoas pratiquem pelo menos entre 150 a 300 minutos de atividade física de intensidade moderada ou entre 75 a 150 minutos de intensidade vigorosa, por semana para benefícios de saúde. Esta recomendação é feita para adultos entre os 18 e 64 anos, apontando que a inatividade física (não cumprimento das recomendações acima referidas) foi reconhecida como a quarta principal causa de mortalidade, somente após as doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral e diabetes mellitus. (Chan et al., 2019).

Revisões com foco em adultos tem indicado o comportamento sedentário como um possível fator de risco, independentemente do volume acumulado de atividade física. Dentro destas mudanças no estilo de vida do indivíduo e possível indicar um dos fatores causadores sendo um deles a parentalidade.

O termo parentalidade (ação do papel de pai ou mãe ao promover o cuidado, prover o alimento e dar proteção ao filho, realizada pelos pais biológicos ou substitutos através do exercício da autoridade e da resposta comportamental, constante, enfática e apropriada, às necessidades da criança) compreendido no sentido de função parental, se configurado em termos amorosos e saudáveis, favorecerá a estruturação psíquica do(s) filho(s), alicerçando o desenvolvimento emocional, cognitivo e social destes (TAPERMAN et al., 2022).

Ou seja, a parentalidade é uma mudança na vida de uma pessoa, a qual tem impacto no nível de atividade física, possivelmente com maior repercussão no sexo feminino (SJÖGREN et al., 2011).

Para muitas mulheres, a maternidade é marcada por vários determinantes de estresse, que incluem isolamento social, mudanças de funções, mudança no padrão do sono e depressão pós-parto, além de ser possível observar o comportamento sedentário desta determinada população. O conceito de maternidade encontra-se articulado na história da sociedade, sofrendo alterações conforme a época. Como um fenômeno social, a maternidade possui diferentes significados e simbologias em distintos contextos históricos (ARÌES, 1986). A partir disso, compreende-se que o conceito de maternidade era visto como uma prática inerente à natureza feminina (MOREIRA, 2009).

Diante do exposto, o presente estudo foi realizado, com o objetivo de analisar os níveis de prática de atividade física de mães universitárias, de acordo com dados sociodemográficos.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Desenho da pesquisa

A pesquisa é um estudo transversal analítico que foi conduzido na cidade Campo Grande, MS. A coleta de dados aconteceu no período de setembro a novembro de 2024, de forma remota utilizando formulários eletrônicos. O link era disposto em grupos de redes sociais de turmas em universidades, além de ser divulgado por outras pessoas que conheciam mães que estavam cursando o ensino superior. Os dados coletados foram: idade, renda familiar, número de filhos, estado civil, raça/cor e se possui trabalho ou não.

Participantes

Após o encerramento dos questionários foram feitas a análise das que atendiam os critérios de inclusão no estudo. Com isso, participaram 31 mães que estavam matriculadas em algum curso de nível superior, no município de Campo Grand - MS. Os critérios de inclusão foram os seguintes: disponibilidade para participação; para responder o questionário que foi enviado por aplicativos de mensagens; ser do sexo feminino; ter pelo menos um filho. Os critérios de exclusão foram: preenchimento incompleto do questionário e respostas fora do prazo estabelecido. Foram implementados os procedimentos adequados para garantir a confidencialidade dos dados.

Instrumentos de Coleta

Para a coleta dos dados sociodemográficos, foi utilizado um questionário que continham 10 perguntas. Sendo 5 de perguntas abertas e 5 de perguntas fechadas. Já a coleta de dados sobre o nível de atividade Física foi feita usando a versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ).

Avaliação do nível de Atividade física

O nível de atividade física e de comportamentos sedentários da presente amostra foi avaliado por meio da versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), que inclui oito questões relacionadas ao tempo e número de dias de atividades físicas (caminhada, atividade física moderada e vigorosa). As perguntas incluem as atividades que as pessoas realizam no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por desporto, exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim. Para todas as perguntas relacionadas com a atividade física (num total de 6 perguntas), os inquiridos são informados que devem incluir, somente, as atividades com uma duração mínima de 10 minutos contínuos. As questões do IPAQ, relacionadas ao tempo sentado num dia da semana ou num dia de fim-de-semana, não foram utilizadas no presente estudo.

Análise de Dados

A análise de dados foi feita por meio do programa Excel, onde foi calculado os valores absolutos e os valores e relativos de cada dado. E com isso foi separando em três grupos onde determinava o nível de atividade física sendo eles: Inativos, Insuficientemente ativos e Ativos.

Aspectos éticos do estudo.

O estudo faz parte da pesquisa Observatório de Atividades Físicas e Esportivas, cadastrada e aprovada junto à Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação (PROPP/UFMS) e ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP/UFMS).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos formulários recebidos com respostas válidas ($n = 31$), as informações foram organizadas de acordo com cada conjunto de variáveis e são apresentadas em valores absolutos e relativos no Quadro 1.

