

Kevin Cristian Moraes Henkemaier

acadêmico

“Estado civil e prática de atividade física em adultos brasileiros: revisão sistemática”

Título do trabalho

Trabalho de curso de graduação apresentado como requisito para obtenção de aprovação no respectivo componente da grade do curso de Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul
- *campus* Chapecó.

Orientador(a): Prof. Dr. Paulo Henrique de Araújo Guerra

Este trabalho de curso foi defendido e aprovado pela banca em: 28/06/2023

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Paulo Henrique de Araújo Guerra

Profa. Dra. Jane Kelly Oliveira Friestino

Profa. Ms. Leticia Aparecida Calderão Sposito

ESTADO CIVIL E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS BRASILEIROS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Kevin Cristian Moraes Henkemaier
Paulo Henrique Guerra

Resumo

Tendo como objetivo investigar as possíveis relações entre estado civil e a prática de atividade física entre adultos brasileiros, em novembro de 2021 foi conduzida uma revisão sistemática da literatura. Os artigos foram procurados em nove bases de dados eletrônicas (Academic Search Premier, Embase, Lilacs, Pubmed, Psycinfo, Scielo, Scopus, Sportdiscus e Web of Science), Google Acadêmico e em listas de referências, estabelecendo-se como critérios os estudos originais conduzidos no Brasil, envolvendo amostras de homens e mulheres acima de 18 anos, sem condições clínicas específicas e impeditivos para a prática de atividade física. Os estudos de interesse também deveriam conter análises com, pelo menos, três estratos de estado civil (e.g., solteiros, casados/com parceiro e separados/divorciados), sem objeções quanto aos domínios, tipos, instrumentos e pontos de corte de atividade física. Dos 12.978 registros iniciais, 21 artigos (17 estudos) responderam adequadamente aos critérios de inclusão foram encaminhados para a síntese. Das análises recuperadas, três estudos registraram menores níveis de atividade física no tempo livre entre pessoas “casadas/com parceiro” quando comparadas às pessoas solteiras. Dessa forma, faz-se necessário um olhar especial para o reconhecimento das barreiras para a atividade física entre essas populações, bem como sua adequada compreensão nas ações, estratégias e políticas públicas voltadas à promoção da atividade física.

Palavras-chave: Atividade física; Estado civil, Adultos; Brasil; Revisão

Abstract

Aiming to investigate the possible relationships between marital status and the practice of physical activity among Brazilian adults, in November 2021 a systematic review of the literature was conducted. The articles were searched in nine electronic databases (Academic Search Premier, Embase, Lilacs, Pubmed, Psycinfo, Scielo, Scopus, Sportdiscus and Web of Science), Google Scholar and in reference lists, establishing as criteria the original studies conducted in Brazil, involving samples of men and women over 18 years of age, without specific clinical conditions and impediments to the practice of physical activity. The studies of interest should also contain analyzes with at least three strata of marital status (e.g., single, married/with a partner and separated/divorced), without objections regarding domains, types, instruments and cutoff points of physical activity. Of the 12,978 initial records, 21 articles (17 studies) adequately responded to the inclusion criteria and were forwarded for synthesis. From the retrieved analyses, three studies recorded lower levels of physical activity in leisure time among “married/partnered” people when compared to single people. Thus, it is necessary to pay special attention to the recognition of the barriers to physical activity among these populations, as well as their proper understanding of actions, strategies and public policies aimed at promoting physical activity.

Keywords: Physical activity; Marital Status, Adults; Brazil; Revision

Introdução

Pelas suas relações diretas com o desenvolvimento humano¹ e, em particular, por conta dos seus impactos no processo de saúde e doença², a atividade física é tema de uma série de avanços científicos e institucionais, posicionando-se atualmente como uma das prioridades da agenda da saúde pública mundial³.

Contudo, sua promoção não é algo simples, pois trata-se de um comportamento complexo e multideterminado, que segue para além das questões individuais⁴. Por exemplo, estudos conduzidos no nível internacional sugerem que o estado civil é um determinante da atividade física, de modo que pessoas casadas, ou que possuem uma convivência pública, contínua e duradoura (ex.: união estável), apresentam menores níveis de atividade física quando comparadas às pessoas solteiras⁵⁻⁸.

Não diferentemente, pesquisas brasileiras também sugerem associações entre o estado civil e a prática de atividade física^{9,10}. Considerando-se que o Brasil é um polo de referência regional nos âmbitos científico e institucional relacionados ao tema¹¹, a identificação sobre as possíveis relações, bem como a compreensão de como elas podem impactar na prática de atividade física (ou na sua ausência) entre as distintas categorias de estado civil é importante para informar ações, estratégias e políticas públicas relacionadas ao tema.

Isso posto, o objetivo do presente estudo foi identificar e sumarizar as evidências nacionais que analisam as possíveis relações entre estado civil e a prática de atividade física.

