

CARMEN R. MASSON

**ESTUDO DE PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO
NAS MULHERES ADULTAS RESIDENTES NA ZONA
URBANA DE SÃO LEOPOLDO.**

São Leopoldo

2004

CARMEN R. MASSON

**ESTUDO DE PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO
NAS MULHERES ADULTAS RESIDENTES NA ZONA
URBANA DE SÃO LEOPOLDO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, área de concentração em Saúde Coletiva. Universidade do Vale do Rio dos Sinos.

Orientador: Prof. Dr. Juvenal Soares Dias da Costa

São Leopoldo

2004

DEDICATÓRIA

A minha mãe Marley, as minhas Simones,
irmã e afilhada, pelo incentivo, força, carinho
e compreensão por todo tempo que estive
ausente do convívio familiar, para conclusão
deste trabalho.

AGRADECIMENTO ESPECIAL

Ao meu orientador Prof. Dr. Juvenal Soares Dias da Costa e a Profa. Dra. Maria Teresa Anselmo Olinto, pelo apoio, confiança, incentivo e ensinamentos. Que me mostraram outros caminhos a trilhar e o prazer de pesquisar.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a diversas pessoas que foram responsáveis pelo meu ingresso e permanência neste mestrado.

A minha amiga Ângela Tavares, por ter me incentivado a voltar a estudar; a colega e amiga Maria Leonor "Léo" que me recomendou este curso; aos meus amigos Lorete e Paulo Rucatti, que foram os grandes responsáveis pela minha matrícula.

Ao Tom que me fez companhia durante várias noites de estudo no computador.

A todo o grupo da pesquisa da mulher.

As amigas do meu maravilhoso grupo de estudo: Margareth, Adriana, Letícia e Luciana, sem vocês teria sido muito difícil.

As minhas amigas e parceiras deste tempo todo, Andréia, Rose, Ana Haas, Ana Biassussi, Simone Simões, Rita, Angélica, ao meu amigo Sérgio Sá e todas as outras pessoas e amigas que de um modo ou outro me incentivaram para realização deste trabalho.

"É bem melhor arriscar coisas grandiosas, alcançar triunfo e glória mesmo expondo-se à derrota do que formar fila com pobres de espírito , que nem gozam muito e nem sofrem muito porque vivem nessa penumbra cinzenta que não conhece vitória nem derrota."

Teodore Roosevelt

SUMÁRIO

I – PROJETO DE PESQUISA	8
II – RELATÓRIO DE TRABALHO DE CAMPO	48
III – ARTIGO CIENTÍFICO	58
IV – ANEXOS	
A – QUESTIONÁRIO SOBRE A SAÚDE DA MULHER	90
B – PLANILHA DE SETOR.....	109
C – MANUAL DE INSTRUÇÕES DA PESQUISA CONDIÇÕES DE SAÚDE DA MULHER	111
D – CONTROLE DE QUALIDADE	135
E – MAPA DE SETOR	138
F – IDENTIFICAÇÃO DO PESQUISADOR	140

PROJETO DE PESQUISA

CARMEN R. MASSON

**ESTUDO DE PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO
NAS MULHERES ADULTAS RESIDENTES NA ZONA
URBANA DE SÃO LEOPOLDO**

Projeto de Pesquisa de Dissertação de Mestrado do Curso de Saúde Coletiva
Universidade do Vale do Rio dos Sinos – Unisinos
Centro de Ciências da Saúde

Orientador: Prof. Dr. Juvenal Soares Dias da Costa

São Leopoldo

2004

INDICE

INTRODUÇÃO	12
1. Porque estudar a prevalência de sedentarismo?	27
2. Problema	28
3. Objetivos	28
3.1. Geral	28
3.2. Específicos	29
4. Metodologia	29
4.1. Delineamento	29
4.1.1. Características do Município de São Leopoldo	29
4.2. Amostragem	30
4.3. Variáveis	32
4.3.1 Dependentes	32
4.3.2. Independentes.....	33
4.4. Seleção e treinamento dos entrevistadores	34
4.5. Estudo piloto	34
4.6. Instrumentos	35
4.7. Material	35
4.8. Processamento e Análise dos dados	36
4.9. Controle de qualidade	38
4.10. Aspectos éticos	38
5. Divulgação dos resultados	38
6. Cronograma	39
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40