Quadro 1: Nível de atividade e variáveis sociodemográficas de mães universitárias (n = 31).

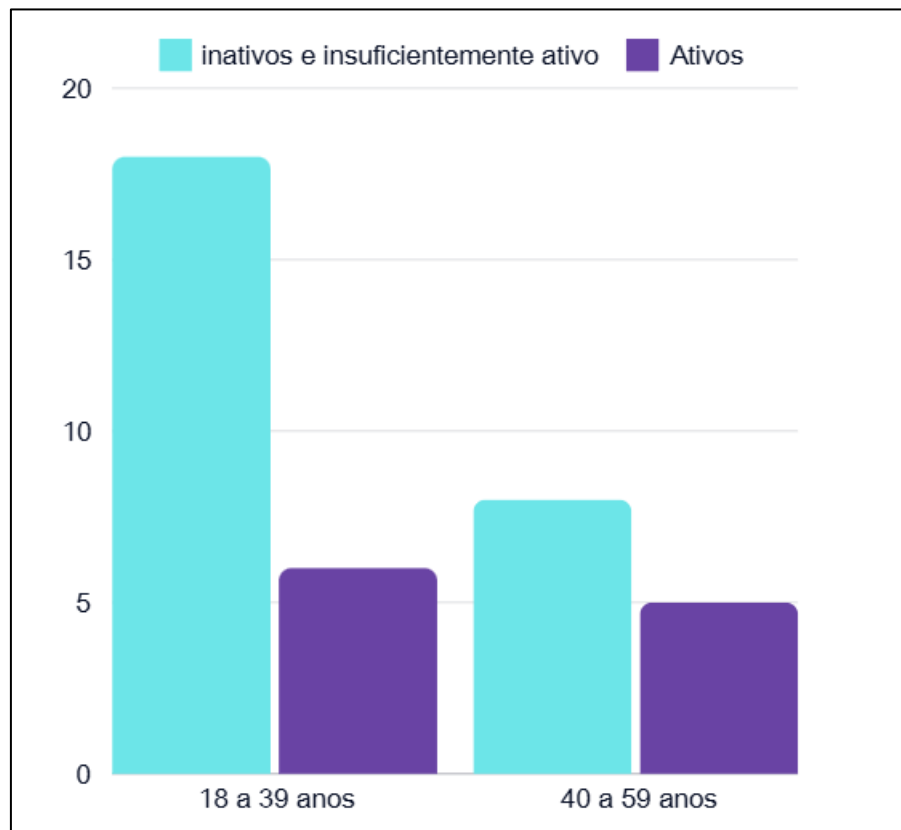
Variáveis		Níveis de Atividade Física		
		Inativas	Insuficientemente ativas	Ativas
Idade	18 a 39 anos	4 (22,3%)	8 (44,4%)	6 (33,3%)
	40 a 59 anos	3 (23,2%)	5 (38,4%)	5 (38,4%)
Renda Familiar	De 1 a 2 salários mínimos	3 (23,2%)	6 (46,1%)	4 (30,7%)
	De 3 a 4 salários mínimos	4 (30,7%)	4 (30,7%)	5 (38,4%)
	≥ 5 salários mínimos	-	2 (50%)	2 (50%)
Nº de Filhos	1 filho	2 (14,3%)	7 (50%)	5 (35,7%)
	2 filhos	2 (18,3%)	4 (36,3%)	5 (45,4%)
	≥ 3 filhos	2 (33,4%)	1 (16,6%)	3 (50%)
Estado Civil	Solteiras	3 (30%)	6 (60%)	1(10%)
	Casadas	4 (28,5%)	4 (28,5%)	6 (43%)
	Viúvas	-	2 (50%)	2 (50%)
	Divorciadas	-	2 (66,6%)	1 (33,3%)
Raça/Cor	Negras	2 (40%)	2 (40%)	1 (20%)
	Pardas	4 (40%)	4 (40%)	2 (20%)
	Branças	2 (12,5%)	8 (50%)	6 (37,5%)
Ocupação	Trabalha	5 (20,9%)	11 (45,8%)	8(33,3 %)
	Não Trabalha	1 (14,2%)	1 (14,2%)	5 (71,6%)

Fonte: Dados da pesquisa (2024)

No Quadro 1 é apresentada a comparação dos níveis de atividade física, consoante as variáveis “idade”, “Renda Familiar”, “Número de Filhos”, “Estado Civil”, “Raça/Cor”, “Ocupação”. Relativamente ao tempo a caminhar por dia, para atender às diretrizes de prática de atividade física da Organização Mundial de Saúde (2020), os indivíduos são incentivados a caminhar um mínimo de 3.000 passos em 30 minutos em 5 dias por semana. Três períodos de 1000 passos em 10 minutos por dia também podem ser usados para atingir a meta recomendada. (MARSHALL et al., 2009).

