

# VALIDAÇÃO DA ESCALA “PERFIL DO ESTILO DE VIDA INDIVIDUAL”

JORGE BOTH<sup>1</sup>; ADRIANO FERRETI BORGATTO<sup>2</sup>; JUAREZ VIEIRA DO NASCIMENTO<sup>3</sup>;  
CHRISTI NORIKO SONOO<sup>4</sup>; CARLOS AUGUSTO FOGLIARINI LEMOS<sup>5</sup>;  
MARKUS VINICIUS NAHAS<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Mestre em Educação Física pela UFSC;

<sup>2</sup> Professor Doutor do Centro Tecnológico da UFSC

<sup>3,6</sup> Professor Doutor do Centro de Desportos da UFSC

<sup>4</sup> Professora Doutora do Departamento de Educação Física da UEM

<sup>5</sup> Professor Mestre do Curso de Educação Física da URI – Santo Ângelo

Recebido: 21/07/2008

Revisado: 30/10/2008

Aceito: 10/11/2008

## RESUMO

O objetivo desta investigação foi analisar a validade de construto da escala “Perfil do Estilo e Vida Individual” (PEVI). Participaram da amostra 1606 professores de Educação Física que atuam no magistério público estadual dos estados da região Sul do Brasil. Na análise estatística, utilizou-se a análise fatorial, com rotação varimax, e adotou-se o critério de Kaiser para determinar o número de fatores necessários do instrumento, o alfa de Cronbach para verificar a consistência interna da escala e a correlação de Spearman para avaliar o nível de associação entre as questões. Os testes estatísticos foram realizados nos pacotes estatísticos Statistica 7.0 e SPSS 11.0, sendo adotado o nível de significância de 5%. Os resultados da análise fatorial, quando considerados os cinco fatores, apresentaram a mesma distribuição das questões contempladas na proposta original desta escala, sendo que o total da variância explicada do instrumento foi de 58,65%. Em relação a sua consistência interna, encontrou-se um coeficiente alfa de Cronbach de 0,78, considerado razoável para avaliação geral do instrumento. Quanto ao nível de associação entre as questões, apenas em quatro situações encontrou-se moderada correlação ( $r$ s entre 0,45 e 0,57). As evidências encontradas confirmam que o instrumento apresenta adequada consistência interna, que as questões estão associadas aos respectivos componentes, assim como abordam diferentes indicadores das dimensões investigadas. Assim, conclui-se que o PEVI apresenta medidas psicométricas confiáveis para avaliar o estilo de vida de pessoas que apresentam características semelhantes aos participantes deste estudo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Validade de constructo, Instrumento, Estilo de Vida.

## ABSTRACT

### VALIDATION OF THE “INDIVIDUAL LIFESTYLE PROFILE” SCALE

This study is aimed at evaluating the construct validity of the “Individual Lifestyle Profile” (PEVI) scale. Physical Education teachers ( $n=1606$ ) working in Public Schools of the Southern region of Brazil participated in the study. Statistical analysis included factor analyses using varimax rotation, in order to determine the necessary number of factors of the instrument used the Kaiser criterion. Cronbach’s Alpha estimates of internal consistency were calculated, and Spearman’s correlation was used to evaluate the degree of association (overlapping) among the individual items. Analyses were performed using the Statistica 7.0 and SPSS 11.0 softwares, with 5% level of significance. Factor analyses, when considering five factors, suggested the same distribution of items in the original proposal of this scale, whereas 58.65% of the total variance was explained by the instrument dimensions. In relation to its internal reliability, a Cronbach’s Alpha coefficient of 0.78 was calculated, which is considered reasonable for the general evaluation of the instrument. Overlapping of items (Spearman’s coefficients) was moderate for only four items ( $r$  between 0.45 and 0.57). Evidence found has confirmed that the instrument presents adequate internal reliability, the items are associated to the respective dimensions, and it approaches different indicators of the studied dimensions. It was concluded that the “Individual Lifestyle Scale” (PEVI) presents internal consistency and construct validity to evaluate the lifestyle of individuals with similar characteristics to the participants in this study.

**KEY-WORDS:** Construct validity, Instrument, Lifestyle.

## INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, muito se tem comentado sobre o estilo de vida das populações. Campanhas antitabagistas, de redução do consumo de álcool, de incentivo a uma alimentação saudável e de regularidade da prática de atividades físicas são ações que reforçam a grande ênfase dada ao estilo de vida individual, não só no meio acadêmico, mas também nos meios de comunicação e nos órgãos gestores da saúde pública. De fato, o estilo de vida é um dos fatores mais importantes para a manutenção da saúde, assim como para favorecer o prolongamento da longevidade da população<sup>1,2,3</sup>.