Métodos

Esta é uma revisão sistemática da literatura, que faz parte de um projeto maior, intitulado “Determinantes motivacionais para a prática de atividade física em diferentes ciclos da vida: uma análise das evidências científicas”, aprovado e financiado pela Chamada CNPq/MS/SAPS/DEPROS N° 27/2020 – Eixo III – Fatores associados às doenças crônicas não transmissíveis – Linha 11 “Estudo de análise de evidências sobre os determinantes motivacionais para prática de atividade física” (n° do processo: 443193/2020-7).

Os critérios de inclusão da presente revisão foram definidos a partir dos domínios: (I) delineamento de estudo: artigos científicos originais, de delineamentos observacionais (ex. transversais e coortes), desenvolvidos no Brasil; (II) participantes: amostras mistas de homens e mulheres entre 18 e 60 anos de idade, sem condições clínicas específicas impeditivas para a prática de atividades físicas; (III) variável de exposição: estado civil, elegendo-se para a síntese apenas os estudos que adotaram pelo menos três categorias de estado civil, como “solteiros”, “casados/com parceiro” e “separados/divorciados/viúvos” e (IV) variável de desfecho: atividade física, sem restrições quanto aos domínios e tipos avaliados e instrumentos utilizados para a sua mensuração.

Mais especificamente, o item III pode ser justificado pelo reconhecimento de análises que investigaram eventuais diferenças entre dois estratos de estado civil (e.g., pessoas solteiras e demais estratos; ou casados e demais estratos). A fim de oferecer uma informação mais detalhada sobre eventuais diferenças sobre a prática de atividade física de acordo com o estado civil, optou-se por estudos que investigaram, pelo menos três estratos de estado civil, destacando-se solteiros, casados/com parceiro e

separados/divorciados e sem nenhuma restrição aos estudos que também agregaram estratos de viúvos à análise.

As buscas pelos artigos potenciais foram conduzidas em distintas fontes de informação. Aplicou-se buscas sistemáticas em nove bases de dados eletrônicas (Academic Search Premier, Embase, Lilacs, Pubmed, Psycinfo, Scielo, Scopus, Sportdiscus e Web of Science), partindo da estratégia desenvolvida para o Pubmed: (((physical activity[Title/Abstract] OR physically active[Title/Abstract] OR exercis*[Title/Abstract] OR motor behavior[Title/Abstract] OR active living[Title/Abstract] OR active transport[Title/Abstract] OR active commuting[Title/Abstract] OR inactivity[Title/Abstract] OR inactive[Title/Abstract] OR walk[Title/Abstract] OR walking[Title/Abstract] OR cycling[Title/Abstract] OR cycle[Title/Abstract] OR bike[Title/Abstract] OR biking[Title/Abstract] OR bicycle[Title/Abstract] OR bicycling[Title/Abstract]) AND (((determinants[Title/Abstract] OR correlat*[Title/Abstract]) OR (associat*[Title/Abstract]))) AND (brazil*[Title/Abstract])); no Google Acadêmico (considerando os 250 primeiros registros, ordenados por relevância) e por meio da leitura das listas de referências dos artigos avaliados pelos textos integrais. O projeto contempla artigos publicados até o dia 9 de novembro de 2021.

Operacionalmente, a pesquisa contou com o trabalho de três pesquisadores independentes para a avaliação dos títulos e resumos advindos das buscas sistemáticas e dois pesquisadores independentes para a avaliação dos registros do Google Acadêmico. Posteriormente, dez participantes, atuando também de forma independente, realizaram a leitura e a extração de dados dos textos integrais. A síntese da presente revisão foi elaborada por dois pesquisadores, a partir dos dados da planilha de extração do projeto, com particular interesse nas informações relacionadas à mensuração (ex.: instrumentos, forma de coleta), categorização (ex.: número de categorias, pontos de corte) e análises das variáveis estado civil e prática de atividade física.

Mais especificamente, sobre a análise, foram identificados os modelos utilizados (univariados, bivariados e multivariados), os grupos de referência, as medidas de efeito e a direção dos resultados (ex.: risco, proteção, ou estatisticamente nulos). Para evitar a superestimação dos dados, as sínteses da presente revisão foram compostas considerando todas as análises disponíveis, independente se univariadas, bivariadas e multivariadas.

Resultados

Ao todo, as buscas resultaram em 12.978 artigos potenciais. Após identificação e remoção dos registros duplicados, 6.937 artigos foram avaliados pelos seus títulos e resumos. Da avaliação de 643 textos integrais, 622 foram excluídos, tendo como principais motivos a ausência de análises relacionadas ao estado civil (n=562) e uso de até duas categorias de estado civil na análise (n=41). Dessa forma, a síntese da presente revisão contou com dados de 21 artigos científicos, que representam 17 estudos originais (Figura 1)¹²⁻³².

Na Tabela 1 são apresentadas as informações descritivas dos estudos incluídos. A síntese é composta por incluídos estudos que representam capitais e cidades do interior, a exceção do estudo “Projeto de Expansão e Consolidação da Saúde da Família – PROESF”, cujos artigos representam as regiões Nordeste e Sul¹⁴ e o estado do Pernambuco¹⁵. As coletas de dados ocorreram entre 2001¹⁷ e 2016³¹ e as amostras variaram entre 567¹⁶ e 8.063¹⁴ participantes.

