



# Relação entre tipos de trabalho e comportamento sedentário

## AUTORES

Adriano Cañete Avalos  
Pedro Iago de Almoço Bernardes  
Fabiana Maluf Rabacow

Universidade Católica Dom Bosco, Campo Grande,  
Mato Grosso do Sul, Brasil.

## CONTATO

[adrianoavalosprof@gmail.com](mailto:adrianoavalosprof@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):2

**Resumo:** Comportamento sedentário é o termo atribuído às atividades realizadas na posição sentada ou deitada, gasto energético que não ultrapassa os níveis de repouso, sendo associados a algumas doenças crônicas e mortalidade. Este trabalho teve como objetivo descrever os níveis de comportamento sedentário em trabalhadores de diferentes setores de uma instituição de ensino superior. Foi realizado um estudo de corte transversal. A amostra foi composta por colaboradores de setores administrativo, operacional (limpeza e manutenção) e docentes. Foi enviado um questionário eletrônico com questões sócio demográfica e comportamento sedentário, que foi medido por tempo de televisão no tempo livre e tempo em computador, tablet e celular no tempo livre (não foi considerado o tempo de uso para trabalho). Esta pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisas com seres humanos. Responderam ao questionário 379 trabalhadores, de ambos os性os, com idade média de 39 ( $\pm 11,6$ ) anos sendo a maioria do sexo feminino (70%). O tempo de televisão superior a 3 horas por dia foi presente em 10,3% dos avaliados, sendo que esse tempo foi maior nos trabalhadores do setor operacional e menor em professores ( $p < 0,05$ ). Já o uso de tela (computador, tablets e celular) superior a 3 horas por dia no tempo livre foi frequente em 25,5% da amostra, sendo que esse tempo foi maior nos trabalhadores de setores administrativos. Os resultados encontrados indicam influência de fatores sociais nos determinantes da saúde, sendo que esse fator deve ser levado em consideração nos programas de promoção da saúde dessa população.

**Palavras-chave:** comportamento sedentário; Trabalhadores; Tipos de trabalho.

**Apoio:** Bolsista Universidade Católica Dom Bosco (UCDB)



Este obra está licenciado com uma Licença  
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-  
Compartilhável 4.0 Internacional.



## XII CBAFS