No sentido de compreender o estado de saúde das pessoas, diversos autores<sup>1</sup> descreveram a existência de um *continuum* da saúde, contemplando dois pólos: saúde positiva e saúde negativa. Nesta perspectiva, saúde é mais que a mera ausência de doenças, sendo uma condição humana com dimensões física, social e psicológica. Entre as duas extremidades do *continuum* da saúde estão localizadas duas situações. Uma se refere aos comportamentos de risco relacionados ao estilo de vida das pessoas (sedentarismo, hábitos saudáveis negativos, abuso de álcool e drogas, tabagismo e estresse elevado), e outra é a doença, que pode abranger coronariopatias, diabetes, obesidade, hipertensão, câncer e osteoporose, enfermidades estas associadas aos estilos de vida não-saudáveis.

Nesta perspectiva, investigadores têm destacado que a qualidade de vida das pessoas sofre influências do estilo de vida<sup>3,4</sup>. Ou seja, o estilo de vida é um dos fatores preponderantes para a manutenção, tanto da qualidade de vida quanto da saúde das pessoas, revelando que esta tríade (estilo de vida, qualidade de vida e saúde) está intimamente associada ao bem-estar<sup>3,5,6,7,8,9</sup>.

Com a preocupação de avaliar o estilo de vida de indivíduos, algumas pesquisas têm adotado, nos últimos anos, a escala “Perfil do Estilo de Vida Individual” (PEVI)<sup>10</sup> como instrumento para mensurar os componentes “Nutrição”, “Atividade Física”, “Comportamento Preventivo”, “Relacionamentos Sociais” e “Controle do Estresse”<sup>11,12,13,14,15,16,17,18</sup>.

Apesar do PEVI ter sido originalmente construído para servir de modelo pictográfico e não

como instrumento rigoroso de pesquisa que serviria para fornecer informações pessoais sobre o estilo de vida individual ou mesmo de grupos<sup>3,10</sup>, a ausência de um instrumento qualificado para mensurar esta variável fez com que o PEVI se tornasse um dos questionários mais utilizados em investigações sobre o estilo de vida das pessoas.

A adoção do PEVI<sup>10</sup> como instrumento de avaliação do estilo de vida em pesquisas pode ser atribuído aos dados preliminares de sua fidedignidade, os quais relataram valores de erro padrão (fidedignidade absoluta) que variaram entre 0,29 e 0,44 nos componentes integrantes do instrumento. Além disso, os coeficientes de concordância entre teste e re-teste alcançaram 74% a 93% entre os componentes. Os resultados encontrados foram considerados aceitáveis pelos autores proponentes<sup>10</sup>, o que pode ser considerado um fator impulsionador para que a comunidade científica da área de Educação Física começasse a utilizar este instrumento em investigações.

No entanto, constata-se, na literatura consultada da área, a ausência de informações sobre outras propriedades psicométricas do instrumento. Nesta perspectiva, o objetivo desta investigação foi analisar a validade de construto da escala “Perfil do Estilo e Vida Individual”, proposto, inicialmente, como “um instrumento educacional e motivacional acerca de questões do estilo de vida de adultos”<sup>10</sup>. Utilizou-se a versão publicada recentemente por Nahas<sup>3</sup>, que modifica a expressão “Relacionamento Social” para “Relacionamentos”, em uma das dimensões do instrumento.

## MÉTODOS

A população do estudo foi composta por 9.599 professores de Educação Física, pertencentes à carreira do magistério público estadual da Região Sul do Brasil (Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul). O processo de seleção da amostra foi estratificado proporcional, considerando o número de professores efetivos nos estados e respectivas mesoregiões geográficas.

O instrumento que foi submetido à avaliação psicométrica compreende o “Perfil do Estilo de Vida Individual” de Nahas, Barros e Francalacci<sup>10</sup>, o qual é composto por 15 questões que estão divi-

didadas de forma uniforme em cinco componentes. Cada questão possui uma escala *likert* de resposta que varia de “0” a “3”. Os valores “0” e “1” estão vinculados ao perfil negativo de Estilo de Vida, que correspondem respectivamente a: “absolutamente **não** faz parte do seu estilo de vida” e “**às vezes** corresponde ao seu comportamento”. As respostas associadas ao perfil positivo são os valores “2” e “3”, as quais descrevem, respectivamente, que: “**quase sempre** verdadeiro no seu comportamento” e “**sempre** verdadeira no seu dia-a-dia; faz parte do seu estilo de vida”.

Para a realização da pesquisa, inicialmente, buscou-se autorização das Secretarias Estaduais de Educação (SEEDs) que compõem a Região Sul do Brasil (Rio Grande do Sul, Santa Catarina e Paraná). Após a autorização das SEEDs, o projeto foi submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina e obteve aprovação de acordo com o Processo 036/07.

A coleta de dados teve o seu início a partir do contato telefônico com os Núcleos Regionais de Educação (NREs) de cada estado. Neste momento foram informados os procedimentos adotados na investigação, bem como solicitou-se o auxílio na coleta de dados. Após esta etapa, foram enviados os questionários aos NREs e, posteriormente, foram encaminhados às escolas por meio do serviço de mala direta. Os instrumentos foram recebidos pelos diretores das escolas, os quais repassaram aos professores de Educação Física de suas instituições. Depois do preenchimento dos questionários, os professores entregaram o instrumento aos diretores das escolas, os quais o encaminharam via mala direta aos NREs que, na seqüência, o enviaram, via correspondência postal, aos pesquisadores.

