

PAULA CASALINI DOMINGUES

**ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL, SINTOMAS DEPRESSIVOS E DOENÇAS AUTO-  
RELATADAS EM IDOSOS DA COMUNIDADE**

Campinas

2008

PAULA CASALINI DOMINGUES

**ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL, SINTOMAS DEPRESSIVOS E DOENÇAS AUTO-  
RELATADAS EM IDOSOS DA COMUNIDADE**

Dissertação de Mestrado apresentada à Comissão de  
Pós-Graduação da Faculdade de Ciências Médicas  
da Universidade Estadual de Campinas, como parte  
dos requisitos para a obtenção do título de Mestre  
em Gerontologia.

Orientadora: Profa. Dra. Anita Liberalesso Neri

Campinas

2008

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA  
BIBLIOTECA DA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA UNICAMP**

Bibliotecário: Sandra Lúcia Pereira – CRB-8ª / 6044

D713a Domingues, Paula Casalini  
Atividade física habitual, sintomas depressivos e doenças e auto-relatadas em idosos da comunidade / Paula Casalini Domingues.  
Campinas, SP : [s.n.], 2008.

Orientador : Anita Liberalesso Neri  
Dissertação ( Mestrado ) Universidade Estadual de Campinas.  
Faculdade de Ciências Médicas.

1. Atividade física em idosos. 2. Depressão em idosos. 3.  
Capacidade funcional. I. Neri, Anita Liberalesso. II. Universidade  
Estadual de Campinas. Faculdade de Ciências Médicas. III. Título.

**Título em inglês : Physical activities, depressive symptoms and self reportes illness among community dwelling elderly**

**Keywords:** • Physical activities in elderly  
• Depression in elderly  
• Functional capacity

**Titulação: Mestre em Gerontologia**  
**Área de concentração: Gerontologia**

**Banca examinadora:**  
**Profa. Dra. Anita Liberalesso Neri**  
**Profa. Dra. Maria Elena Guariento**  
**Prof. Dr. Alex Antônio Florindo**

**Data da defesa: 03 - 09 - 2008**

## Banca Examinadora da Dissertação de Mestrado

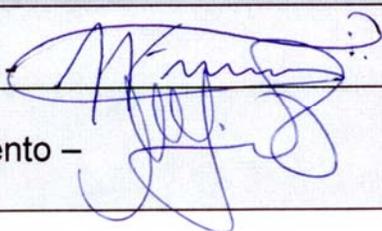
Paula Casalini Domingues

Orientadora: Profa. Dra. Anita Liberalesso Neri



### Membros:

1. Prof. Dr. Alex Antônio Florindo



2. Profa. Dra. Maria Elena Guariento –

Curso de pós-graduação em Gerontologia da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas.

Data: 03/09/2008

## **DEDICATÓRIA**

Para meus pais, Teresa e Pepe, seres humanos admiráveis, pelos maiores e melhores ensinamentos da minha vida: amor, respeito, perseverança, sinceridade, honestidade, educação e companheirismo. Obrigado Sempre!

## AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer primeiramente a Deus, que comanda e ilumina minha vida.

À querida Professora Dra. Anita, pela eterna paciência e amor com que realiza seu trabalho; pela delicadeza e carinho em tudo o que faz; pelos ensinamentos que me foram transmitidos, e, principalmente, por contribuir para meu crescimento como pesquisadora, profissional, mulher, amiga, irmã, mãe.... Obrigada Sempre!

Ao CAPES, pela bolsa de estudos concedida e pelo apoio à pesquisa no Brasil.

Aos professores Dr. Alex Antônio Florindo e Dra. Maria Elena Guariento, pelas sugestões valiosas, pela contribuição e pela disponibilidade em participar de minha banca examinadora.

À minha família maravilhosa que sempre incentivou meus projetos. Aos meus pais, pela paciência e doação. À minha irmã Patrícia pelo companheirismo inigualável e pelas incansáveis “idas e vindas”. Às queridas avós, Dinorah e Santa, pelo exemplo de vida que demonstram aos que as rodeiam. Ao Cleber pela exatidão da palavra certa na hora certa, pelo apoio, compreensão e incentivo.

Aos idosos do grupo da Melhor Idade “Flor da Montanha” pela disponibilidade e alegria com que me receberam motivo pelo qual me apaixonei ainda mais pela gerontologia.

Aos professores, secretárias e colegas “especiais” do mestrado, pelas experiências compartilhadas, sugestões e oportunidade de enriquecimento no campo da gerontologia. Às amigas Fabiana e Denise, que foram simplesmente essenciais.

Aos meus pacientes, pela compreensão.

Às professoras da graduação: Mônica Inoue e Michele Ferrer, por despertarem em mim o interesse pela gerontologia e pela pesquisa.

A todas as pessoas que compreenderam minhas ausências e alimentaram meus sonhos, Muito Obrigada!

*O que vale na vida não é o ponto de partida e sim a caminhada.  
Caminhando e semeando, no fim terás o que colher.*

**Cora Coralina**

## SUMÁRIO

LISTA DE FIGURAS E TABELAS.....	xvii
LISTA DE ANEXOS.....	xxi
RESUMO.....	xxiii
ABSTRACT.....	xxv
INTRODUÇÃO.....	27
Depressão na Velhice.....	28
Atividade Física na Velhice.....	34
Atividade Física e Sintomas Depressivos.....	44
Justificativa.....	51
Objetivos.....	53
MATERIAIS E MÉTODOS.....	55
Contexto.....	55
Participantes.....	56
Instrumentos.....	59
Procedimento.....	63
Aspectos éticos.....	64
RESULTADOS.....	65
Doenças Auto-Relatadas.....	65
Atividades Físicas Habituais.....	67

Sintomas depressivos.....	71
Relações conjuntas entre as variáveis.....	75
DISCUSSÃO.....	79
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	95
ANEXOS.....	103

## LISTA DE FIGURAS E TABELAS

Figura 1. Distribuição da amostra por gênero.....	57
Figura 2. Distribuição da amostra por faixa etária.....	57
Figura 3. Distribuição da amostra por estado civil.....	57
Figura 4. Distribuição da amostra por escolaridade.....	57
Figura 5. Distribuição da amostra por renda individual mensal, em salários mínimos.....	58
Figura 6. Distribuição da amostra segundo o tempo de frequência no grupo da terceira idade.....	58
Figura 7. Doenças auto-relatadas pela amostra.....	66
Figura 8. Sinais e sintomas auto-relatados pela amostra.....	66
Figura 9. Número de praticantes em cada modalidade esportiva mencionada pelos idosos.....	68
Figura 10. Atividades de lazer realizadas na amostra e o número de idosos em cada atividade.....	68
Figura 11. Distribuição dos escores de trabalhos domésticos entre homens e mulheres.....	69
Figura 12. Classificação dos três níveis de atividade física entre os sujeitos da amostra segundo as faixas de idade.....	70
Figura 13. Distribuição dos escores do domínio das atividades esportivas às idades.....	70
Figura 14. Distribuição da pontuação total em atividades física habituais às idades.....	71
Figura 15. Frequência de doenças entre os idosos sem e com sintomas depressivos.....	72
Figura 16. Frequência de sintomas auto-relatados nos grupos com e sem sintomas depressivos.....	73
Figura 17. Distribuição das médias em número de doenças, atividades esportivas e atividade física habitual total (escore total do QBMI) entre os idosos agrupados conforme o nível de atividade física.....	74

Figura 18. Escores médios na CES-D conforme o número de doenças auto-relatadas.....	75
Figura 19. Distribuição dos sujeitos de acordo com os níveis de atividade física nos grupos estabelecidos pela análise de conglomerados.....	76
Figura 20. Distribuição do escore total em atividade física habitual avaliada pelo QBMI nos dois grupos resultantes da análise de conglomerados.....	76
Tabela 1. Análise de regressão logística multivariada para sintomas depressivos.....	77

## LISTA DE ANEXOS

ANEXO 1 - Análise descritiva das variáveis categóricas e numéricas da amostra.....	103
ANEXO 2 - Ficha de Identificação dos Sujeitos.....	107
ANEXO 3 - Questionário de Doenças e de Sinais e Sintomas Auto-Relatados.....	109
ANEXO 4 - Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D).....	111
ANEXO 5 - Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI).....	113
ANEXO 6 - Códigos da Intensidade – Para Cálculo da Pontuação do QBMI.....	115
ANEXO 7 - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	117
ANEXO 8 - Análise comparativa das principais variáveis entre os com e sem sintomas depressivos.....	119
ANEXO 9 - Análise de Correlações entre as principais variáveis numéricas – na amostra geral, por gênero e por faixa etária.....	123
ANEXO 10 - Análise comparativa dos escores do QBMI e da CES-D entre os níveis de atividade física e entre o número de doenças.....	125
ANEXO 11 - Análise de Conglomerados (Cluster Analysis).....	127
ANEXO 12 – Comparação das variáveis do QBMI categorizadas pelos tercís entre os com e sem sintomas depressivos.....	129

Domingues PC. **Atividade física habitual, sintomas depressivos e doenças auto-relatadas em idosos da comunidade.** Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas, Dissertação de Mestrado em Gerontologia, 2008, 129 págs.

## RESUMO

**Objetivos.** Analisar as relações entre os tipos e o nível de atividade física nos últimos doze meses, doenças e sintomas auto-relatados e sintomas depressivos em idosos de diferentes faixas de idade e renda recrutados em centro de convivência. **Materiais e métodos.** Foram recrutados 144 idosos (60 a 90 anos, M= 71,2 e DP= 6,65) freqüentadores de um centro de convivência. Os dados foram coletados por meio de uma ficha de identificação sociodemográfica, de um questionário sobre doenças e sintomas auto-relatados, da Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D, Radloff, 1977; Batistoni et al., 2007), e do Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI, Voorrips et al., 1991; Mazo et al., 2001). **Resultados:** A prevalência de sintomas depressivos foi de 33,3%; 49,3% dos idosos relataram ter três ou mais doenças e 43,7% eram ativos, segundo os critérios do American College of Sports Medicine. O grupo de 60 a 69 anos apresentou maior freqüência de ativos, escores mais altos no QBMI e no domínio atividades esportivas. Os sedentários apresentaram maior número de doenças e menores pontuações em esportes e em atividades físicas habituais. Os idosos que pontuaram acima da nota de corte (> 11) para sintomas depressivos apresentaram maior número de doenças, maior freqüência de depressão e maior número sintomas somáticos auto-relatados. Os sujeitos com maior número de doenças apresentaram escores mais altos na CES-D. A análise multivariada apontou que os fatores preditivos de sintomas depressivos foram: ter entre 60 e 69 anos, apresentar escore intermediário e baixo em atividades esportivas e relatar três ou mais doenças. Análise de conglomerados mostrou um grupo composto por idosos mais ativos e saudáveis e menos deprimidos, e um outro com os sedentários, menos saudáveis e mais deprimidos. **Conclusão:** Existem relações recíprocas entre as variáveis estudadas.

**Palavras-Chave:** Idosos, Atividade física, Depressão, Comorbidades, Capacidade funcional.

Domingues PC. **Physical activities, depressive symptoms and self reported illnesses among community dwelling elderly.** Master dissertation in Gerontology, School of Medical Sciences, State University of Campinas, Brazil, 2008, 129 págs.

## ABSTRACT

**Objectives.** This study was aimed at investigating relationships between types and levels of physical activities performed during the last 12 months, self-reported illnesses, symptoms and depressive symptoms among community dwelling elderly. **Methods.** 144 participants aged 60 to 90 (M = 71,2; DP = 6,65) were recruited in a leisure and educational center attended by older people. Data were collected with aid of a socio-demographic questionnaire, another asking about self-reported illnesses and symptoms, and with the Brazilian versions of the Center for Epidemiological Survey – Depression -, and the Modified Baecke for Older Adults. The criteria of the American College of Sports Medicine were used to classify the participants as physically active or sedentary. **Results:** The prevalence of depressive symptoms was 33,3%; 49,3% of the participants reported three or more illnesses; 43,7% were physically active. Those aged 60 to 69 were more physically active and scored higher than the sedentary did in global habitual physical activities and sports. The sedentary showed higher co-morbidity and the lowest scores in sports and habitual physical activities. Those that scored above the cut-score to depressive symptoms (> 11) reported more illnesses, depression and somatic symptoms; those with higher co-morbidity showed the highest scores in the CES-D. Multivariate analysis of regression showed that the main predictors of depressive symptoms were: being aged 60 to 69, intermediate or low scores in sport activities and three or more self-reported illnesses. Cluster analysis showed a group composed by the more active and healthy and less depressed and another by the sedentary, less healthy and more depressed participants. **Conclusion:** Data are suggestive that there exist reciprocal relationships among these variables in old age.

**Palavras-chave:** Old people, physical activity, depression, comorbidity, functional ability.

## INTRODUÇÃO

O estado geral de saúde é um aspecto especialmente relevante, quando se trata da qualidade de vida dos idosos. Engloba aspectos da saúde física e mental, em interação com fatores ambientais. A forma como cada indivíduo se adapta às mudanças físicas, intelectuais e sociais determinará um envelhecimento saudável ou com dificuldades. O envelhecimento normal implica em mudanças físicas, tais como redução da visão, da audição, da força muscular e da flexibilidade, intelectuais como as perdas em memória episódica e em atenção seletiva, e sociais, tais como a perda de papéis sociais. Somadas a eventos como solidão, aposentadoria e morte de amigos e familiares e agravamento de doenças crônicas, tais mudanças podem desencadear um desequilíbrio na saúde mental.

Na velhice ocorre maior prevalência de doenças crônicas, como a hipertensão arterial sistêmica, o infarto agudo do miocárdio, a diabetes, a osteoporose, entre outras, que apresentam forte associação com a incapacidade funcional. O declínio da capacidade funcional, intimamente associado à perda da independência para atividades de vida diária é um fator contribuinte para a depressão.

O exercício físico regular, ou atividade física realizada de forma estruturada e planejada, é reconhecido como importante à manutenção da saúde global e à prevenção de doenças. Promove melhora do bem-estar físico, por meio do aprimoramento de habilidades e capacidades motoras e da atuação sobre a regulação hormonal; bem-estar psicológico, exemplificado por controle do estresse, da ansiedade e da depressão e bem-estar social, relacionado com os efeitos do aumento e da melhora da qualidade das interações sociais.

Além do exercício físico, outros níveis de atividade física podem influenciar a saúde física e psicológica dos indivíduos. No que diz respeito aos idosos, é importante investigar como as atividades do dia-a-dia e do lazer podem favorecer respostas mais adaptativas no âmbito psicológico, especialmente as relativas ao equilíbrio do humor. Este trabalho busca compreender se as atividades físicas habituais podem contribuir para a redução da sintomatologia depressiva em idosos, variável esta considerada como indicadora de adaptação.

Este texto é dedicado à conceituação da depressão e de atividades físicas habituais, à análise das relações entre essas variáveis e de ambas com a saúde física e a funcionalidade. Serão apresentados instrumentos que se prestam à sua avaliação. Estudos selecionados da literatura especializada serão apresentados para ilustrar essas relações e justificar a realização de uma investigação sobre elas em idosos brasileiros recrutados em centro de convivência.

## **Depressão na Velhice**

A depressão é um distúrbio afetivo ou do humor, de natureza multifatorial, envolvendo aspectos biológicos, psicológicos e sociais (Gordilho, 2002). Pode ocorrer em qualquer idade e seu impacto sobre o bem-estar e a funcionalidade do indivíduo pode ser maior ou menor, dependendo da etiologia, da duração, da intensidade e do padrão de recorrência dos distúrbios. Carvalho e Fernandez (2002) afirmam que a doença apresenta repercussões sociais e individuais, que afetam o convívio social por impossibilitar uma rotina de vida satisfatória e expõem o indivíduo aos riscos de morbidade e cronicidade.

Na explicação da etiologia da depressão são feitas distinções entre fatores biológicos, genéticos, psíquicos, sociais, econômicos e culturais, embora se leve em conta a interação entre eles, na explicação do surgimento do transtorno. (Kaplan et al., 1997; Forlenza, 2000; Carvalho e Fernandez, 2002). A depressão está associada a respostas mal adaptativas no âmbito da saúde física, cognitiva e social. Tem efeitos sobre a dor, a incapacidade, a imunidade, o nível de atividade e de alerta, os estados emocionais, a motivação para os comportamentos, a responsividade ao ambiente e as crenças sobre as contingências, motivos pelos quais tem amplos efeitos sobre o funcionamento global das pessoas.

A detecção da depressão em indivíduos e em populações e o diagnóstico clínico da moléstia são tarefas distintas. No primeiro caso utilizam-se escalas de rastreio. No segundo são usadas entrevistas clínicas que avaliam a duração, a continuidade e a intensidade dos sintomas psicológicos e somáticos, as comorbidades, dores e incapacidades associados, a presença de eventos estressantes ou de alterações significativas no ambiente e descartam a presença de outras

alterações que podem ser responsáveis pelos distúrbios de humor e de comportamento característicos da depressão.

O diagnóstico da depressão é difícil. Têm-se usado os critérios diagnósticos do *DSM IV* (Manual de Diagnóstico Estatístico dos Transtornos Mentais – 4ª edição) ou do *CID* (Código Internacional de Doenças), que consideram os transtornos afetivos como um grupo de entidades distintas. O *DSM IV* considera os critérios de duração (pelo menos duas semanas) e a frequência dos sintomas (pelo menos quatro), não levando em conta a importância de fatores precipitantes ou causais. O manual caracteriza o *episódio depressivo maior* como humor deprimido ou perda de interesse em quase todas as atividades por pelo menos duas semanas e no mínimo mais quatro sintomas entre os seguintes: alterações no apetite, sono e atividade psicomotora; diminuição da energia; sentimento de desvalia ou culpa; dificuldade para se concentrar e ideação suicida. Com base no *episódio depressivo maior*, o *DSM IV* categoriza depressão em *transtorno depressivo maior*, *transtorno distímico* e *transtorno depressivo sem outra especificação*.

O *transtorno depressivo maior* é caracterizado por um ou mais episódios depressivos maiores. O *transtorno distímico* caracteriza-se por pelo menos dois anos de humor deprimido na maior parte do tempo, acompanhado de sintomas depressivos adicionais que, porém, não satisfazem critérios para serem classificados como episódio depressivo maior. O *transtorno depressivo sem outra especificação* caracteriza-se por não satisfazer critérios para transtorno depressivo maior ou transtorno distímico. Neste inclui-se o *transtorno depressivo menor* (sintomas depressivos por no mínimo duas semanas, porém com menos do que quatro dos critérios exigidos para o diagnóstico de transtorno depressivo maior).

Os idosos são relativamente mais vulneráveis a fatores de risco para depressão sendo que em nenhuma outra fase da vida coincidem tão frequentemente eventos de vida estressantes e redução global das perspectivas sociais, declínio da saúde e perdas acumulativas. Como os sintomas depressivos com frequência aparecem sobrepostos às mudanças do processo de envelhecimento normal ou cursam com algumas doenças típicas do envelhecimento, é comum serem minimizados pelos pacientes, familiares e profissionais (Forlenza, 2000).

A depressão é a segunda desordem psiquiátrica mais comum em idosos, depois da demência (Wetterling e Junghanns, 2004). No município de São Paulo 18,1% da população

apresenta sintomatologia depressiva, sendo 12,7% homens e 22% mulheres. Os idosos com idade entre 60 e 74 anos apresentam maior prevalência de depressão (19,5%) do que o grupo de 75 anos e mais (13%); 15,69% dos indivíduos de 60 a 74 anos e 10,38% do grupo de 75 anos e mais apresentam depressão leve. Para depressão grave, a prevalência foi menor para ambos os grupos (3,85% para o grupo de 60 a 74 anos e 3,58% para o grupo de 75 anos e mais). A depressão leve ou grave é mais comum em mulheres do que em homens, em todas as idades (Cerqueira, 2003). A respeito desses dados Kaplan et al. (1997) afirmam que, independentemente do país ou cultura, a prevalência da depressão é duas vezes maior no sexo feminino.

A explicação da predominância da depressão em mulheres pode residir em questões metodológicas (as mulheres relatam mais sintomas do que os homens); aspectos psicopatológicas, (as mulheres são mais vulneráveis e expostas a fatores etiológicos); e sociais (os papéis sociais femininos são mais conflitantes e sem reconhecimento). Além disso, as mulheres são mais expostas a condições socioeconômicas desfavoráveis (baixo nível de escolaridade e renda e situação profissional precária), que se associam à presença de depressão (Beekman<sup>1</sup> et al., 1999).

Os sintomas depressivos apresentados por idosos são caracterizados por aspectos clínicos particulares e incomuns em comparação com a depressão apresentada por indivíduos mais jovens. Em decorrência das comorbidades associadas ao envelhecimento, os idosos apresentam mais manifestações somáticas, comportamentais e motivacionais (Batistoni et al., 2007) do que a população mais jovem (Silveira e Jorge, 2000). As principais queixas de idosos deprimidos são: de natureza somática, dores crônicas e distúrbios do sono e do apetite (Stoppe Jr. et al., 1994).

A redução no nível de atividade física que ocorre com a avançar dos anos favorece a limitação funcional e esta contribui para o surgimento da depressão. Em um estudo longitudinal de seis anos, Cronin-Stubbs et al. (2000) observaram os efeitos dos sintomas depressivos no curso da incapacidade física de 3434 sujeitos com 65 anos e mais. A probabilidade de se tornarem incapazes aumentou de acordo com o aumento do número de sintomas depressivos. Nas

---

<sup>1</sup> Beekman et al. *apud* Cerqueira ATAR. Deterioração cognitiva e depressão. In: Lebrão ML, Duarte YAO, org. **SABE- Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento – O Projeto SABE no Município de São Paulo: Uma Abordagem Inicial**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2003. p.143-65.

mulheres, o risco de incapacidade foi maior; para cada ano adicional de idade, a probabilidade de se tornar incapaz cresceu 9%. Os sintomas depressivos leves foram associados à maior probabilidade de tornar-se incapaz, independentemente de idade, sexo, escolaridade, índice de massa corporal e condições crônicas de saúde.

Outro aspecto relevante quando se trata de depressão na velhice é a presença de comorbidade, que possibilita uma gama de interações entre diversas enfermidades e resulta em repercussões físicas e psicossociais. A literatura tem relatado associação entre os sintomas depressivos e o número de doenças crônicas. Duarte e Rego (2007) estudaram a associação entre depressão e doenças crônicas em um ambulatório de Geriatria e encontraram associação positiva entre depressão e presença de três ou mais doenças crônicas. Lampinem et al. (2000), em um estudo de acompanhamento longitudinal de oito anos, verificaram que relatar três ou mais condições crônicas significou quatro vezes mais risco para apresentar depressão. Strawbridge et al. (2002) observaram que sujeitos com uma ou mais condições crônicas de saúde apresentaram maior frequência de depressão do que os indivíduos sem nenhuma doença crônica.

Apesar de se tratar de uma doença de forte impacto na qualidade de vida dos idosos, somente uma minoria tem a depressão diagnosticada e tratada de forma satisfatória nos serviços primários de saúde. Segundo Blazer e Koenig (1999), a dificuldade em identificar os casos de depressão em idosos pode ser explicada por fatores como: presença de doenças físicas ou variações clínicas da depressão; falta de ajustamento das categorias do *CID* ou do *DSM IV* em relação aos sintomas relatados por pacientes idosos e o fato de algumas queixas atribuídas ao envelhecimento constarem no repertório de sintomas depressivos.

Algumas variações clínicas da depressão podem aparecer em qualquer faixa etária, mas são mais prevalentes na velhice. São elas: a *depressão mascarada*, a *pseudodemência depressiva* e a *depressão delirante* (Miguel e Almeida, 2000):

- Na *depressão mascarada*, o idoso pode negar que esteja deprimido e não apresentar queixa de tristeza ou depressão. A doença pode confundir-se com sintomas somáticos tais como dor crônica, distúrbios gastrointestinais, pulmonares ou cardíacos e queixas hipocondríacas. Os idosos que subitamente apresentam queixas hipocondríacas ou sintomas somáticos devem ter o diagnóstico de depressão considerado.

- A *pseudodemência depressiva* pode ocasionar características semelhantes ao comprometimento cognitivo, tais como disfunção de memória, atenção e concentração. Essas alterações podem ser tão evidentes que seu diagnóstico diferencial em relação a quadros de demência torna-se difícil. Cabe ao médico uma investigação detalhada para possível diferenciação entre pseudodemência depressiva e demência.

- A *depressão delirante* é caracterizada por queixas difusas e vagas e idéias de auto-referência que aparecem ocasionalmente e são encontradas com maior frequência em idosos deprimidos do que em outro grupo etário. A instalação desse tipo de depressão na velhice é acompanhada de sentimentos de culpa, ruminações obsessivas e agitação. Podem surgir alucinações auditivas e visuais.

Heok (2000) afirma que os idosos podem apresentar sintomas depressivos incapacitantes, sem necessariamente apresentar critérios para preencher o diagnóstico de depressão pelo *DSM* ou pelo *CID*. Visto que os critérios do *DSM IV* foram criados especificamente para pacientes mais jovens e saudáveis (segundo Verhey e Honing, 1997, o diagnóstico exige que os sintomas não estejam diretamente relacionados a uma condição médica), o seu uso para diagnóstico de depressão em idosos, que geralmente apresentam doenças concomitantes, pode gerar subdiagnóstico. Concorrem para o subdiagnóstico a incapacidade cognitiva, a ênfase dos idosos nos sintomas somáticos e cognitivos e os múltiplos eventos de vida adversos à que estão expostos. Uma abordagem contínua permite identificar a presença e a intensidade dos sintomas depressivos e determinar a relação entre os sintomas depressivos e outras variáveis de interesse, considerando que as manifestações dos sintomas variam ao longo de um *continuum*. O uso de escalas permitem detectar possíveis casos e monitorar mudanças de estados de humor ao longo do tempo e, nesse sentido, podem ser uma ajuda adicional para os profissionais de saúde (Almeida e Almeida, 1999a).

Como exemplos de instrumentos utilizados para rastrear os sintomas depressivos em idosos temos a *Geriatric Depression Scale (GDS)*, Yesavage et al., 1983) e a *Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D)*, Radloff, 1977), ambas validadas em idosos brasileiros.

A *GDS* é um instrumento amplamente utilizado na clínica. A escala original é composta por 30 questões, com perguntas que evitam a esfera somática e o escore das respostas varia entre 0 e 1. Das 30 questões, 20 indicam a presença de depressão quando respondidas positivamente e 10 indicam depressão quando a resposta é negativa. Existem versões reduzidas com 1, 4, 10, 15 e 20 questões. Segundo Almeida e Almeida (1999b), os escores individuais da escala são pouco consistentes, mas, o escore total da versão reduzida com 10 e 15 itens é estável. O número de pontos possíveis de serem obtidos varia entre 0 e 10 na *GDS-10* e 0 e 15 na *GDS-15*. No Brasil, Paradela et al. (2005) confirmaram que o ponto de corte de melhor equilíbrio foi maior que 5 para a *GDS-15*, com índices de sensibilidade de 81% e especificidade de 71%.

A *CES-D* é um instrumento de rastreamento de depressão elaborado pelo *National Institute of Mental Health* (EUA) que visa identificar humor depressivo em estudos populacionais (Radloff 1977). Surgiu da junção dos inventários de depressão de *Zung* (*Zung's Depression Scale*, Zung, 1965), de *Beck* (*Beck's Depression Inventory*, Beck et al., 1961), de *Raskin* (Raskin et al., 1967), e do *Inventário de Personalidade MMPI* (*Minnesota Multiphasic Personality Inventory*, Dahlstrom e Welsh, 1960). A escala contém itens sobre humor, sintomas somáticos, interações com os outros e funcionamento motor (Silveira e Jorge, 2000). No presente estudo, a *CES-D* foi eleita como instrumento de rastreamento de sintomas depressivos.

A *CES-D* é uma escala de uso recente em populações jovens e adultas. A confiabilidade e validade interna do questionário entre adolescentes e adultos jovens brasileiros foi comprovada por Silveira e Jorge (2000). A consistência interna foi  $> 0,84$ .

Mui et al. (2001) confirmam a utilização da *CES-D* para avaliar depressão em idosos de diferentes culturas. Os autores apontam que fatores etários, culturais e relacionados à saúde influenciam os padrões de resposta e as estruturas fatoriais derivadas das respostas e por esse motivo, se faz necessária a validação da escala para cada grupo cultural na qual será usada. Batistoni et al. (2007) estudaram os aspectos psicométricos e a validade interna, de constructo e de critério da *CES-D* em comparação com a *GDS-15* em idosos brasileiros recrutados na comunidade. A *CES-D* apresentou alta consistência interna (0,860), 74,6% de sensibilidade, 73,6% de especificidade e 73,8% de precisão. O escore  $> 11$  foi o que demonstrou maior capacidade de equilibrar resultados de sensibilidade e especificidade, melhor discriminando entre

casos e não casos. A prevalência de sintomas depressivos estimada pela *CES-D* foi de 33,8%, quase duas vezes maior do que a estimada pela *GDS*. A diferença pode ser explicada pelo fato da *CES-D* considerar itens somáticos, enquanto a *GDS* não considera tais sintomas. A análise fatorial revelou a existência de uma estrutura de três fatores denominados como *afetos negativos*, *dificuldades para iniciar comportamentos* e *afetos positivos*, cujos índices de consistência interna foram respectivamente 0,80, 0,68 e 0,63.

Um recurso importante na prevenção e no tratamento da depressão em idosos é a atividade física que, sozinha ou associada ao tratamento farmacológico e psicológico contribui para a manutenção das relações sociais, aumenta a interação social, melhora o humor e a auto-estima e diminui o estresse.

### **Atividade Física na Velhice**

A *atividade física* é definida como todo movimento corporal produzido por um músculo resultando em gasto energético. A atividade física é inerente à vida, pois engloba desde movimentos simples como levantar-se de uma cadeira até mais complexos como uma corrida de alto rendimento. O *exercício físico* é uma forma específica de atividade física, cujas características essenciais prendem-se ao fato de ser planejada, estruturada e repetitiva e de ter como objetivo manter ou desenvolver habilidades físicas e cognitivas, além de componentes da própria aptidão física. Um indivíduo que realiza musculação três vezes por semana, durante 30 minutos, é um exemplo de praticante de exercício físico. Ambos contribuem e são indicadores do nível de *aptidão física*, definida como o conjunto de características possuídas ou adquiridas por um indivíduo, que se relacionam com a capacidade de realizar atividades físicas (Caspersen et al., 1985; Leão Júnior, 2005). As *atividades físicas* e os *exercícios físicos* são os dois aspectos da *atividade física habitual* (Florindo, 2000).

