

Pesquisa Nacional de Saúde

Módulo de Estilo de Vida – Atividade física e hábito de assistir televisão

Notas Técnicas

Sumário

| | |
|--|----|
| Origem dos dados..... | 3 |
| Descrição das variáveis disponíveis para tabulação | 4 |
| Variáveis de conteúdo | 4 |
| %Nível recom at.física lazer | 5 |
| %Fisicamente ativos trabalho | 5 |
| %At.física trab > 150min | 5 |
| %Fisicamente ativos deslocam..... | 6 |
| %Fisicamente ativos trab.dom. | 6 |
| %At.física domést > 150min..... | 6 |
| %Insuficientemente ativos | 6 |
| %Assist. TV mais 3h/dia..... | 7 |
| Distribuição na linha | 7 |
| Distribuição na coluna..... | 7 |
| Variáveis de linha, coluna ou seleção | 7 |
| Região | 7 |
| Unidade da Federação | 7 |
| Capital | 8 |
| Região Metropolitana | 9 |
| Situação..... | 9 |
| Condição no domicílio | 9 |
| Sexo..... | 10 |
| Faixa etária | 10 |
| Faixa etária detalhada..... | 10 |
| Cor ou raça..... | 10 |
| Vive com cônjuge/companheiro | 10 |
| Estado civil | 10 |
| Sabe ler e escrever..... | 11 |
| Nível de instrução..... | 11 |
| Nível de instrução detalhado | 11 |
| Prática exercíc.físico/esporte..... | 11 |
| Freq. exercício físico/esporte..... | 11 |
| Tipo exercício físico/esporte | 12 |
| Duração exercíc.físico/esporte..... | 12 |
| Anda a pé no trabalho..... | 12 |
| Faz faxina/peso/ativ.pes trab | 13 |
| Freq faxina/peso/ativ.pes trab | 13 |
| Duração fax/peso/ativ.pes trab | 13 |
| Trajeto a pé/biciclet p/trab | 13 |
| Duração traj a pé/bicic p/trab | 14 |
| Freq desloc a pé/bicicl habit..... | 14 |

| | |
|--------------------------------------|----|
| Duração desloc a pé/bici habit..... | 14 |
| Faz esforço intenso ativ dom..... | 14 |
| Freq esforço intenso ativ dom | 15 |
| Duração esforç intens ativ dom | 15 |
| Tempo assistência televisão | 15 |
| Há lugar público p/ativ.física | 15 |
| Conhece prog.públ.p/ativ.físic | 15 |
| Participa prog.públ.p/ativ.fís | 16 |
| Motivo prog.públ.p/ativ.fís | 16 |

Origem dos dados

As informações disponíveis foram obtidas da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

Estão aqui apresentados os dados das pesquisas de 2013, Módulo P - Estilos de Vida, questões referentes à atividade física e ao hábito de assistir televisão.

Mais detalhes sobre a Pesquisa Nacional de Saúde, sua metodologia, questionários, acesso os microdados e outras informações podem ser obtidos no sítio do [IBGE](#) ou da [Pesquisa Nacional de Saúde](#). Em caso de dúvidas sobre as informações apresentadas no Datasus, entre em contato através do [Fale conosco](#).

Descrição das variáveis disponíveis para tabulação

Foram selecionadas todas as variáveis do módulo de Estilo de vida (módulo P), referentes à atividade física e ao hábito de assistir televisão, mais variáveis de identificação, características gerais dos moradores (módulo C) e características de educação das pessoas de 5 anos ou mais de idade (módulo D).

Os resultados apresentados se referem ao morador selecionado de 18 anos ou mais (variável V0025 = "1") e foi utilizado como peso do entrevistado a variável V00291 – "Peso do morador selecionado com correção de não entrevista com calibração pela projeção de população para morador selecionado - usado no cálculo de indicadores de morador selecionado". Foram desprezadas também as entrevistas em que a variável V00291 contém o valor 0.

Os indicadores calculados são os mesmos apresentados na [publicação completa](#).