Considerando estes procedimentos de coleta de dados, foram enviados 5.734 questionários aos professores de Educação Física, o que abrange 59,73% da população. A taxa de retorno dos instrumentos foi de 28,01%, o que corresponde a uma amostra composta por 1.606 docentes. Destes, 380 eram docentes do quadro efetivo do Rio Grande do Sul, 580 do estado de Santa Catarina e 646 do estado do Paraná. A idade dos participantes variou entre 21 e 68 anos (média de idade de 39,02 anos e desvio padrão de 8,90 anos).

A análise estatística foi realizada em três etapas. Na primeira etapa, utilizou-se a análise fatorial com rotação *varimax*, com o objetivo de verificar quais itens estão associados à mesma dimensão (fator), como também o valor total de explicação das questões nos fatores selecionados. O *alfa* de Cronbach foi aplicado na segunda etapa para verificar o nível de consistência interna do instrumento como um todo e dos componentes sugeridos na proposta original do PEVI<sup>10</sup>. E, por último, a correlação de Spearman foi empregada na identificação dos índices de correlação entre as questões que compõem o instrumento. Além disso, esta etapa teve a preocupação de verificar a existência ou não de conflitos de interesses entre as questões. Estipulou-se que os índices seriam considerados satisfatórios quando apresentassem, no máximo, níveis moderados de correlação nas questões que analisam o mesmo componente, ou seja, entre rs 0,40 e rs 0,60 (considerando que cada questão da mesma dimensão aborda indicadores diferentes). E, nos demais cruzamentos das questões, o nível estabelecido era, no máximo, de fraca correlação (rs<0,40).

Enquanto que a análise fatorial foi realizada no pacote estatístico Statistica 7.0, os coeficientes *alfa* de Cronbach e de correlação de Spearman foram obtidos a partir do pacote estatístico SPSS 11.0. Em todas as análises adotou-se um nível de 5% de significância.

Na análise fatorial dos itens, com suas respectivas saturações, os valores acima de 0,30 foram considerados aceitáveis, conforme o ponto de corte utilizado por Hernandez et al.<sup>19</sup>. Na avaliação da consistência interna dos componentes e da avaliação geral do instrumento, os valores de referência foram aqueles estabelecidos por Hill e Hill<sup>20</sup>, nos quais acima de 0,9 é considerado excelente; entre 0,8 e 0,9 é considerado bom; entre 0,7 e 0,8 é considerado razoável; entre 0,6 e 0,7 é considerado fraco; e abaixo de 0,6 é considerado inaceitável. Na classificação dos índices de correlação de Spearman dos cruzamentos entre as questões adotaram-se os pontos de corte de Mitra e Lankford<sup>21</sup>, nos quais se estabelece que valores acima de 0,60 são classificados como forte correlação; entre 0,40 e 0,60 são classificados como moderada correlação; e entre 0,20 a 0,40 são classificados como fraca correlação.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da análise fatorial (**Figura 1**) com o grupo de professores de Educação Física revelaram a existência de quatro fatores (**Tabela 1**) quando estabelecido o critério de Kaiser<sup>22</sup>, o qual sugere que se mantenham na análise autovalores iguais ou superiores a 1,0. O total da variância explicada pelos fatores foi de 52,33%, distribuída nas seguintes proporções: Fator “1”: 25,55%, Fator “2”: 10,50%, Fator “3”: 9,08%, Fator “4”: 7,20%.

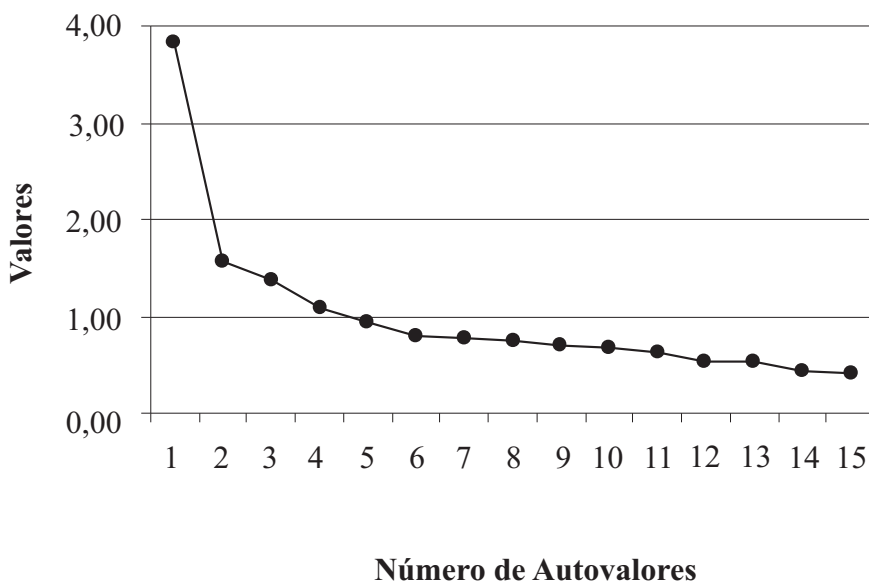
Neste momento, observou-se que apenas os valores das cargas fatoriais do componente “Atividade Física” (Fator “2”) não obtiveram conflito de interesses entre as questões de outros componentes. O Fator “1”, o qual correspondeu ao componente “Relacionamentos”, apresentou todas as questões agrupadas no seu componente correspondente, mas acrescido do valor da carga fatorial da questão “B” (-0,21), a qual referenda questão sobre o componente “Alimentação”. Situação similar ocorreu com o componente “Comportamento Preventivo” (Fator “3”), no qual a questão “B” (0,22) apresentou o maior índice de saturação da questão para este componente. Apesar da questão “B” não ter apresentado um valor de saturação acima do ponto de corte estabelecido (superior a 0,30), ela