Com o objetivo de encontrar uma definição que não fosse inclusiva (como por exemplo, todos os movimentos humanos) ou exclusiva demais (como somente os relacionados ao esporte), Hoffman e Harris (2002) sugerem que a atividade física pode ser definida como um

movimento intencional voluntário realizado para alcançar um objetivo identificável. Essa definição é interessante, pois, não limita a atividade somente ao gasto energético ou ao fato de ser realizada em ambiente de esporte e exercício e não considera que qualquer movimento por si próprio seja atividade física. Dessa forma, somente o movimento que é intencional e voluntário, que é propositalmente dirigido a um objetivo identificável se enquadra nessa definição técnica de atividade física. Isso exclui reflexos involuntários, movimentos fisiológicos como o peristaltismo e a deglutição, e movimentos voluntários que não são realizados com objetivo intencional como, por exemplo, coçar a cabeça.

Os conceitos de movimento e de atividade física recebem valores diferentes de acordo com o grupo etário. Cada grupo etário tem suas necessidades de movimento e, por esse motivo, a atividade física deve ser adaptada a cada um. Na infância, por exemplo, busca-se a aprendizagem e a recreação e na velhice, o objetivo é a prevenção, a manutenção, a reabilitação e a recreação (Geis, 2003). Por esse motivo, a investigação do nível de atividade física na velhice deve englobar diversos níveis de atividade, e não somente o exercício físico realizado de forma sistemática e planejada. Esse conceito é relevante principalmente quando se trata da população idosa, na qual a manutenção das atividades de vida diária é essencial para o bom desempenho em relação à capacidade geral e ao bom estado de saúde.

O envelhecimento normal acarreta redução da força muscular, aumento da fadiga muscular e redução no tamanho e número de fibras musculares; ganho de peso, redução da altura, aumento da gordura corporal e diminuição da massa muscular; redução da capacidade vital e da mobilidade da parede torácica; redução do número e tamanho dos neurônios, diminuição da velocidade de condução nervosa e do fluxo sanguíneo cerebral; redução da frequência cardíaca e da utilização de oxigênio pelos tecidos; redução da agilidade, da coordenação e do equilíbrio; aumento da rigidez das cartilagens, tendões e ligamentos e diminuição da flexibilidade e mobilidade articular (Matsudo, 1997). Tais mudanças podem ser potencializadas pelas doenças mais frequentes no envelhecimento, de natureza cardiovascular, osteoarticular, metabólica e respiratória. Em conjunto, essas interações afetam o nível de atividade física dos idosos.

O estilo de vida ativo e o hábito de se exercitar são variáveis associadas à redução de riscos à saúde e à melhora da qualidade de vida. A atividade física regular associa-se à redução

da morbidade e da mortalidade e à melhora do funcionamento psicológico e social (Forti e Rollim, 2004; Leão Júnior, 2005). Pessoas com altos níveis de atividade física apresentam maior probabilidade de ter hábitos saudáveis de vida como não fumar, cuidar do peso e não beber em excesso (Strawbridge et al., 2002). A atividade física regular contribui na redução das alterações decorrentes do processo de envelhecimento e atua na prevenção e tratamento de doenças como a obesidade, a hipertensão arterial sistêmica, a osteoporose e a diabetes.

Além dos benefícios relacionados ao gasto energético, a atividade física é uma variável comportamental importante. As atividades físicas praticadas em casa, no trabalho, na locomoção e no lazer contribuem para manutenção física, psicológica e social.

A atividade física traz benefícios fisiológicos tais como aumento da força muscular e da amplitude de movimento, redução da porcentagem de gordura corporal, fortalecimento do tecido conectivo, melhora de aspectos neurais e da postura, redução da pressão arterial e dos níveis de triglicérides no sangue, menor risco de acidente vascular cerebral, diminuição de fatores predisponentes a quedas, manutenção e melhora da densidade corporal óssea e redução da resistência à insulina. No âmbito psicológico, obtém-se melhora da estética corporal, da auto-estima e da auto-imagem, bem como diminuição da ansiedade e da depressão. Em relação ao aspecto social, proporciona oportunidades para melhor integração e socialização do praticante em um grupo (Freitas et al., 2002; Forti e Rollim, 2004; Leão Júnior, 2005).

A atividade física proporciona alterações corporais que melhoram a auto-imagem, o autoconceito e a afetividade. A percepção sobre a aptidão física, o corpo e o bem-estar geral faz com que o idoso se torne mais confiante e que acredite na possibilidade de realizar coisas novas e vivenciar experiências que, anteriormente, não foram experimentadas por falta de confiança em si e em seu corpo (Freitas et al., 2002). Além disso, a prática de exercícios estimula funções cognitivas importantes, entre elas: atenção concentrada, memória de curto prazo e desempenho dos processos executivos (Stella et al., 2003).

Um aspecto importante a ser ressaltado em relação à prática de atividade física é a possibilidade que a atividade permite na criação de novos vínculos. Frequentar um clube, um grupo, ou uma aula para realizar a atividade implica em benefícios físicos e psíquicos, além de promover a integração de pessoas e a identificação do praticante com o grupo social a que

pertence. Na velhice a atividade física representa uma forma de relacionamento e identificação de pessoas com as mesmas características e é relevante para o estabelecimento de um grupo de amigos (Geis, 2003).

As atividades físicas podem ser classificadas e investigadas em quatro domínios: no trabalho, como forma de deslocamento, nas tarefas domésticas e nos esportes ou exercícios físicos realizados no lazer. Em um estudo de levantamento sobre o nível de atividade física da população do Estado de São Paulo foram investigados os quatros domínios da atividade física e os sujeitos foram classificados em cinco categorias, seguindo os critérios de frequência e duração do exercício conforme o consenso do *Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul* (CELAFISCS) e do *Center for Disease Control* de Atlanta em 2002 (Matsudo et al., 2002):

1<sup>a</sup>) *Muito ativos*: realizam atividade vigorosa por cinco ou mais dias na semana, com duração de trinta minutos ou mais por sessão, e/ou realizam atividade vigorosa por três ou mais dias na semana, com duração de vinte minutos ou mais por sessão somadas à atividade moderada ou caminhada durante cinco ou mais dias na semana, com duração de trinta minutos ou mais por sessão<sup>2</sup>.

2<sup>a</sup>) *Ativos*: realizam atividade vigorosa por três dias ou mais na semana, com duração de vinte minutos ou mais por sessão, e/ou realizam atividade moderada ou caminhada por cinco dias ou mais na semana, com duração de trinta minutos ou mais por sessão e/ou qualquer atividade somada por cinco dias ou mais na semana, somando cento e cinquenta minutos semanais (caminhada + moderada + vigorosa).

3<sup>a</sup>) *Irregularmente ativos A*: realizam atividade física, porém insuficiente para ser classificado como ativo. Atinge pelo menos um dos critérios da recomendação quanto à frequência (cinco dias por semana) ou quanto à duração (cento e cinquenta minutos semanais).

---

<sup>2</sup> Segundo o questionário utilizado no estudo de Matsudo et al. (2002), a atividade *vigorosa* é aquela que precisa de um grande esforço físico e que faz respirar muito mais forte do que o normal e a atividade *moderada* é aquela que precisa de algum esforço e que faz respirar um pouco mais forte que o normal.

4ª) *Irregularmente ativos B*: realizam atividade física, porém insuficiente para ser classificado como ativo. Não atingem nenhum dos critérios da recomendação quanto à frequência ou duração do exercício.

5ª) *Sedentários*: Não realizam nenhuma atividade física por pelo menos dez minutos contínuos durante a semana.

A classificação é baseada na recomendação de atividade física para promoção de saúde do *Center for Disease Control* e da *American College of Sports Medicine (ACSM)* de que “todo indivíduo deve acumular pelo menos trinta minutos de atividade física, na maioria dos dias da semana, em intensidade moderada, de forma contínua ou acumulada”.

Os resultados da pesquisa de Matsudo e colaboradores indicam que 8,8% da população do estado de São Paulo é sedentária e que 45,7% atingem a recomendação atual de atividade física para promoção de saúde, sendo considerada ativa. Nesse grupo a porcentagem de mulheres (48,6%) é superior a de homens (42,5%). Em relação à distribuição demográfica, o grupo de muito ativos é semelhante nas três regiões do estado; mas no litoral o número de sedentários é menor (5,8%) e a porcentagem de ativos é maior (57,4%) do que nas outras regiões. A associação entre o nível de atividade física e a idade cronológica não é significativa entre as mulheres, com exceção do grupo de muito ativas, que diminui à medida que a faixa etária aumenta (15 a 29 anos: 6% e 70 anos e mais: 0%). Da mesma forma, entre os homens nota-se a redução na porcentagem de muito ativos (de 14,4% nos mais jovens para 4% nos mais velhos), mas, diferentemente das mulheres, o sedentarismo aumenta com o avançar da idade (jovens: 5,8% e mais velhos: 19%). Em relação ao nível socioeconômico, a porcentagem de muito ativos é similar nos níveis de A à D (entre 7% e 8,7%) e menor no nível E (5%), entretanto, isso não é observado no grupo de ativos, onde a menor concentração se dá nos níveis A e E (35%). A porcentagem de sedentários no nível A (10,5%) é duas vezes maior do que no nível E (5%).

Segundo Lebrão e Laurenti (2003), no município de São Paulo 26,5% dos idosos realizam atividade física regular, considerando os quatro domínios, sendo ela mais frequente na faixa etária de 60 a 75 anos do que no grupo de 75 anos e mais. Homens realizam mais exercícios físicos do que mulheres, em qualquer faixa etária (de 60 a 75 anos: 32,6% dos homens e 28,4 %

das mulheres e após os 75 anos: 16,4% dos homens e 12,2% das mulheres fazem exercício físico).

O estudo de *Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico* (VIGITEL, 2006), investigou dados nas 26 capitais brasileiras e no Distrito Federal e utilizou os mesmos critérios da ACSM para classificar os sujeitos como ativos ou inativos, entretanto, foram investigados somente os esportes e exercícios físicos realizados no lazer. A porcentagem de adultos considerados ativos nesse domínio variou entre 10,5% em São Paulo e 21,5% no Distrito Federal. De forma geral, os homens praticam mais atividade física no lazer do que as mulheres, porém eles são duas vezes mais sedentários do que elas. Entre os homens, a frequência máxima de atividade foi encontrada na faixa de 18 a 24 anos (27,4%), com declínio desse percentual até a faixa de 35 a 44 anos e aumento nas faixas etárias seguintes, alcançando 17% entre os idosos. Nas mulheres, somente 10% das jovens entre 18 e 24 anos realiza a atividade física recomendada, sendo encontrado o mesmo percentual entre as idosas. O nível de escolaridade apresentou relação positiva com a prática necessária de atividade física suficiente, sendo que maior escolaridade representou maior percentual de atividade física.

A atividade física pode ser mensurada de duas maneiras: por meio de informação fornecida pelos sujeitos em situação de entrevista, ou por avaliação de indicadores fisiológicos ou sensores de movimento, que registram objetivamente as características da atividade (Barros e Nahas, 2000). Na utilização de monitores de frequência cardíaca, de equipamentos de mensuração do movimento do corpo e do registro das atividades diárias, a informação é coletada somente por um período relativamente curto de tempo e o modelo de longo prazo da atividade física habitual do indivíduo não é mensurado.

Apesar de apresentarem desvantagens relativas à imprecisão das respostas e à ausência de um processo de construção e validação adequados, os questionários têm sido usados de forma ampla, devido à sua aplicabilidade para grandes grupos e ao seu baixo custo, e por coletar informações precisas sobre o tipo da atividade e o contexto em que acontecem, diferentemente dos sensores de movimento ou dos monitores de frequência cardíaca, cuja utilização implica em custos bem mais altos e em coleta de dados apenas em ambientes controlados e restritos (Barros e Nahas, 2000; Rabacow et al., 2006).

Em revisão bibliográfica sobre os questionários que medem o nível de atividade física em idosos, relativo ao período de 1986 a 2006, Rabacow et al. (2006) encontraram seis instrumentos: *Physical Activity Scale for the Elderly – PASE (Escala de Atividades Físicas para Idosos*, Washburn, 1999); *CHAMPS Physical Activity Questionnaire (Questionário de Atividades Físicas do Programa CHAMPS*, Harada et al., 1999); *Zutphen Physical Activity Questionnaire (Questionário de Atividades Físicas de Zutphen*, Westerterp et al., 1992); *Yale Physical Activity Survey – YPAS (Questionário de Atividade Física de Yale*, Dipietro et al., 1993); *IPAQ International Physical Activity Questionnaire (Questionário Internacional de Atividade Física, QIAF, Adaptado para Idosos*, Benedetti et al., 2002; Benedetti et al., 2004); e *Modified Baecke for Older Adults (Questionário de Baecke Modificado para Idosos*, Voorrips et al., 1991; Mazo et al., 2001). Não foi encontrado nenhum instrumento desenvolvido especificamente para a população idosa brasileira. Dos seis questionários estudados, somente o *QBMI* e o *QIAF* foram validados no Brasil. Somente o *QBMI* registra as atividades no último ano; os demais registram as atividades da última semana.

O *QIAF* surgiu a partir de uma proposta da Organização Mundial de Saúde (OMS) de desenvolver um instrumento para uso internacional para avaliar atividades físicas. Foram propostas diversas versões do instrumento: curta e longa; em forma de entrevista por telefone e de questionário auto-aplicado; considerando como período de referência a última semana ou uma semana típica ou usual. O questionário aborda quatro domínios: *trabalho, transporte, recreação e lazer, e atividades domésticas*. O gasto energético das atividades é calculado segundo os critérios de duração (em minutos), frequência (vezes por semana) e intensidade (moderada e vigorosa) (Barros e Nahas, 2000).

A reprodutibilidade da versão 6 (forma longa, semana usual) do *QIAF* em uma amostra de 42 adultos brasileiros, foi estudada por Barros e Nahas (2000). A amostra foi dividida em três (*ativo, moderadamente ativo e pouco ativo*) e dois grupos (*inferior e superior*). Quando considerados os três grupos, o percentual de concordância no teste-reteste foi moderado (56%) e quando considerados os dois grupos foi muito boa (93%). Pardini et al. (2001) levantaram os indicadores de validade do mesmo instrumento em uma amostra de adultos brasileiros, utilizando o registro de gasto energético e o sensor de movimentos. O *QIAF* apresentou média associação

com o registro de gasto energético (0,49) e baixa relação com os dados do sensor de movimentos (0,21). A reprodutibilidade do questionário foi alta (0,71).

Outro instrumento encontrado na literatura brasileira foi o questionário *Perfil da Atividade Humana (PAH)*. Esse instrumento foi originalmente desenvolvido para avaliar indivíduos com doença pulmonar obstrutiva crônica e após algumas modificações passou a ser utilizado na avaliação do nível funcional e de atividade física de indivíduos de todas as faixas etárias. O questionário consiste em noventa e quatro itens, que variam de um nível funcional baixo a alto. Souza et al. (2006) avaliaram as propriedades psicométricas da versão adaptada do questionário em amostra de 230 idosos brasileiros, funcionalmente independentes. Dos noventa e quatro itens do *PAH*, seis (6,38%) não se encaixaram ao modelo. Como esse valor supera 5%, as autoras sugerem que a validade de construto do teste fica comprometida.

O *Questionário de Atividade Física Habitual (AFH) de Baecke* (Baecke et al., 1982) não foi inicialmente desenvolvido para avaliar atividade física em populações idosas. O instrumento teve sua origem na Holanda e foi utilizado inicialmente em um grupo de adultos com idade entre 20 e 32 anos, apresentando bons níveis de confiabilidade. O instrumento aborda três domínios de atividade: *atividades físicas ocupacionais; atividades esportivas e atividades físicas durante o tempo de lazer*. A *atividade física ocupacional* abrange o tipo de ocupação com base no gasto energético da atividade e avalia outras atividades físicas básicas como sentar, ficar em pé e andar no trabalho. É classificada em 3 níveis de gasto energético: leve, moderado e vigoroso, dependendo do tipo de ocupação. A *atividade esportiva* aborda a frequência, a intensidade e a duração do exercício, e é classificada de acordo com a modalidade esportiva em três níveis de intensidade: leve, moderada e vigorosa. As *atividades físicas realizadas durante o tempo de lazer* englobam questões como assistir TV, caminhar, andar de bicicleta e atividades de locomoção. O cálculo final da *AFH* é realizado através da soma dos escores individuais dos três domínios. Florindo e Latorre (2003) realizaram a validação e confiabilidade desse instrumento entre adultos brasileiros.

Com o objetivo de adaptar o *questionário de AFH de Baecke* (Baecke et al., 1982) para a população idosa e avaliar a validação do instrumento, Voorrips et al. (1991) estudaram 60 idosos saudáveis de ambos os sexos, com idade entre 63 e 80 anos. As principais modificações

foram em relação à coleta dos dados, que passou a ser realizada sob forma de entrevista e à substituição do domínio de *atividades ocupacionais* por *trabalhos domésticos*, devido à importância dessa atividade com a perda da ocupação após a aposentadoria. A confiabilidade do questionário foi realizada através de teste e reteste com intervalo de vinte dias. O coeficiente de correlação de Spearman foi de 0,89. Para avaliar a validade concorrente foram comparados os resultados do *Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI)* com os de um diário de atividade física (DAF) e um pedômetro. O coeficiente de correlação de Spearman foi de 0,78 entre o *QBMI* e o DAF e 0,72 entre o *QBMI* e o pedômetro.

No Brasil, a validade concorrente e a reprodutibilidade do *QBMI* foram examinadas por Mazo et al. (2001) em um grupo de trinta mulheres com idade média de 71 anos, recrutadas num programa de extensão universitária. Para analisar o nível de validade concorrente foram utilizados a versão em português do *QBMI*, o DAF e o pedômetro eletrônico, seguindo os mesmos critérios de validação do artigo original. O mesmo ocorreu com o delineamento metodológico e as opções de análise de dados. A medida de concordância entre as aplicações do *QBMI* foi realizada considerando a classificação dos sujeitos em três categorias de atividade física (*menos ativos, moderadamente ativos e mais ativos*) e uma outra classificando-os em dois níveis (*menos ativos e mais ativos*). O *QBMI* apresentou bom nível de reprodutibilidade tanto para a medida do *nível geral de atividade física* como para as *atividades domésticas, esportivas e de lazer*. Na classificação pelos três níveis de atividade física a concordância foi de 60%. Esse valor atingiu 80% na classificação em dois níveis. Em relação à validade concorrente, quando considerados dois níveis, a concordância entre o *QBMI*, o pedômetro e o DAF foi de 60%. Porém, quando considerados os três níveis de atividade física, o índice de concordância caiu para 36,6% (entre o *QBMI* e o DAF) e 40% (entre o *QBMI* e o pedômetro). Concluiu-se que o *QBMI* pode ser utilizado em situações em que a discriminação de níveis gerais de atividade física (*menos ativos e mais ativos*) é suficiente.

As diferenças de gênero das amostras, o tipo do pedômetro utilizado, a diferença em relação ao tempo recordado de cada instrumento e as limitações do uso do pedômetro podem ter contribuído para a diferença dos resultados entre o estudo original e o brasileiro. Voorrips et al. (1991) relatam que o pedômetro mensura movimentos somente na direção vertical e não é

adequado para atividades na bicicleta ou na água. Além disso, o pedômetro e o DAF referiam-se a um período menor do que o questionário (12 meses). Mazo et al. (2001) apontam que o artigo original recrutou idosos de ambos os sexos e utilizou o pedômetro mecânico, menos preciso, diferentemente do estudo brasileiro que considerou apenas mulheres na amostra e usou o pedômetro eletrônico.

As propriedades psicométricas representadas pelas medidas de validade, reprodutibilidade e objetividade garantem a segurança e a confiabilidade do instrumento. É importante que o questionário além de confiável quanto às propriedades psicométricas, seja completo, de fácil administração e adequado à população estudada. Em relação à população idosa, é importante que o questionário investigue os níveis de atividade física considerando suas limitações e dificuldades. Outro aspecto relevante, segundo Rabacow et al. (2006), é a identificação de diversas formas de movimento como esportes, atividades domésticas, lazer e outras. Essas atividades são importantes para a manutenção da qualidade de vida e saúde global dos idosos. Voorrips et al. (1991) indicam que devido à diminuição da memória de curto prazo, o intervalo de tempo investigado pelo questionário não deve ser curto e, a fim de evitar problemas em relação à leitura e preenchimento do questionário, a aplicação em forma de entrevista é mais adequada.

O *Questionário de Atividade Física de Baecke Modificado para Idosos (QBMI)* foi escolhido nesse estudo, pois considera outros níveis de atividade além do exercício físico, como atividades domésticas e de lazer; recorda os últimos 12 meses; é de fácil aplicação; apresenta perguntas claras e objetivas; tem custo baixo e é validado para idosos brasileiros.

A realização de diversos níveis de atividade física, como investigado pelo *QBMI*, pode proporcionar benefícios físicos e respostas positivas no âmbito psicossocial. Eventos de vida como aposentadoria, viuvez, morte de amigos, solidão e queda de nível socioeconômico, que ocorrem com maior frequência na velhice, podem contribuir para o surgimento de sintomas depressivos. A atividade física pode prevenir e controlar o aparecimento e curso desses sintomas. Estudos que demonstram a relação específica entre atividade física e sintomas depressivos na população idosa são apresentados a seguir.

## **Atividade Física e Sintomas Depressivos**

A atividade física contribui para redução de transtornos depressivos nos idosos, por proporcionar benefícios físicos, psicológicos e sociais (Mazo et al., 2005), melhorar o humor e o bem-estar, reduzir a ansiedade, a depressão e o estresse (Plante e Rodin, 1990; Shephard, 1993; Fukukawa et al., 2004;), auxiliar no aumento da satisfação de vida e da saúde percebida, da saúde mental, das funções cognitivas, da auto-estima e do senso de auto-eficácia (Gobbi, 1997). A atividade física regular é associada à redução de sintomas depressivos entre idosos (Lampinen et al., 2000).

Para esclarecer a relação entre atividade física e depressão, duas vertentes distintas são sugeridas. A primeira indica a atividade como um aspecto influente na redução dos sintomas depressivos, constituindo-se em coadjuvante na prevenção e tratamento da depressão. A outra vertente aponta para a influência da depressão sobre o nível de atividade física do indivíduo, ou seja, a depressão promoveria a redução da prática de atividade física (Moraes et al., 2007). Van Gool et al. (2003) relatam que, embora haja associação entre a prática de atividade física e a redução dos sintomas depressivos, é difícil estabelecer a direção da causalidade entre os dois fenômenos, a menos que se disponha de acompanhamento cronológico.

Entretanto, o exercício físico apresenta componentes fisiológicos relacionados à redução dos sintomas depressivos. Para elucidar essa relação faz-se necessário compreender a neurobiologia e neuropsicologia da depressão. Na doença são verificadas alterações no fluxo sanguíneo e no metabolismo do córtex pré-frontal (área relacionada com atenção, psicomotricidade, capacidade executiva e tomada de decisão); hiperatividade da região subgenua pré-frontal cortical (que gera pensamentos tristes) e aumento do metabolismo de glicose em várias regiões límbicas, principalmente na amígdala (relacionada ao aprendizado emocional). São observadas alterações neurocognitivas como comprometimento da atenção, memória, da velocidade de processamento, da função executiva e da emoção (Rozenhal et al., 2004). O exercício físico promove o aumento na liberação de monoaminas, como a serotonina, a dopamina e a noradrenalina. A serotonina pode atenuar a formação de memórias relacionadas ao medo e

diminuir as respostas a eventos ameaçadores (Joca et al., 2003) e a dopamina relaciona-se ao desempenho motor, à motivação locomotora e à modulação emocional (Ingram, 2000).

Em revisão sistemática referente ao período de janeiro de 1993 a maio de 2006, Moraes et al. (2007) selecionaram 30 artigos transversais e longitudinais com objetivo de revisar na literatura com idosos, o possível efeito protetor do exercício físico sobre a incidência de depressão e a eficácia do exercício como intervenção no tratamento da depressão. Treze estudos (longitudinais e transversais) apresentaram o objetivo de analisar o efeito protetor do exercício físico sobre a incidência de depressão e desses, somente em dois não foi encontrada associação entre prática de exercício físico e menor nível de sintomas depressivos. Dezesete artigos objetivaram analisar a eficácia do exercício físico como intervenção no tratamento da depressão, sendo que em dois não foi observada a redução dos sintomas depressivos após a intervenção.

Para elucidar a relação entre a atividade física e os sintomas depressivos serão abordados, primeiramente, estudos transversais e longitudinais que tiveram como objetivo analisar o possível efeito protetor da atividade física ou exercício físico sobre a incidência de depressão e posteriormente, os estudos que objetivaram observar a eficácia do exercício físico como intervenção no tratamento da depressão.

Mazo et al. (2005) observaram a tendência a estados depressivos em 122 indivíduos, homens e mulheres, com idade igual ou superior a 60 anos, participantes de um programa de atividade física de um grupo de estudos da terceira idade. A depressão foi avaliada pela escala adaptada de Stoppe e Louzã (1999) de trinta questões. Dos idosos entrevistados, noventa e um por cento não apresentaram tendência à depressão. Deve-se considerar que os idosos deste estudo estavam dispostos ao convívio social e às atividades propostas, o que pode não ocorrer em pessoas com índice elevado de depressão. A interação social promovida pela atividade física é um fator significativo na relação entre esta e a sintomatologia depressiva. Strawbridge et al. (2002) indicam que idosos fisicamente ativos interagem mais e têm mais contatos sociais devido à atividade física, sendo as relações sociais uma variável mediadora dos efeitos da atividade física sobre a depressão.

Investigando a associação entre atividade física e o estado de saúde mental de idosos do município de Florianópolis (SC), Benedetti et al. (2008) utilizaram o *QIAF* e o *Questionário*

*Brazil Old Age Schedule (BOAS)*, o primeiro para avaliar a atividade física e o segundo para mensurar as variáveis demográficas, socioeconômicas e rastrear deficiência cognitiva e depressão. Os autores encontraram associação estatisticamente significativa e inversa entre atividade física total e atividade física realizada no lazer (que corresponde ao domínio atividades esportivas do QBMI) com a demência e depressão ( $p < 0,001$ ).

Em estudo longitudinal sobre as relações entre sintomas depressivos e estilo de vida, Van Gool et al. (2003) investigaram sintomas depressivos (pela *CES-D*), auto relato de uso de álcool e cigarro, condições crônicas de saúde, como doença cardíaca, diabetes, osteoartrose e doença pulmonar e prática de atividade física em 1280 sujeitos com idade entre 55 e 85 anos, em dois momentos, com intervalo de 6 anos. A atividade física foi avaliada através de auto-relato dos minutos despendidos por dia com caminhada, ciclismo, esportes e trabalhos domésticos leves e pesados. Os resultados demonstraram que independentemente de doenças crônicas, houve associação significativa entre o aparecimento dos sintomas depressivos, o aumento do consumo de cigarro, o estilo de vida sedentário e a diminuição dos minutos diários de atividade física. O aparecimento dos sintomas depressivos acarretou 62% maior risco de se tornar sedentário. Além disso, os indivíduos que diminuíram os sintomas depressivos entre a 1ª e a 2ª entrevista tornaram-se mais ativos em relação aos que se mantiveram com depressão.

A associação entre atividade física e sintomas depressivos foi avaliada por Fukukawa et al. (2004) em 1151 adultos da comunidade, com idade entre 40 e 79 anos, de ambos os sexos, durante dois anos de acompanhamento. A *CES-D* foi utilizada para mensurar os sintomas depressivos e o pedômetro foi utilizado para avaliar o nível de atividade física durante sete dias consecutivos. Após controle de variáveis de confusão notou-se que adultos entre 65 e 79 anos que caminhavam diariamente apresentavam poucos sintomas depressivos em dois anos de acompanhamento. Essa relação não foi observada em adultos com idade entre 40 e 64 anos, sugerindo que a idade medeia o efeito da atividade física sobre o bem-estar psicológico. Os indivíduos tornaram-se menos ativos com o decorrer dos anos. Na observação da pontuação do pedômetro, os adultos apresentaram maior número de passos do que os mais velhos.

Sabendo-se que a atividade física tende a diminuir com a idade, sugere-se que indivíduos com menor aptidão física, no caso os mais idosos, se beneficiam de forma mais efetiva

do exercício físico, ou que, para os adultos, a caminhada representa um exercício muito suave, não afetando a relação entre exercício físico e sintomas depressivos. Stephens<sup>3</sup> (1988) encontrou resultados semelhantes. A associação entre atividade física e saúde mental foi mais significativa entre pessoas com 40 anos e mais do que para indivíduos na faixa etária entre 20 a 39 anos. A combinação entre idade e tipo de exercício é importante na determinação do efeito antidepressivo da atividade física.

Buscando estudar a importância da intensidade do exercício físico como preditor de sintomas depressivos, Lampinen et al. (2000) examinaram 663 sujeitos de ambos os sexos, com 65 anos e mais, residentes na comunidade, durante oito anos de acompanhamento. Os sintomas depressivos foram mensurados pela *Versão Finlandesa Modificada da Escala de Depressão de Beck de 13 itens*, que classificou os sujeitos como *com* ou *sem* sintomas depressivos. O nível de atividade física foi avaliado pela intensidade e classificado em três categorias: *trabalho doméstico necessário, caminhada regular e exercício físico pesado*. Os indivíduos que diminuíram a intensidade da atividade durante os oito anos de acompanhamento apresentaram maior probabilidade para subseqüentes sintomas depressivos em relação aos que continuaram ativos ou aumentaram a intensidade de sua atividade.

No mesmo sentido, Strawbridge et al. (2002) investigaram 1947 sujeitos de ambos os sexos, com idade entre 50 e 94 anos, residentes na comunidade, durante cinco anos de acompanhamento. A atividade física foi avaliada por uma escala baseada em questões relacionadas à *freqüência do exercício físico, prática de atividades esportivas, caminhadas e natação* e foi classificada como *baixa, média e alta*. A depressão foi diagnosticada segundo os critérios do *DSM IV* para *episódio depressivo maior*. Na primeira onda de medidas, os indivíduos com *baixo* e com *médio* nível de atividade física foram mais tendentes a apresentar depressão do que os indivíduos com *alto* nível de atividade. Na segunda onda de medidas observou-se que cada ponto acrescido na escala de atividade física acarretou aproximadamente 20% menor risco para apresentar depressão na segunda entrevista. A deterioração da capacidade funcional apresentou alta associação com depressão, sendo que indivíduos com nível mais baixo de

---

<sup>3</sup> Stephens *apud* Fukukawa Y, Nakashima C, Tsuboi S, Kozakai R, Doyo W, Niino N, et al. Age differences in the effect of physical activity on depressive symptoms. *Psychology and Aging* 2004; 19(2): 346-51.

atividade física foram quatro vezes mais suscetíveis à depressão do que aqueles que se mantiveram mais ativos no período de cinco anos.

Em relação à frequência do exercício físico, Hassmén et al. (2002) estudaram 3403 indivíduos com idade entre 25 e 64 anos. Os sujeitos responderam a questionários de auto-avaliação da frequência e da prática da atividade física, bem como de auto-percepção de saúde. Para investigação dos sintomas depressivos foi utilizado o *Inventário de Depressão de Beck*. Os indivíduos que se exercitavam de duas a três vezes por semana apresentaram escores mais baixos em medida de sintomas depressivos do que aqueles que praticavam exercício com menor frequência ou não praticavam. Além disso, os indivíduos que realizavam atividade pelo menos duas vezes por semana relataram melhor saúde, aptidão e integração social percebida do que os não praticantes ou aqueles que se exercitavam com frequência menor.