Variáveis de conteúdo

Para o cálculo da atividade física no lazer, no trabalho, no deslocamento e na atividade doméstica, o tempo semanal utilizado foi calculado de acordo com o seguinte método:

Tempo semanal de atividade física no lazer: se o indivíduo não pratica exercício físico ou esporte ou pratica menos de 1 vez por semana (variável P035 = 0), o tempo é zero. Em caso contrário, o tempo semanal é o indicado nas variáveis P03701 e P03702, convertidos para minutos, multiplicado pelo número de dias por semana que o indivíduo pratica exercício físico ou esporte (variável P035). Se o exercício físico ou esporte praticado com mais frequência (variável P036) for 3 (corrida/cooper), 4 (corrida em esteira), 6 (ginástica aeróbica/spinning/step/jump), 12 (futebol), 13 (basquetebol) ou 15 (tênis), o tempo é multiplicado por 2.

Tempo semanal de atividade física no trabalho: se o indivíduo não faz atividades físicas pesadas no trabalho (variável P039 = 2), o tempo é zero. Em caso contrário, o tempo semanal é o indicado nas variáveis P03902 e P03903, convertidos para minutos, multiplicado pelo número de dias por semana que o indivíduo faz atividades físicas pesadas no trabalho (variável P03901).

Tempo diário de atividade física no deslocamento: este tempo corresponde à soma de dois componentes: deslocamento no trabalho e deslocamento em atividades habituais.

Deslocamento no trabalho: se o indivíduo não faz algum trajeto a pé ou de bicicleta para ir ou voltar ao trabalho (P040 = 3 ou não aplicável), o tempo é zero. Em caso contrário, o tempo diário é o indicado nas variáveis P04101 e P04102, convertidos para minutos.

Deslocamento em atividades habituais: se o indivíduo não faz algum deslocamento a pé ou de bicicleta em suas atividades habituais (P042 = 0), o tempo é zero. Em caso contrário, o tempo diário é o indicado nas variáveis P04301 e P04302, convertidos para minutos.

Tempo semanal de atividade física no deslocamento: é o tempo diário de atividade física no deslocamento, multiplicado por 5.

Tempo semanal de atividade física doméstica: se o indivíduo não faz atividades físicas pesadas domésticas (variável P044 = 2), o tempo é zero. Em caso contrário, o tempo semanal é o indicado nas variáveis P04402 e P04403, convertidos para minutos, multiplicado pelo número de dias por semana que o indivíduo faz atividades físicas pesadas domésticas (variável P001).

%Nível recom at.física lazer

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade que praticam o nível recomendado de atividade física no lazer. É considerado nível recomendado de atividade física de lazer ter praticado pelo menos 150 minutos em atividades físicas leves ou moderadas, ou pelo menos 75 minutos em atividades físicas vigorosas no lazer, por semana. Acompanhando as mudanças nas recomendações internacionais, o indicador de prática de atividade física no tempo livre não estipula um número mínimo de dias na semana para a prática da atividade física.

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que têm tempo semanal de atividade física no lazer maior ou igual a 150 minutos.

Denominador = todos os moradores selecionados.

%Fisicamente ativos trabalho

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade fisicamente ativos no trabalho. São considerados indivíduos fisicamente ativos no trabalho aqueles que andam a pé, fazem faxina pesada, carregam peso ou realizam outra atividade que requeira esforço físico intenso.

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que responderam positivamente à questão P038: "No seu trabalho, o(a) Sr(a) anda bastante a pé?" ou à questão P039: "No seu trabalho, o(a) Sr(a) faz faxina pesada, carrega peso ou faz outra atividade pesada que requer esforço físico intenso?".

Denominador = todos os moradores selecionados.

%At.física trab > 150min

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade que praticam atividade física no trabalho por 150 minutos ou mais por semana. São considerados os indivíduos que fazem faxina pesada, carregam peso ou realizam outra atividade que requeira esforço físico intenso, sendo estas atividades vinculadas ao exercício de seu trabalho por 150 minutos ou mais na semana.