demonstrou uma divisão de representatividade nos componentes relacionados a “Relacionamentos” (Fator “1”) e “Comportamento Preventivo” (Fator “3”).

Outra situação semelhante, em relação ao índice abaixo do ponto de corte do item de saturação do estudo, ocorreu na questão “G”, a qual apresentou apenas um índice de 0,28. No entanto, esta questão revelou uma maior representatividade no componente “Comportamento Preventivo” (Fator “3”), ao qual estava vinculado na proposta original do instrumento.

As questões referentes ao “Controle do Estresse” (Fator “4”) agruparam-se adequadamente ao seu componente. Contudo, as questões “A” (0,34) e “C” (0,33), que originalmente deveriam pertencer ao componente “Alimentação”, também demonstraram ser representativas neste fator.

Assim, considerando que o componente “Alimentação” estava relacionado aos assuntos que correspondem ao “Comportamento Preventivo”, aos “Relacionamentos” e ao “Controle do Estresse”, e que a proposta inicial do PEVI é composta por cinco componentes<sup>10</sup>, foi realizada a análise fatorial considerando cinco fatores (**Tabela 2**), ou seja, o critério para o número de fatores selecionados é determinado pelo número de dimensões



**Figura 1**

Scree Plot da análise fatorial do instrumento “Perfil do Estilo de Vida Individual”.

**Tabela 1**

Matriz dos fatores da análise fatorial do instrumento “Perfil do Estilo de Vida Individual” considerando o critério de Kaiser<sup>22</sup>.

Questões	Fatores			
	1	2	3	4
a) Sua alimentação diária inclui pelo menos 5 porções de frutas e hortaliças	-0,19	0,03	0,04	<b>0,34</b>
b) Você evita ingerir alimentos gordurosos (carnes gordas, frituras) e doces	-0,21	0,11	0,22	0,13
c) Você faz 4 a 5 refeições variadas ao dia, incluindo café da manhã completo	-0,17	0,01	0,03	<b>0,33</b>
d) Você realiza ao menos 30 minutos de atividades físicas moderadas/intensas, de forma contínua ou acumulada, 5 ou mais dias na semana	-0,03	<b>0,45</b>	0,09	0,06
e) Ao menos duas vezes por semana você realiza exercícios que envolvam força e alongamento muscular	0,00	<b>0,47</b>	0,07	0,12
f) No seu dia-a-dia, você caminha ou pedala como meio de transporte e, preferencialmente, usa as escadas ao invés do elevador	0,01	<b>0,33</b>	0,04	0,14
g) Você conhece sua pressão arterial, seus níveis de colesterol e procura controlá-los	-0,06	0,11	0,28	0,01
h) Você não fuma e não ingere álcool (ou ingere com moderação)	-0,01	-0,12	<b>0,48</b>	0,03
i) Você respeita as normas de trânsito (como pedestre, ciclista ou motorista); se dirige, usa sempre o cinto de segurança e nunca ingere álcool	0,13	-0,05	<b>0,47</b>	0,16
j) Você procura cultivar amigos e está satisfeito com seus relacionamentos	<b>0,33</b>	-0,03	0,18	0,15
k) Seu lazer inclui encontros com amigos, atividades esportivas em grupo, participação em associações ou entidades sociais	<b>0,35</b>	0,06	0,06	0,05
l) Você procura ser ativo em sua comunidade, sentido-se útil no seu ambiente social	<b>0,37</b>	0,00	0,03	0,07
m) Você reserva tempo (ao menos 5 minutos) todos os dias para relaxar	0,14	-0,13	0,11	<b>0,32</b>
n) Você mantém uma discussão sem alterar-se, mesmo quando contrariado	0,13	-0,24	0,01	<b>0,33</b>
o) Você equilibra o tempo dedicado ao trabalho com o tempo dedicado ao lazer	0,13	-0,10	0,18	<b>0,34</b>
<b>Autovalores</b>	<b>3,83</b>	<b>1,58</b>	<b>1,36</b>	<b>1,08</b>
<b>Porcentagem da variância explicada (%)</b>	<b>25,55</b>	<b>10,50</b>	<b>9,08</b>	<b>7,20</b>

do instrumento. O ponto de corte, neste caso, foi estabelecido através do autovalor do quinto fator, o qual chegou a 0,95, próximo a 1,0 (**Figura 1**). O valor total da variância explicada do quinto fator é de 6,32%, o que estabelece uma variância explicada dos cinco fatores de 58,65%.