Utilizando os mesmos instrumentos do estudo anterior, De Moor et al. (2006) investigaram a associação entre depressão e atividade física em 19288 indivíduos jovens e adultos. A participação em atividades físicas reduziu-se de acordo com a idade, pois 70% dos adolescentes se exercitavam contra 30% dos adultos. No grupo de adolescentes, os homens se exercitavam mais do que as mulheres, ocorrendo o inverso entre os adultos. Os indivíduos que praticavam exercício por pelo menos sessenta minutos semanais apresentaram níveis mais baixos de ansiedade e depressão do que aqueles que não se exercitavam.

A literatura diverge em relação à intensidade de exercício adequada para promover redução dos sintomas depressivos. Singh et al. (2005) compararam os efeitos de três tipos de intervenção em idosos com 60 anos ou mais com diagnóstico de depressão pela *DSM IV*. Os idosos foram divididos em três grupos: treinamento resistido de alta intensidade com progressão de pesos, baixa intensidade e sem progressão, e acompanhamento médico. Ao final do estudo os grupos apresentavam respectivamente 18, 17 e 19 sujeitos. Houve melhora significativa nos três grupos, sendo maior no grupo que recebeu treinamento resistido progressivo. Além disso, o treinamento de alta intensidade proporcionou melhora mais significante na qualidade de vida auto-relatada, qualidade do sono e força muscular em comparação com os outros dois grupos. Em

contrapartida, Pennix<sup>4</sup> et al. (2002), em um estudo de intervenção observaram que a caminhada foi mais efetiva do que exercícios de resistência na redução dos sintomas depressivos em idosos.

Fonseca et al. (2000) verificaram as alterações nos estados de humor de pacientes com depressão grave após uma única sessão. O questionário *Profile of Mood States (POMS)* foi aplicado antes e imediatamente após a prática da atividade. Os pacientes apresentaram melhora do estado de humor após uma única sessão de atividade física.

Em um estudo longitudinal de 10 meses, Kohut et al. (2005) dividiram 27 sujeitos, com idade média de 70 anos, em dois grupos: *grupo controle* e *grupo de exercício*. O grupo de intervenção realizou exercício físico aeróbio, com intensidade de 40 a 60%, duração de 20 a 30 minutos e frequência de 3 vezes por semana. Os sintomas depressivos foram mensurados pela *GDS* antes e após em ambos os grupos. Os níveis de depressão reduziram no grupo que recebeu intervenção e aumentaram no grupo controle. Da mesma forma, Antunes et al. (2005) compararam 46 sujeitos divididos em *grupo controle* e *grupo intervenção* (que realizaram exercício aeróbio durante 3 vezes por semana) e observaram que, após 6 meses, houve redução dos níveis de depressão no grupo que recebeu a intervenção.

Alguns estudos objetivaram comparar o efeito da atividade física com o de outra atividade ou terapia. Oliveira (2005) comparou os efeitos da atividade física com os da medicação antidepressiva em idosos com depressão maior, durante 54 semanas. Os sujeitos foram divididos em três grupos: *os que receberam a medicação* (11 sujeitos); *os que receberam medicação e exercício* (10) e *os que receberam somente exercício* (9). Houve melhora nos três grupos, sem diferença significativa entre eles, observando-se que a prática regular de exercício produziu resultado semelhante aos resultados obtidos com a medicação na redução dos sintomas e na qualidade de vida desses idosos.

Corazza (2005) estudou a influência de um programa de atividade física regular sobre os sintomas depressivos e o nível de atividade física de 43 idosos institucionalizados. Os sujeitos foram divididos em três grupos: *grupo de atividade física* (que realizou atividade física regular

---

<sup>4</sup> Pennix et al. *apud* Fukukawa Y, Nakashima C, Tsuboi S, Kozakai R, Doyo W, Niino N, et al. Age differences in the effect of physical activity on depressive symptoms. *Psychology and Aging* 2004; 19(2): 346-51.

durante seis meses, com frequência de três sessões semanais de sessenta minutos cada), *grupo de convívio social* (que realizou um programa de atividades de entretenimento) e *grupo controle*. Para avaliar os sintomas depressivos foi utilizada a *GDS* e para mensurar a atividade física, o *QBMI* foi eleito. Os questionários foram aplicados antes e após a intervenção. O grupo controle apresentou aumento dos sintomas depressivos e os grupos de atividade física e convívio social apresentaram influência positiva da atividade sobre os sintomas depressivos. O grupo de atividade física foi o único que demonstrou aumento no nível de atividade física.

Comparando os benefícios do exercício físico supervisionado ao de um programa de lazer em relação aos sintomas depressivos, Cheik et al. (2003) encontraram que o programa de exercício físico supervisionado foi mais eficaz na redução de sintomas depressivos do que um programa de lazer. Os autores sugerem que a atividade de lazer atua de forma benéfica sobre as variáveis psicológicas e favorece a interação social e que a atividade física favorece modificações metabólicas e fisiológicas, quando realizada regularmente e com intensidade adequada.

Estudos longitudinais e de corte transversal indicam que há relação entre atividade física e redução de sintomas depressivos. Os estudos de corte transversal demonstram que pessoas mais ativas apresentam menores índices de sintomas depressivos em relação a pessoas menos ativas. Os estudos longitudinais permitem a observação de que a atividade física reduz a probabilidade de subseqüentes sintomas depressivos. Os estudos de intervenção com exercícios físicos têm demonstrado bons resultados, reduzindo os níveis e prevenindo o surgimento de sintomas depressivos.

Alguns aspectos podem ser mais bem investigados como: intensidade, frequência e duração de atividade necessária para reduzir sintomas depressivos; diferenças de idade e gênero na relação entre intensidade do exercício e seus benefícios na sintomatologia depressiva; e quais os domínios individuais de atividade física (trabalho, atividades do lar, esportes, lazer) são mais importantes em relação aos sintomas depressivos.

## **Justificativa**

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (2008), em 2020, a depressão será a segunda maior responsável pelo surgimento de outras doenças crônico-degenerativas, principalmente em idosos, nos quais os declínios físico, psicológico e social já se refletem de maneira negativa na funcionalidade, acarretando altos custos pessoais, familiares e sociais.

É importante investigar vários tipos e níveis de atividade, entre elas trabalhos domésticos, atividades esportivas e atividades em tempo livre, que podem ser indicadores de funcionalidade, atividade, equilíbrio entre afetos positivos e negativos e boa saúde, ou, em contrapartida, indicadores de inatividade, sintomas depressivos e doenças crônicas, antes que os déficits em atividades de vida prática e em atividades instrumentais de vida diária se tornem evidentes.

Este estudo pode contribuir para a identificação dos fatores de associação para sintomas depressivos em mulheres e homens idosos de diversas idades e faixas de renda, recrutados em centro de convivência para idosos, com controle de covariáveis de depressão, tais como doenças, sinais e sintomas mais prevalentes na velhice e presença de dor.

Esse conhecimento pode contribuir para a adoção de medidas preventivas e de reabilitação no âmbito individual e grupal e pode oferecer subsídios para políticas de saúde e de educação em saúde na vida adulta e na velhice.

## OBJETIVOS

### Objetivo Geral

Analisar as relações entre nível o de atividade física habitual (AFH) nos últimos doze meses, doenças somáticas, sinais e sintomas auto-relatados e sintomas depressivos em mulheres e homens idosos (60 anos e mais) de diferentes faixas de idade e renda, recrutados em centro de convivência.

### Objetivos Específicos

1. Considerando-se as variáveis gênero, idade e renda individual mensal pretendeu-se:
  - a) caracterizar o nível de AFH nos domínios *trabalhos domésticos*, *atividades esportivas* e *atividades em tempo de livre*, bem como doenças, sinais e sintomas auto-relatados; b) investigar as relações bivariadas entre essas variáveis; c) identificar a prevalência de sintomas depressivos; d) analisar as relações bivariadas entre sintomas depressivos e as AFHs e entre aqueles e os sinais e sintomas auto-relatados.
2. Identificar relações conjuntas entre as variáveis sociodemográficas, as indicadoras de estado de saúde, as atividades físicas habituais e os sintomas depressivos.
3. Identificar perfis de associação para sintomas depressivos, considerando-se todas as variáveis.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo é do tipo transversal, envolvendo homens e mulheres de 60 anos e mais, recrutados na comunidade, na cidade de Amparo. Os idosos são freqüentadores de um grupo de convivência intitulado “Grupo da Melhor Idade Flor da Montanha”.

### Contexto

O município de Amparo, situado no estado de São Paulo, possui 62.552 habitantes, sendo 8.300 idosos (13,27%) (IBGE, 2007). Esse número é superior a porcentagem de idosos do Brasil e do Sudeste. Segundo a Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social de São Paulo (2006), no Brasil, 9,7% da população apresenta 60 anos ou mais e no sudeste, considerada a região do país com maior concentração de idosos, esse percentual é de 10,5%. Localizada na região conhecida como “Circuito das Águas”, Amparo caracteriza-se pela forte presença de habitantes idosos. Esse fato ocorre devido aos seguintes aspectos: boa qualidade de vida e busca por tranqüilidade na velhice. O estilo e o hábito de vida saudáveis, típicos de cidades interioranas, favorecem a qualidade de vida para as pessoas que ali envelhecem e, atraem a população idosa migrante de grandes cidades, que, após a aposentadoria, procuram maior tranqüilidade e melhores condições de vida. Além disso, é importante ressaltar que a prefeitura de Amparo investe em ações preventivas no âmbito da saúde, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida da população e reduzir a demanda por tratamento de doenças incapacitantes, que podem ser prevenidas com adequadas formas de incentivo e intervenção. Essa preocupação é evidenciada por ações de promoção da atividade física, em todos os postos de saúde da cidade. Atividades como ioga, lian gong, condicionamento físico e caminhada são oferecidas gratuitamente por profissionais capacitados, em todos os bairros do município. Essas atividades, voltadas à população em geral, têm sido especialmente incentivadas e aceitas entre os idosos.

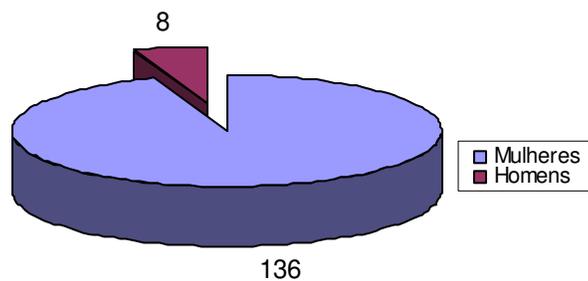
Dentro desse contexto, o “Grupo da Melhor Idade Flor da Montanha” foi criado em 1993, por iniciativa de um pequeno grupo de idosos com o objetivo de promover encontros e

atividades voltadas a essa população. Atualmente o grupo conta com cerca de 170 idosos matriculados, ocorrendo flutuação de alguns freqüentadores. É organizado por uma comissão de diretoria, com cargos de caráter voluntário. A cada dois anos são realizadas votações para eleição de novos membros. Todos os integrantes pagam uma taxa mensal para custear lanches, xerox e prendas, entre outros. Os encontros ocorrem em quatro dias da semana (de terças às sextas-feiras), no período da tarde e os idosos dividem-se conforme as atividades de seu interesse. São oferecidas atividades sociais como bailes, coral, bingos e viagens. A prefeitura municipal de Amparo apóia o projeto cedendo o local de encontro do grupo (*Parque Ecológico*).

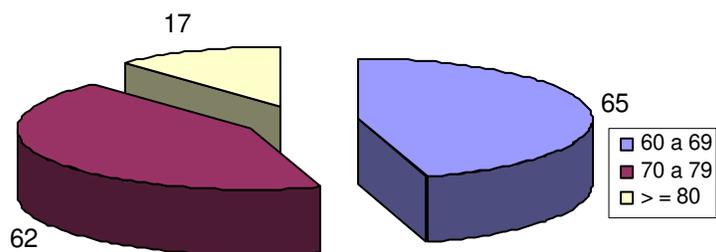
### **Participantes**

Foram convidados 158 idosos, 153 dos quais aceitaram participar da entrevista. Desses, nove foram excluídos, sendo seis por não terem 60 anos e três por não estarem cognitivamente aptos. A amostra ficou composta, então, de 144 sujeitos, com 60 anos ou mais, freqüentadores do “Grupo da Melhor Idade Flor da Montanha”, sendo 94,4% mulheres. Quarenta e cinco por cento tinham entre 60 e 69 anos, 43% entre 70 e 79 anos e 11,9% com 80 anos ou mais ( $M= 71,2$   $DP= 6,65$ ). Em relação ao estado civil, 56,2% eram viúvos, 35,4% casados e o restante solteiros e divorciados. Oitenta e nove por cento não realizavam trabalho remunerado e 18,7% eram voluntários. Setenta e um por cento eram aposentados e 57,6% pensionistas. Setenta e sete por cento apresentaram nível de escolaridade de quatro anos completos ou incompletos (sendo que somente um sujeito era analfabeto). Trinta e um por cento dos idosos moravam sozinhos e o restante com cônjuge, filhos ou outros. Cinquenta e dois por cento tinham renda de um a três salários mínimos e 21,5% recebiam menos de um salário mínimo. Sessenta e dois por cento dos entrevistados freqüentavam o grupo há seis anos ou mais, sendo que 32,6% freqüentavam há mais de 10 anos.

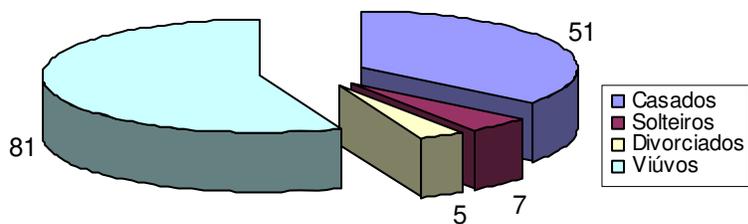
As características sociodemográficas detalhadas da amostra encontram-se no Anexo 1. As Figuras de 1 a 6 demonstram as características de gênero, idade, estado civil, escolaridade, nível de renda individual e tempo de freqüência no grupo.



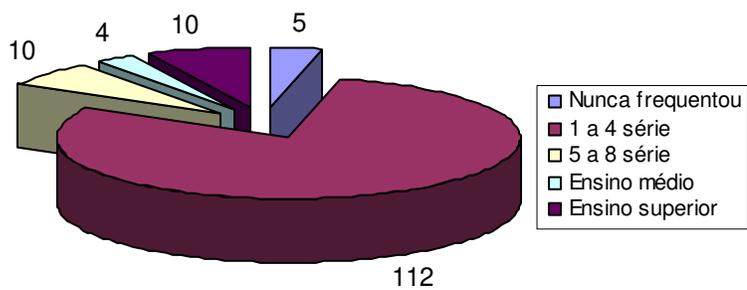
**Figura 1.** Distribuição da amostra por gênero



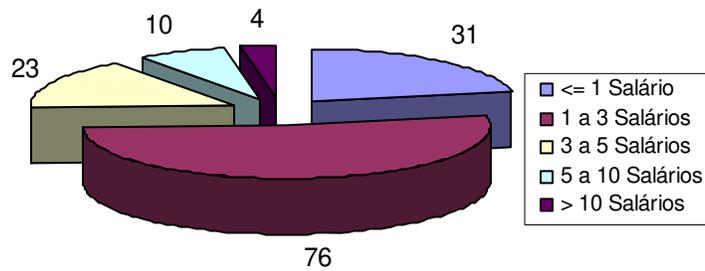
**Figura 2.** Distribuição da amostra por faixa etária



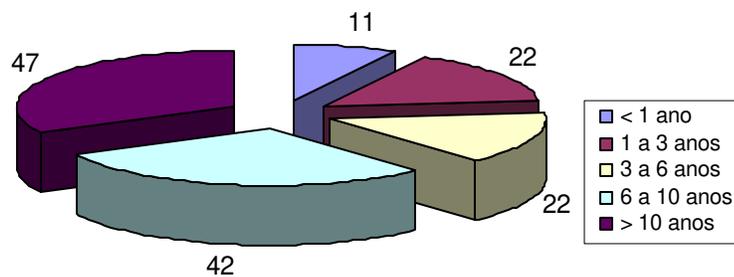
**Figura 3.** Distribuição da amostra por estado civil



**Figura 4.** Distribuição da amostra por escolaridade



**Figura 5.** Distribuição da amostra por renda individual mensal, em salários mínimos



**Figura 6.** Distribuição da amostra segundo o tempo de freqüência no grupo da terceira idade

Os resultados demonstram diferença significativa entre os gêneros em relação ao estado civil, tendo maior freqüência de casados entre os homens e de viúvos entre as mulheres ( $p= 0,08$ ); maior freqüência em morar com cônjuge entre os homens ( $p= 0,004$ ); e maior tempo de participação no grupo entre as mulheres ( $p= 0,009$ ).

Entre os sujeitos com 80 anos ou mais foi encontrada maior freqüência de viúvos ( $p= 0,007$ ) e morar com cônjuge foi mais comum nos idosos com menos de 80 anos ( $p= 0,02$ ). O grupo com 70 anos ou mais apresentou maior freqüência de pensionistas ( $p < 0,001$ ) e maior freqüência de perda de peso ( $p= 0,014$ ).

## **Instrumentos**

Os dados foram coletados por meio de uma ficha de identificação dos participantes, de um questionário de doenças e de sinais e sintomas auto-relatados, da Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D, Radloff, 1977; Batistoni et al., 2007), e do Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI, Voorrips et al., 1991; Mazo et al., 2001).

### **Ficha de identificação dos participantes**

Foram coletadas informações sobre variáveis demográficas (idade, gênero, estado civil, escolaridade e renda individual) (ver Anexo 2).

### **Questionário de doenças e de sinais e sintomas auto-relatados**

O instrumento elaborado para investigar as doenças e sintomas auto-relatados foi construído com base no instrumento utilizado no contexto do SABE - Saúde, bem-estar e envelhecimento, no município de São Paulo (Lebrão e Duarte, 2003), o qual indaga sobre doenças diagnosticadas por médicos e estimula a resposta por meio de uma lista de itens correspondentes às doenças somáticas mais prevalentes na velhice. As doenças selecionadas foram: pressão alta; diabetes; problema cardíaco; tumor maligno; embolia/ derrame; doença pulmonar crônica; artrite/ artrose/ reumatismo e osteoporose (SABE, 2003) e depressão, que foi julgada como informação relevante nesta amostra. Igualmente, o questionário indaga sobre a presença de sinais e sintomas associados à hipertensão e ao diabetes no último ano, bem como sobre dor, quedas e problemas de memória, entre outros itens dos quais uma parte foi selecionada para figurar nesta pesquisa por serem covariáveis de sintomas depressivos (ver Anexo 3).

### **Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D)**

Para a avaliação dos sintomas depressivos foi aplicada a *Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D)* desenvolvida por Radloff (1977) e validada no Brasil por Batistioni et al. (2007) (a escala na íntegra está no Anexo 4).

A *CES-D* investiga os sintomas depressivos vividos na semana anterior à entrevista. Contém vinte itens sobre humor, sintomas somáticos, interações com os outros e funcionamento motor. As respostas são em escala de quatro pontos (nunca ou raramente = 0, poucas vezes = 1, na maioria das vezes = 2 e sempre = 3). O escore final varia de zero a sessenta pontos e o ponto de corte para identificar sintomas depressivos em idosos brasileiros é >11, conforme já descrito.

### **Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI)**

Para avaliação do nível de atividade física habitual foi utilizado o *Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI)* de Voorrips et al. (1991), validado no Brasil por Mazo et al. (2001) (Anexo 5). O *QBMI* é administrado na forma de entrevista e solicita auto-relato sobre as atividades realizadas nos últimos 12 meses. Engloba três domínios de atividades físicas: *trabalhos domésticos*, *atividades esportivas* e *atividades em tempo de livre*. O domínio *trabalhos domésticos* aborda 10 questões, as respostas variam de muito ativo a inativo e o escore é obtido através da média das respostas das questões. Os domínios *atividades esportivas* e *atividades em tempo de lazer* abordam o tipo, a intensidade, as horas semanais e os meses do ano no qual a atividade foi realizada. O código de intensidade de Bink et al. (1966) utilizado no artigo original de Voorrips et al. (1991) e traduzido por Corazza (2003) foi usado para classificar cada atividade de acordo com o gasto energético (Anexo 6). O código adota a seguinte categorização:

- *Intensidade do exercício*: de acordo com a postura e os movimentos do corpo realizados durante a atividade. Por exemplo: andar de bicicleta corresponde ao item *caminhando*, *movimentos do corpo*, *pedalando*, *nadando*, que recebe o valor de 1,890.

- *Horas por semana*: relativo às horas semanais despendidas com o exercício. Por exemplo: realizou 6 horas de exercício por semana, corresponde ao valor 6,5.

- *Período do ano*: considera os meses do ano nos quais o sujeito realizou o exercício físico. Por exemplo: realizou a atividade durante 10 meses, corresponde ao código 0,92.

### Instruções para calcular a pontuação do QBMI

O cálculo do questionário é realizado por domínios e a soma dos escores de cada domínio resulta no escore total de AFH.

Para o cálculo da seção *trabalhos domésticos* é necessário somar os valores das questões e depois dividir por 10 ( $Q1+Q2+Q3+\dots+Q10/10$ ); para a seção de *atividades esportivas*, deve-se multiplicar os valores de intensidade, horas por semana e período do ano ( $a \times b \times c$ ) (segundo o código de intensidade, anexo 6). Se houver mais de uma modalidade, deve-se fazer o mesmo e depois somar os resultados ( $a \times b \times c$ ) + ( $a \times b \times c$ ). O cálculo deve ser feito para quantas modalidades esportivas o indivíduo realizar. Para o escore das *atividades realizadas em tempo livre*, devem-se seguir os mesmos passos.

*Exemplo:*

#### *I. Pontos das atividades domésticas*

A soma dos valores das respostas das 10 primeiras questões. Se as respostas de uma pessoa são como segue (número da questão: valor da resposta): 1:2, 2:2, 3:2, 4:3, 5:1, 6:3, 7:1, 8:1, 9:1, 10:1, a soma dos valores das respostas seria  $2+2+2+3+1+3+1+1+1+1 = 17$ . A pontuação dos trabalhos domésticos seria então  $17/10 = 1,7$ .

#### *II. Pontos de atividades esportivas* (ver tabelas de códigos – Anexo 5)

##### a) Boliche

Intensidade: O código é 0,890 (do n. 6: em pé, movimentos corporais e andar).

Horas/ semana: 1 - 2 horas/ semana. Isso seria codificado como 1,5.

Meses/ ano: 6 meses/ ano. Isso seria codificado como 0,42.

##### b) Natação

Intensidade: O código é 1,890.

Horas/ semana: 2 - 3 horas/ semana. Isso seria codificado como 2,5.

Meses/ ano: 10 meses/ ano. Isso seria codificado como 0,92.

Pontuação das ativ. esportivas:  $(0,89 \times 1,5 \times 0,42) + (1,89 \times 2,5 \times 0,92) = 0,561 + 4,347 = 4,91$

### *III. Pontos das atividades de tempo livre*

Obs) Essa pontuação é calculada da mesma forma do escore de esporte, usando os mesmos códigos para intensidade e duração.

#### a) Fazer tricô

Intensidade: o código é 0,297 (do n. 2: sentado, movimento de mãos ou braços).

Horas/ semana: 10 horas/ semana. Isto seria codificado como 8,5.

Meses/ ano: 12 meses/ ano. Isso seria codificado como 0,92.

Pontuação das atividades de tempo livre:  $(0,297 \times 8,5 \times 0,92) = 2,32$

Pontuação total do questionário = trabalhos domésticos + ativ. esportivas + ativ. de tempo livre

$$1,70 + 4,91 + 2,32 = \underline{8,93}$$

Apesar de classificar os sujeitos em três domínios de atividades, o QBMI não apresenta uma nota de corte, o que permitiria classificar a amostra em níveis, como por exemplo, mais ativos e menos ativos. Com o objetivo de mensurar o nível de atividade física, especialmente no domínio exercício físico, optou-se em utilizar os critérios da ACSM para classificar os sujeitos segundo a intensidade, frequência e duração do exercício.

### **Classificação do Exercício Físico em três níveis, segundo critérios da *American College of Sports Medicine***

Segundo a recomendação de atividade física para promoção de saúde do *Center for Disease Control* e da *American College of Sports Medicine (ACSM)* os sujeitos foram classificados em três níveis: *sedentários*, *irregularmente ativos* e *ativos*. Essa classificação foi baseada no estudo de Matsudo et al. (2003), que classificaram os sujeitos em cinco categorias, considerando os quatro domínios da atividade física: no trabalho, durante o deslocamento, nas

tarefas domésticas e nos esportes. O QBMI aborda diferentes domínios da atividade física, entretanto devido a limitações do instrumento, somente as informações do domínio *atividades esportivas* foram utilizadas para a classificação em três níveis. Os domínios *trabalhos domésticos* e *atividades de lazer* não foram considerados para essa classificação.

Devido ao tamanho da amostra, neste estudo optou-se por usar a classificação em três níveis:

- *Ativos*: Pessoas que realizam atividade vigorosa por três dias ou mais na semana, com duração de 20 minutos ou mais por sessão, e/ou realizam atividade moderada ou caminhada por 5 dias ou mais na semana, com duração de 30 minutos ou mais por sessão e/ou qualquer atividade somada por 5 dias ou mais na semana, somando 150 minutos semanais.

- *Irregularmente ativos*: Aqueles que realizam atividade física, porém insuficiente para serem classificados como ativos. Podem enquadrar-se em um dos critérios de frequência ou de duração do exercício, porém não atingem as exigências de ambos (frequência e duração) para que as pessoas possam ser categorizadas como ativas.

- *Sedentários*: Indivíduos que não realizam nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana.

A classificação foi realizada após a coleta de dados, utilizando as respostas obtidas no domínio *Atividades Esportivas* do QBMI. Foram analisados o tipo, a frequência e a duração da atividade para posteriormente realizar a classificação.

Caminhada, lian gong, ioga, alongamento e hidroginástica foram consideradas atividades moderadas e condicionamento físico, vôlei e ciclismo foram consideradas vigorosas.

## **Procedimento**

O contato inicial com os idosos foi realizado em julho de 2007, por meio de uma antiga coordenadora (frequentadora do grupo e funcionária da prefeitura), que cuidava da organização e da preparação das atividades. Com o objetivo de realizar o primeiro encontro com

o grupo e conhecer os frequentadores, foram ministradas duas palestras com temas sugeridos pelos idosos.

Depois, os participantes foram recrutados no *Parque Ecológico*, local de encontro do grupo, durante todos os dias de atividade dos frequentadores, sendo que todos os integrantes foram convidados a participar da pesquisa. Os idosos foram abordados antes do início das atividades, por meio de apresentação dos objetivos do estudo e dos aspectos éticos da pesquisa tais como o caráter voluntário da participação, a possibilidade de abandono da pesquisa a qualquer momento e o direito ao sigilo dos dados individuais. Após a explicação, foi feito o convite para participar.

A coleta de dados foi realizada logo após o recrutamento dos sujeitos, no período de dezembro de 2007 a abril de 2008 (de terças a sextas-feiras) em uma das salas do *Parque Ecológico*. Os quatro questionários: *Ficha de Identificação dos Sujeitos*, *Questionário de Doenças e de Sinais e Sintomas Auto-Relatados*, *Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D, Radloff, 1977; Batistoni et al., 2007)*, e o *Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI, Voorrips et al., 1991; Mazo et al., 2001)* foram respondidos em sessão única.

### **Aspectos éticos**

Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Foram mantidas em sigilo todas as informações pessoais dos sujeitos, os quais foram informados dos procedimentos, dos objetivos, do caráter sigiloso, voluntário e gratuito da participação, do fato de o estudo não oferecer riscos à integridade física e mental dos participantes e da possibilidade de abandonar a pesquisa a qualquer momento. Foram convidados a assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo 7), conforme as normas do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Unicamp, Processo N° 3523.0.000.146-07, tendo sido respeitados os princípios enunciados na declaração de Helsinki, 2000 e a Resolução 196 CNS.

## RESULTADOS

Para descrever o perfil da amostra segundo as variáveis gênero, idade, renda, estado de saúde, atividades físicas habituais e sintomas depressivos, foram feitas tabelas de frequência com valores de frequência absoluta (n) e percentual (%), e estatísticas descritivas. Para comparação das variáveis entre grupos foram utilizados os testes Qui-Quadrado ou exato de Fisher (para valores esperados menores que 5), o teste de Mann-Whitney ou o de Kruskal-Wallis, o primeiro para duas amostras independentes e o segundo para três ou mais. Para analisar a relação entre as distribuições das variáveis duas a duas, foi utilizado o teste de correlação de postos de Spearman.

Para analisar a relação conjunta entre as variáveis principais e visando-se à formação de perfis foi utilizada a análise de conglomerados (*Cluster Analysis*), pelo método da partição. A fim de explorar melhor as relações entre as variáveis, foram feitas análises fixando o número de conglomerados em 2, 3 e 4 grupos. Todas as variáveis foram padronizadas, para evitar diferenças de magnitude de escalas.

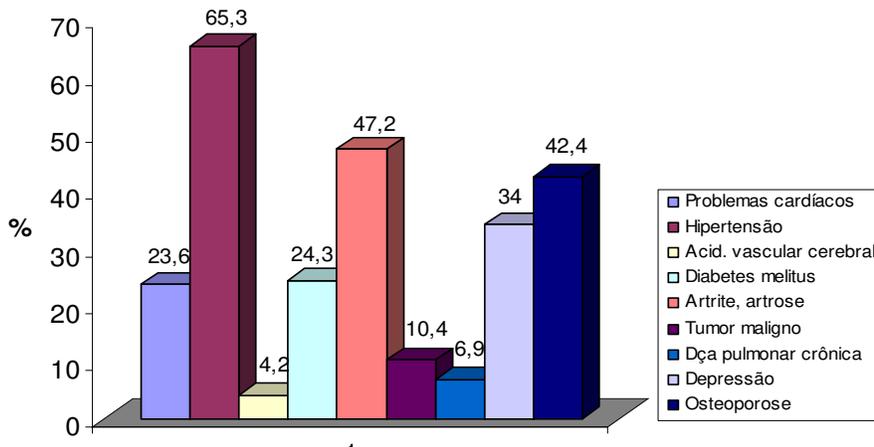
Para estudar os fatores associados aos sintomas depressivos foi utilizada a análise de regressão logística, com modelos univariado e multivariado e critério *Stepwise* de seleção de variáveis. O nível de significância adotado para os testes estatísticos foi de 5% ou seja,  $p < 0,05$ .