INTRODUÇÃO

A inatividade é um dos males da sociedade moderna, resultante do progresso, do conforto, que atinge a todos os países, ricos e pobres, desenvolvidos ou não. É reconhecida como fator de risco para as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e principal fator de risco para morte prematura de todas as causas. O atual estilo de vida é o responsável por 54% do risco de morte por infarto e 50% do risco de morte por acidente vascular cerebral (AVC), que constituem, hoje, as principais causas de morte em nosso país, matam mais que os acidentes de trânsito.

Assim como o homem, a mulher também está dentro deste contexto. Atividade física e saúde da mulher não são um tema recente, entretanto nos últimos 20 anos, foi possível confirmar que o baixo nível de atividade física é um importante fator de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, câncer de mama, osteoporose, obesidade e outras (SHEPHARD et al., 1983)

A realização de atividade física pode reduzir o risco populacional do surgimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), melhora a qualidade de vida dos portadores destas doenças, reduz a necessidade de internação, e a quantidade de medicamentos, o que resulta em ganhos significativos à saúde das pessoas além de gerar economia de recursos financeiros para tratamento médico (HASKELL, 1998; WHO, 2000; SHEPHARD, 2002).

Outros estudos, ainda, relatam efeitos positivos no tratamento primário ou complementar da arteriosclerose, da enfermidade venosa periférica e da osteoporose, bem como benefícios psicológicos em curto prazo (diminuição da ansiedade e do estresse) e em longo prazo (controle da depressão moderada, melhora do estado de humor e da auto-estima). Ao mesmo tempo, tem-se demonstrado uma importante relação entre a intensidade dos exercícios e a resposta imunológica, evidenciando a menor prevalência de câncer de mama e cólon em grupos de pessoas mais ativas (PAFFENBARGER et al., 1987; BATTAGLINI et al., 2003).

O percentual de sedentarismo aumentou, sendo que atualmente, uma pessoa gasta menos de 500 kcal de energia por dia, um valor bem menor do que o encontrado há 100 anos atrás. Isto se deve ao desenvolvimento tecnológico e ao conforto da vida moderna. A utilização do automóvel no lugar da caminhada, o uso do elevador no lugar da escada, o controle remoto da TV, as escadas rolantes. Enfim, tudo que proporciona menor esforço físico, também nos proporciona menor queima calórica. Em parte, isto explica porque o sedentarismo está presente em cerca de 70% da população brasileira. Mais do que as doenças crônicas não transmissíveis, o atual