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que têm tempo semanal de atividade física no trabalho maior ou igual a 150 minutos.

Denominador = todos os moradores selecionados.

%Fisicamente ativos deslocam

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade fisicamente ativos no deslocamento para suas atividades habituais. São considerados indivíduos que praticam o nível de atividade física no deslocamento aqueles que se deslocam para atividades habituais, como o trabalho, ou escola, ou curso, ou levar alguém para estes lugares de bicicleta ou caminhando e que despendem pelo menos 30 minutos diários no percurso de ida e volta.

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que têm tempo diário de atividade física no deslocamento maior ou igual a 30 minutos.

Denominador = todos os moradores selecionados.

%Fisicamente ativos trab.dom.

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade fisicamente ativos na realização das atividades domésticas. São considerados os indivíduos que fazem faxina pesada, carregam peso ou realizam outra atividade que requeira esforço físico intenso nas atividades domésticas.

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que responderam positivamente à questão P044: "Nas suas atividades domésticas o(a) Sr(a) faz faxina pesada, carrega peso ou faz outra atividade pesada que requer esforço físico intenso?".

Denominador = todos os moradores selecionados.

%At.física domést > 150min

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade que praticam atividade física por 150 minutos ou mais na realização das atividades domésticas. São considerados os indivíduos que fazem faxina pesada, carregam peso ou realizam outra atividade que requeira esforço físico intenso nas atividades domésticas, por 150 minutos ou mais na semana

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que têm tempo semanal de atividade física doméstica maior ou igual a 150 minutos.

Denominador = todos os moradores selecionados.

%Insuficientemente ativos

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade insuficientemente ativos. São considerados insuficientemente ativos os indivíduos que não praticam atividade física ou pratica atividade física durante 150 minutos ou menos por semana, considerando os três domínios: lazer, trabalho, e deslocamento para o trabalho ou atividades habituais.

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que em que a soma do tempo semanal de atividade física no lazer, no trabalho e no deslocamento é menor que 150 minutos.

Denominador = todos os moradores selecionados.

%Assist. TV mais 3h/dia

Proporção (%) de pessoas de 18 anos ou mais de idade que assistem televisão por 3 horas ou mais por dia.

Fórmula de cálculo:

Numerador = moradores selecionados que responderam as opções 4 a 7 (Entre 3 horas e menos de 4 horas, Entre 4 horas e menos de 5 horas, Entre 5 horas e menos de 6 horas e 6 horas ou mais) à questão P045: "Em média, quantas horas por dia o(a) Sr(a) costuma ficar assistindo televisão?".

Denominador = todos os moradores selecionados.

Distribuição na linha

Distribuição percentual da população residente de 18 anos ou mais de idade, já expandida segundo o Plano Amostral da pesquisa, segundo a variável que estiver sendo apresentada na coluna. O total da linha é de 100%.

Distribuição na coluna

Distribuição percentual da população residente de 18 anos ou mais de idade, já expandida segundo o Plano Amostral da pesquisa, segundo a variável que estiver sendo apresentada na linha. O total da coluna é de 100%.

Variáveis de linha, coluna ou seleção

Região

Região de residência (variável V0001), nas seguintes categorias:

- Norte
- Nordeste
- Sudeste
- Sul
- Centro-Oeste

Unidade da Federação

Unidade da Federação (estado ou Distrito Federal) de residência (variável V0001), nas seguintes categorias:

- Rondônia
- Acre

- Amazonas
- Roraima
- Pará
- Amapá
- Tocantins
- Maranhão
- Piauí
- Ceará
- Rio Grande do Norte
- Paraíba
- Pernambuco
- Alagoas
- Sergipe
- Bahia
- Minas Gerais
- Espírito Santo
- Rio de Janeiro
- São Paulo
- Paraná
- Santa Catarina
- Rio Grande do Sul
- Mato Grosso do Sul
- Mato Grosso
- Goiás
- Distrito Federal

Capital

Capital de residência (variáveis V0001 e V0031 do arquivo de domicílios), nas seguintes categorias:

- Porto Velho
- Rio Branco
- Manaus
- Boa Vista
- Belém
- Macapá
- Palmas
- São Luís
- Teresina
- Fortaleza
- Natal
- João Pessoa
- Recife
- Maceió
- Aracaju
- Salvador
- Belo Horizonte
- Vitória
- Rio de Janeiro
- São Paulo
- Curitiba
- Florianópolis
- Porto Alegre
- Campo Grande
- Cuiabá
- Goiânia

- Brasília

Região Metropolitana

Região metropolitana (RM) ou Região Integrada de Desenvolvimento (RIDE) de residência (variáveis V0001 e V0031 do arquivo de domicílios), nas seguintes categorias:

- RM Manaus
- RM Belém
- RM Macapá
- RM São Luís
- RIDE Teresina
- RM Fortaleza
- RM Natal
- RM João Pessoa
- RM Recife
- RM Maceió
- RM Aracaju
- RM Salvador
- RM Belo Horizonte
- RM Vitória
- RM Rio de Janeiro
- RM São Paulo
- RM Curitiba
- RM Florianópolis
- RM Porto Alegre
- RM Cuiabá
- RM Goiânia
- RIDE Distrito Federal

Situação

Situação censitária (variável V0026 do arquivo de domicílios), nas seguintes categorias:

- Urbana
- Rural

Condição no domicílio

Condição da pessoa entrevistada (variável C004), nas seguintes categorias:

- Pessoa responsável pelo domicílio
- Cônjuge ou companheiro de sexo diferente
- Cônjuge ou companheiro do mesmo sexo
- Filho do responsável e do cônjuge
- Filho somente do responsável
- Enteadado
- Genro ou nora
- Pai, mãe, padrasto ou madrasta
- Sogro
- Neto
- Bisneto
- Irmão ou irmã

- Avô ou avó
- Outro parente
- Agregado – Não parente que não compartilha despesas
- Convivente – Não parente que compartilha despesas
- Pensionista
- Empregado doméstico
- Parente do empregado doméstico

Sexo

Sexo da pessoa entrevistada (variável C006), nas seguintes categorias:

- Masculino
- Feminino.

Faixa etária

Idade da pessoa entrevista (variável C008), nas seguintes faixas:

- De 18 a 24 anos
- De 25 a 39 anos
- De 40 a 59 anos
- Com 60 anos ou mais

Faixa etária detalhada

Idade, ano a ano, para permitir seleções em faixas etárias distintas das pré-definidas (variável C008).

Cor ou raça

Cor ou raça (variável C009), nas seguintes categorias:

- Branca
- Preta
- Amarela
- Parda
- Indígena
- Sem declaração

Vive com cônjuge/companheiro

Indicador se o entrevistado vive com cônjuge ou companheiro (variável C010), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não
- Não aplicável – para a população de até 9 anos.

Estado civil

Estado civil (variável C011) nas seguintes categorias:

- Casado

- Separado ou desquitado judicialmente
- Divorciado
- Viúvo
- Solteiro
- Não aplicável – para a população de até 9 anos.

Sabe ler e escrever

Indicador se sabe ler e escrever (variável D001), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não
- Não aplicável – população de até 4 anos.

Nível de instrução

Nível de instrução mais elevado alcançado (variável VDD004), mais detalhado, para permitir nas seguintes categorias:

- Sem instrução e fundamental incompleto
- Fundamental completo e médio incompleto
- Médio completo e superior incompleto
- Superior completo
- Não aplicável – população de até 4 anos.

Nível de instrução detalhado

Nível de instrução mais elevado alcançado (variável VDD004), com mais detalhes, para seleções em níveis distintos dos pré-definidos, nas seguintes categorias:

- Sem instrução
- Fundamental incompleto ou equivalente
- Fundamental completo ou equivalente
- Médio incompleto ou equivalente
- Médio completo ou equivalente
- Superior incompleto ou equivalente
- Superior completo
- Não aplicável – população de até 4 anos.

