

# LIMITAÇÕES EM QUESTIONÁRIO QUE AVALIA NÍVEL DE ATIVIDADES FÍSICAS

Sandra Viana

Fotos: Pesquisador e divulgação



Daniel Santos Rocha

Mestrando em Educação Física pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA).

Pós-graduando em Fisioterapia Hospitalar e Terapia Intensiva, pós-graduando em Fisioterapia Cardiorrespiratória e em Docência no Ensino Superior.

Graduado em Fisioterapia pela Universidade Ceuma e técnico em Agroecologia, pelo Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia do Maranhão (IFMA).

Integra o Grupo de Pesquisa em Avaliação, Reabilitação Cardiovascular, Respiratória e Metabólica.

## O questionário se destaca como ferramenta para rastrear o sedentarismo

Um estudo financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa e ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico do Maranhão (Fapema) apresentou descobertas sobre a precisão do questionário de atividade física habitual. A pesquisa 'Avaliação da validade estrutural interna do questionário de atividade física habitual de Baecke', realizada pelo mestrando em Educação Física pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA), Daniel Santos Rocha, avaliou se a estrutura interna do questionário mensurava, de forma satisfatória, o nível de atividade física em adultos. A pesquisa recebeu Prêmio Fapema 2023, na categoria Jovem Cientista – Ciências da Saúde.

A avaliação do nível de atividade física é um item que contribui para a promoção e prevenção de problemas de saúde, sobretudo na atenção primária. O pesquisador destaca que esse instrumento já estava em uso no Brasil na avaliação de diabéticos e hipertensos. "Resolvemos validá-lo para avaliação da atividade física. Após análise estatística com base na literatura especializada em análises psicométricas, identificamos que o questionário apresentava estrutura inadequada e sugerimos a sua alteração com base em valores de ajustes apresentados pela literatura como satisfatório", pontuou Daniel Rocha.

Ao apresentar os resultados da pesquisa, ele destacou a importância de ferramentas confiáveis para avaliar o nível de atividade física. "O estudo avaliou as propriedades das medidas dos instrumentos

aplicados na avaliação subjetiva de variáveis, que são complexas para mensuração objetiva. A precisão desses instrumentos garante que as intervenções realizadas sejam adequadas e eficazes na promoção da saúde física e, sobretudo, essa avaliação é relevante na atenção primária, com o objetivo de prevenir problemas sérios de saúde", pontuou Daniel.

O questionário de Atividade Física Habitual (AFH) de Baecke teve sua origem na Holanda e foi publicado em 1982. Ele fornece três escores de atividades físicas dos últimos 12 meses, caracterizados por exercícios físicos, atividades ocupacionais, de lazer e locomoção. Considera-se atividade física habitual a soma total de atividades físicas e exercícios físicos. O estudo propôs melhorias no questionário com base em valores de ajustes já utilizados em outros instrumentos semelhantes.

O instrumento apresenta 16 itens, porém dois não estariam correlacionados bem com a medição da atividade física. Desse modo, foi proposta a exclusão desses dois itens, avaliada a nova estrutura – com 14 itens – e comparada com a original. "A partir dessa avaliação, o questionário, agora com 14 itens, apresentou uma melhor estrutura interna", afirmou.

Ao ser implementado nas redes de assistência primária, o questionário destaca-se como ferramenta para rastrear o sedentarismo, um importante fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis. Paralelamente, a falta de atividade física, combinada ao excesso de peso, aumenta o risco de complicações cardiovasculares e o desenvolvimento de doenças como diabetes e hipertensão. "Em outro contexto, avaliar a atividade física em indivíduos doentes permite intervenções específicas para frear o agravamento da doença. É promoção de qualidade de vida e redução de danos. E isso, para o Maranhão, é fundamental, em se tratando de uma população com hábitos sedentários", ressaltou.

## Formação ampliada

Daniel Rocha destacou que o estudo permitiu ampliar sua formação. Ele cursa mestrado no programa de pós-graduação em Educação Física da UFMA. "Estou dando continuidade às análises do mesmo questionário, agora com 14 itens, garantindo sua reprodutibilidade e consistência, a fim de, o mais breve possível, disponibilizá-lo à sociedade para aplicação na prática clínica", informou.

Ele também pontuou o significado do apoio da Fapema. "A instituição é fundamental em todo o processo de execução do trabalho. Um incentivo que vai muito além do finan-

ceiro. É um 'gás a mais' saber que somos reconhecidos como pesquisadores e que a nossa pesquisa pode mudar o rumo de tudo. Sempre me senti privilegiado em ser bolsista Fapema", afirmou.

A orientadora do estudo, Daniela Bassi Dibai, que tem pós-doutorado em Fisioterapia, explicou a importância da pesquisa para avaliar a validade da estrutura interna de um questionário e realizar checagem do cumprimento do que é proposto. "Ao citar que um questionário possui três domínios, devemos ter certeza se realmente há essa estrutura. Quando fazemos a avaliação, conseguimos identificar se este papel está sendo cumprido. Neste caso, em que o instrumento se propõe a avaliar o nível de atividade física, vamos constatar se isso será executado. Essas avaliações todas implicam na pontuação final do questionário, por isso devemos ter atenção a estes instrumentos e essa é a importância do trabalho", ressaltou.

O presidente da Fapema, Nordman Wall, elogiou a iniciativa do pesquisador e ressaltou a relevância do estudo para as ações de atenção básica em saúde no estado. "Ter ferramentas confiáveis para avaliar o nível de atividade física é um item fundamental na contribuição às políticas públicas e estratégias de promoção da saúde, especialmente considerando o impacto positivo na prevenção de doenças e na melhoria da qualidade de vida da população. A Fapema se orgulha em apoiar estudos que têm aplicação prática e impactam na sociedade", destacou.



Ter ferramentas confiáveis de avaliação é fundamental para a formulação de políticas públicas