A seguir, serão apresentadas as informações sobre a prática de atividade física, conforme cada conjunto de variáveis, nas Figuras 1, 2, 3, 4, 5 e 6.

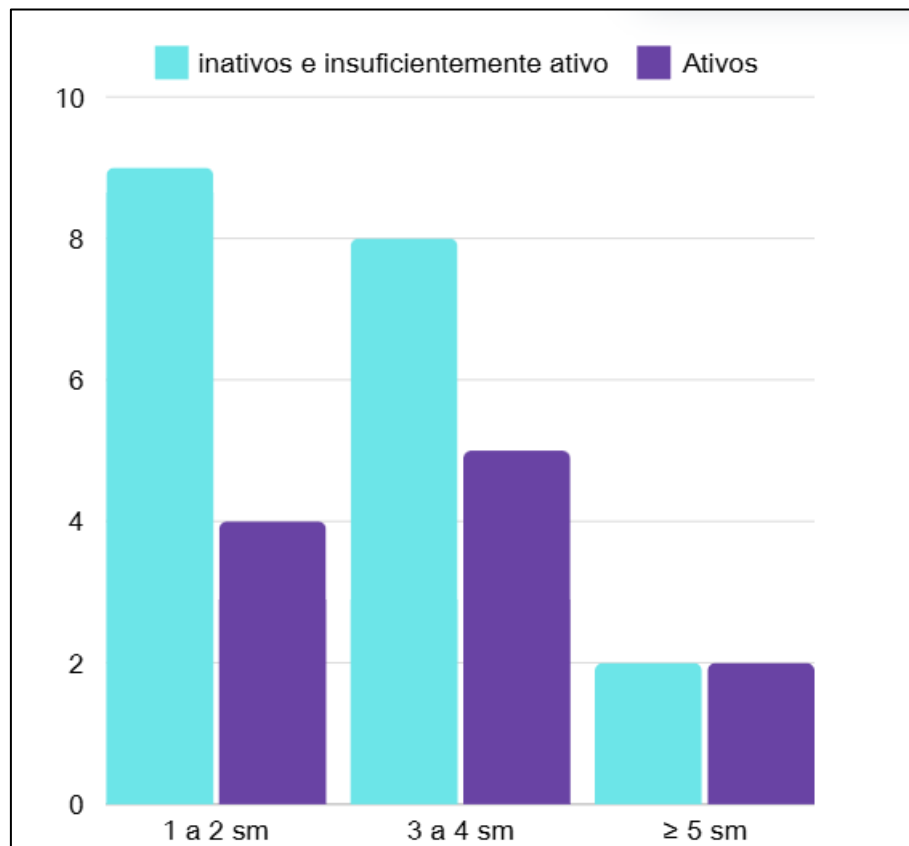
Figura 1 – Prática de atividade física em mães universitárias, conforme faixa etária (n = 31).



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

Verifica-se que em o número de inativos e insuficientemente ativos na faixa etária de “18 até 39 anos” é de 66,7% (n =18) e os ativos são 33,3 % (n= 6). Já a faixa etária de “40 a 59 anos” apresenta 69,6% (n= 8) de inativos e insuficientemente ativo e 30,4% de ativos. É possível perceber mesmo em ambas as faixas etárias o nível de inativos e insuficientemente ativo é maior e são vários fatores que podem fazer com que estas mães não pratiquem atividade física, tais como: 1) fatores biológicos (recuperação pós-parto; fadiga, mudanças fisiológicas); 2) fatores individuais (limitação de tempo; alteração de prioridades); 3) fatores psicológicos (barreiras para deixar o filho; auto-controle); 4) fatores interpessoais (influência social e do filho); e 5) fatores ambientais (preço da prática de atividade física estruturada) (VERSELE et al., 2022).