Prática exercíc.físico/esporte

Indica se, nos últimos 3 meses, houve prática de algum tipo de exercício físico ou esporte, sem considerar a fisioterapia (variável P034), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não

Freq. exercício físico/esporte

Frequência semanal de prática de exercício físico ou esporte (variável P035), nas seguintes categorias:

- Nunca ou menos de uma vez por semana
- 1 dia por semana

- 2 dias por semana
- 3 dias por semana
- 4 dias por semana
- 5 dias por semana
- 6 dias por semana
- 7 dias por semana

Tipo exercício físico/esporte

Exercício físico ou esporte mais frequentemente praticado (variável P036), nas seguintes categorias:

- Caminhada (não para o trabalho)
- Caminhada em esteira
- Corrida/cooper
- Corrida em esteira
- Musculação
- Ginástica aeróbica/spinning/step/jump
- Hidroginástica
- Ginástica em geral/localizada/pilates/alongam/ioga
- Natação
- Artes marciais e luta
- Bicicleta/ergométrica
- Futebol
- Basquetebol
- Voleibol
- Tênis
- Dança (com objetivo de praticar atividade física)
- Outro
- Não aplicável – para indivíduos não praticam exercício físico ou esporte ou os praticam menos de uma vez por semana.

Duração exercíc.físico/esporte

Duração da prática de exercício físico ou esporte (variáveis P03701 e P03702), nas seguintes categorias:

- Menos de 15 minutos
- 15 a menos de 30 minutos
- 30 a menos de 44 minutos
- 45 a menos de 1 hora
- 1 hora a menos de 1h30min
- 1h30min a menos de 2 horas
- 2 horas ou mais
- Não aplicável – para indivíduos não praticam exercício físico ou esporte ou os praticam menos de uma vez por semana.

Anda a pé no trabalho

Indica se, no trabalho, o indivíduo anda muito a pé (variável P038), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não

- Não aplicável – para indivíduos não ocupados na semana de referência (variável E011 não preenchida).

Faz faxina/peso/ativ.pes trab

Indica se, no trabalho, o indivíduo faz atividades físicas pesadas (faxina pesada, carrega peso ou faz outra atividade pesada que requer esforço físico) (variável P039), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não
- Não aplicável – para indivíduos não ocupados na semana de referência (variável E011 não preenchida).

Freq faxina/peso/ativ.pes trab

Frequência semanal com que o indivíduo, no trabalho, faz atividades físicas pesadas (variável P03901), nas seguintes categorias:

- Nunca ou menos de uma vez por semana ou indivíduo não ocupado na semana de referência.
- 1 dia por semana
- 2 dias por semana
- 3 dias por semana
- 4 dias por semana
- 5 dias por semana
- 6 dias por semana
- 7 dias por semana

Duração fax/peso/ativ.pes trab

Duração das atividades físicas pesadas que o indivíduo faz no trabalho (variáveis P03902 e P03903), nas seguintes categorias:

- Menos de 1 hora
- 1 hora a menos de 2 horas
- 2 horas a menos de 4 horas
- 4 horas a menos de 6 horas
- 6 horas a menos de 8 horas
- 8 horas ou mais
- Não aplicável – para indivíduos não ocupados na semana de referência (variável E011 não preenchida) ou que não fazem atividade física pesada no trabalho.

Trajeta a pé/biciclet p/trab

Indica se o indivíduo, para ir ou voltar do trabalho, faz algum trajeto a pé ou de bicicleta (variável P040), nas seguintes categorias:

- Sim, todo o trajeto
- Sim, parte do trajeto
- Não
- Não aplicável – para indivíduos não ocupados na semana de referência (variável E011 não preenchida).

Duração traj a pé/bicic p/trab

Duração do trajeto de ida e volta ao trabalho, a pé ou de bicicleta (variáveis P04101 e P04102), nas seguintes categorias:

- Menos de 10 minutos
- 10 a menos de 20 minutos
- 20 a menos de 30 minutos
- 30 a menos de 40 minutos
- 40 a menos de 50 minutos
- 50 minutos a menos de 1 hora
- 1 hora ou mais
- Não aplicável – para indivíduos não ocupados na semana de referência (variável E011 não preenchida) ou que não fazem algum trajeto a pé ou de bicicleta para ir ou voltar do trabalho.