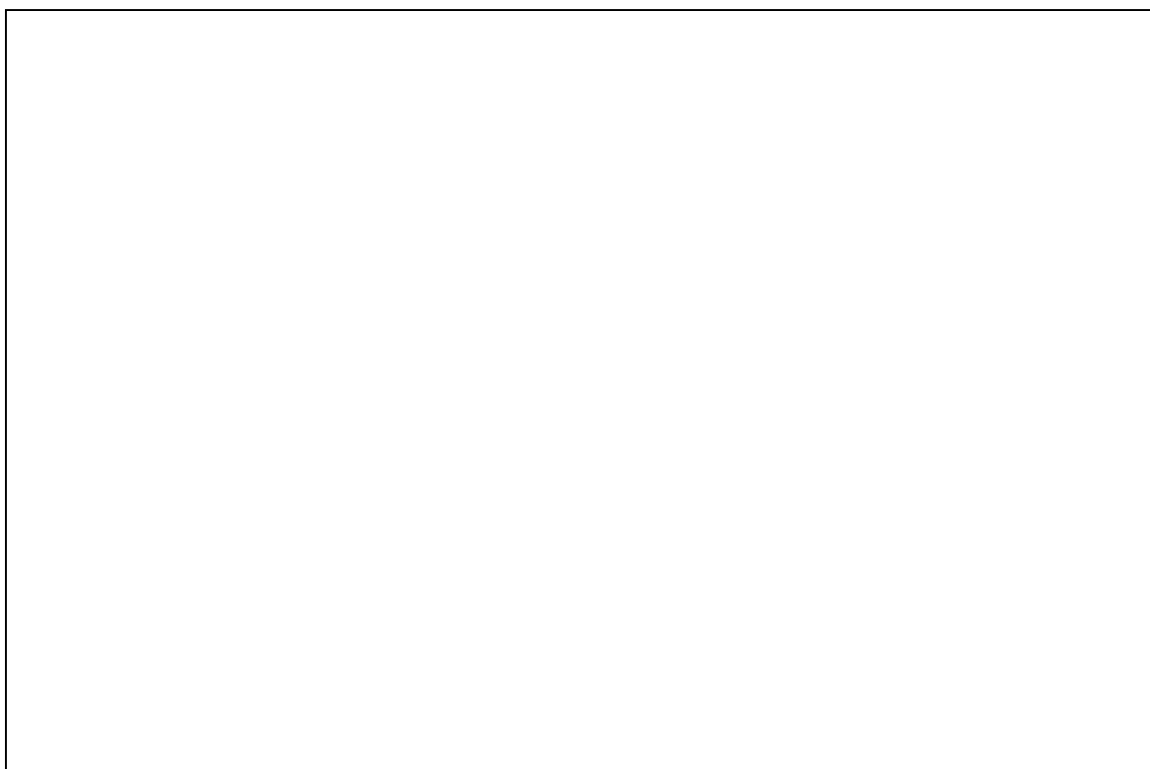
estilo de vida é a principal causa de morte em nosso país (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2001).

Estudos epidemiológicos e experimentais evidenciam uma relação positiva entre a atividade física e a diminuição da mortalidade, sugerindo também um efeito positivo nos riscos de enfermidades cardiovasculares, perfil dos lipídeos plasmáticos, manutenção da densidade óssea, redução das dores lombares e melhores perspectivas no controle de enfermidades respiratórias crônicas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2001).

Portanto, estimular a população a desenvolver um estilo de vida mais ativo, representa valioso instrumento à melhoria dos padrões de saúde. Vários trabalhos, (PAFFENBARGER et al., 1987; CASTRO, 2001; HAENNEL E LEMIRE 2002; WHO, 2003; CDC, 2003A; CANADIAN FITNESS AND LIFESTYLE RESEARCH INSTITUTE, 2003), demonstram que o impacto mais benéfico da atividade física ocorre quando esta é realizada regularmente e em intensidade moderada, o que facilita a adesão dos que têm pouca motivação para a prática de exercícios.

Poucas são as iniciativas de prevenção da saúde através da atividade física em nosso país. Em 1990, uma pesquisa realizada em São Paulo (REGO et al., 1990), mostrou que o sedentarismo foi o fator de maior prevalência na população, independentemente do sexo. Sua análise evidencia a importância de adotar um estilo de vida ativo, que de alguma forma possa também ajudar a controlar os outros fatores de risco.

Os fatores de risco para que o indivíduo desenvolva doenças crônicas não transmissíveis são inúmeros. Sendo que o estilo de vida é responsável por mais de 50% do risco total, sendo mais decisivo do que a combinação de fatores genéticos e ambientais, conforme o gráfico abaixo:



O gráfico a mostra a influencia do estilo de vida como fator de risco

isolado mais determinante da mortalidade por todas as causas :

O Custo econômico do sedentarismo.

O custo econômico do sedentarismo também deve ser considerado. O rápido crescimento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) vem sendo registrado tanto nos países desenvolvidos como nos países em desenvolvimento. Nesses últimos, atinge de forma desproporcional as populações pobres e desfavorecidas, o que contribui para ampliar ainda mais o quadro de patologias existentes e, conseqüentemente, aumentar os custos com tratamentos de saúde (WHO, 2003; WOOLHANDLER et al., 2003).