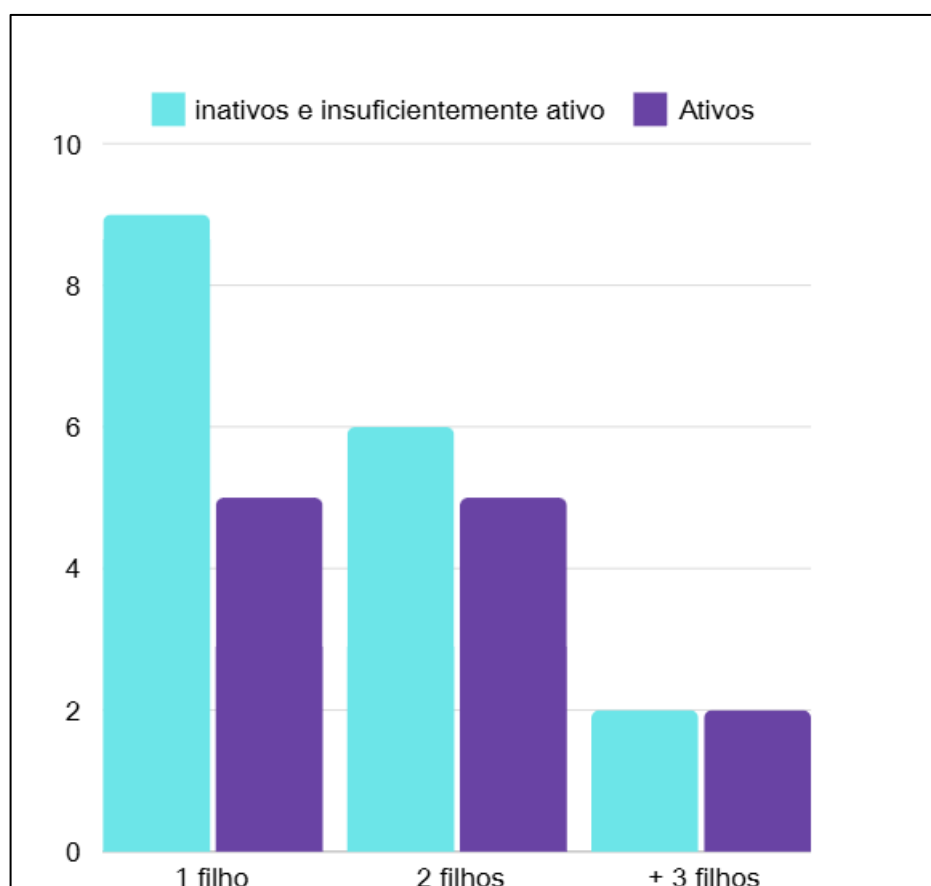
Figura 2 – Prática de atividade física em mães universitárias, conforme renda (n = 31).



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

A renda é uma variável que podemos perceber algumas diferenças entre os grupos avaliados, sendo que o grupo com salários mais baixos (1 e 2 salários) é menos ativo que o grupo de salários intermediários (3 e 4 salários). Já o grupo com a maior faixa de salários (cinco salários ou mais) não possui pessoas inativas fisicamente. O cumprimento das recomendações de atividade física, preconizadas pela Organização Mundial de Saúde (2020) tem uma associação direta e significativa com a qualidade de vida das mães, controlando as variáveis de raça/etnia, renda anual materna e nível de escolaridade materna (LIMBERS et al., 2020). Ou seja, a renda é reconhecida como um fator que determina o nível de atividade física e no presente estudo tal fato também foi constatado.

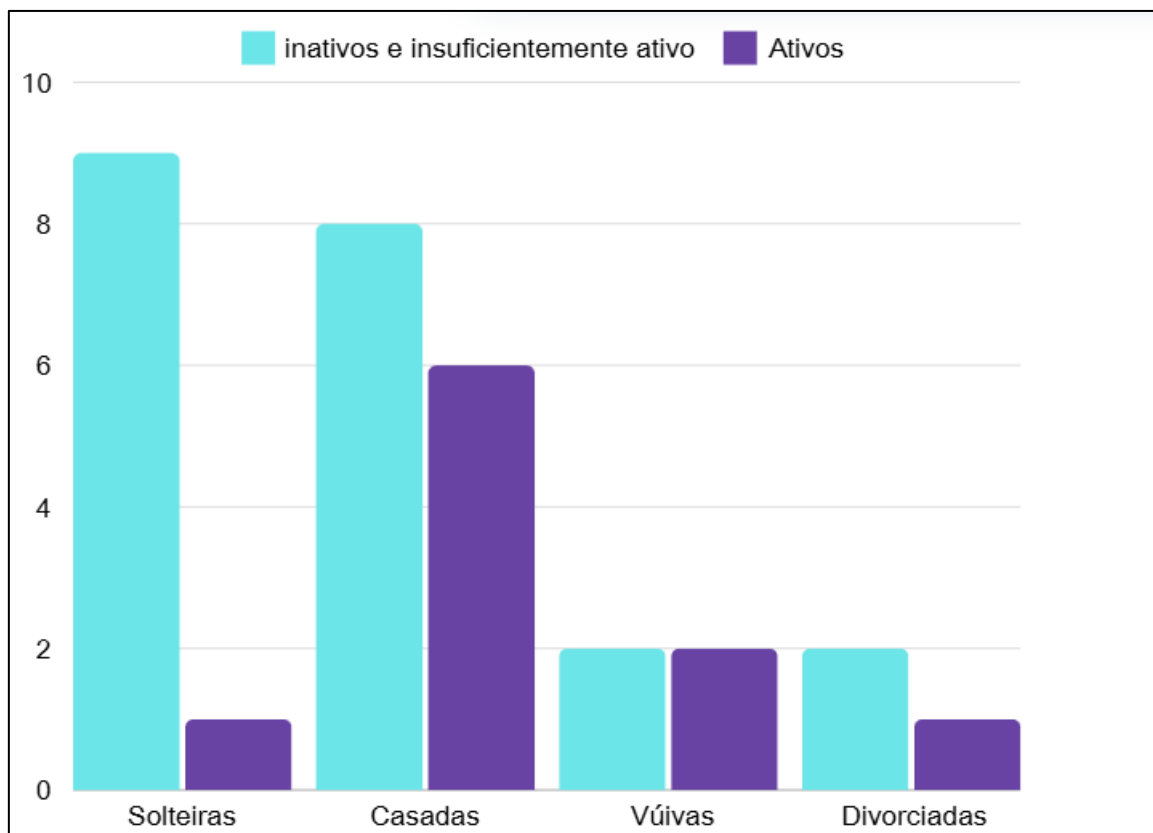
Figura 3 – Prática de atividade física em mães universitárias, conforme número de filhos (n = 31).