Quando utilizado o critério com cinco fatores, evidenciou-se que os componentes “Alimentação”, “Atividade Física”, “Comportamento Preventivo”,

“Relacionamentos” e “Controle do Estresse” apresentaram o agrupamento das questões semelhante à proposta original do questionário de Nahas, Barros e Francalacci<sup>10</sup>.

Nesta análise, destaca-se que a questão “F” obteve um índice da carga fatorial de -0,26 no Fator “2”, o qual está relacionado ao componente “Alimentação”, mas foi classificado abaixo do ponto de corte do estudo. Além disso, a questão

**Tabela 2**

Matriz dos fatores da análise fatorial do instrumento “Perfil do Estilo de Vida Individual” considerando cinco fatores.

Questões	Fatores				
	1	2	3	4	5
a) Sua alimentação diária inclui pelo menos 5 porções de frutas e hortaliças	-0,03	<b>0,46</b>	0,08	0,03	0,09
b) Você evita ingerir alimentos gordurosos (carnes gordas, frituras) e doces	-0,03	<b>0,39</b>	0,10	0,16	0,02
c) Você faz 4 a 5 refeições variadas ao dia, incluindo café da manhã completo	0,03	<b>0,50</b>	0,11	0,01	0,14
d) Você realiza ao menos 30 minutos de atividades físicas moderadas/intensas, de forma contínua ou acumulada, 5 ou mais dias na semana	-0,02	0,03	0,09	0,08	<b>0,45</b>
e) Ao menos duas vezes por semana você realiza exercícios que envolvam força e alongamento muscular	0,05	0,02	0,08	0,15	<b>0,46</b>
f) No seu dia-a-dia, você caminha ou pedala como meio de transporte e, preferencialmente, usa as escadas ao invés do elevador	-0,18	-0,26	0,15	0,07	<b>0,48</b>
g) Você conhece sua pressão arterial, seus níveis de colesterol e procura controlá-los	-0,07	0,07	0,28	0,02	0,12
h) Você não fuma e não ingere álcool (ou ingere com moderação)	-0,07	0,00	<b>0,51</b>	0,00	0,08
i) Você respeita as normas de trânsito (como pedestre, ciclista ou motorista); se dirige, usa sempre o cinto de segurança e nunca ingere álcool	0,07	-0,12	<b>0,52</b>	0,05	0,00
j) Você procura cultivar amigos e está satisfeito com seus relacionamentos	<b>0,43</b>	-0,02	0,14	0,13	0,09
k) Seu lazer inclui encontros com amigos, atividades esportivas em grupo, participação em associações ou entidades sociais	<b>0,46</b>	0,02	0,11	0,06	0,02
l) Você procura ser ativo em sua comunidade, sentido-se útil no seu ambiente social	<b>0,46</b>	-0,03	0,06	0,04	0,06
m) Você reserva tempo (ao menos 5 minutos) todos os dias para relaxar	-0,08	-0,07	0,02	<b>0,48</b>	0,02
n) Você mantém uma discussão sem alterar-se, mesmo quando contrariado	-0,10	-0,07	0,08	<b>0,49</b>	0,12
o) Você equilibra o tempo dedicado ao trabalho com o tempo dedicado ao lazer	-0,05	-0,02	0,12	<b>0,46</b>	0,02
<b>Autovalores</b>	<b>3,83</b>	<b>1,58</b>	<b>1,36</b>	<b>1,08</b>	<b>0,95</b>
<b>Porcentagem da variância explicada (%)</b>	<b>25,55</b>	<b>10,50</b>	<b>9,08</b>	<b>7,20</b>	<b>6,32</b>

“F” apresentou sua representatividade no Fator “5” (0,48), o qual é vinculado ao componente “Atividade Física”.

Outro aspecto que chama a atenção é que, novamente, a questão “G” demonstrou um índice da carga fatorial de 0,28, ou seja, abaixo de 0,30. En-

tretanto, os valores de saturação apresentados nos demais fatores foram baixos (entre -0,07 e 0,12), o que demonstra que ela está mais associada ao Fator “3”. Ou seja, a representatividade da questão está associada ao componente “Comportamento Preventivo”, o qual é semelhante à proposta inicial do PEVI<sup>10</sup>.

Ao comparar os valores encontrados neste estudo com aqueles da análise fatorial de Hernandez et al.<sup>19</sup>, constata-se uma grande discrepância. As diferenças entre as investigações podem estar associadas ao tamanho e às características da amostra. Enquanto que a amostra do estudo de Hernandez et al.<sup>19</sup> foi mais heterogênea (composta por 168 pessoas que transitavam em um bairro de classe média da cidade de Porto Alegre – Rio Grande do Sul), na atual pesquisa avaliou-se um grupo mais homogêneo (trabalhadores vinculados a instituições públicas e que desempenham a mesma função laboral). Outro fator que pode ter auxiliado na amostragem do grupo foi o nível de esclarecimento dos professores sobre os assuntos abordados no instrumento.