À medida que a população envelhece seu perfil epidemiológico muda, com maior destaque para as DCNT, o que valoriza ainda mais a adoção da promoção da atividade física, com a finalidade de melhorar a qualidade de vida das populações e, conseqüentemente, reduzir os custos, com serviços médicos hospitalares (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2001).

Dados coletados em países desenvolvidos indicam que o custo direto da inatividade física é enorme. Embora os dados disponíveis em nosso país sejam poucos; nos Estados Unidos o custo associado à inatividade física e a obesidade foi de aproximadamente 9,4% do gasto nacional em saúde. Ao mesmo tempo, o investimento de 1 dólar em atividade física (tempo e equipamento) reduz em 3,2 dólares os custos médicos, sendo que indivíduos fisicamente ativos economizam aproximadamente 500 dólares por ano em gastos com a saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2001; WHO, 2003; WOOLHANDLER et al., 2003).

No Canadá pesquisas mostram que a inatividade física representa uma grande carga para a saúde pública e que até mesmo modestas reduções da

inatividade podem resultar em poupanças significativas. Em 1999, aproximadamente 2,1 bilhões de dólares, ou 2,5% dos gastos com cuidados médicos diretos totais do país foram atribuídos ao sedentarismo. Uma análise de sensibilidade indica que a redução de 10% na prevalência de inatividade física tem o potencial de reduzir despesas com cuidados médicos em torno de 150 milhões de dólares ao ano, despesas estas que podem variar anualmente entre 1,4 a 3,1 bilhões de dólares. O custo total atribuível ao sedentarismo representa 25,5% do custo do tratamento das doenças cardiovasculares, morte súbita, hipertensão, câncer de mama e de cólon, diabetes tipo 2 e osteoporose (SHEPHARD et al, 1982; KATZMARZYK, 2000; WOOLHANDLER et al., 2003).

No Canadá, a promoção de um estilo de vida fisicamente ativa passa a ser um importante objetivo da saúde pública, após as convincentes evidências científicas do estudo americano feito em 1996: *"US Surgeon General's report on physical activity and health"*. Onde sugere que 62% de canadenses não são suficientemente ativos para colher os benefícios de saúde de um estilo de vida fisicamente ativo, e que somente 34% dos canadenses entre 25 a 55 anos são fisicamente ativos. Indica também o sedentarismo como a principal causa das DCNT e de morte prematura. Por isto, em 1998 foi desencadeada uma campanha para um estilo de vida mais ativo e saudável. Publicando e divulgando amplamente um guia de atividade física denominada: *"Canada's Physical Activity Guide to Healthy Active Living (CMAJ, 2000)"*.

As empresas que promovem programas de promoção de atividade física para seus empregados, obtêm benefícios econômicos adicionais. É o exemplo da

Johnson's and Johnson's que projetou, calculou e implementou um programa de bem estar envolvendo atividade física para seus funcionários. Eles fizeram um acompanhamento de 5 anos antes e 4 anos após a implementação do programa. Os resultados indicaram uma grande redução de despesas com gastos médicos (aproximadamente US\$ 224,66 por empregado por ano). Estes benefícios foram devido à redução de internação de pacientes, menor números de visitas médicas e de visitas para tratamento mental, redução das faltas ao trabalho e aumento da produtividade (CONRAD, 1988; OZMINKOWSKI et al., 2002).

Na Austrália, cada 1% de aumento no nível de atividade física dos adultos está associado a uma economia estimada de aproximadamente 7 milhões de dólares gastos potenciais em tratamentos para doenças cardiovasculares, diabetes, câncer de cólon, câncer de mama e quadros depressivos (WHO, 2003).