Primeiramente serão apresentados os resultados das análises univariadas e bivariadas para as variáveis doenças auto-relatadas, atividade física habitual e sintomas depressivos. Em seguida, aparecerão os dados sobre as relações das três variáveis entre si (conglomerados e regressão multivariada).

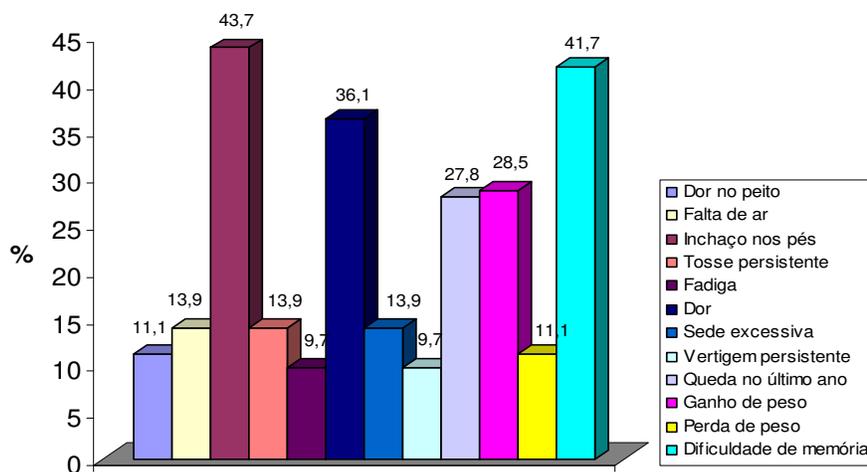
### Doenças Auto-Relatadas

Entre os entrevistados 49,3% relataram ter 3 doenças ou mais sendo as mais comuns: hipertensão (65,3%), artrite ou artrose (47,2%), osteoporose (42,4%), depressão (34%) e diabetes (24,3%). A média de doenças por sujeito foi 2,58. As queixas ou sintomas auto-relatados mais

freqüentes foram: inchaço nos pés e tornozelos (43,7%), dificuldade de memória (41,7%) e dor em alguma parte do corpo (36,1%). Detalhes do tratamento descritivo no anexo 1. As Figuras 7 e 8 apresentam o percentual de cada doença e sintoma auto-relatados pela amostra.



**Figura 7.** Doenças auto-relatadas pela amostra



**Figura 8.** Sinais e sintomas auto-relatados pela amostra

Em relação ao número de doenças auto-relatadas, houve diferença significativa entre os gêneros ( $p= 0,029$ ), sendo que as mulheres apresentaram maior média ( $M= 2,65$ ) do que os homens ( $M= 1,5$ ). 48,5% das mulheres e 87,5% dos homens relataram ter de 0 à 2 doenças e 51,5% das mulheres e 12,5% dos homens relataram de 3 à 6 doenças.

## **Atividades Físicas Habituais**

A variável *atividades físicas habituais* foi tratada em seus três domínios (trabalhos domésticos, atividades esportivas e atividades de lazer).

### **Trabalhos domésticos**

A pontuação desse domínio variou entre 0,37 e 3,12 pontos (M= 1,84).

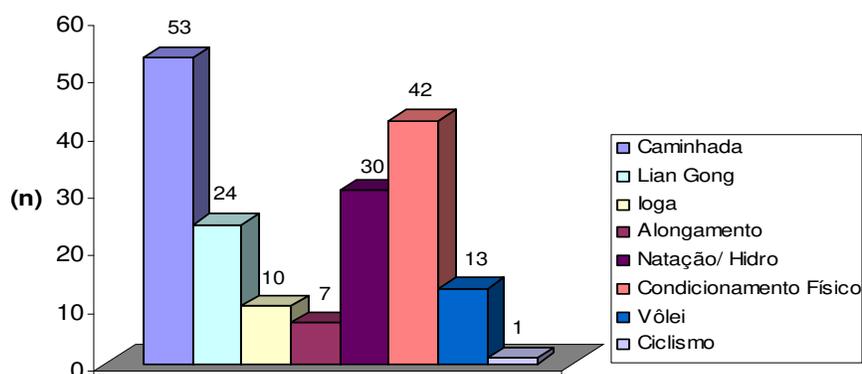
Em relação a esta variável, 79,2% dos idosos relataram realizar trabalhos domésticos leves, como lavar a louça e tirar o pó, *sempre, sozinho ou com ajuda* e 54,2% relataram realizar trabalhos domésticos pesados, como lavar janelas e pisos, *frequentemente ou sempre*.

Entre os entrevistados, 78,5% *cozinham ou ajudam no preparo* três vezes ou mais na semana. Sessenta e nove por cento saem para fazer compras pelo menos uma vez por semana, e entre esses, 41% fazem compras de carro, 9,7% de ônibus e 36,8% a pé.

A forma de deslocamento dentro da cidade foi equilibrada, sendo que 37,5% utilizam o carro, 31,9% se deslocam a pé e 30,6% fazem uso de transporte público.

### **Atividades esportivas**

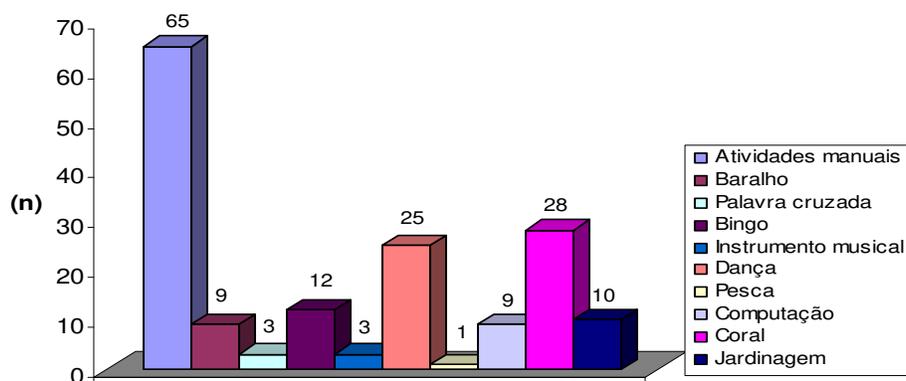
Todos os exercícios físicos relatados pelos sujeitos foram classificados. A pontuação média foi de 4,36, variando entre 0 e 32,88. O exercício mais frequente entre os idosos foi caminhada (36,8%), seguido por condicionamento físico (29,2%). A Figura 9 apresenta os esportes praticados e o número de idosos em cada modalidade.



**Figura 9.** Número de praticantes em cada modalidade esportiva mencionada pelos idosos

### Atividade de lazer

Da mesma forma, no domínio das atividades de lazer, foram listadas todas as atividades mencionadas pelos participantes. Atividades como artesanato, pintura, bordado, crochê e tricô foram reunidos em um único grupo chamado de atividades manuais. Essas atividades foram as de maior frequência neste domínio, sendo praticadas por 45,1% dos sujeitos. A pontuação variou entre 0 e 6,41 (M= 1,45). Na Figura 10 observa-se as atividades de lazer realizadas e suas frequências.



**Figura 10.** Atividades de lazer realizadas na amostra e o número de idosos em cada atividade

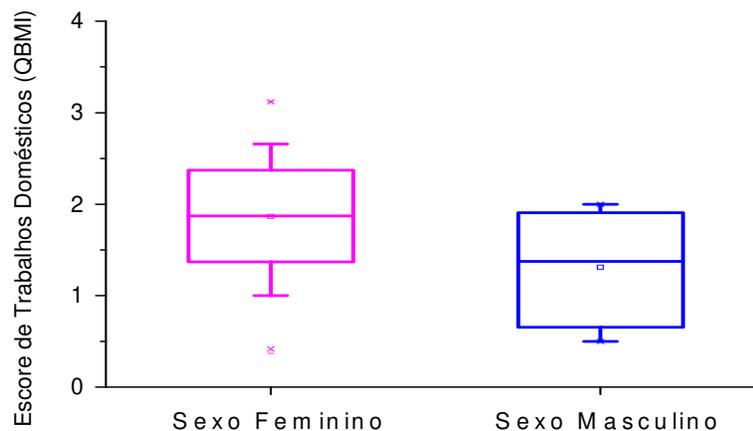
### Atividade física habitual total

A pontuação total do Questionário de Atividade Física Habitual, ou seja, a soma dos três domínios (trabalhos domésticos, atividades esportivas e atividades de lazer) variou entre 0,37 (sujeito com a menor pontuação) a 38,29 (sujeito com a maior pontuação). A pontuação média dos sujeitos foi de 7,64.

### Classificação do exercício físico em três níveis

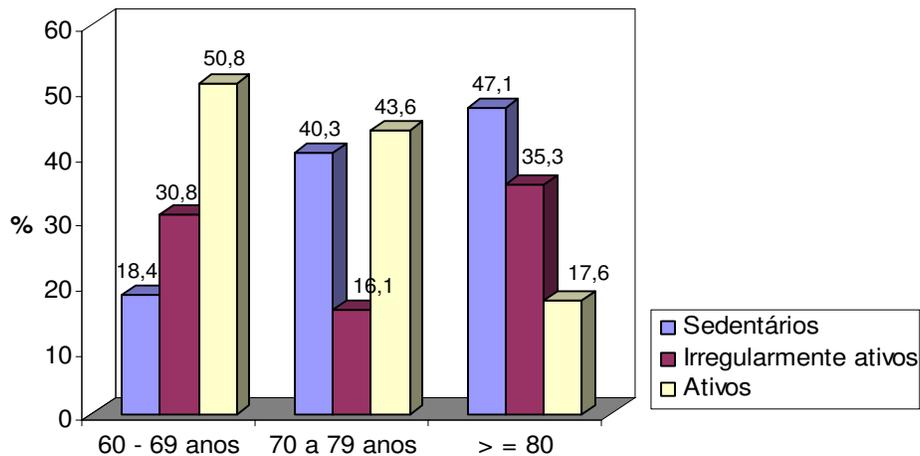
Em relação aos três níveis de exercício físico (sedentários, irregularmente ativos e ativos), 43,7% da amostra foi considerada ativa, 25% irregularmente ativa e 31,3% sedentária. 41,9% das mulheres e 75% dos homens eram ativos e 32,5% das mulheres e 12,5% dos homens sedentários. No Anexo 1 encontram-se os resultados da análise descritiva da atividade física habitual em sua íntegra.

Nas comparações dos dados da atividade física pelo critério de gênero, foi observada diferença significativa entre os gêneros apenas para o escore do domínio trabalhos domésticos no QBMI, sendo maiores os escores no sexo feminino ( $p= 0,025$ ). A Figura 11 apresenta a distribuição desses dados.

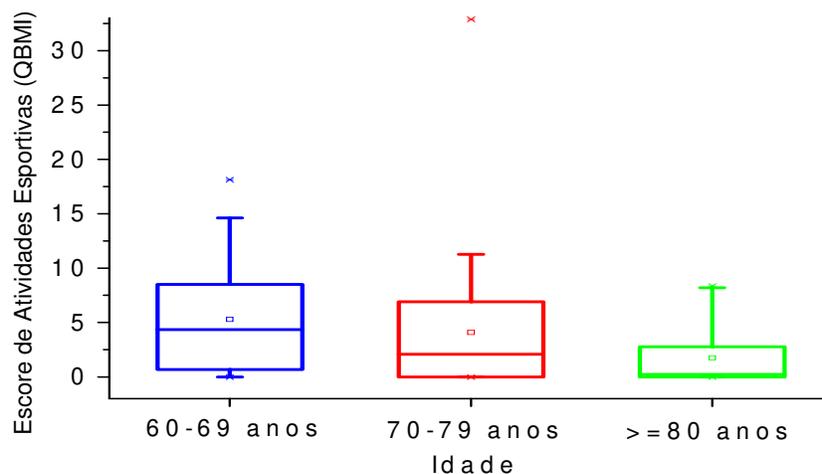


**Figura 11.** Distribuição dos escores de trabalhos domésticos entre homens e mulheres

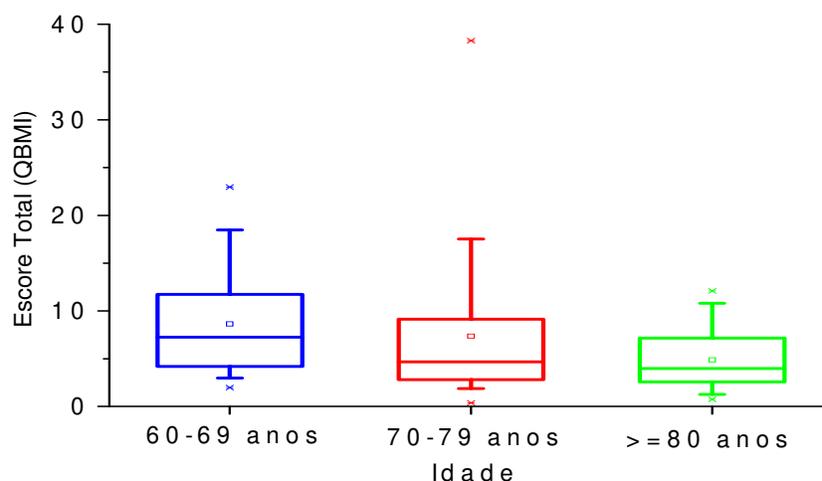
Nas comparações por idade, o grupo com menos de 70 anos apresentou maior frequência de ativos ( $p= 0,01$ ), sendo que dos 63 sujeitos considerados ativos, 33 (50,8%) tinham entre 60 e 69 anos; 27 (43,6%) entre 70 e 79 anos e 3 (17,6%) 80 anos ou mais. Nesse mesmo grupo (60-69 anos) foram encontrados maiores escores no domínio atividades esportivas ( $p= 0,008$ ) e no escore total do QBMI ( $p= 0,013$ ). Menores valores do escore total do QBMI foram encontrados entre os idosos mais velhos. As Figuras 12, 13 e 14 apresentam as distribuições do nível de atividade física segundo a idade.



**Figura 12.** Classificação dos três níveis de atividade física entre os sujeitos da amostra segundo as faixas de idade



**Figura 13.** Distribuição dos escores do domínio das atividades esportivas às idades



**Figura 14.** Distribuição da pontuação total em atividades físicas habituais às idades

### Sintomas depressivos

A prevalência de idosos com sintomas depressivos, ou seja, a porcentagem de participantes que pontuaram acima do escore 11 na *CES-D* foi de 33,3%. A média dos sintomas depressivos por sujeito foi de 10,05 (DP = 8,29). O escore médio entre as mulheres foi 10,10 (DP= 8,4) e entre os homens a média alcançada foi de 9,13 (DP= 6,4). A faixa etária de maior percentual foi a de 60 e 69 anos (40%), seguida pela faixa de 70 a 79 anos (30,6%) e 80 anos ou mais (17,6%). Não houve diferença significativa entre os gêneros e entre as idades. Os dados da análise descritiva desta variável encontram-se no Anexo 1.

Os testes Qui quadrado, Exato de Fischer e Mann-Whitney revelaram que os idosos que pontuaram acima da nota de corte na *CES-D* apresentaram:

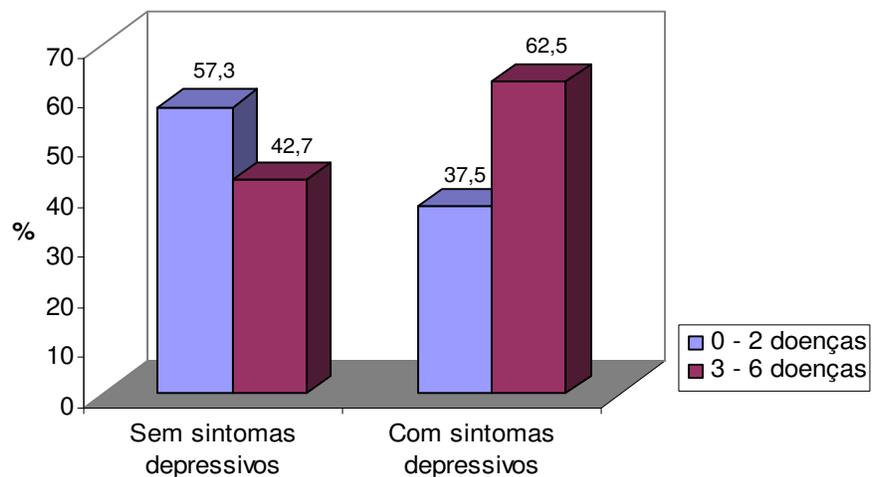
- Maior número de doenças, sendo que 62,5% dos com sintomas depressivos relataram três ou mais doenças contra 42,7% dos idosos sem sintomas depressivos ( $p= 0,025$ ).
- Maior frequência de depressão auto-relatada. Entre os sujeitos com sintomas depressivos, 50% relataram que tem ou já tiveram depressão diagnosticada por médico ( $p= 0,004$ )

- Maior frequência de sintomas auto-relatados como dor no peito ( $p= 0,009$ ), falta de ar ( $p< 0,001$ ), vertigem ( $p= 0,003$ ), fadiga ( $p< 0,001$ ), tosse ( $p= 0,006$ ) e dificuldade de memória ( $p< 0,001$ ).

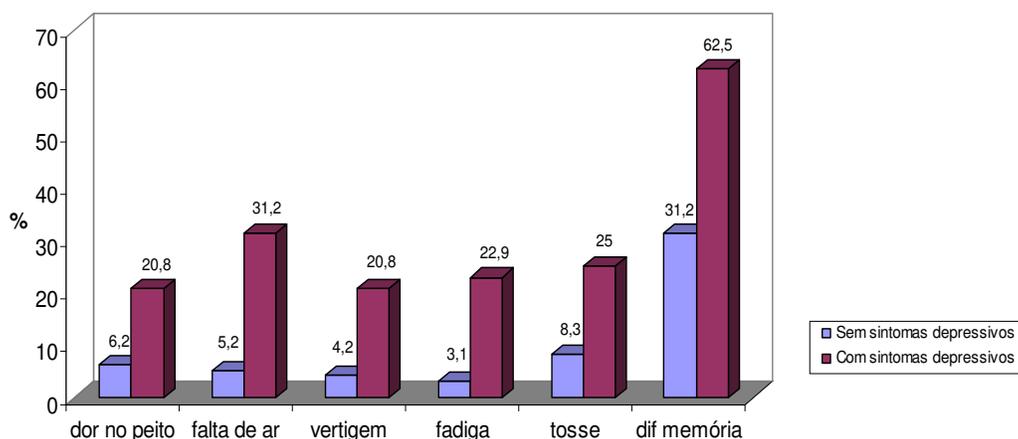
- Escores mais altos em atividades manuais (do domínio atividades de lazer do QBMI) ( $p= 0,014$ ).

- Menor participação em atividades ou trabalhos voluntários ( $p= 0,024$ ). Vinte e quatro por cento dos sujeitos sem sintomas depressivos realizavam algum tipo de trabalho voluntário contra 8,3% dos sujeitos com sintomas depressivos.

Na Figuras 15 e 16 pode-se observar o número de doenças e a frequência dos sintomas auto-relatados entre os sujeitos *com* sintomas depressivos e *sem* sintomas depressivos. Os dados na íntegra podem ser vistos no Anexo 8.



**Figura 15.** Frequência de doenças entre os idosos sem e com sintomas depressivos



**Figura 16.** Frequência de sintomas auto-relatados nos grupos com e sem sintomas depressivos

Os testes estatísticos com os quais essas mesmas variáveis foram comparadas entre si revelaram a ocorrência das seguintes diferenças estatisticamente significantes na amostra total:

- Na relação entre idade com atividades esportivas e atividade física habitual total, os mais velhos apresentaram menores escores no domínio *atividades esportivas* ( $p= 0,0001$ ) e menores escores totais no QBMI ( $p= 0,0002$ ).

- Na relação entre número de doenças e os escores na *CES-D* e no *QBMI*. O número de doenças foi mais alto entre os mais deprimidos ( $p= 0,0002$ ) e entre os que tiveram menores escores em atividades esportivas ( $0,0258$ ) e em atividade física habitual total ( $p= 0,0189$ ).

- Os idosos com escores altos em *atividades esportivas* também apresentaram escores altos em trabalhos domésticos ( $p= 0,0133$ ).

Esse mesmo tratamento foi realizado comparando a amostra por gênero e faixas de idade. Entre as mulheres ( $n= 136$ ) os resultados foram os mesmos. Quando considerados somente os homens ( $n= 8$ ) as relações observadas acima não foram significativas. Foi observada somente associação significativa entre maior número de doenças e menor escore no domínio *trabalhos domésticos* ( $p= 0,0029$ ).

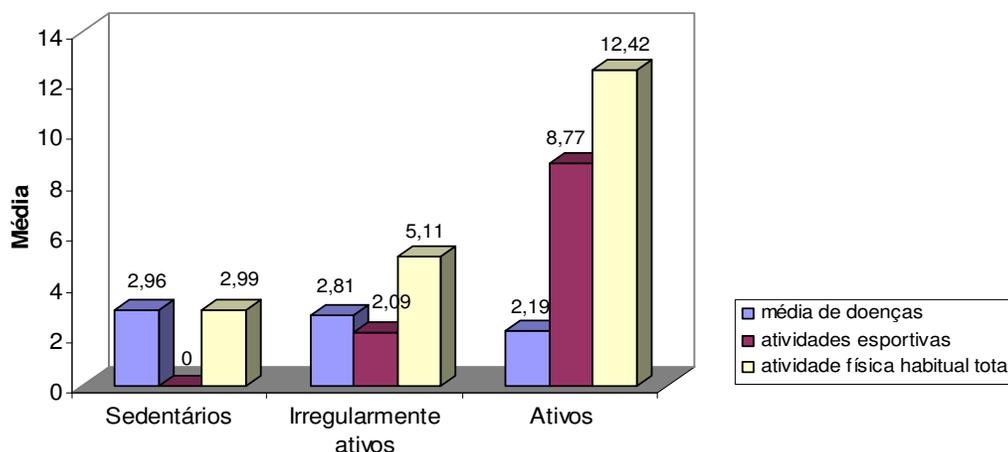
Entre as faixas de idade foram encontradas algumas associações significativas distintas. Entre 70 e 79 anos foi observada associação entre sintomas depressivos, trabalhos

domésticos, esportes e atividade física habitual total, sendo que os mais deprimidos pontuaram menor nos domínios descritos e no escore total do QBMI (Detalhes no anexo 9).

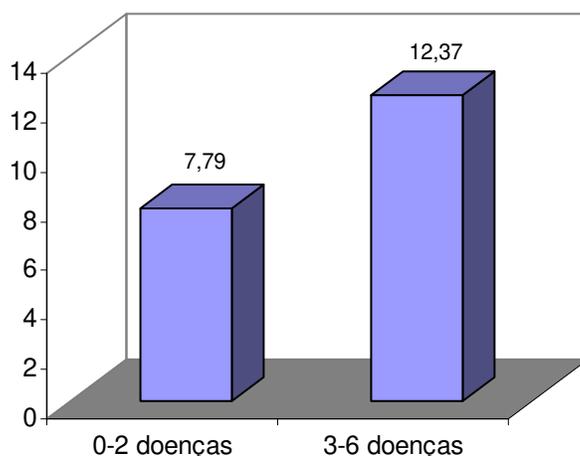
Foi realizada a análise comparativa dos escores do *QBMI* e da *CES-D* entre os idosos agrupados segundo o critério de nível de atividade física (*sedentários, irregularmente ativos e ativos*) e segundo o número de doenças (0-2 e 3-6). Os resultados foram:

- A média de atividade física habitual total encontrada entre os sedentários, irregularmente ativos e ativos foi de 2,99; 5,11 e 12,42 respectivamente. Os sedentários, que apresentaram menor pontuação em *esportes* ( $p, 0,001$ ) e menor pontuação em *atividade física habitual total* ( $p < 0,001$ ), apresentaram maior número de doenças ( $p = 0,025$ ). A Figura 17 apresenta dados das variáveis: doenças, atividade esportiva e atividade física habitual total entre os sedentários, irregularmente ativos e ativos.

- A comparação dos escores do *QBMI* e da *CES-D* com o número de doenças também resultou em diferença significativa. Os sujeitos com maior número de doenças (3-6) apresentaram escores mais altos na *CES-D* ( $p = 0,005$ ). Na Figura 18 observa-se a média da pontuação dos sintomas depressivos entre o grupo com menos e com mais doenças. No Anexo 10 encontra-se a tabela de dados com o tratamento comparativo detalhado.



**Figura 17.** Distribuição das médias em número de doenças, atividades esportivas e atividade física habitual total (escore total do QBMI) entre os idosos agrupados conforme o nível de atividade física



**Figura 18.** Escores médios na CES-D conforme o número de doenças auto-relatadas

### **Relações conjuntas entre as variáveis**

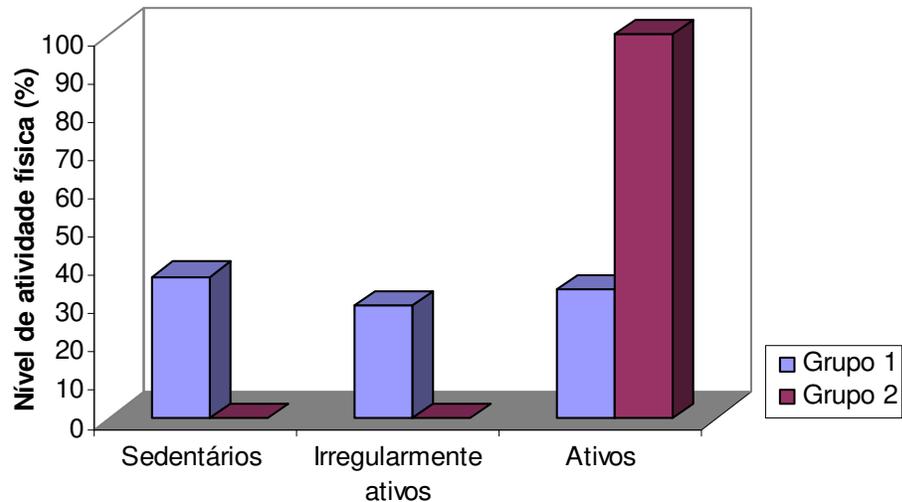
Para analisar a relação conjunta entre as variáveis gênero, idade, renda, doenças auto-relatadas, sintomas depressivos (CES-D), atividade física habitual (*QBMI*) e nível de atividade física foi primeiro feita uma análise de conglomerados ou agrupamento (*Cluster Analysis*). Usando a distância entre os indivíduos, segundo as variáveis de interesse, são formados grupos de modo que a distância entre os sujeitos de um mesmo conglomerado seja mínima, e a distância entre os centros dos conglomerados seja a maior possível. Os conglomerados podem ser formados por métodos hierárquicos e por métodos de partição. Devido ao tamanho da amostra, o método hierárquico mostrou-se inviável, tendo-se optado pelo método de partição com dois grupos. Trata-se de análise exploratória e portanto descritiva, não comparativa.

A análise identificou as seguintes associações nos dois grupos distintos:

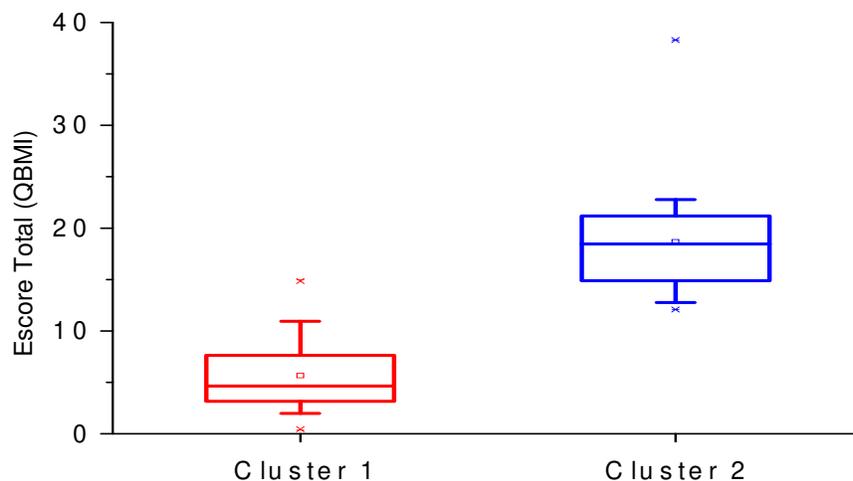
- Grupo 1: Formado por idosos com maior número de doenças (53,3% relataram 3 ou mais doenças), maior frequência de sintomas depressivos (38,5% pontuaram > 11 na CES-D, sendo considerados com sintomas depressivos), nível mais baixo de atividade física (66,4% eram sedentários ou irregularmente ativos) e escores mais baixos nos domínios trabalhos domésticos, atividades esportivas e atividades de lazer e em atividade física habitual total do *QBMI*.

- Grupo 2: Formado por idosos com menor número de doenças (72,7% relataram de 0-2 doenças), menor frequência de sintomas depressivos (95,4% pontuaram < 12 na *CES-D*, sendo considerados *sem* sintomas depressivos), nível mais alto de atividade física (100% eram ativos) e escores mais altos nos três domínios e no escore total do QBMI (M= 18,65).

As Figuras 19 e 20 apresentam os dados dos dois grupos as variáveis de interesse. Os dados resultantes da análise de conglomerados encontram-se no Anexo 11.



**Figura 19.** Distribuição dos sujeitos de acordo com os níveis de atividade física nos grupos estabelecidos pela análise de conglomerados



**Figura 20.** Distribuição do escore total em atividade física habitual avaliada pelo QBMI nos dois grupos resultantes da análise de conglomerados

Como a análise de conglomerados é apenas uma técnica exploratório-descritiva e não oferece informação sobre razão de risco, julgou-se interessante submeter os dados à análise de regressão multivariada.

A seguir apresentam-se os resultados da análise de regressão logística multivariada (com critério *Stepwise* de seleção de variáveis) para estudar a relação das variáveis de interesse com a presença de sintomas depressivos (CES-D). Algumas variáveis numéricas foram categorizadas em três faixas conforme os valores dos tercís, para melhor visualização da relação entre variáveis antecedentes e a variável resposta (categorização por tercís no anexo 12).

Essa análise revelou que as variáveis número de doenças, escore em *atividades esportivas* do *QBMI* e idade foram conjuntamente significativas como fatores preditivos para presença de sintomas depressivos: os idosos com 3 a 6 doenças têm 2,2 vezes mais chance de apresentar sintomas depressivos do que os com 0 a 2 doenças ( $p=0,046$ ); os idosos com escores intermediários e baixos em *atividades esportivas* têm, respectivamente, 3,4 e 3,8 vezes mais chance para apresentar sintomas depressivos que os com escores altos ( $p= 0,022$  e  $p= 0,021$ ), e os idosos com idade entre 60 e 69 anos têm 4,3 vezes mais chance de apresentar sintomas depressivos do que os com idade entre 70 e 79 anos e com 80 ou mais anos ( $p= 0,043$ ). A Tabela 1 apresenta os resultados da análise de regressão multivariada para sintomas depressivos.