As versões curta e longa do IPAQ foram os instrumentos mais utilizados para a mensuração da atividade física entre os estudos incluídos^{12,14-19,21-26,29-32} (Tabela 2). O

ponto de corte de ≥ 150 minutos semanais de atividade física foi o mais frequentemente adotado para ser considerado ativo^{12,14-17,19,21-24,27-32}. Todos os estudos conduziram análises de regressão para investigação das possíveis associações entre estado civil e prática de atividade física.

A Tabela 3 apresenta a síntese das análises realizadas com os gêneros agregados. Quando consideradas as análises multivariadas dos artigos que avaliaram três categorias (“solteiros”, “casados/com parceiro” e “separados/divorciados/viúvos”) podem ser destacados os achados de Florindo et al.¹², onde “separados/divorciados/viúvos” praticam mais atividade física nos contextos doméstico e total, de Bezerra et al.²⁷, onde “casados” praticam mais atividade física no contexto doméstico; Gomes et al.²⁸, onde “casados” e “viúvos” praticam menos atividades físicas no tempo livre que “solteiros” e em Florindo et al.³⁰, onde “solteiros” praticam menos ciclismo como forma de deslocamento quando comparados com casados/com parceiros.

Em relação às análises multivariadas de artigos que avaliaram quatro categorias (“solteiros”, “casados/com parceiro”, “separados/divorciados” e “viúvos”), destaca-se a evidência de Rodrigues et al.³¹, onde “casados/com parceiro” praticam menos atividade física que “solteiros” (Tabela 3).

Dos artigos que avaliaram os gêneros separadamente (Tabela 4), cabe destacar as evidências de Zanchetta et al.¹⁷, onde homens “solteiros” apresentam maior atividade física total em comparação com “casados/com parceiros” e mulheres “viúvas” apresentam menor atividade física quando comparadas com “casadas/com parceiros”.

Discussão

Tendo como objetivo investigar as possíveis associações entre o estado civil e a prática de atividade física em estudos brasileiros, a presente revisão traz como sua principal evidência o registro de menores níveis de atividade física no tempo livre entre pessoas “casadas/com parceiro” quando comparadas às pessoas solteiras^{17,28,31}.

Embora com tais evidências, seria inadequado, em nosso entendimento, passar a mensagem que o casamento, ou uma união estável, são fatores de risco para a prática de atividade física no tempo livre, pois a união entre pessoas carrega amplo significado e importância sociocultural, inclusive com o reconhecimento de impactos benéficos no bem-estar de pessoas casadas/com parceiros^{33,34}. Partindo-se desta premissa, nos parágrafos a seguir, serão compartilhadas algumas reflexões, no sentido de contextualizar o achado e sugerir possíveis caminhos para a promoção de atividades físicas entre pessoas casadas/com parceiros.

A primeira, relaciona-se à sustentação da atividade física longo da vida, assim como a transição entre os domínios os quais elas ocorrem. Mesmo com a maior propensão de adolescentes ativos tornarem-se adultos ativos³⁵, o ingresso na fase adulta geralmente acarreta modificações na rotina das pessoas, de alguma forma, reduzem o tempo livre. Entre tantas mudanças e atribuições da vida adulta, é importante ponderar que não é apenas o casamento/união estável que acarreta na redução da atividade física no tempo livre.

Complementarmente, cabe indicar a mudança nos domínios em que as atividades físicas são realizadas. Os estudos de Bezerra et al.²⁷ e Florindo et al.³⁰ sugerem maiores níveis de atividades físicas domésticas e como forma de deslocamento em relação aos solteiros, respectivamente. Contudo, a relativização da mudança destes domínios requer uma interpretação cuidadosa, do ponto de vista do alinhamento da promoção da atividade física em relação à promoção da saúde.

Uma vez que as atividades físicas realizadas no tempo livre refletem elementos importantes, como “oportunidade”, “sentido”, “gosto”, “prazer” e “fruição”, recomendamos que estas sejam prioridades nas ações, estratégias e políticas públicas relacionadas ao tema – em detrimento dos outros domínios, onde sua realização está mais relacionada às obrigações domésticas e/ou ocupacionais, ou mesmo dimensões mais amplas, como as socioeconômicas (ex. caminhar/pedalar para o trabalho por não ter condições de arcar com tarifas de transporte público) e de residência (ex.: caminhar parte do percurso para o trabalho, por não morar perto de um ponto/estação de transporte coletivo)³⁶.

Uma segunda reflexão, que nos parece ser um contraponto, é o reconhecimento dos menores níveis de atividade física em casados/com parceiro frente ao papel do suporte familiar, que é amplamente entendido e disseminado como facilitador para a prática de atividade física no tempo livre³⁷. Tal suporte é importante tendo em vista o envolvimento de elementos emocionais, informativos e instrumentais fornecidos pelas pessoas próximas, visando melhorar a autoeficácia e a confiança na própria capacidade de realizar a(s) atividade(s)³⁸. Por outro lado, cabe ponderar que o suporte familiar pode englobar uma estrutura maior, que para além do(a) cônjuge, também envolve outros membros do núcleo familiar.