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

Na variável número de filhos, o presente estudo obteve informações que divergem de publicações com populações semelhantes. Aqui, o maior número de filhos não foi impeditivo para as mães serem ativas fisicamente, enquanto outras publicações apontam que conforme o número de filhos aumentam, o nível de atividade física diminui. No estudo de Abell et al. (2019), a atividade física das mães foi significativa e inversamente associada com o número de filhos. Em comparação com pessoas sem filhos, houve uma menor probabilidade de as mães com 1 (25%), 2 (21%) e 3 ou mais filhos (20%) cumprirem com as recomendações de atividade física. Após terem sido controladas as variáveis socioeconômicas e o estado civil, os autores referem que ter filhos em casa (1 ou mais filhos vs. 0 filhos), e não o número de filhos (1 ou mais), é o principal obstáculo à prática de atividade física regular para as mães (Abell et al., 2019). Resultados similares foram encontrados por Carson et al. (2018), que referem que mães (independentemente do número de filhos que têm) apresentam menor probabilidade (31%) de cumprir com as recomendações de atividade física para mulheres com filhos (independentemente do número), comparativamente com pessoas sem filhos.

Figura 4 – Prática de atividade física em mães universitárias, conforme estado civil (n = 31).



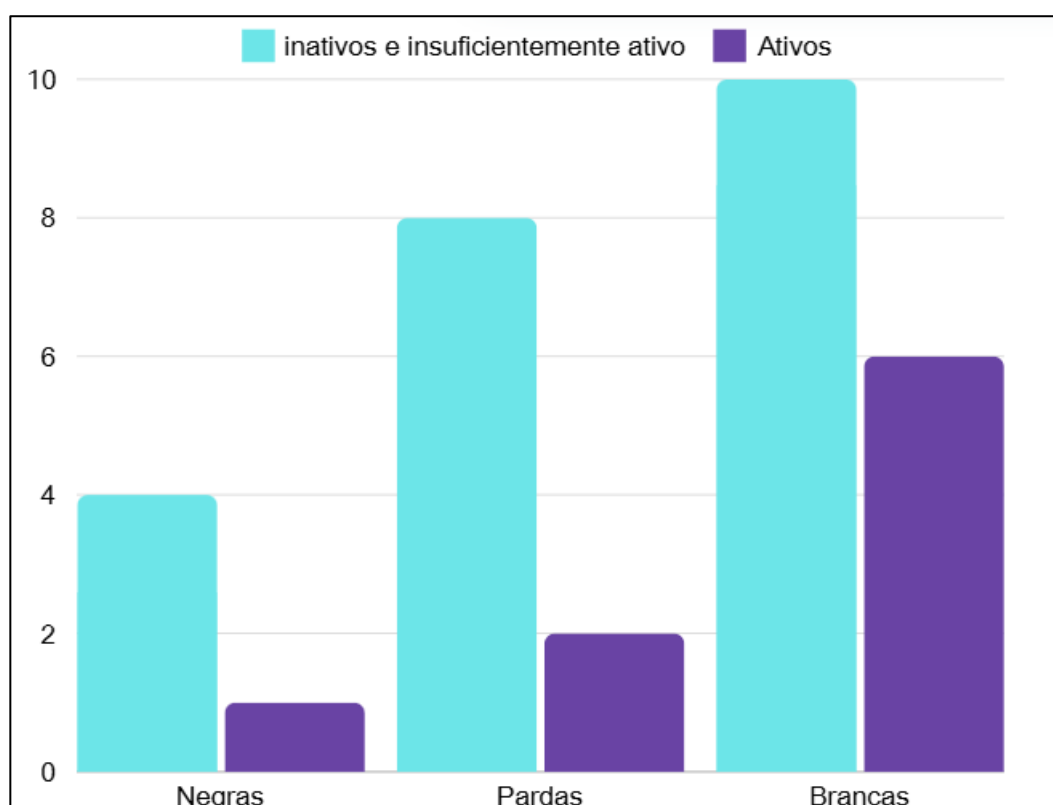
Fonte: Dados da pesquisa (2024)

Na variável estado civil, apenas 10% (n=1) das mães solteiras são ativas. Entre as casadas esse número salta para 42,9% (n=6). Já entre as viúvas 50% são ativas fisicamente e entre as divorciadas o valor é de 33,4%. A literatura científica aponta que há maiores níveis de atividades físicas domésticas e como forma de deslocamento entre casados/com parceiros, em relação aos solteiros (BEZERRA et al, 2015) e menores níveis de atividade física em casados(as)/com parceiro(a), frente ao papel do suporte familiar, que é amplamente entendido e disseminado como facilitador para a prática de atividade física no tempo livre (PENNA et al., 2022).