**Tabela 1.** Análise de regressão logística multivariada para sintomas depressivos

Variáveis Seleccionadas*	Categorias	Valor-P	OR**	IC 95% OR
Número de Doenças	0-2		1.00	---
	3-6	<b>0.046</b>	2.15	1.02 – 4.55
Escore de Atividades Esportivas (QBMI)	>Q3 (Alto)		1.00	---
	Q1-Q3 (Médio)	<b>0.022</b>	3.41	1.20 – 9.71
	<Q1 (Baixo)	<b>0.021</b>	3.84	1.23 – 12.00
Idade	≥80 anos		1.00	---
	70-79 anos	0.294	2.11	0.52 – 8.51
	60-69 anos	<b>0.043</b>	4.28	1.05 – 17.53

\* Sem Sintomas Depressivos (n=96); Com Sintomas Depressivos (n=48). Critério *Stepwise* de seleção de variáveis.

\*\* OR=Razão de risco para Sintomas Depressivos; IC95% OR=Intervalo de 95% de confiança para OR.

## DISCUSSÃO

Os sintomas depressivos envolvem aspectos de natureza biológica, psicológica e social e ocasionam forte impacto funcional na vida dos indivíduos. Por esse motivo, a sintomatologia depressiva é considerada um risco para alterações patológicas no curso do desenvolvimento e do envelhecimento. A literatura diverge quanto ao aumento ou à redução da depressão na população idosa, em comparação com as de outras idades. Porém, considerando-se que a probabilidade de ocorrência de depressão cresce na presença de condições que anulam ou limitam o acesso a atividades que promovem satisfação e bem-estar, e que, durante o envelhecimento, ocorrem de forma mais evidente os declínios físicos, psicológicos e sociais, compreende-se que os idosos podem ser mais expostos à depressão.

A limitação na realização de atividades funcionais pode ser ocasionada ou potencializada pela redução do nível de atividade física habitual. A atividade física é um recurso essencial ao estado geral de saúde do ser humano, atuando na manutenção das capacidades funcionais, na prevenção de doenças crônicas e no tratamento primário ou secundário de alguns distúrbios. Por isso, o exercício físico é apontado como uma das melhores estratégias de intervenção em saúde pública pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

Estudos sobre a relação entre atividade física e sintomas depressivos contribuem para o planejamento de estratégias de intervenção em benefício da população que apresenta tais sintomas, possibilitando um leque de opções de prevenção e tratamento para a sintomatologia depressiva. É importante investigar os tipos e níveis de atividade física, que podem ser indicadores de funcionalidade e boa saúde ou indicadores de inatividade, sintomas depressivos e doenças crônicas, antes que as limitações nas atividades diárias, práticas e instrumentais se evidenciem. Isso se torna relevante visto que a depressão, segundo dados da OMS, poderá ser, no futuro, a segunda maior causa de doenças crônico degenerativas nos idosos.

Neste trabalho pretendeu-se buscar relações entre estados depressivos e eventos de alta probabilidade de ocorrência na velhice. É interessante examinar relações entre o nível de atividade física habitual, e as doenças auto-relatadas, devido à associação entre estas, a redução da atividade, aumento do número de doenças e a sintomatologia depressiva.

A redução da atividade física habitual na velhice é conhecida e apontada na literatura como aspecto contribuinte ou predisponente para a sintomatologia depressiva (Lampinem et al., 2000; Matsudo et al., 2002; Van Gool et al., 2003; Fukukawa et al., 2004; Gazalle et al., 2004). Essa associação parece ser mediada pelo maior risco de incapacidade ao qual os idosos que diminuem suas atividades habituais estão sujeitos. Entretanto, é importante ter cautela para estabelecer a direção da causalidade entre esses dois fenômenos, visto que o surgimento dos sintomas depressivos pode ser responsável pela falta de disposição e a conseqüente redução das atividades físicas habituais dos idosos (Van Gool et al., 2003). A variável doenças e sintomas auto-relatados foi eleita por ser comumente associada à sintomatologia depressiva e à redução da atividade física, principalmente na velhice. Lampinem et al. (2000) e Duarte e Rego (2007) observaram que idosos com três ou mais condições crônicas apresentaram maior risco para depressão. A adoção de estilo de vida sedentário e de hábitos prejudiciais à saúde contribui para o surgimento dessas doenças, que interagem com a depressão.

Gênero e idade foram as variáveis escolhidas para fazer as comparações pelo fato de resumirem a influência de muitas outras que se expressam ao longo do curso da vida e na velhice de modo particular. Segundo Neri (2007) ambas são consideradas importantes variáveis antecedentes, já que sintetizam fontes de influência, como por exemplo, os marcadores biológicos do desenvolvimento e do envelhecimento, a plasticidade comportamental, a resiliência biológica e psicológica, as oportunidades educacionais, as formas de socialização, os papéis sociais e a vivência de eventos não normativos no curso da vida. Pode-se afirmar que gênero e idade atuam como indicadores de trajetórias de vida possíveis entre os idosos. Camarano et al. (2007) ressaltam que homens e mulheres apresentam peculiaridades durante o processo de desenvolvimento, e dessa forma vivem e envelhecem de forma diferenciada. As mulheres idosas apresentam maior probabilidade de ficarem viúvas, de terem situação econômica menos favorável e de experimentarem um grau mais elevado de perda de autonomia funcional, enquanto que os homens apresentam maior dificuldade na adaptação após a aposentadoria. Entretanto às mulheres cabe o papel de cuidar dos filhos, do marido, dos pais e sogros enquanto que os homens somente se tornam cuidadores quando não há uma mulher para assumir esse papel. Do mesmo modo, existem várias maneiras de envelhecer e várias etapas na velhice, de modo que a idade pode ser um dos indicadores de qualidade de vida nessa fase da vida. Os idosos mais jovens (60-

69 anos), com boas condições físicas, psicológicas, sociais e econômicas, apresentam grande chance de se manterem ativos e produtivos, enquanto que, os idosos mais velhos (com mais de 80 anos) apresentam maior risco para estresse crônico, fragilidade, incapacidade, morbidades e perdas cognitivas (Baltes e Smith, 2003).

O estudo foi realizado em um grupo de convivência da terceira idade da cidade de Amparo, no qual 94,4% dos sujeitos eram mulheres e 61,8% freqüentavam o grupo há seis anos ou mais. Oliveira et al. (2006), Irigaray e Schneider (2007) investigando cinco grupos de convivência de Taguatinga (DF) e uma universidade para a Terceira Idade no Rio Grande do Sul, respectivamente, encontraram dados semelhantes. Em relação à predominância de mulheres, Debert (2004) relata que, no Brasil, os programas da Terceira Idade mobilizam principalmente o público feminino, sendo que os homens raramente ultrapassam 20% dos freqüentadores. Em contrapartida, diz a autora, nas associações de aposentados, a participação dos homens é majoritária. Conclui a análise dizendo que a principal diferença entre os dois espaços é a forma distinta com que cada um contrapõe estereótipos e discriminações, ou seja, o movimento dos aposentados, no qual predominam homens, é de caráter político e luta pela redistribuição da renda e por direitos sociais, enquanto que nos programas para a Terceira Idade predominam mulheres que buscam mudanças culturais.

A participação mais intensa das mulheres idosas em atividades grupais provavelmente se deve, também, a fatores associados às distintas formas de socialização vividas por mulheres e homens. Durante toda a vida, as mulheres são mais incentivadas e valorizadas a desenvolver habilidades verbais e emocionais que aumentam a sua conectividade, porque se espera que elas se dediquem ao cuidado dos filhos e da família de modo geral. Elas têm mais chance de estabelecer, manter e aprimorar essas capacidades porque estão constantemente expostas a situações que exigem a sua presença. Isso explica em parte porque são mais ligadas à rede familiar e de amigas do que os homens. Outros fatores podem influir na maior probabilidade de as mulheres freqüentarem as atividades para idosos: aposentam-se mais cedo ou nunca trabalharam; muitas são viúvas; atendem aos apelos em favor da libertação das mulheres idosas promovidos pelos grupos de idosos organizados por profissionais de Gerontologia Social e pelas próprias idosas; estão mais livres do jugo doméstico, uma vez que não têm mais filhos pequenos para criar; têm mais saúde e disposição do que idosas de gerações anteriores e são tocadas pela ideologia da

atividade e da ocupação produtiva do tempo livre como promotora de velhice bem sucedida. Os homens iriam menos a centros de convivência e assemelhados, não apenas porque ainda trabalham, porque não sentem necessidade ou porque têm as suas formas próprias de associatividade, mas porque não têm o repertório comportamental e os valores necessários e, principalmente, porque não se identificam com as atividades e a ideologia dos grupos essencialmente femininos.

Nos grupos de convivência, os participantes escolhem e sabem onde e com quem praticam ginástica, coral, bailes, excursões. Além disso, têm oportunidade de dividir a experiência sobre o envelhecimento com um grupo de pessoas de idade similar à sua, grupo esse que é estimulado a valorizar o idoso como indivíduo pensante, ativo e presente na sociedade. Esses aspectos parecem explicar o envolvimento dos idosos nas atividades e o prazer em continuar a participar do grupo mesmo após alguns anos. No grupo da Melhor Idade “Flor da Montanha”, os idosos relataram que antes de freqüentarem o grupo se sentiam solitários e tristes e tinham acesso a pouca informação e cultura em geral. Note-se que, na amostra, 56,2% dos idosos eram viúvos, 31% moravam sozinhos e 77% eram aposentados. A participação em centros de convivência ou universidades abertas leva os idosos a se sentirem mais valorizados socialmente, mais respeitados, com mais autoconfiança, senso de auto-eficácia e produtividade. Esses locais permitem que os idosos expressem o que sentem e pensam, superando a postura assistencialista que tratava dos mesmos como incapacitados socialmente (Scharfstein, 2004). Quando é permitido ao indivíduo desenvolver o conhecimento, as aptidões e a confiança, e se lhe oferece a oportunidade de se expressar livremente e contribuir com seus dons e talentos, ele envelhece com objetivo e paixão (Cusack e Thompson, 1998). Os espaços sociais voltados para idosos, como universidades da Terceira Idade e centros de convivência são responsáveis por realizar intervenção psicossocial pautada nos princípios da educação permanente (Scharfstein, 2004). Esse tipo de educação abre possibilidades de inserção social e favorecem a construção da identidade social do idoso (Machado, 2002).

Em relação ao gênero, uma das características demográficas mais expressivas é o estado conjugal. Considerando-se que, em geral, as mulheres têm maior expectativa de vida do que os homens, que estes se casam mais tardiamente e se casam novamente com maior facilidade, é comum, entre os idosos, o predomínio de casados entre os homens e de viúvas entre as

mulheres (Lebrão, 2003). Neste estudo, foi encontrada maior frequência de casados entre os homens, de viúvas entre as mulheres e maior número de viúvos entre os sujeitos com 80 anos ou mais, resultados semelhantes aos do estudo SABE (2003), da Organização Pan-Americana da Saúde, no qual se observou que, no estado de São Paulo, a proporção de casados é quase o dobro entre os homens e de viuvez é praticamente quatro vezes maior entre as mulheres, além de haver uma redução de 40% de casados entre os mais idosos.

Em relação às comorbidades, 49,3% dos sujeitos apresentaram três ou mais doenças, sendo a hipertensão a de maior prevalência, seguida por artrite e artrose. As mulheres apresentaram mais doenças do que os homens. Esses resultados corroboram os encontrados em estudo de levantamento, realizado por Lebrão e Laurenti (2003), no município de São Paulo, e pelo estudo transversal de Duarte e Rego (2007), em ambulatório de geriatria, onde a hipertensão arterial e a artrose foram as doenças mais frequentes. A hipertensão arterial é apontada como a mais frequente doença crônica não transmissível em todo o mundo e pode levar a complicações diretas ou indiretas (Lebrão e Laurenti, 2003).

A atividade física habitual dos idosos foi avaliada em três domínios. O de trabalhos domésticos refere-se a atividades práticas e instrumentais de vida diária, como limpar a casa, preparar as refeições e fazer compras. Esse domínio indica a independência ou dependência dos sujeitos em realizar tais atividades. Os resultados demonstraram que 79,2% da amostra realizam trabalhos domésticos leves, como lavar a louça e tirar o pó, 78,5% cozinham ou ajudam no preparo da comida na maioria dos dias da semana, 69% fazem compras pelo menos uma vez por semana, e 62,5% se deslocam pela cidade a pé ou de ônibus.

A alta frequência de atividades domésticas pode ser atribuída ao grande número de mulheres, visto que a coorte de pessoas da amostra é de uma geração onde as atividades do lar eram associadas quase que exclusivamente à mulher. Além disso, a maior parte da amostra (53%) apresenta nível de renda de 1 a 3 salários mínimos e 21,5% de menos de 1 salário, o que dificulta a possibilidade de contratar uma terceira pessoa para realizar essas atividades. Em estudo transversal, Benedetti et al. (2008) encontraram resultados semelhantes.

Entre as mulheres, escores altos em atividades esportivas coincidiram com escores altos em trabalhos domésticos, relação que não foi encontrada entre os homens. Esses dados

sugerem que talvez as mulheres mais ativas, teriam maior disposição para realizar as atividades domésticas e vice-versa. A inexistência dessa relação entre os homens talvez se deva ao fato de as atividades do lar raramente serem assumidas por eles. Benedetti et al. (2008) relataram que, entre as mulheres, o domínio que mais contribuiu para os índices de atividade física foi o de trabalhos domésticos e entre os homens foi o de exercício físico. Estudando a relação entre atividade física e qualidade de vida em idosas de 33 centros de convivência de Florianópolis, Mazo et al. (2005b) observaram que as idosas mais ativas tinham energia para o dia-a-dia, boa capacidade de locomoção, satisfação com o seu sono e com a sua capacidade para exercer as atividades de vida diária e de trabalho. Esses dados corroboram a idéia de que o exercício físico promove a manutenção e melhora da funcionalidade dos indivíduos, sendo mais comum encontrar maior preservação da capacidade funcional e maior independência na realização de atividades básicas, instrumentais e práticas de vida diária entre os praticantes de exercício físico.

O escore da amostra em atividade física habitual variou entre 0,37 e 38,29. A média foi de 4,36. As médias encontradas foram 2,99 entre os sedentários, 5,11 entre os irregularmente ativos e 12,42 entre os ativos. Voorrips et al. (1991) no estudo de validação do QBMI encontraram valores entre 1,2 e 31,4. (M= 13,6). Miyasike da Silva<sup>1</sup> (2000) encontrou médias de 3,19 para um grupo de idosos sedentários e 8,53 e 7,82 respectivamente, para dois grupos de idosos ativos. Em estudo de intervenção, Corazza (2005) observou as seguintes médias no pré e no pós-teste: 0,77 e 1,54 (grupo de atividade física), 0,96 e 0,73 (grupo controle) e 0,80 e 0,45 (grupo de convivência social). Segundo a autora, as médias em atividade física habitual total foram relativamente baixas porque os idosos eram moradores de instituições de longa permanência e por esse motivo a maioria não necessitava realizar tarefas domésticas, além de receber auxílio para a execução de outras atividades. Além disso, esses idosos não realizavam atividades fora da instituição como fazer compras e usar transporte público. Essas características podem ter contribuído para a baixa pontuação no QBMI encontrada pela autora. A amostra do presente estudo envolveu idosos da comunidade, com características distintas. A participação em um grupo de convivência já implica no fato de os idosos saírem de suas casas pelo menos uma vez por semana. Além disso, como já

---

<sup>1</sup> Miyasike da Silva *apud* Corazza DI. ***Influência da Prática Regular de Atividade Física sobre Sintomas Depressivos em Idosos Institucionalizados*** [Tese - Mestrado] Rio Claro (SP): Universidade Estadual Paulista; 2005.

apontado anteriormente, a maioria dos sujeitos eram independentes para a realização de trabalhos domésticos. A diferença entre o escore total no QBMI encontrada nesta pesquisa e no estudo de Corazza (2005) indica que há diferença de nível de atividade física em diferentes populações de idosos, em especial entre idosos da comunidade e institucionalizados.

Dança não foi considerada atividade esportiva, e sim atividade de lazer, pois, os idosos do grupo da Melhor Idade “Flor da Montanha” realizam essa atividade como forma de lazer, freqüentando bailes em média uma vez na semana; além disso, muitos idosos freqüentam os bailes como forma de interagir socialmente e não necessariamente para praticar dança. Haboush<sup>2</sup> et al. (2006), em estudo de intervenção, promoveram aulas de dança de salão em idosos com depressão durante oito semanas, e não obtiveram resultado na redução dos sintomas. Talvez a freqüência e intensidade da atividade não tenha sido suficiente para atuar nos sintomas depressivos.

Em relação à classificação do exercício físico em três níveis, 43,7% dos idosos foram considerados ativos e atingiram os critérios indicados para atividade física. O restante da amostra foi considerada irregularmente ativa (25%) e sedentária (31,3%). Apesar de considerar somente o domínio de atividades esportivas do QBMI, que investigam os exercícios físicos e os esportes praticados pelos sujeitos, os resultados observados foram expressivos, pois a porcentagem de ativos, segundo critérios da ACSM, foi superior a outros estudos como o VIGITEL (2006) e o SABE (2003), que obtiveram 10,5% e 26,5% respectivamente.

Os resultados podem ser afetados por fatores como diferenças de gênero, idade, condições econômicas e escolaridade, região e ambiente onde vivem os sujeitos e instrumentos utilizados para avaliar o nível de exercício físico. Alguns estudos (SABE, 2003; VIGITEL, 2006; Benedetti et al. 2008) apontam que homens fazem mais exercícios do que as mulheres enquanto que outros (Matsudo et al 2002; De Moore et al. 2006) observaram o contrário. Benedetti et al. (2008) justificam que os homens realizam mais atividade física do que as mulheres devido à dupla jornada de trabalho assumida pelas mulheres e por razões culturais, já citadas

---

<sup>2</sup> Haboush *apud* Moraes H, Deslandes A, Ferreira C, Pompeu FAMS, Ribeiro P, Laks J. O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul* 2007; 29(1): 70-9.

anteriormente, que limitam a sua participação em atividades físicas. Dados do VIGITEL (2006) indicam que apesar de os homens praticarem mais atividade física do que as mulheres eles são duas vezes mais sedentários do que elas. Em relação ao nível econômico, a crença em que os mais pobres são menos ativos do que os mais ricos não é verdadeira. Matsudo et al. (2002) observaram que a porcentagem de ativos foi similar nas classes A e E e que o número de sedentários na classe A foi o dobro em relação à classe E. A única variável que parece ser afetada, independente das características da amostra e do instrumento é a idade. A maioria dos estudos observou que o número de ativos diminui em idades mais avançadas, possivelmente por causa do aumento da morbidade.

Em relação ao “Flor da Montanha” é importante lembrar que as características sociodemográficas do grupo, composto em sua maioria por mulheres com escolaridade de até quatro anos, renda de até três salários mínimos e com doenças crônicas, inicialmente pareciam desfavoráveis à prática de exercício físico. Porém, como se viu, a amostra apresentou maior prevalência de idosos ativos em comparação com outros estudos. A explicação para isso pode residir na idade da maioria dos idosos, no fato de participarem de um grupo de convivência e no incentivo à prática de exercício físico na cidade de Amparo. O fato de a maioria da amostra ter entre 60 e 79 anos e de quase a metade dos idosos terem entre 60 e 69 anos pode ter contribuído para o número de ativos, pois a prática de exercício físico regular é mais comum entre idosos mais jovens do que entre idosos mais velhos. Lebrão e Laurenti (2003) encontraram dados parecidos. Além disso, o fato dos idosos participarem de um grupo de convivência talvez interfira de maneira positiva para que se sintam confiantes e dispostos para realizar exercício físico. Outro aspecto relevante a ser discutido são as condições de segurança, a facilidade de acesso e as diversas opções de prática de exercício físico voltados aos idosos proporcionados na cidade de Amparo, como já relatado.

Coerente com a explanação anterior, na comparação por faixa etária, o grupo com menos de 70 anos apresentou maior frequência de ativos, maior escore em atividades esportivas e maior pontuação total do QBMI, enquanto que os idosos de mais idade apresentaram menor escore total de atividade física habitual. Esses dados nos permitem observar que, a classificação dos sujeitos segundo os critérios da ACSM são compatíveis com os escores do domínio atividades esportivas do QBMI, sendo que os ativos apresentaram maior pontuação no domínio.

Os resultados confirmam a literatura que aponta existir relação inversa entre idade e atividade física (Matsudo et al. 2002; Lebrão e Laurenti, 2003; Fukukawa et al., 2004; Gazalle et al. 2004).

A prevalência de sintomas depressivos foi semelhante à encontrada por Oliveira et al. (2006), em estudo transversal em cinco grupos de convivência de Taguatinga (DF), por Linhares et al. (2003) em um ambulatório de geriatria de Brasília e por Batistoni et al. (2007), em Juiz de Fora (MG). Entretanto, outros estudos encontraram prevalências inferiores (Cerqueira, 2003; Duarte e Rego, 2007; Irigaray e Schneider (2007); Benedetti et al., 2008). Essa variação pode ser atribuída aos diferentes instrumentos utilizados, ao tipo de pesquisa e de depressão investigada e ao contexto em que foram conduzidas. Em alguns casos, utilizam-se os critérios do DSM-IV para definir depressão maior e depressão menor ou distímia. Porém, os critérios estabelecidos pelo DSM IV não são ajustados para a população idosa, sendo que os idosos podem apresentar sintomas depressivos sem preencher os critérios do DSM IV (Blazer e Koenig, 1999; Heok, 2000). Por esse motivo e devido à praticidade da aplicação, outros estudos utilizam instrumentos para rastreio de sintomas depressivos, como a GDS e a CES-D. Batistoni et al. (2007) compararam a GDS e a CES-D em uma mesma amostra de idosos de Juiz de Fora (MG) e encontraram que a prevalência de sintomas depressivos estimada pela *CES-D* foi de 33,6%, enquanto que a estimada pela GDS foi de 15%.

Apesar da maior prevalência de depressão entre as mulheres ser reconhecida na literatura, já que diversos estudos (Lampinem et al., 2000; Strawbridge et al., 2002; Cerqueira, 2003; Batistoni et al., 2007; Duarte e Rego, 2007) observaram que as mulheres apresentam maior número de sintomas depressivos e maiores taxas de prevalência do que os homens, neste estudo não foi encontrada diferença significativa entre os gêneros, talvez pelo reduzido número de homens na amostra. O grande número de mulheres da amostra pode ter contribuído para alta prevalência de sintomas depressivos. Outro aspecto a ser ressaltado é o estado civil das mulheres da amostra: 58,8% são viúvas. Para elucidar os motivos pelos quais as mulheres apresentaram maior prevalência de depressão, é necessário compreender os diversos fatores que podem contribuir para o maior risco de sintomatologia depressiva em idosos, tais como morte do cônjuge, a que as mulheres estão mais expostas, de familiares, de amigos e de filhos;

institucionalização de pais ou do cônjuge, aposentadoria, divórcio de filhos, presença de doenças físicas, escolaridade e classe social (Forlenza, 2000).

Apesar de as mulheres apresentarem maior expectativa de vida do que os homens, isso não significa que usufruam de melhores condições de saúde. As mulheres idosas experimentam maior carga de doenças crônicas do que os homens. É conhecida a associação entre sintomas depressivos e maior número de doenças crônicas. As mulheres apresentam maior facilidade para relatar queixas físicas e psicológicas, desfrutam de piores condições de saúde e ocupam posições sociais mais baixas do que os homens. Além disso, são menos educadas, têm menos acesso ao emprego e pior remuneração (Kaplan et al., 1997; Diener e Such, 1998; Motta, 1999; Baltes et al., 1999; Neri, 2001). Camarano (2007) ressalta que, no passado, devido ao fato de ter havido menor participação da mulher no trabalho, há menor proporção de aposentadas em relação aos homens, a maioria das quais com rendimento médio inferior ao da população masculina. Dessa maneira, as mulheres estão mais sujeitas à dependência Neri (2007) aponta que as mulheres oferecem maior apoio à família, quando jovens no cuidado com os filhos e, quando adultas, no cuidado ao marido, aos pais e aos sogros doentes. O ônus do papel de cuidadora pode acarretar sobrecarga psicológica e social às mulheres, potencializando o risco de sintomas depressivos.

Enquanto a diferença por gênero é bem conhecida na literatura, não existe consenso sobre a faixa etária de maior prevalência de depressão em idosos. Neste trabalho, a faixa etária de maior percentual de sintomas depressivos foi a de 60 e 69 anos (40%), seguida pela faixa de 70 a 79 anos e por último aquela formada por idosos com 80 anos ou mais. Cerqueira (2003), Fortes (2005), Duarte e Rego (2007) encontraram resultados semelhantes. Tavares (2004) observou maior prevalência na faixa de 60 a 69 anos e na faixa de 80 anos ou mais. Oliveira et al (2006), utilizando a GDS-15, observaram mais sintomas depressivos leves e moderados entre os idosos com 80 anos e mais, enquanto que a prevalência de depressão grave foi maior na faixa de 60 a 64 anos. Os resultados sugerem não existir uma relação linear entre idade e depressão e, também a não existência da relação entre idade e capacidade adaptativa. Embora sejam considerados mais saudáveis, os idosos mais jovens talvez estejam mais expostos a estressores intrapsíquicos, aos de origem familiar e aos relacionados a perdas econômicas e de papéis sociais, eventos que ocorrem normalmente no início da velhice. O início da velhice marca uma ruptura com as experiências anteriores de domínio e isso representa forte potencial para causar sintomas como frustração,

ansiedade e depressão. O idoso, recém-saído da vida adulta, ainda não teria desenvolvido totalmente as estratégias de enfrentamento eficazes para lidar com as perdas ocasionadas pela velhice. A discriminação social e os conflitos interpessoais e sociais agravam a sua situação. Os idosos de 70 a 79 anos teriam maior experiência, mais aceitação da condição de idosos e do rebaixamento no seu nível de aspiração, o que permitiria que convivam melhor com a velhice e tenham menos sintomas depressivos (Tavares, 2004; Fortes, 2005).

Os idosos com sintomas depressivos apresentaram maior número de doenças. Esse resultado corrobora a literatura, que aponta que idosos deprimidos relatam maior número de doenças crônicas (Strawbridge et al., 2002; Duarte e Rego, 2007). Num estudo longitudinal, Lampinem et al. (2000) observaram que idosos com três ou mais condições crônicas de saúde apresentaram quatro vezes maior risco para sintomatologia depressiva.

O fato de parte dos idosos terem relatado que, em algum momento da vida, um médico disse que tinham depressão indica a importância da investigação dos sintomas depressivos por meio de questionários de aplicação simples como a CES-D e levanta a questão da possibilidade de controle e acompanhamento desses sintomas antes que causem déficits importantes na saúde global e na qualidade de vida. A maior frequência de sintomas autorrelatados é compreendida pelo fato dos mesmos fazerem parte do leque de queixas relatadas por idosos depressivos. Os idosos comumente apresentam sintomas somáticos associados ao processo de envelhecimento e, por esse motivo, possíveis casos de depressão podem ser minimizados por profissionais da saúde e familiares. Gazalle et al. (2004) apontam que, na velhice, ocorre diminuição da resposta emocional e predomínio de sintomas como redução do sono, perda de prazer nas atividades habituais, ruminções sobre o passado e perda de energia. Para Stoppe Jr. et al. (1994) os sintomas mais comuns entre idosos deprimidos são queixas somáticas, dores crônicas e distúrbios do sono e do apetite.

A escala de rastreio de depressão escolhida para o presente estudo considera itens somáticos, e nesse sentido terá contribuído para a alta prevalência de sintomas somáticos. As respostas aos itens da CES-D que envolvem esforço, sono e energia são afetadas pela presença de doenças somáticas, podendo afetar o escore total de sintomas depressivos (Grayson et al., 2000). No entanto, apesar da presença desse item possivelmente contribuir para aumentar a estimativa

da depressão, seu uso permite compreender a influência de doenças orgânicas sobre os sintomas somáticos de depressão (Tavares, 2004).

Um dado interessante foi que os sujeitos com sintomas depressivos apresentaram maiores escores em atividades manuais (do domínio atividades de lazer do QBMI) em comparação aos sem sintomas depressivos. Os idosos da amostra são freqüentadores de um centro de convivência e dificilmente apresentam depressão grave, em que as limitações à rotina de vida nos aspectos físico, psicológico e social são mais graves e evidentes. Os idosos com variações de humor e queixas somáticas podem preferir atividades em que o convívio social seja menos intenso, limitando-se a atividades que possam ser realizadas em casa e sem o auxílio de terceiros, como é o caso do crochê, do tricô e do bordado, entre outras. A participação em centros de convivência é comumente incentivada por médicos para idosos com tristeza e solidão, o grupo comumente oferece atividades, conversas e ampliação da rede social. No entanto, quando não estão no grupo, os idosos escolhem como e até que ponto ocuparão o tempo livre. Alguns elegem realizar exercício físico, e entre esses estão os menos deprimidos, enquanto que os com sintomas depressivos parecem preferir as atividades manuais.

Foi observado maior número de doenças entre os mais deprimidos e com menores escores no domínio de atividades esportivas e de atividade física habitual total. Benedetti et al. (2008) observaram resultados semelhantes, sendo que a pontuação em sintomas depressivos foi inversa à das medidas de atividade física total e de atividades esportivas realizadas no lazer. Outros estudos transversais apontam maior prevalência de depressão entre sujeitos com níveis mais baixos de atividade física e menor freqüência de sintomas depressivos entre os mais ativos (Hassmén et al., 2002; Van Gool et al. 2003; Gazalle et al., 2004; De Moor et al., 2006). Estudos longitudinais apontam que reduzir o nível da atividade física contribui para depressão (Lampinen et al., 2000; Strawbridge et al., 2002; Fukukawa et al., 2004). No mesmo sentido, estudos de intervenção demonstram que ocorre redução dos sintomas depressivos após a realização de um programa supervisionado de exercícios (Cheik et al., 2003; Corazza, 2005; Antunes et al., 2005; Kohut et al., 2005; Singh et al, 2005).

Alguns mecanismos têm sido propostos para explicar os benefícios da atividade física sobre a saúde mental, incluindo os sintomas depressivos. Dentre eles, há hipóteses psicológicas e

fisiológicas. Em relação às psicológicas, sugere-se que a distração de um estímulo desfavorável leva à melhora do humor durante e após o exercício. Outras hipóteses são que o exercício físico pode ser visto como uma atividade desafiadora e que a habilidade de se envolver com ele de maneira rotineira pode levar à melhora do humor e da auto-confiança. Além disso, a interação social é inerente à atividade física, funcionando como suporte social informal para os envolvidos em exercícios físicos (Peluso e Andrade, 2005). Praticar uma atividade promove a integração de pessoas e a identificação do praticante com o grupo social a que pertencem (Geis, 2003). Do ponto de vista fisiológico, o exercício físico promove alterações como o aumento na liberação de monoaminas, tais como a serotonina, a dopamina e a noradrenalina. A serotonina tem ação de minimizar a formação de memórias relacionadas ao medo (Joca et al., 2003) e a dopamina é associada à motivação locomotora e à regulação emocional (Ingram, 2000). A atividade física promove, ainda, a liberação de endorfina, responsável pela sensação de calma e pelo aumento do humor experimentado após o exercício.