Um terceiro ponto de reflexão está na diferença entre os gêneros, considerando-se estudos brasileiros que historicamente indicam maiores níveis de atividades físicas no tempo livre em homens³⁸, com determinantes diferentes para a prática. Na presente síntese, cinco estudos conduziram análises estratificadas por gênero^{16,17,20,24,25}, com indicação de diferenças, como maiores níveis de atividades físicas total e no tempo livre em homens solteiros, quando comparados com casados/com parceiros¹⁷ e menores níveis de atividade física total em mulheres viúvas, quando comparadas com as solteiras¹⁷. Futuros estudos podem aprofundar tais diferenças, em particular quanto às principais barreiras para a atividade física entre homens e mulheres casadas(os)/com parceira(o).

A presente revisão possui algumas limitações. O predomínio de análises transversais e utilização de questionários para a mensuração da atividade física reforçam a necessidade de cuidado na extrapolação da evidência, reconhecendo-se as limitações relacionadas ao delineamento e aos instrumentos. Complementarmente, também cabe indicar que nenhum dos artigos incluídos teve como objetivo específico analisar possíveis associações entre o estado civil e a prática de atividade física, não proporcionando um aprofundamento do tema na sua discussão. Por outro lado, como potencialidade, consideramos que uma síntese mais específica pode informar ações, estratégias e políticas públicas, sobretudo por considerar que o casamento (ou união estável) é um processo que faz parte da vida de muitas pessoas e, que, de alguma forma, está relacionado a um nível inferior de atividade física no tempo de lazer quando comparado com pessoas solteiras.

Conclusão

Dessa forma, a presente revisão traz como sua principal evidência o registro de menores níveis de atividade física no tempo livre entre pessoas “casadas/com parceiro” quando comparadas às pessoas solteiras. Dessa forma, faz-se necessário um olhar especial para o reconhecimento das barreiras para a atividade física entre essas populações, bem como sua adequada compreensão nas ações, estratégias e políticas públicas voltadas à promoção da atividade física.

Referências

1. Organização Mundial da Saúde. Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-por.pdf>.
2. Warburton DER, Bredin SSD. Health benefits of physical activity: a systematic review of current systematic reviews. *Curr Opin Cardiol*. 2017;32(5):541-556.
3. Organização Mundial da Saúde. Physical activity. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.
4. Bauman AE, Reis RS, Sallis JF, Wells JC, Loos RJ, Martin BW, et al. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet*. 2012;380(9838):258-71.
5. Puciato D, Rozpara M. Physical activity and socio-economic status of single and married urban adults: a cross-sectional study. *PeerJ*. 2021;9:e12466.
6. Werneck AO, Winpenny EM, Foubister C, Guagliano JM, Monnickendam AG, van Sluijs EMF, et al. Cohabitation and marriage during the transition between adolescence and emerging adulthood: A systematic review of changes in weight-related outcomes, diet and physical activity. *Prev Med Rep*. 2020;20:101261.
7. Hull EE, Rofey DL, Robertson RJ, Nagle EF, Otto AD, Aaron DJ. Influence of marriage and parenthood on physical activity: a 2-year prospective analysis. *J Phys Act Health*. 2010;7(5):577-83.
8. Rapp I, Schneider B. The impacts of marriage, cohabitation and dating relationships on weekly self-reported physical activity in Germany: a 19-year longitudinal study. *Soc Sci Med*. 2013;98:197-203.
9. Del Duca GF, Nahas MV, Garcia LM, Silva SG, Hallal PC, Peres MA. Active commuting reduces sociodemographic differences in adherence to recommendations derived from leisure-time physical activity among Brazilian adults. *Public Health*. 2016;134:12-7.
10. Schuch FB, Bulzing RA, Meyer J, López-Sánchez GF, Grabovac I, Willeit P, et al. Moderate to vigorous physical activity and sedentary behavior changes in self-isolating adults during the COVID-19 pandemic in Brazil: a cross-sectional survey exploring correlates. *Sport Sci Health*. 2022;18(1):155-163.
11. Tenório MCM, Coelho-Ravagnani C, Umpierre D, Andrade DR, Autran R, Barros MVG, et al. Physical activity guidelines for the Brazilian population: development and methods. *J Phys Act Health*. 2022;19(5):367-373.
12. Florindo AA, Guimarães VV, Cesar CL, Barros MB, Alves MC, Goldbaum M. Epidemiology of leisure, transportation, occupational, and household physical activity: prevalence and associated factors. *J Phys Act Health*. 2009;6(5):625-32.
13. Gomes MA, Duarte MFS, Pereira JS, Fernandes YR, Poeta LS, Borgatto AF. Inatividade física habitual e fatores associados em população nordestina atendida pela Estratégia Saúde da Família. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum* 2009;11(4):365-372.
14. Siqueira FV, Facchini LA, Piccini RX, Tomasi E, Thumé E, Silveira DS, et al. Atividade física em adultos e idosos residentes em áreas de abrangência de unidades básicas de saúde de municípios das regiões Sul e Nordeste do Brasil. *Cad Saude Publica*. 2008;24(1):39-54.
15. Alves JG, Siqueira FV, Figueiroa JN, Facchini LA, Silveira DS, Piccini RX, et al. Prevalência de adultos e idosos insuficientemente ativos moradores em áreas de unidades básicas de saúde com e sem Programa Saúde da Família em Pernambuco, Brasil. *Cad Saude Publica*. 2010;26(3):543-56.