Casais e pessoas em união estável tendem a ter filhos e afazeres domésticos que também podem auxiliar na dificuldade de obter tempo para a prática de atividade física no tempo livre, contribuindo para eventuais diferenças em relação aos solteiros. Desta forma, é possível que as associações entre o estado civil e a prática de atividade física sejam impactadas por distintos mediadores e moderadores, inerentes ao momento da vida, ou das atribuições que estão relacionadas à cada estrato de estado civil. (HENKEMAIER et al., 2023).

No artigo de Zanchetta et al. (2011) indica-se que mulheres viúvas apresentam menores níveis de atividades físicas quando comparadas com casadas/com parceiros. Apesar de não ser regra, é provável que pessoas viúvas tendam a ter uma idade mais avançada, que reconhecidamente apresentam menores níveis de atividade física quando comparadas às populações de jovens adultos. Talvez o mesmo raciocínio pode ser feito em relação às mães divorciadas.

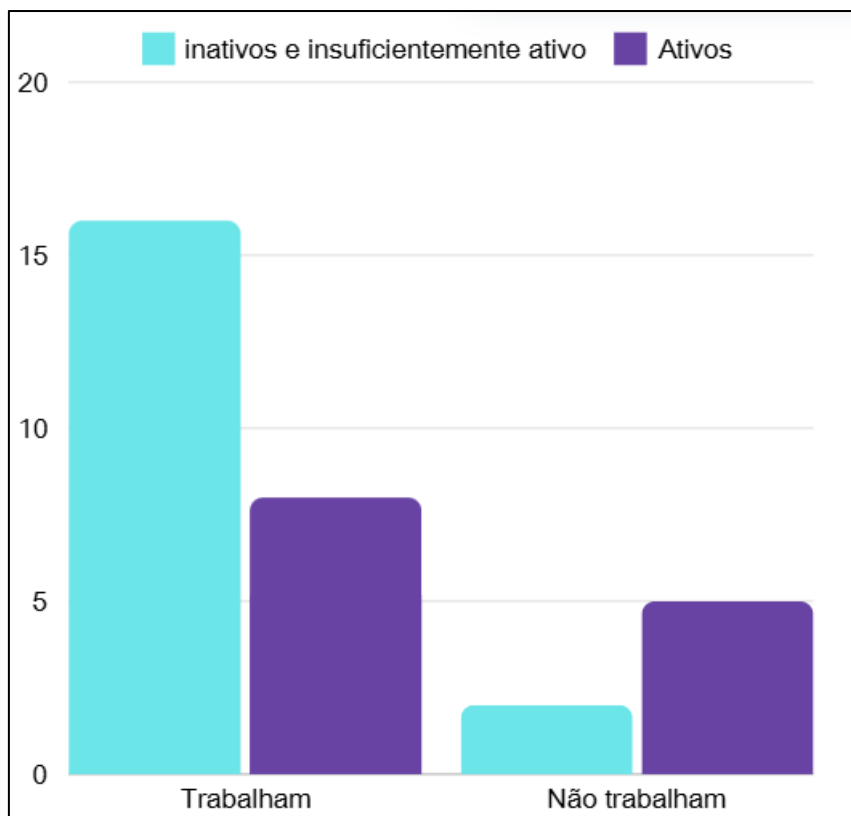
Figura 5– Prática de atividade física em mães universitárias, conforme raça/cor (n = 31).



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

Na variável Raça/Cor, apenas 20% das mães negras e pardas são ativas, enquanto entre as brancas o valor é de 37,5%. É possível perceber que as mães, independentemente de raça ou cor, frequentemente colocam as necessidades dos filhos acima de suas próprias, limitando seu tempo livre para atividades físicas. No presente estudo, foi elevado o número de mães inativas ou insuficientemente ativas fisicamente, especialmente entre as negras e pardas. No que tange à saúde da mulher, as questões são variadas e complexas, vão desde o acesso a cuidados médicos, até desafios específicos ligados a fatores socioeconômicos. Essas particularidades são vistas principalmente quando se trata de minorias sociais, como mulheres negras e pardas, mulheres que vivem na zona rural, mulheres indígenas ou mulheres privadas de liberdade (Brasil, 2020).

Figura 6– Prática de atividade física em mães universitárias, conforme ocupação (n = 31).