Os efeitos do convívio social sobre o exercício físico e as relações entre maior convívio social e níveis mais baixos de sintomas depressivos devem ser considerados. Nesse estudo não foi possível considerar tais efeitos, pois não foi investigado se as modalidades de exercício foram realizadas em grupo ou individualmente. Entretanto, com exceção da caminhada, que pode ou não ser realizada em grupo, a maioria das atividades esportivas relatadas pelos sujeitos são realizadas em grupo. Alguns estudos de intervenção conseguiram esclarecer a ação protetora do exercício físico em relação à sintomatologia depressiva, mediada pelo aumento do convívio e da rede social. Corazza (2005) e Cheik et al. (2003) compararam grupos de exercício físico a grupos de convívio social e encontraram que o programa de exercício físico foi mais eficaz na redução dos sintomas depressivos. Acredita-se que a interação social promove benefícios psicológicos, mas somente o exercício físico planejado, estruturado, realizado regularmente e com intensidade adequada é capaz de promover modificações fisiológicas e metabólicas no praticante

Na análise de regressão, que objetivou encontrar os perfis de maior risco para sintomatologia depressiva, observou-se que o principal risco foi ter entre 60 e 69 anos. Em segundo lugar, foi ter escores intermediário e baixo em atividades esportivas. O terceiro maior

risco para sintomatologia depressiva foi ter maior número de doenças. Foi possível observar que o domínio do QBMI de maior importância na associação com menores níveis de sintomas depressivos foram as atividades esportivas, ou seja, o exercício físico realizado de forma planejada e estruturada. Esses resultados são compatíveis com a literatura.

A presença de doenças pode levar o idoso a situações de incapacidade e maior dependência, contribuindo para depressão. Lampinem et al. (2000), Strawbridge et al. (2002), Duarte e Rego, (2007), encontraram associação entre maior número de doenças e sintomatologia depressiva. Os idosos com escores baixos e intermediários em exercício físico tiveram maior probabilidade de apresentar sintomas depressivos do que os idosos com altos níveis de exercício físico. Ou seja, nesta amostra, somente alto nível de exercício físico foi protetor contra depressão. Van Gool et al. (2003) observaram associação entre a redução do tempo diário dedicado à atividade física e depressão. Strawbridge et al. (2002) encontraram que sujeitos com baixo e médio nível de atividade física apresentaram maior predisposição para depressão do que indivíduos com alto nível de atividade física. Os sujeitos com nível mais baixo de atividade física foram quatro vezes mais susceptíveis à depressão do que os que se mantiveram ativos. Hassmén et al. (2002) também encontraram associação entre maiores níveis de atividade física e sintomas depressivos: sujeitos que realizavam exercício de duas a três vezes por semana apresentaram escores mais baixos de depressão do que os que praticavam exercício com menor frequência ou que não praticavam.

### **Conclusões**

Pode-se dizer que o presente trabalho revelou dados importantes relativos à associação entre sintomatologia depressiva, doenças auto-relatadas e atividade física habitual entre idosos da comunidade que freqüentam centro de convivência. Contudo, algumas limitações podem ser apontadas, visando a um posterior refinamento das investigações.

1<sup>a</sup>) A amostra foi composta por uma porcentagem muito maior de mulheres. Mesmo reconhecendo que a maior participação de mulheres na amostra não ocorreu de forma intencional, visto que os grupos de convivência são freqüentados preferencialmente por elas, é importante

reconhecer que teria sido melhor ter uma amostra com equilíbrio entre o número de mulheres e de homens, que permitiria dados mais robustos sobre as diferenças entre gêneros.

2ª) A complementação dos dados de auto-relato sobre atividade física habitual por medidas objetivas pode contribuir para a obtenção de dados mais robustos.

3ª) Outras variáveis importantes como suporte social percebido e experiência de eventos de vida estressantes poderiam complementar a investigação e explicar alguns dados conflitantes.

4ª) A investigação da atividade física habitual nos três domínios é extremamente importante, pois, amplia a possibilidade de atividade do sujeito, não se limitando apenas ao exercício físico. Porém, seria interessante adicionar aos domínios de atividades esportivas e de lazer do QBMI, a seguinte questão: porque o (a) senhor (a) não realiza atividade esportiva ou de lazer ou ainda, porque parou de realizar? Essa questão possibilita o melhor entendimento sobre prática de atividade física entre idosos e contribui para a escolha de políticas de incentivo eficazes para os idosos.

5ª) Apesar de os resultados apontarem associação entre presença de sintomas depressivos e níveis mais baixos de atividade física habitual, o delineamento não permitiu estabelecer a direção de causalidade entre esses dois fenômenos. Seria interessante realizar acompanhamento longitudinal para observar de que maneira as variáveis se relacionam.

A despeito dessas e outras limitações, esta pesquisa cumpriu seus objetivos e representa contribuição para o conhecimento gerontológico no Brasil, pois ofereceu dados sobre sintomas depressivos e outras variáveis associadas entre idosos da comunidade, recrutados em um centro de convivência. Sabendo-se que a depressão é uma doença incapacitante e que expõe o sujeito a risco de cronicidade e morbidade, esse estudo é relevante, pois, permitiu a observação de variáveis associadas à sintomatologia depressiva que podem ser prevenidas ou minimizadas, como é o caso das doenças crônicas. Esse conhecimento pode contribuir para a adoção de medidas preventivas e de reabilitação no âmbito individual e grupal e pode oferecer subsídios para políticas de saúde e de educação em saúde na vida adulta e na velhice.

Segundo dados da OMS, a participação em atividades físicas leves e moderadas pode retardar os declínios funcionais; uma vida ativa proporciona melhora na saúde mental e contribui

para a prevenção de desordens como a depressão. Este trabalho reforçou a noção de que idosos ativos fisicamente apresentam menor chance de vivenciar sintomas depressivos, outras queixas e condições somáticas, em comparação com indivíduos sedentários. Benedetti et al. (2008) afirmam que idosos deprimidos apresentam perda de interesse ou motivação para aderir a atividades física, culturais e sociais, o que acarreta redução das atividades diárias, e assim, maior sedentarismo.

Apesar da importância da atividade física na vida dos indivíduos, grande parte da população mantém um estilo de vida sedentário e não adere a programas de exercícios, ignorando que a falta desse hábito pode comprometer a saúde e a qualidade de vida da população. A atividade física é uma das formas de prevenir e minimizar as alterações decorrentes do envelhecimento, doenças e incapacidades. A elevação do nível de atividade da população pode contribuir indiretamente para ganhos em setores vitais para o desenvolvimento humano e o progresso econômico. A preocupação com a promoção e a manutenção da saúde deve ser ressaltada para a população, que necessita cada vez mais, incluir uma rotina diária de exercícios, para compensar os efeitos da vida sedentária, em favor da saúde e da funcionalidade física e mental.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida OP, Almeida SA. Confiabilidade da versão brasileira da escala de depressão em geriatria (GDS) versão reduzida. *Arquivos de Neuropsiquiatria* 1999a; 57(2B): 421-6.
- Almeida OP, Almeida SA. Short version of Geriatric Scale: a study of their validity for the diagnosis of major depressive episode according to ICD-10 and DSM-IV. *International Journal Geriatric Psychiatry* 1999b; 14(10): 858-65.
- Antunes HK, Stella SG, Santos RF, Bueno OF, Mello MT. Depression, anxiety and quality of life scores in seniors after an endurance exercise program. *Revista Brasileira de Psiquiatria* 2005; 27(4): 266-71.
- Baecke JAH, Burema J, Frijters JER. A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. *The American Journal of Clinical Nutrition* 1982; 36: 936-42.
- Baltes MM, Freund AM, Horgas AL. Men and women in the Berlin aging study. In: Baltes PB, Mayer KU, ed. *The Berlin Aging Study. Aging from 70 to 100*. Oxford: Academic Press; 1999: 259-81.
- Baltes PB, Smith j. New frontiers in the future of aging: From sucessful aging of the Young old to the dilemmas of the fourth age. *Gerontologist* 2003; 49: 123-35.
- Barros MVG, Nahas MV. Reprodutibilidade (teste-reteste) do questionário internacional de atividade física (QIAF- Versão 6): um estudo piloto com adultos no Brasil. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento* 2000; 8(1): 23-6.
- Batistoni SST, Neri AL, Cupertino APFB. Validade da escala de depressão do Center for Epidemiological Studies entre idosos brasileiros. *Revista de Saúde Pública* 2007; 41(4): 598-605.
- Benedetti TRB, Borges LJ, Petroski EL, Gonçalves LHT Atividade física e estado de saúde mental de idosos. *Revista de Saúde Pública* 2008; 42(2): 302-7.

Blazer DG, Koenig HG. Transtornos de Humor. In: Busse EW, Blazer DG. **Psiquiatria Geriátrica**. Porto Alegre: Editora Artmed; 1999. p.245-72.

Brasil. Ministério da Saúde. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (VIGITEL). Brasília (DF); 2006. 92p. [acesso em 02 de maio de 2008]. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio\\_vigitel\\_2006\\_marco\\_2007](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio_vigitel_2006_marco_2007).

Camarano AA, Pasinato MT, Lemos VR. Cuidados de longa duração para a população idosa. Uma questão de gênero? In: Neri AL, org. **Qualidade de Vida na Velhice. Enfoque Multidisciplinar**. Campinas: Alínea; 2007. p.127-49.

Carvalho VFC, Fernandez MED. Depressão no idoso. In: Papaléo Netto M, org. **Gerontologia: A Velhice e o Envelhecimento em Visão Globalizada**. São Paulo: Editora Atheneu, 2002. p.160-173.

Caspersen CJ, Powel, KE, Christenson GM. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Republic** 1985; 100(2): 126-31.

Cerqueira ATAR. Deterioração cognitiva e depressão. In: Lebrão ML, Duarte YAO, org. **SABE-Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento – O Projeto SABE no Município de São Paulo: Uma Abordagem Inicial**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2003. p.143-65.

Cheik NC, Reis IT, Heredia RAG, Ventura ML, Tufik S, Antunes HKM, et al.. Efeitos do exercício físico e da atividade física na depressão e ansiedade em indivíduos idosos. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento** 2003; 11(3): 45-52.

Corazza DI. **Influência da Prática Regular de Atividade Física sobre Sintomas Depressivos em Idosos Institucionalizados** [Tese - Mestrado] Rio Claro (SP): Universidade Estadual Paulista; 2005.

Cronin-Stubbs D, Leon CFM, Beckett LA, Field TS, Glynn RJ, Evans DA. Six year effect of depressive symptoms on the course of physical disability in community living older adults. **Archives International Medicine** 2000; 160(13): 3074-80.

Cusack S, Thompson WJA. Mental fitness: developing a vital aging society: Mens sana in corpore sano. *International Journal of Lifelong Education* 1998, 17(5): 307-17.

Debert GG. *A Reinvenção da Velhice*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo; 2004. p.137-91.

De Moor MH, Beem AL, Stubbe JH, Boomsma DI, De Geus EJ. Regular exercise, anxiety, depression and personality: a population-based study. *Preventive Medicine* 2006; 42(4): 273-9.

Diener E, Such ME. Subjective well-being and old age: An international analysis. In: Schaie KW, Lawton MP, ed. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics -Focus on Emotion and Adult Development*. NY: Springer, 1998. p.304-24. v.17.

Duarte MB; Rego MAV Comorbidade entre depressão e doenças clínicas em um ambulatório de geriatria. *Cadernos de Saúde Pública* 2007; 23(3): 691-700.

Florindo AA. *Atividade Física Habitual e Densidade Mineral Óssea em Homens Adultos e Idosos* [Tese - Mestrado] São Paulo: Universidade de São Paulo; 2000

Florindo AA, Latorre MRDO. Validation and reability of the Baecke questionnaire for the evaluation of habitual physical activity in adult men. *Revista Brasileira de Medicina e Esporte* 2003; 9(3): 121-8.

Fonseca PGP, Trafaniuc L, Tavares Júnior H, Mesquita RM, Lotufo Neto F. Alterações nos estados de humor em pacientes com episódio depressivo grave após uma única sessão de atividade física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* 2000; 49(6): 203-6.

Forlenza OV. Transtornos depressivos em idosos. In: Forlenza OV, Caramelli P. *Neuropsiquiatria Geriátrica*. São Paulo: Editora Atheneu; 2000. p.299-308.

Fortes ACG. *Eventos de vida estressantes, estratégias de enfrentamento, senso de auto-eficácia e estados depressivos em idosos residentes na comunidade: dados do PENSA* [Tese - Mestrado] Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2005.

Forti VAM, Rollim FS. Envelhecimento e atividade física: Auxiliando na melhoria e manutenção da qualidade de vida. In: Diogo MJD, Neri AL, Cachioni M. *Saúde e qualidade de vida na velhice*. Campinas: Editora Alínea; 2004. p.57-73.

Freitas EV, Ghorayeb N, Pereira JBM, Ghorayeb C. Atividade Física no Idoso. In: Freitas EV, Py L, Neri AL, Cançado FAX, Gorzoni ML, Rocha SM. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002. p.857-65.

Fukukawa Y, Nakashima C, Tsuboi S, Kozakai R, Doyo W, Niino N, et al. Age differences in the effect of physical activity on depressive symptoms. *Psychology and Aging* 2004; 19(2): 346-51.

Gazalle FK, Lima MS, Tavares BF, Hallal PC. Sintomas depressivos e fatores associados em população idosa no sul do Brasil. *Revista de Saúde Pública* 2004; 38(3): 365-71.

Geis PP. *Atividade Física e Saúde na 3ª Idade – Teoria e Prática*. Tradução de Magda Schwartzhaupt Chaves. 5. ed. Porto Alegre: Artmed Editora; 2003. p.19-90.

Gobbi S. Atividade física para pessoas idosas e recomendações da Organização Mundial de Saúde de 1996. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde* 1997; 2(2): 41-9.

Gordilho A. Depressão, ansiedade, outros distúrbios afetivos e suicídio. In: Freitas EV, Py L, Neri AL, Cançado FAX, Gorzoni ML, Rocha SM. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002. p.204-15.

Grayson DA, Mackinnon A, Jorm AF, Creasey H, Broe GA. Item bias in the Center for Epidemiological Studies Depression Scale: Effects of physical disorders and disability in an elderly communit sample. *Journal of Gerontology Psychological Sciences* 2000; 55B(5): 273-82.

Hassmén P, Koivula N, Uutela A. Physical exercise and psychological well-being: a population study in Finland. *Preventive Medicine* 2002; 30(1): 17-25.

Heok KE. Epidemiologia da depressão no idoso. In: Forlenza OV, Caramelli P. *Neuropsiquiatria Geriátrica*. Rio de Janeiro: Editora Atheneu; 2000. p.35-7.

Hoffman SJ, Haris JC. *Cinesiologia: o estudo da atividade física*. Tradução de Vagner Raso. Porto Alegre: Artmed Editora; 2002. 485 p. título original: Introduction to kinesiology: studying physical activity.

Ingram DK. Age-related decline in physical activity: generalization to nonhumans. *Medicine Science and Sports Exercise* 2000; 32(9):1623-9.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Contagem da população 2007. [acesso em 10 de junho de 2008]. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>.

Irigaray TQ, Schneider RH. Prevalência de depressão em idosas participantes da Universidade para a terceira idade. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul* 2007; 29(1): 19-27.

Joca SR, Padovan CM, Guimarães FS. Stress, depression and the hippocampus. *Revista Brasileira de Psiquiatria* 2003; 25 (supl 2): 46-51.

Jorge MR, org. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* – 4ª edição. Texto revisado do DSM IV. Artmed Editora. p. 345-417.

Kaplan H, Sadock B, Grebb J. *Compêndio de Psiquiatria: Ciências do Comportamento e Psiquiatria Clínica*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul; 1997.

Kohut ML, Lee W, Martin A, Arnston B, Russell DW, Ekkekakis P, et al. The exercise induced enhancement of influenza immunity is mediated in part by improvements in psychosocial factors in older adults. *Brain Behavior Immunity* 2005; 19(4): 357-66.

Lampinen P, Heikkinen RL, Ruoppila I. Changes in intensity of physical exercise as predictors of depressive symptoms among older adults: an eight-year follow-up. *Preventive Medicine* 2000; 30(5): 371-80.

Leão Júnior R. Atividade física. In: Neri ALN. *Palavras-Chave em Gerontologia*. Campinas: Editora Alínea; 2005. p.16-19.

Lebrão ML. O projeto SABE em São Paulo, uma visão panorâmica. In: Lebrão ML, Duarte YAO, org. *SABE - Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento – O Projeto SABE no Município de São Paulo: Uma Abordagem Inicial*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; 2003. p.35-43.

Lebrão ML, Duarte YAO, org. *SABE - Saúde, Bem-estar e Envelhecimento. O Projeto SABE no Município de São Paulo: Uma Abordagem Inicial*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; 2003. 225 p.

Lebrão ML, Laurenti R. Condições de saúde. In: Lebrão ML, Duarte YAO, org. *SABE - Saúde, Bem-Estar e Envelhecimento – O Projeto SABE no Município de São Paulo: Uma Abordagem Inicial*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; 2003. p.75-91.

Linhares CRC, Coelho VLD, Guimarães RM, Campos APM, Carvalho, NT. Perfil da clientela de um ambulatório de geriatria do Distrito Federal. *Psicologia: Reflexão e Crítica* 2003; 16(2): 319-26.

Machado L, Wagner EAM, Drucker C. Abordagens psicoterapêuticas para o idoso. In: In: Freitas EV, Py L, Neri AL, Cançado FAX, Gorzoni ML, Rocha SM. *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002.

Matsudo S. Envelhecimento e atividade física. In: Faria Júnior AG. *Atividades Físicas Para a Terceira Idade*. Brasília: SESI; 1997. p.23-36.

Matsudo SM, Matsudo VR, Araújo T, Andrade D, Andrade E, Oliveira L, et al. Nível de atividade física da população do estado de São Paulo: análise de acordo com gênero, idade, nível

socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento* 2002; 10(4): 41-50.

Mazo GZ, Benedetti TB, Mota J, Barros MVG. Validade concorrente e reprodutibilidade teste-reteste do Questionário de Baecke Modificado para Idosos. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde* 2001; 6(1): 5-11.

Mazo GZ, Mota JAPS, Gonçalves LHT. Atividade física e qualidade de vida de mulheres idosas. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 2005a: 115-8.

Mazo GZ, Gioda FR, Schwertner DS, Galli VLB, Guimarães ACA, Simas JPN. Tendência a estados depressivos em idoso praticantes de atividade física. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano* 2005b; 7(1): 45-9.

Miguel Filho EC, Almeida OP. Aspectos psiquiátricos do envelhecimento. In: Carvalho Filho ET, Papaléo Netto M. *Geriatría: Fundamentos, Clínica e Terapêutica*. São Paulo: Editora Atheneu; 2000. p.63-82.

Moraes H, Deslandes A, Ferreira C, Pompeu FAMS, Ribeiro P, Laks J. O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul* 2007; 29(1): 70-9.

Motta AB. As dimensões de gênero e classe social na análise do envelhecimento. *Cadernos Pagu* 1999; 13: 191-221.

Mui-Ada A, Burnette D, Chen-Li M. Cross-cultural assessment of geriatric depression: a review of the CES-D and the GDS. *Journal of Mental Health Aging* 2001; 7(1): 137-64.

Neri AL. Velhice e qualidade de vida na mulher. In: Neri AL, org. *Desenvolvimento e Envelhecimento. Teorias biológicas, sociológicas e psicológicas*. Campinas: Papirus; 2001. p.161-200.

Neri AL. Qualidade de vida na velhice e subjetividade. In: Neri AL, org. *Qualidade de Vida na Velhice. Enfoque Multidisciplinar*. Campinas: Alínea; 2007. p.13-59.

Oliveira ACB. *Estudo Comparativo dos Efeitos da Atividade Física com os da Terapêutica Medicamentosa em Idosos com Depressão Maior* [Tese - Doutorado] São Paulo (SP): Universidade de São Paulo; 2005.

Oliveira DAAP, Gomes L, Oliveira RF. Prevalência de depressão em idosos que freqüentam centros de convivência. *Revista de Saúde Pública* 2006; 40(4): 734-6.

Organização Mundial de Saúde (OMS). What is depression? [acesso em 10 de junho de 2008]. Disponível em: [http://www.who.int/mental\\_health/management/depression/definition/en/](http://www.who.int/mental_health/management/depression/definition/en/)

- Paradela E, Lourenço R, Veras R. Validação da escala de depressão geriátrica em um ambulatório geral. *Revista de Saúde Pública* 2005; 39(6): 918-23.
- Pardini R, Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade E, Braggion G, et al. Validação do questionário internacional de nível de atividade física (IPAQ versão 6): estudo piloto em adultos jovens brasileiros. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento* 2001; 9(3): 45-51.
- Peluso MAM, Andrade LHSG. Physical activity and mental health: the association between exercise and mood. *Clinics* 2005; 60(1): 61-70.
- Plante T, Rodin J. Physical fitness and enhanced psychological health. *Current Psychology: Research and Reviews* 1990; 9: 3-24.
- Rabacow FM, Gomes MA, Marques P, Benedetti TRB. Questionários de medidas de atividade física em idosos. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano* 2006; 8(4): 99-106.
- Radloff LS. The CES-D scale: a self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement* 1977; 1: 385-401.
- Rozenthal M, Laks J, Engelhardt E. Aspectos neuropsicológicos da depressão. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul* 2004; 26(2): 204-12.
- São Paulo (SP). Secretária Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social. *Cartilha do Idoso: Mitos e Verdades sobre a Velhice: Guia de Serviços*. São Paulo (SP): 2006. 149p.
- Scharfstein EA. Intervenção psicossocial. In: Py L, Pacheco JL, Martins de Sá JL, Goldman SN, orgs. *Tempo de Envelhecer: Percursos e Dimensões Psicossociais*. Rio de Janeiro: Nau Editora; 2004. p.321- 40.
- Shephard R. Exercise and aging: extending independence in older adults. *Geriatrics* 1993; 8(5): 61-4.
- Silveira DX, Jorge MR. Escala de rastreamento populacional para depressão CES-D em populações clínicas e não clínicas de adolescentes e adultos jovens. In: Gorestain C, Andrade LHSG, Zuarde AW, eds. *Escalas de Avaliação Clínica em Psiquiatria e Farmacologia*. São Paulo: Editora Lemos; 2000. p.125-34.
- Singh NA, Stavrinou TM, Scarbek Y, Galambos G, Liber C, Singh MAF. A randomized controlled trial of high versus low intensity weight training versus general practitioner care for clinical depression in older adults. *The Journals of Gerontology* 2005; 60(6): 768-76.

Souza AC, Magalhães LC, Teixeira-Salmela LF. Adaptação transcultural e análise das propriedades psicométricas da versão brasileira do Perfil da Atividade Humana. *Cadernos de Saúde Pública* 2006; 22: 109-18.

Stella F, Gobbi S, Corazza DI, Costa JLR. Depressão no idoso: diagnóstico, tratamento e benefícios da atividade física. *Motriz* 2003; 8(3): 7-13.

Stoppe Júnior A, Jacob Filho W, Louzã Neto MR. Avaliação da depressão em idosos através da Escala de Depressão em Geriatria: resultados preliminares. *Revista ABP-APAL* 1994; 16(4): 149-53.

Stoppe Júnior A, Louzã Neto MR. Etiopatogenia da depressão em idosos. In: Stoppe Júnior A, Louzã Neto MR, Eds. *Depressão na Tereceira Idade: Apresentação Clínica e Abordagem Terapêutica*. São Paulo: Editora Lemos; 1999. p.89-97.

Strawbridge WJ, Deleger S, Roberts RE, Kaplan GA. Physical activity reduces the risk of subsequent depression for older adults. *American Journal of Epidemiology* 2002; 156(4): 328-34.

Tavares SS. *Sintomas depressivos entre idosos: Relações com classe, mobilidade e suporte social percebidos e experiência de eventos estressantes* [Tese – Mestrado] Campinas (SP): Universidade Estadual de Campinas; 2004.

Van Gool CH, Kempen GIJM, Pennix BWJH, Deeg DJH, Beekman ATF, Van Eijk JTM. Relationship between changes in depressive symptoms and unhealthy lifestyles in late middle aged and older persons: results from the Longitudinal Aging Study Amsterdam. *Age Ageing* 2003; 32(1): 81-7.

Verhey FRJ, Honig A. Depression in the elderly. In: Honig A, Van Praag HM, eds. *Depression: Neurobiological, Psychopathological and Therapeutic Advances*. Chichester: John Wiley; 1997. p.59-81.

Voorrips LE, Ravelli ACJ, Dongelmans PCA, Deurenberg P, Staveren WAV. A physical activity questionnaire for the elderly. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 1991; 23(8): 974-9.

Wetterling T, Junghanns K. Affective disorders in older inpatients. *International Journal of Geriatric Psychiatry* 2004; 19(5): 487-92.

Yesavage JA, Brink, TL. Development and validation of a geriatric depression screening scale: a preliminary report. *Journal Psychiatric Residence* 1983; 17(1): 37-49.

## ANEXO 1

### Análise descritiva das variáveis categóricas e numéricas da amostra

#### Análise descritiva das variáveis categóricas

<b>VARIÁVEIS SÓCIO-DEMOGRÁFICAS</b>			MORA SOZINHO	Frequency	Percent	DERRAME	Frequency	Percent	
<b>IDADE</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	SIM	46	31.94	SIM	6	4.17	
60-69	65	45.14	NÃO	98	68.06	NÃO	138	95.83	
70-79	62	43.06							
>=80	17	11.81							
<b>GÊNERO</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	MORA C/CÔNJUGE	Frequency	Percent	D. MELLITUS	Frequency	Percent	
FEMININO	136	94.44	SIM	52	36.11	SIM	35	24.31	
MASCULIN	8	5.56	NÃO	92	63.89	NÃO	109	75.69	
<b>ESTADO CIVIL</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	C/FILHO Ñ CASADO	Frequency	Percent	TUMOR	Frequency	Percent	
CASADO	51	35.42	SIM	41	28.47	SIM	15	10.42	
SOLTEIRO	7	4.86	NÃO	103	71.53	NÃO	129	89.58	
DIV/SEP	5	3.47							
VIÚVO	81	56.25	C/FILHO CASADO	Frequency	Percent	ARTRITE	Frequency	Percent	
<b>TRABALHA</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	SIM	14	9.72	SIM	68	47.22	
SIM	15	10.42	NÃO	130	90.28	NÃO	76	52.78	
NÃO	129	89.58							
<b>TRAB.VOLUNTÁRIO</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	MORA C/OUTROS	Frequency	Percent	DPOC	Frequency	Percent	
SIM	27	18.75	SIM	11	7.64	SIM	10	6.94	
NÃO	117	81.25	NÃO	133	92.36	NÃO	134	93.06	
<b>APOSENTADO</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	RENDA MENSAL	Frequency	Percent	DEPRESSÃO	Frequency	Percent	
SIM	103	71.53	<=1 SM	31	21.53	SIM	49	34.03	
NÃO	41	28.47	1-3 SM	76	52.78	NÃO	95	65.97	
<b>PENSIONISTA</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	3-5 SM	23	15.97	OSTEOPOROSE	Frequency	Percent	
SIM	83	57.64	5-10 SM	10	6.94	SIM	61	42.36	
NÃO	61	42.36	>10 SM	4	2.78	NÃO	83	57.64	
<b>ALFABETIZADO</b>			-----			-----			
	Frequency	Percent	FREQÜÊNCIA GRUPO	Frequency	Percent	<b>NÚMERO DE DOENÇAS</b>			
SIM	143	99.31	<1 ANO	11	7.64	N_DOENÇA	Frequency	Percent	
NÃO	1	0.69	1-3 AN	22	15.28	-----			
<b>ESCOLARIDADE</b>			-----			0	11	7.64	
	Frequency	Percent	DOENÇAS, SINAIS E SINTOMAS AUTO-RELATADOS				1	27	18.75
NÃO FOI	5	3.47	PROB. CORAÇÃO	Frequency	Percent	2	35	24.31	
1-4 SÉRI	112	77.78	SIM	34	23.61	3	29	20.14	
5-8 SÉRI	10	6.94	NÃO	110	76.39	4	27	18.75	
ENS MÉDI	7	4.86				5	10	6.94	
ENS SUPE	10	6.94	HAS	Frequency	Percent	6	5	3.47	
			-----			-----			
			SIM	94	65.28	<b>DOR PEITO</b>			
			NÃO	50	34.72	SIM	16	11.11	
						NÃO	128	88.89	
						-----			

INCHAÇO PÉS	Frequency	Percent	C2	Frequency	Percent	C12	Frequency	Percent
-----	-----	-----	0	106	73.61	0	66	45.83
SIM	63	43.75	1	20	13.89	1	51	35.42
NÃO	81	56.25	2	8	5.56	2	25	17.36
FALTA DE AR	Frequency	Percent	3	10	6.94	3	2	1.39
-----	-----	-----	C3	Frequency	Percent	C13	Frequency	Percent
SIM	20	13.89	0	115	79.86	0	108	75.00
NÃO	124	86.11	1	20	13.89	1	24	16.67
VERTIGEM/TONTURA	Frequency	Percent	2	5	3.47	2	7	4.86
-----	-----	-----	3	4	2.78	3	5	3.47
SIM	14	9.72	C4	Frequency	Percent	C14	Frequency	Percent
NÃO	130	90.28	0	117	81.25	0	82	56.94
FADIGA	Frequency	Percent	1	17	11.81	1	33	22.92
-----	-----	-----	2	8	5.56	2	14	9.72
SIM	14	9.72	3	2	1.39	3	15	10.42
NÃO	130	90.28	C5	Frequency	Percent	C15	Frequency	Percent
TOSSE/CHIADO	Frequency	Percent	0	91	63.19	0	88	61.11
-----	-----	-----	1	35	24.31	1	43	29.86
SIM	20	13.89	2	12	8.33	2	10	6.94
NÃO	124	86.11	3	6	4.17	3	3	2.08
TRANSPIRAÇÃO/SEDE	Frequency	Percent	C6	Frequency	Percent	C16	Frequency	Percent
-----	-----	-----	0	85	59.03	0	64	44.44
SIM	20	13.89	1	43	29.86	1	46	31.94
NÃO	124	86.11	2	11	7.64	2	29	20.14
QUEDAS	Frequency	Percent	3	5	3.47	3	5	3.47
-----	-----	-----	C7	Frequency	Percent	C17	Frequency	Percent
SIM	40	27.78	0	103	71.53	0	113	78.47
NÃO	104	72.22	1	25	17.36	1	19	13.19
DOR	Frequency	Percent	2	11	7.64	2	8	5.56
-----	-----	-----	3	5	3.47	3	4	2.78
SIM	52	36.11	C8	Frequency	Percent	C18	Frequency	Percent
NÃO	92	63.89	0	87	60.42	0	61	42.36
GANHOU PESO	Frequency	Percent	1	35	24.31	1	55	38.19
-----	-----	-----	2	18	12.50	2	19	13.19
SIM	41	28.47	3	4	2.78	3	9	6.25
NÃO	103	71.53	C9	Frequency	Percent	C19	Frequency	Percent
DIF. MEMÓRIA	Frequency	Percent	0	122	84.72	0	117	81.25
-----	-----	-----	1	15	10.42	1	19	13.19
SIM	60	41.67	2	6	4.17	2	2	1.39
NÃO	84	58.33	3	1	0.69	3	6	4.17
PERDA PESO	Frequency	Percent	C10	Frequency	Percent	C20	Frequency	Percent
-----	-----	-----	0	94	65.28	0	104	72.22
SIM	16	11.11	1	34	23.61	1	29	20.14
NÃO	128	88.89	2	5	3.47	2	7	4.86
<b>ESCALA DE SINTOMAS DEPRESSIVOS (CESD)</b>			3	11	7.64	3	4	2.78
C1	Frequency	Percent	C11	Frequency	Percent	<b>SINTOMAS DEPRESSIVOS (CESD)</b>		
0	101	70.14	0	68	47.22	SINTDEPR	Frequency	Percent
1	36	25.00	1	40	27.78	-----	-----	-----
2	5	3.47	2	23	15.97	NÃO	96	66.67
3	2	1.39	3	13	9.03	SIM	48	33.33