16. Bicalho PG, Hallal PC, Gazzinelli A, Knuth AG, Velásquez-Meléndez G. Adult physical activity levels and associated factors in rural communities of Minas Gerais State, Brazil. *Rev Saude Publica*. 2010;44(5):884-93.
17. Zanchetta LM, Barros MBA, Cesar CLG. Inatividade física e fatores associados em adultos, São Paulo, Brasil. *Rev Bras Epidemiol*. 2010;13(13):387-99.
18. Alves JG, Figueiroa JN, Alves LV. Prevalence and predictors of physical inactivity in a slum in Brazil. *J Urban Health*. 2011;88(1):168-75.
19. Gomes GA, Reis RS, Parra DC, Ribeiro I, Hino AA, Hallal PC, et al. Walking for leisure among adults from three Brazilian cities and its association with perceived environment attributes and personal factors. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2011;8:111.
20. Silva SPS, Sandre-Pereira G, Salles-Costa R. Fatores sociodemográficos e atividade física de lazer entre homens e mulheres de Duque de Caxias/RJ. *Cien Saude Colet*. 2011;16(11):4491-501.
21. Pitanga FJ, Lessa I, Barbosa PJ, Barbosa SJ, Costa MC, Lopes AS. Fatores sociodemográficos associados aos diferentes domínios da atividade física em adultos de etnia negra. *Rev Bras Epidemiol*. 2012;15(2):363-75.
22. Pitanga FJ, Lessa I, Barbosa PJ, Barbosa SJ, Costa MC, Lopes AS. Factors associated with leisure time physical inactivity in black individuals: hierarchical model. *PeerJ*. 2014;2:e577.
23. Reis RS, Hino AA, Parra DC, Hallal PC, Brownson RC. Bicycling and walking for transportation in three Brazilian cities. *Am J Prev Med*. 2013;44(2):e9-17.
24. Sa TH, Salvador EP, Florindo AA. Factors associated with physical inactivity in transportation in Brazilian adults living in a low socioeconomic area. *J Phys Act Health*. 2013;10(6):856-62.
25. Teixeira I, Nakamura P, Smirmaul B, Fernandes R, Kokubun E. Fatores associados ao uso de bicicleta como meio de transporte em uma cidade de médio porte. *Rev Bras Ativ Fis Saude*. 2013;18(6):698-710.
26. Nakamura PN, Teixeira IP, Hino AAF, Kerr J, Kokubun E. Association between private and public places and practice of physical activity in adults. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 2016;18(3):297-310.
27. 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.
28. Gomes CS, Matozinhos FP, Mendes LL, Pessoa MC, Velasquez-Melendez G. Physical and social environment are associated to leisure time physical activity in adults of a Brazilian city: a cross-sectional study. *PLoS One*. 2016;11(2):e0150017.
29. 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.
30. Florindo AA, Barrozo LV, Turrell G, Barbosa JPDAS, Cabral-Miranda W, Cesar CLG, et al. Cycling for Transportation in Sao Paulo City: Associations with Bike Paths, Train and Subway Stations. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15(4):562.
31. Rodrigues DE, César CC, Kawachi I, Xavier CC, Caiaffa WT, Proietti FA. The influence of neighborhood social capital on leisure-time physical activity: a population-based study in Brazil. *J Urban Health*. 2018;95(5):727-738.
32. Rodrigues DN, Mussi RFF, Almeida CB, Nascimento Junior JRA, Moreira SR, Carvalho FO. Sociodemographic determinants associated with physical activity level of quilombolas in the Brazilian state of Bahia: 2016 survey. *Epidemiol Serv Saude*. 2020;29(3):e2018511.

33. Kiecolt-Glaser JK, Wilson SJ. Lovesick: How Couples' Relationships Influence Health. *Annu Rev Clin Psychol.* 2017;13:421-443.
34. Monden C. Partners in health? Exploring resemblance in health between partners in married and cohabiting couples. *Sociol Health Illn.* 2007;29(3):391-411.
35. Telama R. Tracking of physical activity from childhood to adulthood: a review. *Obes Facts.* 2009;2(3):187-95.
36. Brasil.
37. 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.
38. Barros MB, Iaochite RT. Autoeficácia para a prática de atividade física por indivíduos adultos. *Motricidade.* 2012;8(2):32-41.
39. Brasil. *Vigitel Brasil 2006-2021: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de prática de atividade física nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal entre 2006 e 2021: prática de atividade física.* Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_atividade_fisica_2006_2021.pdf