Freq desloc a pé/bicicl habit

Frequência semanal com que o indivíduo, nas suas atividades habituais (tais como ir a algum curso, escola ou clube ou levar alguém a algum curso, escola ou clube), faz alguma atividade que envolva deslocamento a pé ou bicicleta (variável P042), nas seguintes categorias:

- Nunca ou menos de uma vez por semana
- 1 dia por semana
- 2 dias por semana
- 3 dias por semana
- 4 dias por semana
- 5 dias por semana
- 6 dias por semana
- 7 dias por semana

Duração desloc a pé/bici habit

Duração do deslocamento a pé ou bicicleta em atividades habituais (variáveis P04301 e P04302), nas seguintes categorias:

- Menos de 10 minutos
- 10 a menos de 20 minutos
- 20 a menos de 30 minutos
- 30 a menos de 40 minutos
- 40 a menos de 50 minutos
- 50 minutos a menos de 1 hora
- 1 hora ou mais
- Não aplicável – para indivíduos que deslocamento a pé ou bicicleta em atividades habituais.

Faz esforço intenso ativ dom

Indica se o indivíduo, nas suas atividades domésticas, faz faxina pesada, carrega peso ou faz outra atividade pesada que requer esforço físico intenso (variável P044), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não

Freq esforço intenso ativ dom

Frequência semanal com que o indivíduo, nas suas atividades domésticas, faz faxina pesada, carrega peso ou faz outra atividade pesada que requer esforço físico intenso (variável P04401), nas seguintes categorias:

- Nunca ou menos de uma vez por semana
- 1 dia por semana
- 2 dias por semana
- 3 dias por semana
- 4 dias por semana
- 5 dias por semana
- 6 dias por semana
- 7 dias por semana

Duração esforç intens ativ dom

Duração da atividade doméstica pesada (variáveis P04402 e P04403), nas seguintes categorias:

- Menos de 30 minutos
- 30 minutos a menos de 1 hora
- 1 hora a menos de 2 horas
- 2 horas a menos de 4 horas
- 4 horas a menos de 8 horas
- 8 horas ou mais
- Não aplicável – para indivíduos que não fazem atividade doméstica pesada.

Tempo assistência televisão

Tempo médio diário de assistência à televisão (variável P045), nas seguintes categorias:

- Menos de 1 hora
- Entre 1 horas e menos de 2 horas
- Entre 2 horas e menos de 3 horas
- Entre 3 horas e menos de 4 horas
- Entre 4 horas e menos de 5 horas
- Entre 5 horas e menos de 6 horas
- 6 horas ou mais
- Não assiste televisão

Há lugar público p/ativ.física

Indica se, perto do domicílio do entrevistado, existe algum lugar público (praça, parque, rua fechada, praia) para fazer caminhada, realizar exercício ou praticar esporte (variável P046), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não

Conhece prog.públ.p/ativ.físic

Indica se o indivíduo conhece algum programa público no município de estímulo à prática de atividade física (variável P047), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não

Participa prog.públ.p/ativ.fís

Indica se o indivíduo participa de algum programa público no município de estímulo à prática de atividade física (variável P048), nas seguintes categorias:

- Sim
- Não
- Não aplicável – para indivíduos que não conhecem algum programa público de estímulo à atividade física.

Motivo prog.públ.p/ativ.fís

Principal motivo de não participar de algum programa público no município de estímulo à prática de atividade física (variável P049), nas seguintes categorias:

- Não é perto do domicílio
- Não tem tempo
- Não tem interesse nas atividades oferecidas
- O espaço não é seguro/iluminado
- Foi impedido de participar
- Problemas de saúde ou incapacidade física
- Outro
- Não aplicável – para indivíduos que não conhecem algum programa público de estímulo à atividade física ou que participam deste programa.