<u>ATIVIDADES FÍSICAS HABITUAIS (QBMI)</u>			Q6	Frequency	Percent	Q9	Frequency	Percent
Q1	Frequency	Percent	0	16	11.11	0	44	30.56
0	4	2.78	1	15	10.42	1	36	25.00
1	12	8.33	2	24	16.67	2	35	24.31
2	14	9.72	3	89	61.81	3	29	20.14
3	114	79.17						
Q2	Frequency	Percent	Q7	Frequency	Percent	Q10	Frequency	Percent
0	47	32.64	0	73	50.69	0	18	12.50
1	19	13.19	1	37	25.69	1	59	40.97
2	17	11.81	2	16	11.11	2	14	9.72
3	61	42.36	3	18	12.50	4	53	36.81
Q4	Frequency	Percent	Q8	Frequency	Percent	<u>CLASSIFICAÇÃO DO EXERCÍCIO FÍSICO</u>		
0	12	8.33	1	54	37.50	EXERC_FIS	Frequency	Percent
1	53	36.81	2	44	30.56	-----		
2	60	41.67	4	46	31.94	SEDENTÁR	45	31.25
3	19	13.19				IRR ATIV	36	25.00
						ATIVO	63	43.75

### Análise descritiva das variáveis numéricas

VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	MÍN	Q1	MEDIANA	Q3	MÁX	DESCRIÇÃO
Idade	144	71.20	6.65	60.00	66.00	70.50	76.00	90.00	IDADE
N_DOENCA	144	2.58	1.52	0.00	1.00	2.00	4.00	6.00	NÚMERO DE DOENÇAS
CESD	144	10.05	8.29	0.00	4.00	8.00	14.00	43.00	ESCORE TOTAL DA CESD
TrabDom	144	1.84	0.63	0.37	1.37	1.87	2.31	3.12	ESCORE DE TRABALHOS DOMÉSTICOS (QBMI)
Cam	53	4.37	2.56	0.35	1.89	3.73	5.96	9.44	ESCORE DE CAMINHADA
Alon	7	1.50	0.39	1.23	1.23	1.23	2.05	2.05	ESCORE DE ALONGAMENTO
Ioga	10	0.93	0.43	0.23	0.53	1.23	1.23	1.23	ESCORE DE IOGA
LG	24	0.83	0.65	0.23	0.23	0.56	1.08	2.05	ESCORE DE LIAN GONG
Hi_Na	30	3.43	2.00	0.48	2.61	3.16	4.35	11.30	ESCORE DE HIDROG/NATAÇÃO
CF	42	3.24	1.70	0.48	1.98	3.16	4.35	7.82	ESCORE DE CONDIC. FÍSICO
Volei	13	8.09	4.50	0.48	6.08	7.82	11.30	14.78	ESCORE DE VÔLEI
Bic	1	4.43	.	4.43	4.43	4.43	4.43	4.43	ESCORE DE BICICLETA
Esp_Tot	144	4.36	5.37	0.00	0.00	2.13	7.45	32.88	ESCORE DE ATIVIDADES ESPORTIVAS (QBMI)
AtMan	65	1.44	0.83	0.06	0.69	1.37	2.32	4.01	ESCORE DE ATIV. MANUAIS
Bara	9	1.34	0.64	0.41	0.96	1.50	1.69	2.32	ESCORE DE BARALHO
Pesc	1	1.23	.	1.23	1.23	1.23	1.23	1.23	ESCORE DE PESCARIA
PalCr	3	1.96	0.16	1.78	1.78	2.05	2.05	2.05	ESCORE DE PALAVRAS-CRUZADAS/POEMAS
Bing	12	1.30	0.66	0.41	0.82	1.23	1.78	2.32	ESCORE DE BINGO
Danc	25	1.71	1.44	0.23	0.89	1.23	2.05	5.32	ESCORE DE DANÇA, BAILE, COREOGR.
Instr	3	1.77	0.47	1.50	1.50	1.50	2.32	2.32	ESCORE DE TOCAR INSTRUMENTO
Comp	9	1.32	0.92	0.07	0.68	1.49	2.05	2.32	ESCORE DE COMPUTAÇÃO
Jard	10	1.22	0.75	0.14	0.71	0.99	1.55	2.40	ESCORE DE JARDINAGEM
Coral	28	0.29	0.17	0.17	0.24	0.24	0.24	0.88	ESCORE DE CANTO, CORAL
LazTot (QBMI)	144	1.45	1.48	0.00	0.00	1.09	2.32	6.41	ESCORE DE ATIVIDADES EM TEMPO LIVRE
QBMI	144	7.64	5.96	0.37	3.37	5.76	10.65	38.29	ESCORE TOTAL DO QBMI

## ANEXO 2

### Ficha de Identificação dos Sujeitos

Nome: \_\_\_\_\_

Endereço: \_\_\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_

1.	Sexo	Masculino Feminino	( ) ( )
2.	Qual é o seu estado civil?	Casado(a) ou vive com companheiro(a) Solteiro(a) Divorciado(a), separado(a) ou desquitado(a) Viúvo(a)	( ) ( ) ( ) ( )
3.	Trabalha atualmente?	Sim O que o(a) senhor(a) faz?. (procurar informações precisas sobre o tipo de ocupação) _____ Não	( )  ( )
4.	Realiza trabalho voluntário?	Sim _____ _____ Não	( )  ( )
5.	O (a) senhor(a) é aposentado(a)?	Sim Não	( ) ( )
6.	O (a) senhor(a) é pensionista?	Sim Não	( ) ( )
7.	O(a) senhor(a) é alfabetizado?	Sim Não	( ) ( )
8.	Qual o seu nível de escolaridade?	Nunca foi à escola Ensino fundamental, 1º a 4º série incompleto Ensino fundamental, 1º a 4º série completo Ensino fundamental, 5º a 8º série incompleto Ensino fundamental, 5º a 8º série completo Ensino médio incompleto Ensino médio completo Ensino superior incompleto Ensino superior completo	( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( )
9.	Total de anos de escolaridade	_____	
10.	Com quem o(a) senhor(a) mora?.	Sozinho(a) Com cônjuge Com filho(a) não casado(a) Com filho(a) casado(a) Com outros	( ) ( ) ( ) ( ) ( )
11.	Qual a <b>sua</b> renda mensal, proveniente do seu trabalho, da sua aposentadoria ou pensão?	Até ½ salário mínimo Mais de ½ a 1 salário mínimo Mais de 1 a 2 salários mínimos Mais de 2 a 3 salários mínimos Mais de 3 a 5 salários mínimos Mais de 5 a 10 salários mínimos Mais de 10 a 20 salários mínimos Mais de 20 salários mínimos	( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( ) ( )

## ANEXO 3

### Questionário de Doenças e de Sinais e Sintomas Auto-Relatados

Algum médico já disse que o(a) senhor(a) tem os seguintes problemas de saúde?

1.	Problema do coração/doença do coração?	Sim Não	( ) ( )
2.	Pressão alta/hipertensão?	Sim Não	( ) ( )
3.	Embolia/Derrame?	Sim Não	( ) ( )
4.	Diabetes Mellitus?	Sim Não	( ) ( )
5.	Tumor maligno/câncer?	Sim Não	( ) ( )
6.	Artrite ou reumatismo?	Sim Não	( ) ( )
7.	Doença pulmonar crônica?	Sim Não	( ) ( )
8.	Depressão?	Sim Não	( ) ( )
9.	Osteoporose?	Sim Não	( ) ( )

Nos últimos **12 meses**, o(a) senhor(a) teve algum destes problemas?

10.	Dor no peito?	Sim Não	( ) ( )
11.	Inchaço nos pés ou tornozelos?	Sim Não	( ) ( )
12.	Falta de ar?	Sim Não	( ) ( )
13.	Vertigem ou tontura persistente?	Sim Não	( ) ( )
14.	Fadiga ou cansaço grave?	Sim Não	( ) ( )
15.	Tosse persistente, catarro ou chiado no peito?	Sim Não	( ) ( )
16.	Transpiração excessiva ou sede persistente?	Sim Não	( ) ( )
17.	Quedas?	Sim Não	( ) ( )
18.	O(a) senhor (a) tem alguma dor persistente?	Sim. Qual a intensidade dessa dor? Fraca Moderada Forte Não	( ) ( ) ( ) ( ) ( )
19.	O(a) senhor(a) ganhou peso involuntariamente no último ano?	Sim Quantos quilos, aproximadamente? _____ Não	( ) ( )
20.	Teve dificuldade de memória, de lembrar-se de fatos recentes?	Sim Não	( ) ( )
21.	O(a) senhor(a) perdeu peso involuntariamente?	Sim Quantos quilos, aproximadamente? _____ Não	( ) ( )

## ANEXO 4

**Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D) - (Radloff, 1977;  
Batistoni et al., 2007)**

	<b>Nunca Ou raramente</b>	<b>Poucas vezes (1 a 2 dias)</b>	<b>Na maioria das vezes (3 a 4 dias)</b>	<b>Sempre (5-7 dias)</b>
1. Senti-me incomodado com coisas que normalmente não me incomodam.	0	1	2	3
2. Não tive vontade de comer, ou seja, tive pouco apetite.	0	1	2	3
3. Senti não conseguir melhorar meu estado de ânimo mesmo com a ajuda de amigos e familiares.	0	1	2	3
4. Senti-me, comparando-me às outras pessoas, tendo tanto valor quanto à maioria delas.	3	2	1	0
5. Senti dificuldade em me concentrar no que estava fazendo.	0	1	2	3
6. Senti-me deprimido	0	1	2	3
7. Senti que tive que fazer esforço para dar conta das minhas tarefas habituais	0	1	2	3
8. Senti-me otimista sobre o futuro	3	2	1	0
9. Considerei que minha vida tinha sido um fracasso.	0	1	2	3
10. Senti-me amedrontado	0	1	2	3
11. Meu sono era inquieto e não descansei	0	1	2	3
12. Estive feliz	3	2	1	0
13. Eu falei menos do que o habitual	0	1	2	3
14. Senti-me sozinho/a.	0	1	2	3
15. As pessoas não foram amistosas comigo	0	1	2	3
16. Aproveitei minha vida.	3	2	1	0
17. Tive crises de choro.	0	1	2	3
18. Senti-me triste.	0	1	2	3
19. Senti que as pessoas não gostavam de mim.	0	1	2	3
20. Não consegui levar adiante minhas coisas.	0	1	2	3

Ponto de corte para idosos brasileiros= 12 pontos ou mais

## ANEXO 5

### Questionário de Baecke Modificado para Idosos (QBMI) - (Voorrips et al.,1991; Mazo et al., 2001)

#### Trabalhos Domésticos

1. O(a) senhor(a) realiza algum trabalho doméstico leve?(tirar o pó, lavar louça, consertar roupas, etc)	<input type="checkbox"/> 0- Nunca (ou menos de uma vez por mês) <input type="checkbox"/> 1- Às vezes (somente quando não há parceiro ou ajudante) <input type="checkbox"/> 2- Frequentemente (às vezes ajudado pelo parceiro ou ajudante) <input type="checkbox"/> 3- Sempre (sozinho ou com ajuda)
2. O(a) senhor(a) faz algum trabalho doméstico pesado? (lavar pisos e janelas, carregar sacos de lixo, etc)	<input type="checkbox"/> 0- Nunca (ou menos de uma vez por mês) <input type="checkbox"/> 1- Às vezes (somente quando não há parceiro ou ajudante) <input type="checkbox"/> 2- Frequentemente (às vezes ajudado pelo parceiro ou ajudante) <input type="checkbox"/> 3- Sempre (sozinho ou com ajuda)
3) Para quantas pessoas o(a) senhor(a) realiza trabalhos domésticos, incluindo o(a) senhor(a) mesmo(a)? (preencher 0 se o senhor (a) respondeu nunca nas questões 1 e 2).	_____
4) Quantos cômodos o(a) senhor(a) limpa, incluindo cozinha, quarto, garagem, porão, banheiro, sótão, etc?	<input type="checkbox"/> 0- Nunca realiza serviços domésticos <input type="checkbox"/> 1- Um a seis cômodos <input type="checkbox"/> 2- Sete a nove cômodos <input type="checkbox"/> 3- Dez ou mais cômodos
5) Se limpa cômodos, em quantos andares? (preencher 0 se o senhor (a) respondeu nunca na questão 4)	_____
6) O(a) senhor(a) cozinha ou ajuda no preparo	<input type="checkbox"/> 0- Nunca <input type="checkbox"/> 1- Às vezes (uma ou duas vezes por semana) <input type="checkbox"/> 2- Frequentemente (três a cinco vezes por semana) <input type="checkbox"/> 3- Sempre (mais que cinco vezes)
7) Quantos lances de escada o(a) senhor(a) sobe por dia? (um lance de escadas equivale a dez degraus)	<input type="checkbox"/> 0- Nunca subo escadas <input type="checkbox"/> 1- Um a cinco lances <input type="checkbox"/> 2- Seis a dez lances <input type="checkbox"/> 3- Mais de dez lances
8) Se o(a) senhor(a) vai a algum lugar em sua cidade, qual é o tipo de transporte usado?	<input type="checkbox"/> 0- Nunca sai <input type="checkbox"/> 1- Carro <input type="checkbox"/> 2- Transporte público <input type="checkbox"/> 3- Bicicleta <input type="checkbox"/> 4- Caminho
9) Quantas vezes o(a) senhor(a) sai para fazer compras?	<input type="checkbox"/> 0- Nunca ou menos de uma vez por semana <input type="checkbox"/> 1- Uma vez por semana <input type="checkbox"/> 2- Duas a quatro vezes por semana <input type="checkbox"/> 3- Todos os dias
10) Se o(a) senhor(a) sai para fazer compras, qual o tipo de transporte usado?	<input type="checkbox"/> 0- Nunca sai <input type="checkbox"/> 1- Carro <input type="checkbox"/> 2- Transporte público <input type="checkbox"/> 3- Bicicleta <input type="checkbox"/> 4- Caminho

Atividades Esportivas

O(a) senhor(a) pratica esportes?		( ) sim      ( ) não
<b>1º</b> Nome _____ Intensidade _____(a) Horas/semana _____(b) Períodos do ano _____(c)	<b>2º</b> Nome _____ Intensidade _____(a) Horas/semana _____(b) Períodos do ano _____(c)	<b>3º</b> Nome _____ Intensidade _____(a) Horas/semana _____(b) Períodos do ano _____(c)

Atividades de Tempo Livre

O(a) senhor(a) pratica alguma outra atividade?		( ) sim      ( ) não
<b>1º</b> Nome _____ Intensidade _____(a) Horas/semana _____(b) Períodos do ano _____(c)	<b>2º</b> Nome _____ Intensidade _____(a) Horas/semana _____(b) Períodos do ano _____(c)	<b>3º</b> Nome _____ Intensidade _____(a) Horas/semana _____(b) Períodos do ano _____(c)

## ANEXO 6

### Códigos da Intensidade – Para Cálculo da Pontuação do QBMI

Códigos de Intensidade da Atividade	
1- Deitado, sem movimento	0,028
2) Sentado, sem movimento	0,146
3) Sentado, movimentos de mãos e braços	0,297
4) Sentado, movimentos do corpo	0,703
5) Em pé, sem movimento	0,174
6) Em pé, movimentos de mãos e braços	0,307
7) Em pé, movimentos do corpo, caminhando	0, 890
8) Caminhando, movimentos de mãos e braços	1,368
9) Caminhando, movimentos do corpo, pedalando, nadando	1,890

Códigos de horas por semana	
1- Menos que 1 hora por semana	0,5
2- 1 a menos que 2 horas por semana	1,5
3- 2 a menos que 3 horas por semana	2,5
4- 3 a menos que 4 horas por semana	3,5
5- 4 a menos que 5 horas por semana	4,5
6- 5 a menos que 6 horas por semana	5,5
7- 6 a menos que 7 horas por semana	6,5
8- 7 a menos que 8 horas por semana	7,5
9- Mais que 8 horas por semana	8,5

Códigos de meses por ano	
1- Menos que 1 mês por ano	0,04
2- De 1 a 3 meses por ano	0,17
3- De 4 a 6 meses por ano	0,42
4- De 7 a 9 meses por ano	0,67
5- Mais que 9 meses por ano	0,92

Bink B, Bonjer F, Van Der Sluys H. Assesment of the energy expenditure by indirect time and motion study. In: Edang K, Andersen K eds. *Physical Activity in Health and Disease*. Oslo: Proceedings of the Bertostölen Symposium, Oslo University; 1996. p.207-14.

## ANEXO 7

### **Termo de Consentimento Livre e Esclarecido**

O(a) senhor(a) está sendo convidado(a) a participar de um trabalho de pesquisa, cujos detalhes seguem abaixo.

*Título do Projeto:* Relação entre sintomas depressivos e atividade física habitual em idosos da comunidade.

*Pesquisadora Responsável:* Fisioterapeuta Paula Casalini Domingues

*Justificativa da Pesquisa:* É importante investigar vários tipos e níveis de atividade, entre elas trabalhos domésticos, atividades esportivas e atividades em tempo de livre, que podem ser indicadores de atividade e boa saúde, ou, indicadores de inatividade, sintomas depressivos e doenças.

Este estudo pode contribuir para a identificação dos fatores de risco para sintomas depressivos em mulheres e homens idosos de diversas idades e faixas de renda, recrutados em centro de convivência para idosos. Esse conhecimento pode contribuir para a adoção de medidas preventivas e de reabilitação e pode favorecer políticas de saúde e de educação em saúde na vida adulta e na velhice.

*Objetivos da Pesquisa:* Analisar as relações entre nível de Atividade Física nos últimos doze meses, doenças, sinais e sintomas auto-relatados e sintomas depressivos em mulheres e homens idosos (60 anos e mais) de diferentes faixas de idade e renda recrutados em centro de convivência.

*Procedimentos a que o(a) senhor(a) será submetido:* O(a) senhor(a) será submetido a uma pesquisa onde serão realizadas quatro entrevistas: 1ª- Para colher seus dados pessoais, 2ª-

Para investigar doenças e sintomas, 3ª- Para avaliar os sintomas depressivos que o(a) senhor(a) pode apresentar e 4ª- Sobre as atividades físicas que você realiza. O tempo de cada avaliação é de aproximadamente 10 minutos, e serão realizadas no mesmo dia.

Outras Informações:

1 – O(a) senhor(a) tem a garantia de receber qualquer informação adicional ou esclarecimentos que julgar necessários, a qualquer tempo do estudo;

2 - A sua recusa em participar do estudo não lhe trará qualquer prejuízo;

3 – O(a) senhor(a) estará livre para deixar o estudo a qualquer momento, mesmo que tenha consentido em participar do mesmo inicialmente.

4 - O (a) senhor (a) não terá nenhum gasto com a participação na pesquisa.

5 - As informações obtidas pelo estudo serão estritamente confidenciais, estando garantidos o anonimato e privacidade na apresentação ou divulgação dos resultados.

6 – O (a) senhor (a) receberá uma cópia deste termo de consentimento livre e esclarecido

Tendo lido, compreendido e estando suficientemente esclarecido sobre os propósitos deste estudo, Eu \_\_\_\_\_, idade \_\_\_\_\_ anos, RG \_\_\_\_\_, autorizo minha participação neste estudo.

Amparo (SP), \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2007.

---

Assinatura do participante

Pesquisadora responsável: Paula Casalini Domingues

Credito: 3/ 70977-F Fone (0XX 19) 9711-9790

*Dúvidas e Reclamações, Procurar:*

Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp)

Endereço: Rua Tessália Vieira de Camargo, 126 – Barão Geraldo – Campinas (SP)

Email: [cep@fcm.unicamp.br](mailto:cep@fcm.unicamp.br)

Fone: (19) 3521-8936

## ANEXO 8

### Análise comparativa das principais variáveis entre os *com* e *sem* sintomas depressivos

#### Comparação das variáveis categóricas entre os *com* e *sem* sintomas depressivos

<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">EstCivil SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>CASADO</td> <td>, 34</td> <td>, 17</td> <td>, 51</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 35.42</td> <td>, 35.42</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>OUTROS</td> <td>, 8</td> <td>, 4</td> <td>, 12</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 8.33</td> <td>, 8.33</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>VIÚVO</td> <td>, 54</td> <td>, 27</td> <td>, 81</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 56.25</td> <td>, 56.25</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.00; GL=2; P=1.000</td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">Trabalha SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 12</td> <td>, 3</td> <td>, 15</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 12.50</td> <td>, 6.25</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 84</td> <td>, 45</td> <td>, 129</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 87.50</td> <td>, 93.75</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.34; GL=1; P=0.247</td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">TrabVolu SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 23</td> <td>, 4</td> <td>, 27</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, <b>23.96</b></td> <td>, 8.33</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 73</td> <td>, 44</td> <td>, 117</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 76.04</td> <td>, <b>91.67</b></td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=5.13; GL=2; <b>P=0.024</b></td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">Aposenta SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 67</td> <td>, 36</td> <td>, 103</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 69.79</td> <td>, 75.00</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 29</td> <td>, 12</td> <td>, 41</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 30.21</td> <td>, 25.00</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.43; GL=1; P=0.514</td> </tr> </tbody> </table>	EstCivil SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				CASADO	, 34	, 17	, 51		, 35.42	, 35.42		-----+-----+				OUTROS	, 8	, 4	, 12		, 8.33	, 8.33		-----+-----+				VIÚVO	, 54	, 27	, 81		, 56.25	, 56.25		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.00; GL=2; P=1.000				Trabalha SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 12	, 3	, 15		, 12.50	, 6.25		-----+-----+				NÃO	, 84	, 45	, 129		, 87.50	, 93.75		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.34; GL=1; P=0.247				TrabVolu SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 23	, 4	, 27		, <b>23.96</b>	, 8.33		-----+-----+				NÃO	, 73	, 44	, 117		, 76.04	, <b>91.67</b>		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=5.13; GL=2; <b>P=0.024</b>				Aposenta SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 67	, 36	, 103		, 69.79	, 75.00		-----+-----+				NÃO	, 29	, 12	, 41		, 30.21	, 25.00		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.43; GL=1; P=0.514				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">Pension SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 57</td> <td>, 26</td> <td>, 83</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 59.38</td> <td>, 54.17</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 39</td> <td>, 22</td> <td>, 61</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 40.63</td> <td>, 45.83</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.36; GL=1; P=0.551</td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">Escolar SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>ENS FUND</td> <td>, 82</td> <td>, 45</td> <td>, 127</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 85.42</td> <td>, 93.75</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>ENS MÉDI</td> <td>, 6</td> <td>, 1</td> <td>, 7</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 6.25</td> <td>, 2.08</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>ENS SUPE</td> <td>, 8</td> <td>, 2</td> <td>, 10</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 8.33</td> <td>, 4.17</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE EXATO DE FISHER: P=0.451</td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">Renda SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>&lt;=1 SM</td> <td>, 23</td> <td>, 8</td> <td>, 31</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 23.96</td> <td>, 16.67</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>1-3 SM</td> <td>, 48</td> <td>, 28</td> <td>, 76</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 50.00</td> <td>, 58.33</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>&gt;3 SM</td> <td>, 25</td> <td>, 12</td> <td>, 37</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 26.04</td> <td>, 25.00</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.22; GL=2; P=0.542</td> </tr> </tbody> </table>	Pension SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 57	, 26	, 83		, 59.38	, 54.17		-----+-----+				NÃO	, 39	, 22	, 61		, 40.63	, 45.83		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.36; GL=1; P=0.551				Escolar SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				ENS FUND	, 82	, 45	, 127		, 85.42	, 93.75		-----+-----+				ENS MÉDI	, 6	, 1	, 7		, 6.25	, 2.08		-----+-----+				ENS SUPE	, 8	, 2	, 10		, 8.33	, 4.17		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE EXATO DE FISHER: P=0.451				Renda SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				<=1 SM	, 23	, 8	, 31		, 23.96	, 16.67		-----+-----+				1-3 SM	, 48	, 28	, 76		, 50.00	, 58.33		-----+-----+				>3 SM	, 25	, 12	, 37		, 26.04	, 25.00		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.22; GL=2; P=0.542				<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">MoraSozi SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 31</td> <td>, 15</td> <td>, 46</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 32.29</td> <td>, 31.25</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 65</td> <td>, 33</td> <td>, 98</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 67.71</td> <td>, 68.75</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.02; GL=1; P=0.899</td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">MoraConj SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 34</td> <td>, 18</td> <td>, 52</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 35.42</td> <td>, 37.50</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 62</td> <td>, 30</td> <td>, 92</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 64.58</td> <td>, 62.50</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.06; GL=1; P=0.806</td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">MoraFilh SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 24</td> <td>, 17</td> <td>, 41</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 25.00</td> <td>, 35.42</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 72</td> <td>, 31</td> <td>, 103</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 75.00</td> <td>, 64.58</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.70; GL=1; P=0.192</td> </tr> </tbody> </table> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4">MoraFCas SINTDEPR</th> </tr> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>SIM</td> <td>, 10</td> <td>, 4</td> <td>, 14</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 10.42</td> <td>, 8.33</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 86</td> <td>, 44</td> <td>, 130</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 89.58</td> <td>, 91.67</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">-----+-----+</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> <tr> <td colspan="4">TESTE EXATO DE FISHER: P=0.775</td> </tr> </tbody> </table>	MoraSozi SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 31	, 15	, 46		, 32.29	, 31.25		-----+-----+				NÃO	, 65	, 33	, 98		, 67.71	, 68.75		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.02; GL=1; P=0.899				MoraConj SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 34	, 18	, 52		, 35.42	, 37.50		-----+-----+				NÃO	, 62	, 30	, 92		, 64.58	, 62.50		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.06; GL=1; P=0.806				MoraFilh SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 24	, 17	, 41		, 25.00	, 35.42		-----+-----+				NÃO	, 72	, 31	, 103		, 75.00	, 64.58		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.70; GL=1; P=0.192				MoraFCas SINTDEPR				Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	-----+-----+				SIM	, 10	, 4	, 14		, 10.42	, 8.33		-----+-----+				NÃO	, 86	, 44	, 130		, 89.58	, 91.67		-----+-----+				Total	96	48	144	TESTE EXATO DE FISHER: P=0.775			
EstCivil SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
CASADO	, 34	, 17	, 51																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 35.42	, 35.42																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
OUTROS	, 8	, 4	, 12																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 8.33	, 8.33																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
VIÚVO	, 54	, 27	, 81																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 56.25	, 56.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.00; GL=2; P=1.000																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Trabalha SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 12	, 3	, 15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 12.50	, 6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 84	, 45	, 129																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 87.50	, 93.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.34; GL=1; P=0.247																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
TrabVolu SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 23	, 4	, 27																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, <b>23.96</b>	, 8.33																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 73	, 44	, 117																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 76.04	, <b>91.67</b>																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=5.13; GL=2; <b>P=0.024</b>																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Aposenta SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 67	, 36	, 103																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 69.79	, 75.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 29	, 12	, 41																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 30.21	, 25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.43; GL=1; P=0.514																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Pension SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 57	, 26	, 83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 59.38	, 54.17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 39	, 22	, 61																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 40.63	, 45.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.36; GL=1; P=0.551																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Escolar SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
ENS FUND	, 82	, 45	, 127																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 85.42	, 93.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
ENS MÉDI	, 6	, 1	, 7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 6.25	, 2.08																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
ENS SUPE	, 8	, 2	, 10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 8.33	, 4.17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE EXATO DE FISHER: P=0.451																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Renda SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
<=1 SM	, 23	, 8	, 31																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 23.96	, 16.67																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
1-3 SM	, 48	, 28	, 76																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 50.00	, 58.33																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
>3 SM	, 25	, 12	, 37																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 26.04	, 25.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.22; GL=2; P=0.542																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
MoraSozi SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 31	, 15	, 46																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 32.29	, 31.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 65	, 33	, 98																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 67.71	, 68.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.02; GL=1; P=0.899																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
MoraConj SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 34	, 18	, 52																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 35.42	, 37.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 62	, 30	, 92																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 64.58	, 62.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.06; GL=1; P=0.806																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
MoraFilh SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 24	, 17	, 41																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 25.00	, 35.42																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 72	, 31	, 103																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 75.00	, 64.58																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.70; GL=1; P=0.192																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
MoraFCas SINTDEPR																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
SIM	, 10	, 4	, 14																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 10.42	, 8.33																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
NÃO	, 86	, 44	, 130																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 89.58	, 91.67																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-----+-----+																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
TESTE EXATO DE FISHER: P=0.775																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										