Figura 1. Fluxograma da revisão sistemática

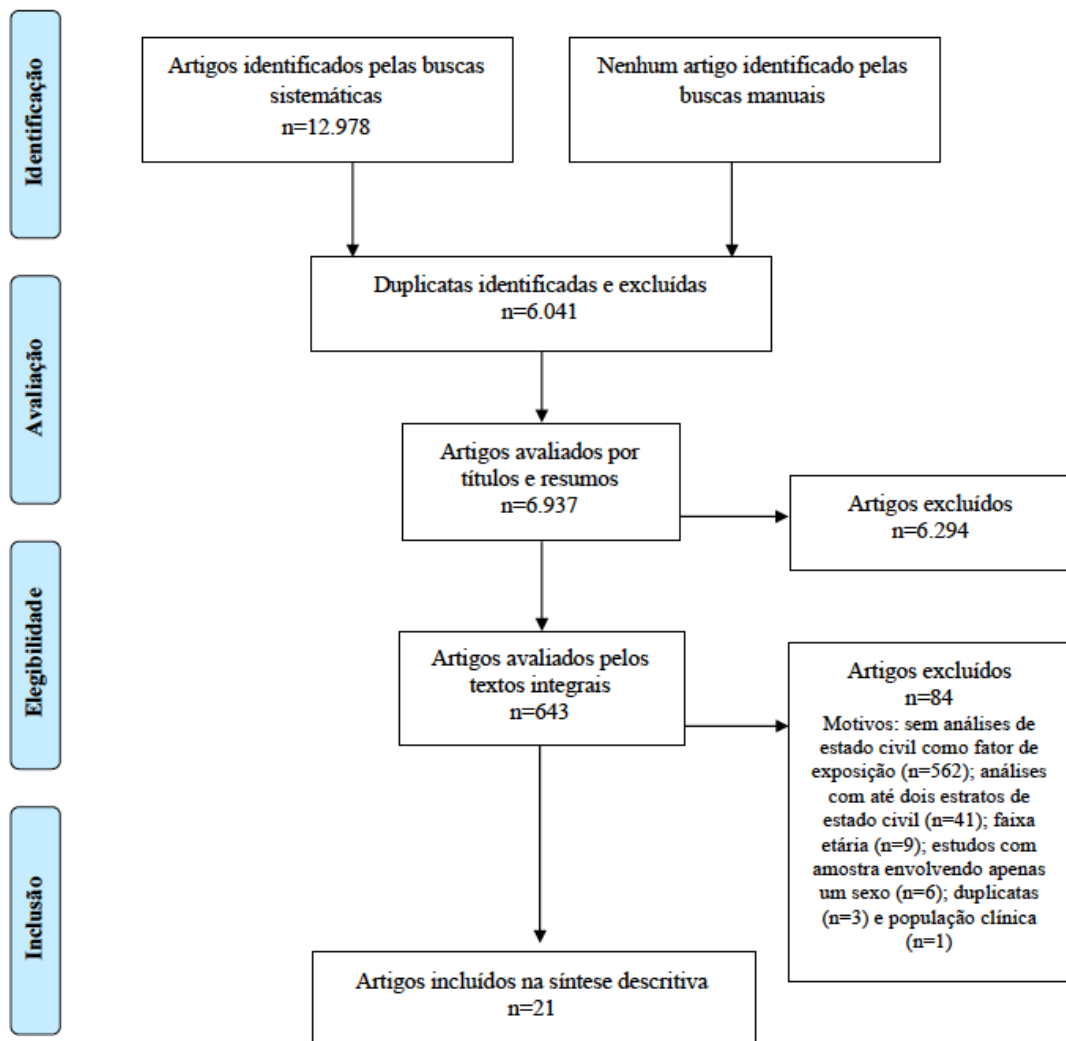


Tabela 1. Informações descritivas dos estudos incluídos

Referência	Local (ano da coleta)	Tamanho da amostra (%F)	Faixa etária (média de idade)
Florindo et al., 2009 ¹²	São Paulo-SP (2003)	1318 (51)	18–65 (18–29)
Gomes et al., 2008 ¹³	Guanambi-BA (2007)	711	20–69 (20–29)
Siqueira et al., 2008 ¹⁴ ; Alves et al., 2010 ^{15(a)}	Regiões Nordeste e Sul (Siqueira) e Pernambuco (Alves) (2005)	8063 (S); 2028 (A)	≥30 (30–40; 65–70)
Bicalho et al., 2010 ¹⁶	Caju e Virgem das Graças-MG (2008-9)	567 (51)	≥18 (31–45)
Zanchetta et al., 2010 ¹⁷	Campinas-SP, Botucatu-SP, São Paulo-SP, Itapeverica da Serra-SP, Embu-SP, Taboão da Serra-SP (2001-2)	2050	18–59 (nd)
Alves et al., 2011 ¹⁸	Recife-PE (nd)	1297	20–60
Gomes et al., 2011 ¹⁹	Curitiba-PR, Recife-PE e Vitória-ES (2007-9)	6166	≥16 (35–45)
Silva et al., 2011 ²⁰	Duque de Caxias-RJ (2005)	1246	≥18
Pitanga et al., 2012 ²¹ ; Pitanga et al., 2014 ^{22(b)}	Salvador-BA (2007)	2305	≥20 (20–39)
Reis et al., 2013 ²³	Curitiba-PR, Recife-PE e Vitória-ES (2008-9)	6166	≥18 (18–34)
Sa et al., 2013 ²⁴	São Paulo-SP (2007-8)	890	≥18 (18–39)
Teixeira et al., 2013 ²⁵ ; Nakamura et al., 2016 ^{26(c)}	Rio Claro-SP (2007-8)	1588	≥18 (46)
Bezerra et al., 2015 ²⁷	Vitória da Conquista-BA (2011)	797	≥18 (18–29)
Gomes et al., 2016 ²⁸	Belo Horizonte-MG (2008-10)	6034	≥18 (nd)
Florindo et al., 2017 ²⁹ ; Florindo et al., 2018 ^{30(d)}	São Paulo-SP (2014-15)	3145	≥18 (≥60)
Rodrigues et al., 2018 ³¹	Belo Horizonte-MG (2008-9)	2667	18–69 (41)
Rodrigues et al., 2020 ³²	Guanambi-BA (2016)	850	18–59 (34)