No que diz respeito à variância explicada da escala PEVI, constatou-se que o instrumento obteve um índice de 52,33% quando realizada a análise fatorial obedecendo ao critério de Kaiser<sup>22</sup>, e 58,65% quando estabelecido o quinto fator como ponto de corte para esta análise. Destaca-se que os valores encontrados nas duas análises foram superiores aos encontrados em alguns estudos que buscaram validar instrumentos de medidas na forma de questionários auto-administrados, os quais obtiveram valores totais de variância explicada entre 40% e 53%<sup>23,24,25,26</sup>. Assim, o valor total da variância explicada do PEVI pode ser considerado aceitável, tanto a partir do critério de Kaiser<sup>22</sup> quanto do uso de cinco fatores.

Em relação aos resultados da consistência interna da escala “Perfil do Estilo de Vida Individual”, observou-se que o *alfa* de Cronbach apresentado no estudo de Hernandez et al.<sup>19</sup> foi mais baixo na avaliação geral do instrumento em quase todos os componentes (“Alimentação”, “Comportamento Preventivo”, “Relacionamentos” e “Controle do Estresse”), quando comparado com aqueles encontrados neste estudo. Apenas o componente “Atividade Física” obteve índice superior (**Tabela 3**). Os baixos índices apresentados na análise dos componentes podem ser atribuídos a dois fatores. O primeiro refere-se à abrangência de assuntos relacionados a cada dimensão, ou seja, a grande diferença dos temas abordados pelos indicadores de uma mesma dimensão. E, o segundo, refere-se ao número reduzido de questões que abordam cada indicador, sendo que cada indicador é representado por apenas uma questão.

Os valores encontrados de alfa de Cronbach dos componentes, bem como do instrumento com um todo, são um pouco superiores neste estudo, o que parece não interferir nas análises realizadas. No entanto, os critérios de referência dos pontos de corte utilizados nos dois estudos alteram a análise da consistência interna do instrumento. Enquanto que Hernandez et al.<sup>19</sup> optaram pela adoção dos critérios estabelecidos por Pasquali<sup>27</sup>, nesta pesquisa optou-se pelos valores de referência de Hill e Hill<sup>20</sup>. Esta decisão justifica-se por considerar que o instrumento aborda conteúdos genéricos, mas que não estão necessariamente associados à área de Psicologia, que tem empregado frequentemente os critérios de Pasquali<sup>27</sup>. Além disso, destaca-se que outros instrumentos de avaliação na área da Educação Física<sup>28,29,30</sup> têm adotado os pontos de corte sugeridos por Hill e Hill<sup>20</sup>, procurando manter o mesmo rigor metodológico, mas respeitando as características e especificidades da variável investigada.

Ao utilizar os pontos de corte sugeridos por Hill e Hill<sup>20</sup>, constatou-se que quase todos os componentes foram classificados com fraca consistência interna, sendo o componente “Comportamento Preventivo” considerado inaceitável e a avaliação geral do instrumento classificada como razoável. Caso fossem adotados os critérios de referência de Pasquali<sup>27</sup>, todos coeficientes *alfa* de Cronbach dos componentes seriam classificados como inaceitáveis, bem como a avaliação geral do instrumento seria considerada com fraca consistência interna (**Tabela 3**).

Ao verificar o conflito de interesses entre as questões, ou seja, ao observar se um indicador procura responder o mesmo assunto que outro indicador, constatou-se, por meio da correlação de Spearman (**Tabela 4**), que nenhum cruzamento das questões obteve forte correlação, apenas o cruzamento das questões “A” x “C” (rs 0,45), “D” x “E” (rs 0,57), “K” x “L” (rs 0,51) e “M” x “O” (rs 0,46) obtiveram uma correlação moderada. Estes resultados são aceitáveis, considerando que os cruzamentos destas questões correspondem aos indicadores dos respectivos componentes. Os demais cruzamentos alcançaram ou uma fraca correlação (entre rs 0,39 e rs 0,20) ou não apresentaram correlação (abaixo de rs 0,20).

**Tabela 3**

Resultados do alfa de Cronbach da escala "Perfil do Estilo de Vida Individual".

Componentes	Alfa de Cronbach	Estudo Atual		Estudo de Hernandez et al. <sup>19</sup>		
		Crêterios de Pasquali <sup>27</sup>	Crêterios de Hill e Hill <sup>20</sup>	Alfa de Cronbach	Crêterios de Pasquali <sup>27</sup>	Crêterios de Hill e Hill <sup>20</sup>
Nutri�o	0,61	Inaceitável	Fraco	0,28	Inaceitável	Inaceitável
Atividade Física	0,65	Inaceitável	Fraco	0,71	Fraco	Razoável
Comportamento Preventivo	0,48	Inaceitável	Inaceitável	0,45	Inaceitável	Inaceitável
Relacionamentos	0,67	Inaceitável	Fraco	0,58	Inaceitável	Inaceitável
Controle do Estresse	0,64	Inaceitável	Fraco	0,40	Inaceitável	Inaceitável
Geral	0,78	Fraco	Razoável	0,71	Fraco	Razoável

**Tabela 4**

Correla o entre as questões do instrumento "Perfil do Estilo de Vida Individual".