<p>MoraOutr SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 8</td> <td>, 3</td> <td>, 11</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 8.33</td> <td>, 6.25</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 88</td> <td>, 45</td> <td>, 133</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 91.67</td> <td>, 93.75</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE EXATO DE FISHER: P=0.752</p> <p>FreqGrup SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>&lt;=6 ANOS</td> <td>, 35</td> <td>, 20</td> <td>, 55</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 36.46</td> <td>, 41.67</td> <td></td> </tr> <tr> <td>6-10 AN</td> <td>, 33</td> <td>, 9</td> <td>, 42</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 34.38</td> <td>, 18.75</td> <td></td> </tr> <tr> <td>&gt;10 AN</td> <td>, 28</td> <td>, 19</td> <td>, 47</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 29.17</td> <td>, 39.58</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=3.97; GL=2; P=0.137</p> <p>ProbCora SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 18</td> <td>, 16</td> <td>, 34</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 18.75</td> <td>, 33.33</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 78</td> <td>, 32</td> <td>, 110</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 81.25</td> <td>, 66.67</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=3.77; GL=1; P=0.052</p> <p>HAS SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 61</td> <td>, 33</td> <td>, 94</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 63.54</td> <td>, 68.75</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 35</td> <td>, 15</td> <td>, 50</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 36.46</td> <td>, 31.25</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.38; GL=1; P=0.536</p>	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 8	, 3	, 11		, 8.33	, 6.25		NÃO	, 88	, 45	, 133		, 91.67	, 93.75		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	<=6 ANOS	, 35	, 20	, 55		, 36.46	, 41.67		6-10 AN	, 33	, 9	, 42		, 34.38	, 18.75		>10 AN	, 28	, 19	, 47		, 29.17	, 39.58		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 18	, 16	, 34		, 18.75	, 33.33		NÃO	, 78	, 32	, 110		, 81.25	, 66.67		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 61	, 33	, 94		, 63.54	, 68.75		NÃO	, 35	, 15	, 50		, 36.46	, 31.25		Total	96	48	144	<p>Derrame SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 4</td> <td>, 2</td> <td>, 6</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 4.17</td> <td>, 4.17</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 92</td> <td>, 46</td> <td>, 138</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 95.83</td> <td>, 95.83</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE EXATO DE FISHER: P=1.000</p> <p>DM SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 21</td> <td>, 14</td> <td>, 35</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 21.88</td> <td>, 29.17</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 75</td> <td>, 34</td> <td>, 109</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 78.13</td> <td>, 70.83</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.92; GL=1; P=0.336</p> <p>Tumor SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 7</td> <td>, 8</td> <td>, 15</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 7.29</td> <td>, 16.67</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 89</td> <td>, 40</td> <td>, 129</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 92.71</td> <td>, 83.33</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=3.01; GL=1; P=0.083</p> <p>Artrite SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 44</td> <td>, 24</td> <td>, 68</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 45.83</td> <td>, 50.00</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 52</td> <td>, 24</td> <td>, 76</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 54.17</td> <td>, 50.00</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.22; GL=1; P=0.637</p> <p>DPOC SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 4</td> <td>, 6</td> <td>, 10</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 4.17</td> <td>, 12.50</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 92</td> <td>, 42</td> <td>, 134</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 95.83</td> <td>, 87.50</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE EXATO DE FISHER: P=0.084</p>	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 4	, 2	, 6		, 4.17	, 4.17		NÃO	, 92	, 46	, 138		, 95.83	, 95.83		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 21	, 14	, 35		, 21.88	, 29.17		NÃO	, 75	, 34	, 109		, 78.13	, 70.83		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 7	, 8	, 15		, 7.29	, 16.67		NÃO	, 89	, 40	, 129		, 92.71	, 83.33		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 44	, 24	, 68		, 45.83	, 50.00		NÃO	, 52	, 24	, 76		, 54.17	, 50.00		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 4	, 6	, 10		, 4.17	, 12.50		NÃO	, 92	, 42	, 134		, 95.83	, 87.50		Total	96	48	144	<p>Depres SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 25</td> <td>, 24</td> <td>, 49</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 26.04</td> <td>, 50.00</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 71</td> <td>, 24</td> <td>, 95</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 73.96</td> <td>, 50.00</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=8.18; GL=1; P=0.004</p> <p>Osteop SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 40</td> <td>, 21</td> <td>, 61</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 41.67</td> <td>, 43.75</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 56</td> <td>, 27</td> <td>, 83</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 58.33</td> <td>, 56.25</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.06; GL=1; P=0.812</p> <p>N_DOENCA SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0-2</td> <td>, 55</td> <td>, 18</td> <td>, 73</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 57.29</td> <td>, 37.50</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3-6</td> <td>, 41</td> <td>, 30</td> <td>, 71</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 42.71</td> <td>, 62.50</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=5.01; GL=1; P=0.025</p> <p>DorPeito SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 6</td> <td>, 10</td> <td>, 16</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 6.25</td> <td>, 20.83</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 90</td> <td>, 38</td> <td>, 128</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 93.75</td> <td>, 79.17</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=6.89; GL=1; P=0.009</p> <p>Inchaco SINTDEPR</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Col Pct</th> <th>,NÃO</th> <th>,SIM</th> <th>, Total</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>SIM</td> <td>, 37</td> <td>, 26</td> <td>, 63</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 38.54</td> <td>, 54.17</td> <td></td> </tr> <tr> <td>NÃO</td> <td>, 59</td> <td>, 22</td> <td>, 81</td> </tr> <tr> <td></td> <td>, 61.46</td> <td>, 45.83</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>96</td> <td>48</td> <td>144</td> </tr> </tbody> </table> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=3.17; GL=1; P=0.075</p>	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 25	, 24	, 49		, 26.04	, 50.00		NÃO	, 71	, 24	, 95		, 73.96	, 50.00		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 40	, 21	, 61		, 41.67	, 43.75		NÃO	, 56	, 27	, 83		, 58.33	, 56.25		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	0-2	, 55	, 18	, 73		, 57.29	, 37.50		3-6	, 41	, 30	, 71		, 42.71	, 62.50		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 6	, 10	, 16		, 6.25	, 20.83		NÃO	, 90	, 38	, 128		, 93.75	, 79.17		Total	96	48	144	Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total	SIM	, 37	, 26	, 63		, 38.54	, 54.17		NÃO	, 59	, 22	, 81		, 61.46	, 45.83		Total	96	48	144
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 8	, 3	, 11																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 8.33	, 6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 88	, 45	, 133																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 91.67	, 93.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
<=6 ANOS	, 35	, 20	, 55																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 36.46	, 41.67																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
6-10 AN	, 33	, 9	, 42																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 34.38	, 18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
>10 AN	, 28	, 19	, 47																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 29.17	, 39.58																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 18	, 16	, 34																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 18.75	, 33.33																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 78	, 32	, 110																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 81.25	, 66.67																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 61	, 33	, 94																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 63.54	, 68.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 35	, 15	, 50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 36.46	, 31.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 4	, 2	, 6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 4.17	, 4.17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 92	, 46	, 138																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 95.83	, 95.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 21	, 14	, 35																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 21.88	, 29.17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 75	, 34	, 109																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 78.13	, 70.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 7	, 8	, 15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 7.29	, 16.67																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 89	, 40	, 129																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 92.71	, 83.33																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 44	, 24	, 68																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 45.83	, 50.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 52	, 24	, 76																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 54.17	, 50.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 4	, 6	, 10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 4.17	, 12.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 92	, 42	, 134																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 95.83	, 87.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 25	, 24	, 49																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 26.04	, 50.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 71	, 24	, 95																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 73.96	, 50.00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 40	, 21	, 61																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 41.67	, 43.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 56	, 27	, 83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 58.33	, 56.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
0-2	, 55	, 18	, 73																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 57.29	, 37.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
3-6	, 41	, 30	, 71																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 42.71	, 62.50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 6	, 10	, 16																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 6.25	, 20.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 90	, 38	, 128																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 93.75	, 79.17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Col Pct	,NÃO	,SIM	, Total																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
SIM	, 37	, 26	, 63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 38.54	, 54.17																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
NÃO	, 59	, 22	, 81																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	, 61.46	, 45.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
Total	96	48	144																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							

<p>FaltaAr SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 5 , 15 , 20</p> <p>, 5.21 , <b>31.25</b> ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 91 , 33 , 124</p> <p>, <b>94.79</b> , 68.75 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=18.15; GL=1; <b>P&lt;0.001</b></p>	<p>Transpir SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 10 , 10 , 20</p> <p>, 10.42 , 20.83 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 86 , 38 , 124</p> <p>, 89.58 , 79.17 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=2.90; GL=1; P=0.088</p>	<p>DifMemo SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 30 , 30 , 60</p> <p>, 31.25 , <b>62.50</b> ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 66 , 18 , 84</p> <p>, <b>68.75</b> , 37.50 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=12.86; GL=1; <b>P&lt;0.001</b></p>
<p>Vertigem SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 4 , 10 , 14</p> <p>, 4.17 , <b>20.83</b> ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 92 , 38 , 130</p> <p>, <b>95.83</b> , 79.17 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE EXATO DE FISHER: <b>P=0.003</b></p>	<p>Quedas SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 24 , 16 , 40</p> <p>, 25.00 , 33.33 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 72 , 32 , 104</p> <p>, 75.00 , 66.67 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.11; GL=1; P=0.293</p>	<p>PerdPeso SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 11 , 5 , 16</p> <p>, 11.46 , 10.42 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 85 , 43 , 128</p> <p>, 88.54 , 89.58 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.04; GL=1; P=0.851</p>
<p>Fadiga SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 3 , 11 , 14</p> <p>, 3.13 , <b>22.92</b> ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 93 , 37 , 130</p> <p>, <b>96.88</b> , 77.08 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE EXATO DE FISHER: <b>P&lt;0.001</b></p>	<p>Dor SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 30 , 22 , 52</p> <p>, 31.25 , 45.83 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 66 , 26 , 92</p> <p>, 68.75 , 54.17 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=2.95; GL=1; P=0.086</p>	<p>EXERC_FIS SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SEDENTÁR , 28 , 17 , 45</p> <p>, 29.17 , 35.42 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>IRR ATIV , 26 , 10 , 36</p> <p>, 27.08 , 20.83 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>ATIVO , 42 , 21 , 63</p> <p>, 43.75 , 43.75 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.90; GL=2; P=0.638</p>
<p>Tosse SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 8 , 12 , 20</p> <p>, 8.33 , <b>25.00</b> ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 88 , 36 , 124</p> <p>, <b>91.67</b> , 75.00 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=7.43; GL=1; <b>P=0.006</b></p>	<p>GanhPeso SINTDEPR</p> <p>Col Pct ,NÃO ,SIM , Total</p> <p>-----+-----+</p> <p>SIM , 27 , 14 , 41</p> <p>, 28.13 , 29.17 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>NÃO , 69 , 34 , 103</p> <p>, 71.88 , 70.83 ,</p> <p>-----+-----+</p> <p>Total 96 48 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.02; GL=1; P=0.896</p>	

## Comparação das variáveis numéricas entre os *com* e *sem* sintomas depressivos

<u>SEM SINTOMAS DEPRESSIVOS</u>							<u>COM SINTOMAS DEPRESSIVOS</u>							
VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	Q1	MEDIANA	Q3	VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	Q1	MEDIANA	Q3	VALOR-P*
Idade	96	71.68	6.72	66.50	71.00	77.00	Idade	48	70.25	6.45	65.50	69.00	74.00	P=0.193
N_DOENCA	96	2.33	1.48	1.00	2.00	3.00	N_DOENCA	48	3.08	1.49	2.00	<b>3.00</b>	4.00	<b>P=0.006</b>
TrabDom	96	1.87	0.62	1.37	1.87	2.37	TrabDom	48	1.77	0.64	1.37	1.87	2.25	P=0.341
Cam	35	4.41	2.60	1.89	3.21	6.92	Cam	18	4.30	2.56	1.89	4.26	5.66	P=0.865
Ioga	9	0.89	0.44	0.53	1.23	1.23	Ioga	1	1.23	.	1.23	1.23	1.23	P=0.431
LG	20	0.83	0.64	0.23	0.56	1.08	LG	4	0.85	0.81	0.40	0.56	1.31	P=0.968
Hi_Na	24	3.48	2.03	2.61	3.16	4.35	Hi_Na	6	3.23	2.05	1.19	3.48	4.35	P=0.894
CF	32	3.45	1.70	2.61	4.35	4.35	CF	10	2.57	1.60	1.90	2.30	2.61	P=0.088
Volei	10	8.50	4.70	6.08	7.82	11.30	Volei	3	6.72	4.30	2.78	6.08	11.30	P=0.492
Esp_Tot	96	4.95	6.00	0.00	2.80	8.40	Esp_Tot	48	3.17	3.57	0.00	1.94	4.98	P=0.186
AtMan	44	1.29	0.90	0.68	<b>0.96</b>	2.32	AtMan	21	1.77	0.56	1.50	<b>1.69</b>	2.32	<b>P=0.014</b>
Bing	9	1.20	0.71	0.68	1.23	1.23	Bing	3	1.59	0.42	1.23	1.50	2.05	P=0.258
Danc	18	1.94	1.58	0.93	1.23	2.86	Danc	7	1.12	0.82	0.83	0.89	1.23	P=0.127
Jard	8	1.34	0.79	0.85	1.27	1.98	Jard	2	0.72	0.01	0.71	0.72	0.72	P=0.234
Coral	21	0.27	0.14	0.24	0.24	0.24	Coral	7	0.34	0.25	0.24	0.24	0.40	P=0.450
LazTot	96	1.58	1.63	0.19	1.15	2.32	LazTot	48	1.20	1.11	0.00	1.08	2.32	P=0.370
QBMI	96	8.40	6.71	3.38	6.76	11.54	QBMI	48	6.13	3.67	3.35	5.38	8.15	P=0.204

\* Valor-P referente ao teste de Mann-Whitney para comparação dos valores entre sintomas depressivos (N vs S).

## ANEXO 9

### Análise de Correlações entre as principais variáveis numéricas – na amostra geral, por gênero e por faixa etária

<b>AMOSTRA TOTAL (n=144)</b>						
	<u>N_DOENCA</u>	<u>CESD</u>	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>
Idade*	r= 0.08744	-0.07586	-0.15831	<b>-0.31135</b>	0.04300	<b>-0.30613</b>
	P= 0.2973	0.3662	0.0581	0.0001	0.6089	0.0002
	<u>CESD</u>	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>	
N_DOENCA	r= <b>0.30369</b>	-0.06815	<b>-0.18571</b>	-0.11554	<b>-0.19551</b>	
	P= 0.0002	0.4170	0.0258	0.1679	0.0189	

\* r=coeficiente de correlação de Spearman; P=Valor-P; n=número de sujeitos.

<b>AMOSTRA TOTAL (n=144)</b>				
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>
CESD*	r= -0.08545	-0.14848	-0.13614	-0.15093
	P= 0.3085	0.0757	0.1037	0.0710
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>		
Esp_Tot	r= <b>0.20586</b>			
	P= 0.0133			
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>		
LazTot	r= -0.04584	0.07520		
	P= 0.5854	0.3704		

<b>SEXO FEMININO (n=136)</b>						
	<u>N_DOENCA</u>	<u>CESD</u>	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>
Idade	r= 0.06855	-0.08475	-0.16809	<b>-0.31988</b>	0.06294	<b>-0.30954</b>
	P= 0.4278	0.3266	0.0505	0.0001	0.4666	0.0002
	<u>CESD</u>	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>	
N_DOENCA	r= <b>0.32069</b>	-0.08453	<b>-0.18761</b>	-0.11187	<b>-0.19064</b>	
	P= 0.0001	0.3279	0.0287	0.1948	0.0262	
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>		
CESD	r= -0.10617	-0.16378	-0.14329	-0.16308		
	P= 0.2186	0.0568	0.0961	0.0578		
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>				
Esp_Tot	r= <b>0.20902</b>					
	P= 0.0146					
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>				
LazTot	r= -0.04843	0.08847				
	P= 0.5756	0.3057				

<b>SEXO MASCULINO (n=8) (Estas análises devem ser vistas com limitação pelo tamanho reduzido do grupo)</b>						
	<u>N_DOENCA</u>	<u>CESD</u>	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>
Idade	r= 0.35331	0.07319	-0.28397	0.36596	-0.35805	-0.12199
	P= 0.3906	0.8633	0.4955	0.3726	0.3838	0.7735
	<u>CESD</u>	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>	
N_DOENCA	r= -0.19155	<b>-0.89183</b>	0.21709	-0.12925	-0.37034	
	P= 0.6495	0.0029	0.6056	0.7603	0.3665	
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>	<u>LazTot</u>	<u>QBMI</u>		
CESD	r= 0.39762	0.33333	-0.06025	0.21429		
	P= 0.3293	0.4198	0.8873	0.6103		
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>				
Esp_Tot	r= 0.10844					
	P= 0.7983					
	<u>TrabDom</u>	<u>Esp_Tot</u>				
LazTot	r= 0.29268	-0.25303				

		0.4818	0.5454			
<b>IDADE 60-69 ANOS (n=65)</b>						
	<b>N_DOENCA</b>	<b>CESD</b>	<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>
Idade	r= 0.11935	0.08400	-0.02597	-0.08551	-0.03432	-0.11279
	P= 0.3437	0.5059	0.8373	0.4983	0.7861	0.3710
		<b>CESD</b>	<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>
N_DOENCA	r= <b>0.40366</b>	-0.07728	-0.14949	-0.20708	-0.22813	
	P= 0.0009	0.5406	0.2346	0.0979	0.0676	
		<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>	
CESD	r= 0.10469	-0.12253	-0.21190	-0.14886		
	P= 0.4066	0.3309	0.0902	0.2366		
		<b>TrabDom</b>				
Esp_Tot	r= 0.14395					
	P= 0.2526					

\* r=coeficiente de correlação de Spearman; P=Valor-P; n=número de sujeitos.

<b>IDADE 60-69 ANOS (n=65) (cont.)</b>						
	<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>				
LazTot*	r= -0.17762	-0.06378				
	P= 0.1569	0.6137				
<b>IDADE 70-79 ANOS (n=62)</b>						
	<b>N_DOENCA</b>	<b>CESD</b>	<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>
Idade	r= 0.04110	0.11554	-0.07018	<b>-0.31223</b>	-0.07047	<b>-0.31744</b>
	P= 0.7511	0.3712	0.5878	0.0135	0.5863	0.0119
		<b>CESD</b>	<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>
N_DOENCA	r= <b>0.32491</b>	-0.05436	<b>-0.25014</b>	-0.13387	-0.20417	
	P= 0.0100	0.6748	0.0499	0.2996	0.1114	
		<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>	
CESD	r= <b>-0.36220</b>	<b>-0.25336</b>	-0.12883	<b>-0.26940</b>		
	P= 0.0038	0.0469	0.3183	0.0342		
		<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>			
Esp_Tot	r= 0.24802					
	P= 0.0519					
LazTot	0.12527	<b>0.26135</b>				
	0.3320	0.0402				
<b>IDADE &gt;=80 ANOS (n=17)</b>						
	<b>N_DOENCA</b>	<b>CESD</b>	<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>
Idade	r= 0.16985	0.12805	0.11333	-0.30200	0.02635	-0.09914
	P= 0.5146	0.6243	0.6650	0.2388	0.9200	0.7050
		<b>CESD</b>	<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>
N_DOENCA	r= -0.05560	-0.09510	-0.03512	0.10851	0.05641	
	P= 0.8322	0.7165	0.8936	0.6785	0.8298	
		<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>	<b>LazTot</b>	<b>QBMI</b>	
CESD	r= -0.17008	-0.09796	0.31332	-0.03706		
	P= 0.5140	0.7084	0.2207	0.8877		
		<b>TrabDom</b>	<b>Esp_Tot</b>			
Esp_Tot	r= 0.03450					
	P= 0.8954					
LazTot	-0.05237	0.11938				
	0.8418	0.6481				

\* r=coeficiente de correlação de Spearman; P=Valor-P; n=número de sujeitos.

## ANEXO 10

### Análise comparativa dos escores do QBMI e da CES-D entre os níveis de atividade física e entre o número de doenças

#### Análise comparativa dos escores do QBMI e da CESD entre níveis de atividade física

<u>ATIV. FÍSICA 'SEDENTÁRIO'</u>					<u>ATIV. FÍSICA 'IRREG. ATIVO'</u>					<u>ATIV. FÍSICA 'ATIVO'</u>					
VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	MEDIANA	VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	MEDIANA	VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	MEDIANA	VALOR-P*
N_DOENCA	45	2.96	1.64	<b>3.00</b>	N_DOENCA	36	2.81	1.37	3.00	N_DOENCA	63	2.19	1.44	<b>2.00</b>	<b>P=0.025</b>
CESD	45	11.29	8.18	8.00	CESD	36	9.78	9.40	6.50	CESD	63	9.32	7.71	9.00	P=0.331
TrabDom	45	1.76	0.64	1.87	TrabDom	36	1.72	0.63	1.62	TrabDom	63	1.95	0.61	2.00	P=0.093
Esp_Tot	45	0.00	0.00	<b>0.00</b>	Esp_Tot	36	2.09	1.75	<b>1.56</b>	Esp_Tot	63	8.77	5.32	<b>8.15</b>	<b>P&lt;0.001</b>
LazTot	45	1.23	1.02	1.23	LazTot	36	1.29	1.47	0.96	LazTot	63	1.70	1.73	1.23	P=0.474
QBMI	45	2.99	1.20	<b>3.06</b>	QBMI	36	5.11	2.03	<b>4.66</b>	QBMI	63	12.42	6.00	<b>11.21</b>	<b>P&lt;0.001</b>

\* Valor-P referente ao teste de Kruskal-Wallis para comparação das variáveis entre níveis de atividade física. Diferenças significativas (teste post-hoc de Dunn; P<0.05): **N\_Doenca** ('Sedent'≠'Ativo'), **Esp\_Tot** ('Sedent'≠'Irreg Ativ', 'Sedent'≠'Ativo', 'Irreg Ativ'≠'Ativo'), **QBMI** ('Sedent'≠'Irreg Ativ', 'Sedent'≠'Ativo', 'Irreg Ativ'≠'Ativo').

#### Análise comparativa dos escores do QBMI e da CESD entre número de doenças.

<u>NÚMERO DE DOENÇAS '0-2'</u>							<u>NÚMERO DE DOENÇAS '3-6'</u>							
VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	Q1	MEDIANA	Q3	VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	Q1	MEDIANA	Q3	VALOR-P*
CESD	73	7.79	5.75	3.00	7.00	11.00	CESD	71	12.37	9.78	5.00	<b>10.00</b>	17.00	<b>P=0.005</b>
TrabDom	73	1.85	0.63	1.37	1.87	2.37	TrabDom	71	1.82	0.63	1.37	1.87	2.25	P=0.805
Esp_Tot	73	5.04	5.95	0.00	3.15	8.15	Esp_Tot	71	3.66	4.64	0.00	1.23	5.22	P=0.138
LazTot	73	1.61	1.64	0.06	1.20	2.39	LazTot	71	1.28	1.29	0.00	0.96	2.05	P=0.289
QBMI	73	8.51	6.70	3.51	7.19	11.49	QBMI	71	6.75	4.99	3.18	4.68	8.98	P=0.130

\* Valor-P referente ao teste de Mann-Whitney para comparação dos valores entre número de doenças (0-2 vs 3-6).

## ANEXO 11

### Análise de Conglomerados (Cluster Analysis)

#### Resultados da análise de conglomerados – variáveis principais (2 clusters)

TAMANHO DOS CLUSTERS						
MAXIMUM DISTANCE						
CLUSTER	FREQUENCY	RMS STD DEVIATION	FROM SEED TO OBSERVATION	RADIUS EXCEEDED	NEAREST CLUSTER	DISTANCE BETWEEN CLUSTER CENTROIDS
1	122	0.9308	5.4533		2	3.6181
2	22	0.8097	4.7970		1	3.6181
STATISTICS FOR VARIABLES						
VARIABLE	TOTAL STD	WITHIN STD	R-SQUARED	RSQ/ (1-RSQ)		
Z_GENERO	1.00000	0.99818	0.010608	0.010721		
Z_IDADE	1.00000	0.99874	0.009495	0.009586		
Z_RENDA	1.00000	1.00013	0.006737	0.006782		
Z_DOENCAS	1.00000	0.98579	0.035022	0.036294		
Z_SINTDEP	1.00000	0.96918	0.067250	0.072099		
Z_TRABDOM	1.00000	0.96722	0.071022	0.076451		
Z_ESP_TOT	1.00000	0.68763	<b>0.530465</b>	1.129766		
Z_LAZ_TOT	1.00000	0.91504	0.168562	0.202735		
Z_QBMI	1.00000	0.61933	<b>0.619115</b>	1.625464		
Z_EXERCF	1.00000	0.90428	0.188001	0.231529		
OVER-ALL	1.00000	0.91390	<b>0.170628</b>	0.205731		

### Comparação das variáveis categóricas entre os clusters (2 grupos).

<p>Genero CLUSTER</p> <p>Frequency,</p> <p>Col Pct , 1, 2, Total</p> <hr/> <p>FEMININO , 114 , 22 , 136  , 93.44 , 100.00 ,</p> <hr/> <p>MASCULIN , 8 , 0 , 8  , 6.56 , 0.00 ,</p> <hr/> <p>Total 122 22 144</p> <p>TESTE EXATO DE FISHER: P=1.000</p>	<p>Renda CLUSTER</p> <p>Frequency,</p> <p>Col Pct , 1, 2, Total</p> <hr/> <p>&lt;=1 SM , 25 , 6 , 31  , 20.49 , 27.27 ,</p> <hr/> <p>1-3 SM , 64 , 12 , 76  , 52.46 , 54.55 ,</p> <hr/> <p>&gt;3 SM , 33 , 4 , 37  , 27.05 , 18.18 ,</p> <hr/> <p>Total 122 22 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.98; GL=2;  P=0.611</p>	<p>SINTDEPR CLUSTER</p> <p>Frequency,</p> <p>Col Pct , 1, 2, Total</p> <hr/> <p>NÃO , 75 , 21 , 96  , 61.48 , <b>95.45</b> ,</p> <hr/> <p>SIM , 47 , 1 , 48  , <b>38.52</b> , 4.55 ,</p> <hr/> <p>Total 122 22 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=9.68; GL=1;  <b>P=0.002</b></p>
<p>Idade CLUSTER</p> <p>Frequency,</p> <p>Col Pct , 1, 2, Total</p> <hr/> <p>60-69 , 54 , 11 , 65  , 44.26 , 50.00 ,</p> <hr/> <p>70-79 , 52 , 10 , 62  , 42.62 , 45.45 ,</p> <hr/> <p>&gt;=80 , 16 , 1 , 17  , 13.11 , 4.55 ,</p> <hr/> <p>Total 122 22 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=1.33; GL=2;  P=0.514</p>	<p>N_DOENCA CLUSTER</p> <p>Frequency,</p> <p>Col Pct , 1, 2, Total</p> <hr/> <p>0-2 , 57 , 16 , 73  , 46.72 , <b>72.73</b> ,</p> <hr/> <p>3-6 , 65 , 6 , 71  , <b>53.28</b> , 27.27 ,</p> <hr/> <p>Total 122 22 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=5.04; GL=1;  <b>P=0.025</b></p>	<p>EXERC_FIS CLUSTER</p> <p>Frequency,</p> <p>Col Pct , 1, 2, Total</p> <hr/> <p>SEDENTÁR , 45 , 0 , 45  , <b>36.89</b> , 0.00 ,</p> <hr/> <p>IRR ATIV , 36 , 0 , 36  , <b>29.51</b> , 0.00 ,</p> <hr/> <p>ATIVO , 41 , 22 , 63  , 33.61 , <b>100.00</b> ,</p> <hr/> <p>Total 122 22 144</p> <p>TESTE QUI-QUADRADO: X2=33.39; GL=2;  <b>P&lt;0.001</b></p>

### Comparação das variáveis numéricas entre os clusters (2 grupos)

<u>CLUSTER 1</u>							<u>CLUSTER 2</u>							
VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	Q1	MEDIANA	Q3	VARIÁVEL	N	MÉDIA	D.P.	Q1	MEDIANA	Q3	VALOR-P*
TrabDom	122	1.77	0.63	1.37	1.81	2.25	TrabDom	22	2.23	0.45	2.00	<b>2.25</b>	2.50	<b>P&lt;0.001</b>
Esp_Tot	122	2.70	3.27	0.00	1.23	4.91	Esp_Tot	22	13.54	5.53	9.53	<b>12.50</b>	16.01	<b>P&lt;0.001</b>
LazTot	122	1.19	1.26	0.00	0.96	2.19	LazTot	22	2.88	1.80	1.23	<b>2.70</b>	4.50	<b>P&lt;0.001</b>
QBMI	122	5.66	3.28	3.18	4.64	7.60	QBMI	22	18.65	5.48	14.98	<b>18.46</b>	21.04	<b>P&lt;0.001</b>

\* Valor-P referente ao teste de Mann-Whitney para comparação dos valores entre Clusters (1 vs 2).

## ANEXO 12

### Comparação das variáveis do QBMI categorizadas pelos tercís entre os com e sem sintomas depressivos

TrabDom	SINTDEPR			LazTot	SINTDEPR			QBMI	SINTDEPR					
Frequency ,	Col Pct	,NÃO	,SIM	Total	Frequency ,	Col Pct	,NÃO	,SIM	Total	Frequency ,	Col Pct	,NÃO	,SIM	Total
0-1.36	, 19	, 11	, 30		0.0	, 22	, 16	, 38		0-3.36	, 24	, 12	, 36	
	, 19.79	, 22.92				, 22.92	, 33.33				, 25.00	, 25.00		
1.37-2.31	, 51	, 27	, 78		0.01-2.32	, 52	, 25	, 77		3.37-10.65	, 43	, 29	, 72	
	, 53.13	, 56.25				, 54.17	, 52.08				, 44.79	, 60.42		
>2.31	, 26	, 10	, 36		>2.32	, 22	, 7	, 29		>10.65	, 29	, 7	, 36	
	, 27.08	, 20.83				, 22.92	, 14.58				, 30.21	, 14.58		
Total	96	48	144		Total	96	48	144		Total	96	48	144	
TESTE QUI-QUADRADO: X2=0.71; GL=2; P=0.702					TESTE QUI-QUADRADO: X2=2.45; GL=2; P=0.295					TESTE QUI-QUADRADO: X2=4.69; GL=2; P=0.096				
Esp_Tot	SINTDEPR				SINTDEPR				SINTDEPR					
Frequency ,	Col Pct	,NÃO	,SIM	Total	Frequency ,	Col Pct	,NÃO	,SIM	Total	Frequency ,	Col Pct	,NÃO	,SIM	Total
0.0	, 28	, 17	, 45		0.0	, 28	, 17	, 45		0.0	, 28	, 17	, 45	
	, 29.17	, <b>35.42</b>				, 29.17	, <b>35.42</b>				, 29.17	, <b>35.42</b>		
0.01-7.45	, 38	, 25	, 63		0.01-7.45	, 38	, 25	, 63		0.01-7.45	, 38	, 25	, 63	
	, 39.58	, <b>52.08</b>				, 39.58	, <b>52.08</b>				, 39.58	, <b>52.08</b>		
>7.45	, 30	, 6	, 36		>7.45	, 30	, 6	, 36		>7.45	, 30	, 6	, 36	
	, <b>31.25</b>	, 12.50				, <b>31.25</b>	, 12.50				, <b>31.25</b>	, 12.50		
Total	96	48	144		Total	96	48	144		Total	96	48	144	
TESTE QUI-QUADRADO: X2=6.04; GL=2; <b>P=0.049</b>					TESTE QUI-QUADRADO: X2=6.04; GL=2; <b>P=0.049</b>					TESTE QUI-QUADRADO: X2=6.04; GL=2; <b>P=0.049</b>				