Na Finlândia o projeto de North Karelia, vem sendo um sucesso. São 25 anos de prevenção de DCNT. Este projeto fundamenta a idéia de que um programa bem planejado e fundamentado pode ter um maior impacto no estilo de vida e na redução dos fatores de risco. Gerando um desenvolvimento que realmente conduza rapidamente a redução das taxas de problemas cardiovasculares na comunidade. A grande melhora da saúde global da população adulta e o declínio da mortalidade por problemas cardiovasculares nos últimos anos na Finlândia é um dos mais rápidos do mundo. Provando que uma política nacional inclusiva que valorize a prevenção através de hábitos saudáveis e vida ativa, pode gerar excelentes resultados, baseada em estudos constantes e contínuos (WHO, 1999; PUSKA, 2002).

Pesquisas recentes demonstram que indivíduos de ambos os sexos acima dos 40 anos que seguem um programa de atividade física (caminhada ou corrida) orientados individualmente de acordo com suas características e necessidades, passam a ter uma produtividade superior à de indivíduos da mesma faixa etária inativos (sedentários) (WHO, 2000).

Benefícios da atividade física à saúde.

Os ganhos para quem começa uma atividade física, (principalmente aeróbica) são perceptíveis em diversos níveis. Há uma mudança visual: a aparência fica mais disposta e o corpo ganha uma nova estrutura. São os sinais externos de uma alteração biológica: há uma comprovada redução da taxa de gordura do corpo, melhoria da tensão nervosa e da ansiedade, baixa da pressão sangüínea, melhoria da condição cardiovascular, entre outras (WILMORE E COSTILL, 2001).

É comum observar as seguintes modificações em sedentários que passam a fazer atividade física regular: melhoram a autoconfiança, melhoram a auto-imagem; dormem melhor e têm um sono mais tranquilo; passam a ter maior disposição para o trabalho; alimentam-se melhor, têm melhor digestão e menos problemas de gases estomacais. Tem se observado que inclusive nos indivíduos idosos ocorrem estas alterações comportamentais e orgânicas. E passa ser comum declarações de estarem se sentindo melhores e mais felizes, passando a terem maior disposição para o dia-a-dia (PAFFENBARGER et al., 1993; MATSUDO, 1997; CDC, 2003B).

O exercício físico estimula o coração, treinando-o a trabalhar com maior eficiência, bombeando maior quantidade de sangue, batendo com menor frequência,

economizando no seu funcionamento. Permite também fortalecer os músculos da respiração, facilitando a maior entrada de sangue aos pulmões o que possibilita uma maior troca gasosa. Envolvendo todos os sistemas e principalmente os sistemas cardiovascular e respiratório onde melhor se observa as mudanças centrais e periféricas motivadas pelo exercício físico (WILMORE E COSTILL, 2001)

Na tabela1, abaixo estão listados alguns dos benefícios fisiológicos do exercício para a saúde.

Tabela 1. BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR A SAÚDE.

AUMENTO	DIMINUIÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Eficiência miocárdica; ▪ Eficiência da distribuição do fluxo sanguíneo; ▪ Capacidade de transporte de elétrons; ▪ Capacidade fibrinolítica; ▪ Hemácias e volume sanguíneo; ▪ Função da tireóide; ▪ Produção do Hormônio do crescimento; ▪ Tolerância ao estresse; ▪ Hábitos de vida sadia; ▪ A densidade óssea; ▪ A sociabilização. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Os níveis séricos de lipídios; ▪ A intolerância a glicose; ▪ A obesidade; ▪ A adesividade das plaquetas; ▪ A pressão arterial; ▪ A frequência cardíaca em repouso; ▪ A vulnerabilidade as arritmias; ▪ A reação neurohormonal excessiva; ▪ O stress psíquico. ▪ Risco de osteoporose

POLLOCK et al., (1986); LEITE (1990); MS(2001)

Padronização conceitual

Alguns autores possuem algumas discordâncias conceituais sobre atividade física. Para este trabalho adotou-se o conceito atual utilizado pelo Ministério da Saúde e Organização Mundial da Saúde onde:

Sedentarismo - O sedentarismo é definido como a falta ou a grande diminuição da atividade física. Na realidade, o conceito não é associado necessariamente à falta de uma atividade esportiva. Do ponto de vista da medicina moderna, o sedentário é o indivíduo que gasta poucas calorias por semana com atividades ocupacionais. Segundo um trabalho realizado com ex-alunos da Universidade de Harvard, o gasto calórico semanal define se o indivíduo é sedentário ou ativo. Para deixar de fazer parte do grupo dos sedentários o indivíduo precisa gastar no mínimo 2.200 calorias por semana em atividades físicas. (PAFFENBARGER et al., 1993).