Questões	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
A															
B	0,32														
C	0,45	0,26													
D	0,27	0,20	0,26												
E	0,22	0,19	0,22	0,57											
F	0,18	0,11	0,14	0,33	0,28										
G	0,26	0,25	0,23	0,21	0,22	0,22									
H	0,12	0,19	0,15	0,04	0,04	0,06	0,22								
I	0,12	0,12	0,11	0,07	0,07	0,12	0,21	0,27							
J	0,11	0,02	0,09	0,11	0,12	0,12	0,09	0,07	0,21						
K	0,10	0,03	0,14	0,24	0,27	0,13	0,14	0,04	0,05	0,35					
L	0,07	0,02	0,09	0,19	0,18	0,13	0,11	0,01	0,13	0,31	0,51				
M	0,21	0,12	0,20	0,24	0,23	0,20	0,19	0,08	0,13	0,18	0,28	0,26			
N	0,19	0,12	0,15	0,18	0,13	0,13	0,15	0,14	0,13	0,18	0,18	0,23	0,32		
O	0,25	0,10	0,24	0,28	0,26	0,19	0,17	0,06	0,08	0,19	0,34	0,25	0,46	0,31	

## CONCLUSÕES

As evidências encontradas neste estudo de valida o da escala "Perfil Estilo de Vida Individual" revelaram que as questões estão associadas aos seus respectivos componentes que foram originalmente propostos. Destaca-se ainda que não houve conflito de interesses na avalia o da correla o entre as questões, o que pode ser considerado um fator positivo para a aplicabilidade do instrumento.

As diferenças encontradas nas propriedades psicométricas desta escala, quando comparadas com os resultados encontrados em investiga o anterior sobre este assunto, parecem refletir mais as características específicas da amostra empregada do que propriamente o tipo de análise empregada.

Um aspecto a destacar são os objetivos iniciais do PEVI, o qual foi construído para avaliar o es-



tilo de vida individual e de grupos, de uma forma informativa/educativa, para fomentar a adoção de hábitos saudáveis. No entanto, a carência de instrumentos que avaliassem o estilo de vida justificou a utilização freqüente do PEVI em investigações, bem como a busca de dados mais consistentes quanto a sua validação.

A continuidade das pesquisas referentes à avaliação de constructo deste instrumento é sugerida para ampliar a sua utilização em diferentes populações. Nestas iniciativas, há necessidade de bus-

car equilíbrio das características dos participantes, considerando que amostras heterogêneas podem provocar grandes diferenças entre os resultados alcançados e esperados na validade psicométrica de um instrumento.

De modo geral, os resultados encontrados apontam que a escala “Perfil do Estilo de Vida Individual” possui medidas psicométricas razoáveis e, portanto, confiáveis para avaliar o estilo de vida de pessoas que apresentam características semelhantes aos participantes deste estudo.

## REFERÊNCIAS

1. BOUCHARD C, SHEPHARD, RJ, STEPHENS T, et al. Exercise, fitness and health: the consensus statement. In: Bouchard C, Shephard, RJ, Stephens T, et al. Editores. Exercise, fitness and health. Champaign: Human Kinetics, 1990:3-28.
2. GUEDES DP. Atividade física, aptidão física e saúde. In: Sonoo CN, Souza C, Oliveira AAB. Editores. Educação física e esportes. Maringá: Def, 2002:49-83.
3. NAHAS MV. Atividade física, saúde e qualidade de vida. 4ed. Londrina: Midiograf, 2006.
4. TUBINO MJG. A qualidade de vida e sua complexidade. In: Moreira WW, Simões R. Editores. Esporte como fator de qualidade de vida. Piracicaba: Unimep, 2002:263-268.
5. ASTRAND PO. Por que fazer exercício? R Bras Ci e Mov 1993; (7)1,3,4:39-56.
6. HEYWARD VH. Advanced fitness assessment e exercise prescription. 3ed. Champaign: Human Kinetics, 1998.
7. MOTA J, DUARTE JA. Estilo de vida activo e saúde. Boletim SPEF 1999; 17/18:47-51.
8. RICHARDSON CR, KRISKA AM, LANTZ PM, HAYWARD RA. Physical activity and mortality across cardiovascular disease risk groups. Med Sci Sports Exerc 2004; (36)11:1923-1929.
9. VILARTA R, GONÇALVES A. Condições de vida, modo de vida e estilo de vida. In: Gonçalves A, Vilarta R. Editores. Qualidade de vida e atividade física. Barueri: Manole, 2004:63-78.
10. NAHAS MV, BARROS MG, FRANCALACCI V. O pentágono do bem estar: base conceitual para a avaliação do estilo de vida em indivíduos ou grupos. Rev Bras Ativ Fis Saúde 2000; (5)2:48-59.
11. BRANDÃO JS, DUARTE MFS. Perfil do estilo de vida dos professores de Educação Física aposentados no Vale do Itajaí/SC. In: Nascimento JV, Lopes AS. Editores. Investigação em Educação Física. Londrina: Midiograf, 2003:91-105.
12. MADUREIRA AS, FONSECA AS, MAIA MFM. Estilo de vida e atividade física habitual de professores de Educação Física. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum 2003; (5)1:54-62.
13. MARINHO CBS, NAHAS MV. Estilo de vida e indicadores de saúde de estudantes universitários da Uniplac (Lages, SC). In: Nascimento JV, Lopes AS. Editores. Investigação em Educação Física. Londrina: Midiograf, 2003:27-41.
14. ROSA AJ, NASCIMENTO JV. Estilo de vida e atitudes de estudantes da Univille (Joinville/SC). In: Nascimento JV, Lopes AS. Editores. Investigação em Educação Física. Londrina: Midiograf, 2003:43-59.
15. GERALDES, CF, GRILLO DE, MERIDA M, SOUZA JX, CAMPANELLI JR. Nível de qualidade de vida dos colaboradores da diretoria de esportes e lazer do Sesi-Sp. Remefe 2006; (5) especial:13-22.
16. KLOSTER SH, PRATI SRA. Análise do estilo de vida de estudantes universitários: um estudo transversal. R da Educação Física/UEM 2007; (18) suplemento:247-250.
17. LEMOS CAF, NASCIMENTO JV, BORGATTO AF. Parâmetros individuais e sócio-ambientais da qualidade de vida percebida na carreira docente