Legendas: a: dados da linha de base do projeto de expansão e consolidação da saúde da família (PROESF); b: dados do estudo de Salvador/Bahia (2007); c: dados do estudo de Rio Claro/São Paulo; d: dados do estudo Inquérito de saúde do município de São Paulo (ISA-São Paulo); IPAQ: Questionário Internacional de Atividade Física.; VIGITEL: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.

Tabela 2. Informações metodológicas dos estudos incluídos

Referências	Instrumentos utilizados para mensuração da atividade física (Período de referência)	Ponto de corte para ser considerado "ativo"
Florindo et al., 2009 ¹²	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Gomes et al., 2008 ¹³	Questionário de Baecke (último ano)	Terceiro e quarto quartis
Siqueira et al., 2008 ¹⁴ ; Alves et al., 2010 ^{15 (a)}	IPAQ – Curto (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Bicalho et al., 2010 ¹⁶	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Zanchetta et al., 2010 ¹⁷	IPAQ – Curto (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Alves et al., 2011 ¹⁸	IPAQ – Curto (última semana)	MET-minutos por semana de acordo com o método IPAQ MET-scoring, classificados em baixo, moderado e alto níveis de atividade física.
Gomes et al., 2011 ¹⁹	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Silva et al., 2011 ²⁰	QDE (últimos três meses)	Praticar algum tipo de atividade física
Pitanga et al., 2012 ²¹ ; Pitanga et al., 2014 ^{22 (b)}	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Reis et al., 2013 ²³	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Sa et al., 2013 ²⁴	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Teixeira et al., 2013 ²⁵ ; Nakamura et al., 2016 ^{26 (c)}	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 10 minutos semanais
Bezerra et al., 2015 ²⁷	Instrumento utilizado na Pesquisa Nacional de Saúde (última semana)	≥ 150 minutos semanais em cada domínio
Gomes et al., 2016 ²⁸	Instrumento utilizado no VIGITEL (últimos três meses)	≥ 150 minutos semanais em AF moderada ou ≥75 minutos semanais em AF vigorosa
Florindo et al., 2017 ²⁹ ; Florindo et al., 2018 ^{30 (d)}	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Rodrigues et al., 2018 ³¹	IPAQ – Longo (última semana)	≥ 150 minutos semanais
Rodrigues et al., 2020 ³²	IPAQ – Curto (última semana)	≥ 150 minutos semanais

Legendas: a: dados da linha de base do projeto de expansão e consolidação da saúde da família (PROESF); b: dados do estudo de Salvador/Bahia (2007); c: dados do estudo de Rio Claro/São Paulo; d: dados do estudo Inquérito de saúde do município de São Paulo (ISA-São Paulo);

IPAQ: Questionário Internacional de Atividade Física.; VIGITEL: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.

Tabela 3. Síntese das análises com gêneros agregados

Referências	Domínios/Tipos de atividade física	Solteiro	Casado/Com parceiro	Separado/Divorciado	Separado/Divorciado/Viúvo	Viúvo	Outros
3 categorias							
<i>Modelos Univariados e Bivariados</i>							
Bicalho et al., 2010 ¹⁶	deslocamento	–	–	na	na	na	–
	doméstico	↑	–	na	–	na	na
	tempo livre	↑	–	na	–	na	na
	ocupacional	–	–	na	na	na	–
Florindo et al., 2017 ²⁹	qualquer caminhada	no	–	na	–	na	na
	tempo livre ≥150 minutos semanais tempo livre	–	–	na	–	na	na
Gomes et al., 2009 ¹³	deslocamento e tempo livre	R	–	na	na	na	–
Pitanga et al., 2012 ²¹	deslocamento	R	–	–	na	na	na
	doméstico	R	–	–	na	na	na
	tempo livre	R	–	–	na	na	na
	ocupacional	R	–	–	na	na	na
	total	R	–	–	na	na	na
Alves et al., 2011 ¹⁸	total	–	R	na	na	–	na
<i>Modelos Multivariados</i>							
Florindo et al., 2009 ^{12 (a)}	deslocamento	R	–	na	–	na	na
	doméstico	R	–	na	↑	na	na
	tempo livre	R	–	na	–	na	na
	ocupacional	R	–	na	–	na	na
	total	R	–	na	↑	na	na
Pitanga et al., 2014 ^{22 (c)}	tempo livre	R	–	–	na	na	na
Bezerra et al., 2015 ^{27 (e)}	doméstico	R	↑	na	–	na	na
	tempo livre	R	–	na	–	na	na
	ocupacional	R	–	na	–	na	na
Gomes et al., 2016 ²⁸	tempo livre	R	↓	na	na	↓	na
Nakamura et al., 2016 ^{26 (f)}	caminhada no tempo livre	R	–	na	↑	na	na
	tempo moderada livre	R	–	na	–	na	na