Fonte: Dados da pesquisa (2024)

Quanto a ocupação das mães, a maioria estava trabalhando, sendo que, 91,6% (n = 22) das entrevistadas trabalhavam em serviços formais e 8,4% (n = 2) com serviços autônomos. Além disso, as entrevistadas 54,5% (n = 12) trabalhavam de forma integral (manhã e tarde), 22,7% (n = 5) trabalhavam no período matutino, 18,1%, (n = 4) trabalhavam no período vespertino e 13,6% (n = 3) trabalhavam no período noturno. Quanto ao estudo, 58% (n = 18), estudavam no período noturno, 32,2% (n = 10) estudavam no período matutino e 9,8% (n = 2) estudavam no período vespertino.

É possível perceber que as mães que trabalham são as que menos atingem o nível necessário de atividade física, onde cerca de 66,6% (n=16) são inativas e insuficientemente ativas, diferente das que não trabalham, onde cerca de 28,5% (n=2) são inativos e insuficientemente ativo. Isso ocorre porque, além dos trabalhos formais, as mulheres se deparam com a necessidade de equilibrar ainda as demandas familiares, domésticas e relacionadas ao cuidado com os filhos (CUNHO; VASCONCELOS, 2014).

Assim, é possível observar que os resultados obtidos no presente estudo refletem uma realidade que ultrapassa o ambiente universitário, onde as mulheres têm que conciliar o trabalho formal mais o informal, de modo que possam coexistir de maneira harmoniosa. Porém, essa

carga horária elevada de atribuições tende a influenciar na prática de atividade física das mesmas.

CONCLUSÕES

É possível perceber que a maioria das participantes não cumpre com as recomendações de atividade física moderada e vigorosa. Desta forma, as mães universitárias são um grupo de risco para o não cumprimento dos níveis de atividade física para benefícios de saúde.

Com isso, os resultados reforçam a ideia da necessidade de políticas públicas direcionadas para o grupo populacional formado por mães universitárias, visando melhorar o nível de atividade física e, conseqüentemente, a saúde dessas pessoas.

REFERÊNCIAS

ABELL, L.P., TANASE, K.A., GILMORE, M.L., WINNICKI, A.E., HOLMES, V.L., E HARTOS, J.L. (2019). Do physical activity levels differ by number of children at home in women aged 25-44 in the general population? *Women's Health*, 15, 174550651987118. <https://doi.org/10.1177/1745506519871186>

AMARAL, ALINE INDAIA DORNELES; SILVEIRA, KATIA SIMONE DA SILVA. REFLEXÕES SOBRE O CONCEITO DE MATERNIDADE NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA.

ARAÚJO, DENISE SARDINHA MENDES SOARES DE; ARAÚJO, CLAUDIO GIL SOARES DE. Aptidão física, saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adultos. *Revista brasileira de medicina do esporte*, v. 6, p. 194-203, 2000.

ARIÊS, P. História social da criança e da família. Rio de Janeiro: Guanabara, 1986.

BARBOSA, A. L. N. de H. Participação feminina no mercado de trabalho brasileiro. *Mercado de trabalho*. N. 557, ago. 2014. Nota técnica.

Bezerra VM, Andrade AC, César CC, Caiaffa WT. Domínios de atividade física em comunidades quilombolas do sudoeste da Bahia, Brasil: estudo de base populacional. *Cad Saude Publica* 2015; 31(6):1213-24. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00056414>

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da mulher contempla cuidados específicos. GOV.BR. 2021. (Categoria: Saúde e Vigilância Sanitária). Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2021/05/saude-damulher-contempla-cuidados-especificos>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes. Brasília – DF. 2004. Disponível em:
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nac_atencao_mulher.pdf.

CARSON, V., ADAMO, K., E RHODES, R.E. (2018). Associations of parenthood with physical activity, sedentary behavior, and sleep. *Am J Health Behav*, 42(3), 80-89. <https://doi.org/10.5993/AJHB.42.3.8>

CHAN, C.W.H., AU YEUNG, E., E LAW, B.M.H. (2019). Effectiveness of Physical Activity Interventions on Pregnancy-Related Outcomes among Pregnant Women: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1840. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101840>

CHAI, C. G. et al. Interseccionalidades da escravidão contemporânea da mulher negra à luz do pensamento decolonial: trabalho, determinantes e desigualdades sociais. *Cadernos EBAPE.BR.*, v. 21, n. 3, 2023, Rio de Janeiro. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cebape/a/FTPK478KQW89kQw5FRHVvgD/?lang=pt&format=pdf>.

CUNHA, M. S.; VASCONCELOS, M. R. Fecundidade e participação no mercado de trabalho brasileiro. *Nova Economia*, v. 26, n. 1, p. 179-206, 2016. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/neco/a/6MJrcRDcSDwcDCBWX6RMpYs/?format=pdf&lang=pt>.