- em Educação Física, Rev Bras Educ Fís Esp 2007; (21)2:81-93.
18. BOTH J. Qualidade de vida na carreira docente em Educação Física do magistério público estadual de Santa Catarina. Dissertação (Mestrado em Educação Física), Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2008.
  19. HERNANDEZ JAE, VARGAS NETO FX, OLIVEIRA TC. et al. Validação de construto do instrumento Perfil do Estilo de Vida Individual. Arquivos em Movimento 2007; (3)1: Acessado em 12 de Abril de 2008 – Site: [http://www.eefd.ufrj.br/revista/artigos/v3n1/artigo01\\_v3n1.pdf](http://www.eefd.ufrj.br/revista/artigos/v3n1/artigo01_v3n1.pdf).
  20. HILL MM, HILL A. Investigação por questionário. Lisboa: Silabo: 2000.
  21. MITRA A, LANKFORD S. Research methods in park, recreation and leisure services. Champaign: Sagamore Publishing, 1999.
  22. KAISER HF. The application of electronic computers to factor analysis. Educ Psychol Measurment 1960; (20):141-151.
  23. CARLOTTO MS, CÂMARA SG. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. Psicologia em Estudo 2004; 9(3): 499-505.
  24. SAAD IA, ISRALOWITZ RE. Teachers' job satisfaction in transitional society within the Bedoin arab schools of the Negev. J Social Psychol 2001; 132(6):771-781.
  25. BOECKEL MG, SARRIERA JC. Análise fatorial do Questionário de Estilos Parentais (PAQ) em uma amostra de adultos jovens universitários. Psico-USF 2005; 10(1):1-9.
  26. PILATI R, ABBAB G. Análise fatorial confirmatória da Escala de Impacto do Treinamento no Trabalho. Psicologia: Teoria e Pesquisa 2005; 21(1):43-51.
  27. PASQUALI L. Psicometria. Petrópolis: Vozes, 2003.
  28. BOTH J, NASCIMENTO JV, LEMOS CAF et al. Qualidade de vida no trabalho percebida por professores de Educação Física. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum 2006; 8(2):45-52.
  29. MALAVASI LM, DUARTE MFS, BOTH J, REIS RS. Escala de mobilidade ativa no ambiente comunitário – News Brasil: retradução e reprodutibilidade. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum 2007; (9)4:339-350.
  30. BOTH J, RABACOW FM, NAHAS MV, BORGATTO A. Reprodutibilidade do questionário de percepção da qualidade de vida de estudantes de pós-graduação. R da Educação Física/UEM 2007; (18)suplemento:363-366.

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES PARA O TEXTO

Jorge Both coletou e analisou os dados e auxiliou na redação; Adriano Ferreti Borgatto auxiliou na análise estatística e na redação; Juarez Vieira do Nascimento contribuiu na coleta de dados e na redação; Christi Noriko Sonoo auxiliou na coleta de dados e na redação; Carlos Augusto Fogliarini Lemos auxiliou na coleta de dados e na redação; e Markus Víncius Nahas auxiliou na análise estatística e na redação.

### CORRESPONDÊNCIA

Rua: Capitão Romualdo de Barros, 861  
Bloco 3 - Ap. 103 - Bairro: Carvoeira - CEP 88.040-600 - Florianópolis - SC.  
e-mail: [jorgeboth@yahoo.com.br](mailto:jorgeboth@yahoo.com.br)  
Fone: (48) 9909-3581