	tempo vigorosa	livre	R	–	na	–	na	na
Florindo et al., 2018 ³⁰ (g)	ciclismo como forma de deslocamento	de ↓	R	–	na	–	na	na
Gomes et al., 2011 ¹⁹	caminhada tempo livre (b)	no	–	–	na	na	na	R
Reis et al., 2013 ²³ (d)	caminhada como forma de deslocamento	de –	–	–	na	na	na	R
	ciclismo como forma de deslocamento	de –	–	–	na	na	na	R
4 categorias								
<i>Modelos univariados e bivariados</i>								
Rodrigues et al., 2020 ³²			–	R	–	na	–	na
<i>Modelos multivariados</i>								
Rodrigues et al., 2018 ³¹ (i)	tempo livre		R	↓	–	na	–	na
Siqueira et al., 2008 ¹⁴ ; Alves et al., 2010 ¹⁵ (h)	total adultos ¹⁴		–	R	–	na	–	na
	total idosos ¹⁴		–	R	–	na	–	na
	total adultos ¹⁵		–	R	–	na	–	na
	total idosos ¹⁵		–	R	–	na	–	na

Legendas: a: ajustada por cor da pele, escolaridade, estado civil, idade e sexo; b: ajustada por autopercepção de saúde, escolaridade, estado civil, gênero, idade e IMC; c: ajustada por escolaridade, estado civil, idade, nível socioeconômico e sexo; d: ajustada por autopercepção de saúde, cidade de residência, escolaridade, estado civil, faixa etária, idade, IMC e sexo; e: ajustada por escolaridade, estado civil, faixa etária, segurança na vizinhança, sexo; f: ajustada por escolaridade, estado civil, faixa etária, IMC, quantidade de carros por domicílio e sexo; g: ajustada por atividade física no tempo livre, autopercepção de saúde, escolaridade, estado civil, faixa etária, hábito tabagista, obesidade, possuir bicicleta, possuir carro ou moto, sexo, situação empregatícia e tempo na mesma residência; h: ajustada por autopercepção de saúde, atividade física, cor da pele, escolaridade, estado civil, hábito tabagista, nível socioeconômico, prescrição da atividade física em consulta realizada no último ano, renda familiar, situação empregatícia e sexo; i: ; j: ajustada por escolaridade, faixa etária, renda familiar, situação empregatícia, ter religião; na: não aplicável; R: categoria de referência na análise

Tabela 4. Síntese das análises com gêneros em separado

Sexo	Domínios/tipos de atividade física	Solteiro	Casado/Com parceiro	Com parceiro	Separado/Divorciado	Separado/Divorciado/Viúvo	Viúvo	
3 categorias								
<i>Modelos Univariados e Bivariados</i>								
Bicalho et al., 2010 ¹⁶	homens	deslocamento	–	–	na	na	–	na
		doméstico	–	–	na	na	–	na
		tempo livre	↑	–	na	na	–	na
		ocupacional	–	–	na	na	–	na
	mulheres	deslocamento	–	–	na	na	–	na
		doméstico	↑	–	na	na	–	na
		tempo livre	–	–	na	na	–	na
		ocupacional	–	–	na	na	–	na
Sá et al., 2013 ²⁴	homens	deslocamento	R	–	na	na	–	na
	mulheres	deslocamento	R	–	na	na	–	na
Silva et al., 2011 ²⁰	homens	tempo livre	–	R	na	na	–	na
	mulheres	tempo livre	–	R	na	na	–	na
<i>Modelos Multivariados</i>								
Teixeira et al., 2013 ²⁵ (a)	homens	deslocamento	R	–	na	na	–	na
	mulheres	deslocamento	R	–	na	na	–	na
5 categorias								
<i>Modelos Multivariados</i>								
Zanchetta et al., 2010 ¹⁷ (b)	homens	tempo livre (univariado)	↑	R	–	–	na	–
		total (multivariado)	↑	R	–	↑	na	–
	mulheres	tempo livre (multivariado)	–	R	–	–	na	–
		total (univariado)	–	R	–	–	na	↓

Legendas: a: ajustada por escolaridade, estado civil, faixa etária, IMC; b: ajustada por cor da pele, escolaridade, estado civil, religião, renda, possuir carro, situação empregatícia,