CYRINO, R. Trabalho, temporalidade e representações sociais de gênero: uma análise da articulação entre trabalho doméstico e assalariado. *Sociologias*, Porto Alegre, n. 21, jan./jun., p. 66-92. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/soc/a/dmLkmzvxt3Tx7hmY5CtK5Nh/?lang=pt&format=pdf>.

DUMITH, SAMUEL C. Atividade física e sedentarismo: diferenciação e proposta de nomenclatura. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 15, n. 4, p. 253-254, 2010.

FLECK, MARCELO PIO DE ALMEIDA ET AL. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 21, p. 19-28, 1999.

FLORINDO AA, BARROZO LV, CABRAL-MIRANDA W, RODRIGUES EQ, TURRELL G, ET AL. Public open spaces and leisure-time walking in Brazilian adults. *Int J Environ Res Public Health* 2017; 14(6):553. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph14060553>.

GUERRA, PAULO HENRIQUE; MIELKE, GRÉGORE IVEN; GARCIA, LEANDRO MARTIN TOTARO. Comportamento sedentário. *Corpoconsciência*, p. 23-36, 2014.

HENKEMAIER, Kevin Cristian Moraes. Estado civil e prática de atividade física em adultos brasileiros: revisão sistemática. 2023.

OLIVEIRA, Yvana Coutinho de. Parentalidade e saúde mental infantil: revisão narrativa. 2023.

IBGE EDUCA. Quantidade de homens e mulheres. (Seções: Conheça o Brasil; População). Disponível em: <https://educa.ibge.gov.br/jovens/conheca-obrasil/populacao/18320-quantidade-de-homens-e-mulheres.html>.

MOREIRA, R. L. C. A. Maternidades: os repertórios interpretativos utilizados para descrevê-las. Dissertação de mestrado em psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia Uberlândia, 2009.

PENNA TA, PARAVIDINO VB, MORGADO FR, OLIVEIRA BR, MARANHÃO-NETO GA, MACHADO S, ET AL. Association between social support and frequency of physical activity in adult workers. Rev Bras Med Trab 2022; 20(4):547-554. doi: <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2022-786>.

PUCCI, GABRIELLE CRISTINE MOURA FERNANDES ET AL. Associação entre atividade física e qualidade de vida em adultos. Revista de Saúde Pública, v. 46, n. 1, p. 166-179, 2012.

SILVA, RODRIGO SINNOTT ET AL. Atividade física e qualidade de vida. Ciência & Saúde Coletiva, v. 15, p. 115-120, 2010.

VERSELE, V., STOK, FM, DIEBERGER, A., DELIENS, T., AERENHOUTS, D., DEFORCHE, B., BOGAERTS, A., DEVLIEGER, R., E CLARYS, P. (2022). Determinants of Changes in Women's and Men's Physical Activity and Sedentary Behavior across the Transition to Parenthood: A Focus Group Study. International journal of environmental research and public health, 19(4), 2421. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042421>

ZANCHETTA, Luane Margarete et al. Inatividade física e fatores associados em adultos, São Paulo, Brasil. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 13, p. 387-399, 2010.



Serviço Público Federal
Ministério da Educação

Fundação Universidade Federal de Mato Grosso do Sul



FACULDADE DE EDUCAÇÃO – FAED

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO

ATA DE AVALIAÇÃO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

No dia 3 de dezembro de 2024, às 14h, a estudante Ana Beatriz Alves dos Santos apresentou o Trabalho de Conclusão de Curso, com o título “Prática de atividade física e comportamentos sedentários em mães universitárias”, sob a orientação do professor Joel Saraiva Ferreira, como parte da exigência para conclusão do Curso de Graduação em Educação Física – Bacharelado, da Faculdade de Educação (FAED).

Após apreciação da banca avaliadora, composta por Joel Saraiva Ferreira (presidente), Edineia Aparecida Gomes Ribeiro (membro) e Marcelo Gonçalves Duarte (membro), o trabalho foi considerado: (X) Aprovado () Reprovado.

Observações:

Não há.

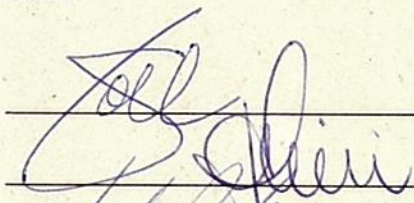
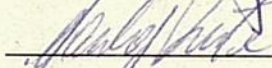
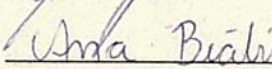
Por estarem de acordo, assinam a presente ata.

Joel Saraiva Ferreira (presidente)

Edineia Aparecida Gomes Ribeiro (membro)

Marcelo Gonçalves Duarte (membro)

Ana Beatriz Alves dos Santos (estudante)


UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL (UFMS)

Cidade Universitária, S/Nº - Caixa Postal 549 - CEP 79070-900 – Campo Grande (MS)

<http://www.ufms.br> – Fone/Fax: (67) 3345-7000