Irregularmente ativo – é o indivíduo que pratica de forma não sistemática a atividade física, 1 a 2 vezes por semana, com ritmo variado.

Ativo – é o indivíduo que gasta no mínimo 2200 calorias por semana em atividades físicas, ou pratica 30 minutos ou mais de atividade física de 3 a 7 vezes por semana.

Insuficientemente ativo – é o indivíduo que pratica atividade física, mas não o suficiente para usufruir dos efeitos protetores da atividade física.

Atividade física - É qualquer movimento corporal resultante da contração muscular que resulte em gasto energético. (MS, 2001).

Exercício físico - é uma atividade estruturada, repetitiva realizada com o objetivo de melhorar a aptidão física. (MS, 2001).

Aptidão física - é uma combinação de energia, potência anaeróbica, capacidade funcional cardiorespiratória (capacidade aeróbica), composição corporal, força e flexibilidade. Pode implicar em saúde geral ou capacidade de realizar de maneira ideal uma determinada atividade. (MS, 2001).

Aptidão física relacionada a saúde melhora:

- Volume máximo de oxigênio (VO_{2max});
- Composição corporal, maior queima calórica;
- Força muscular;
- Resistência muscular localizada;
- Flexibilidade;
- Tolerância ao stress

Volume máximo de oxigênio (VO_{2max}) - É o consumo máximo de oxigênio durante o esforço máximo. Equivale ao produto do débito cardíaco máximo multiplicado pela diferença arteriovenosa máxima.

Volume de Oxigênio - quantidade absorvida durante o trabalho muscular e após o término do mesmo (VO_2).

Caloria é a quantidade de calor necessária para elevar de um grau centígrado a temperatura de um grama de água sob pressão normal. É também a unidade com a qual é medida a quantidade absoluta de calor de um corpo. (AMORA, 2001).

METs = medida que é igual ao dispêndio energético do corpo humano quando está em repouso. $1\text{met} = 3,5 \text{VO}_{2\text{max}}$. (Leite, 1997).

Atividades físicas moderadas - São aquelas que aumentam o ritmo dos batimentos cardíacos, fazendo com que a pessoa mantenha-se aquecida e respire um pouco mais rápido que o normal, mas sem dificuldade.

Promoção de saúde – utilizaremos dois conceitos, o primeiro baseado na Carta de Ottawa, 1986:

"A Promoção da Saúde consiste em proporcionar as pessoas os meios necessários para melhorar sua saúde e exercer um maior controle sobre a mesma".

(WHO, 1986)

"A promoção da saúde é concebida, cada vez em maior grau, como a soma das ações da população, dos serviços de saúde, das autoridades sanitárias e de outros setores sociais e produtivos voltadas para o desenvolvimento de melhores condições de saúde individual e coletiva".

(WHO, 1986)

Quanto de atividade física é necessário para deixar de ser sedentário?

Segundo a Organização Mundial da Saúde, para deixar de fazer parte do grupo dos sedentários o indivíduo precisa gastar no mínimo 2.200 calorias por semana em atividades físicas, e/ou fazer de 30 a 60 minutos de exercício aeróbico na maioria dos dias da semana e/ou exercer atividade física na vida cotidiana de forma contínua ou acumulada (fracionada, exemplo 3 vezes de 10 min ao dia).

A intensidade da atividade física que mais proporciona benefícios a saúde é a atividade moderada ou média; que segundo o Ministério da Saúde é classificada como :“aquelas atividades que fazem você suar um pouco e também aumentam um pouco a sua respiração ou batimentos do coração, sem ficar ofegante, nem cansado” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2001; WILLMORE E COSTILL, 2001). Definição esta que será usada no instrumento desta pesquisa.

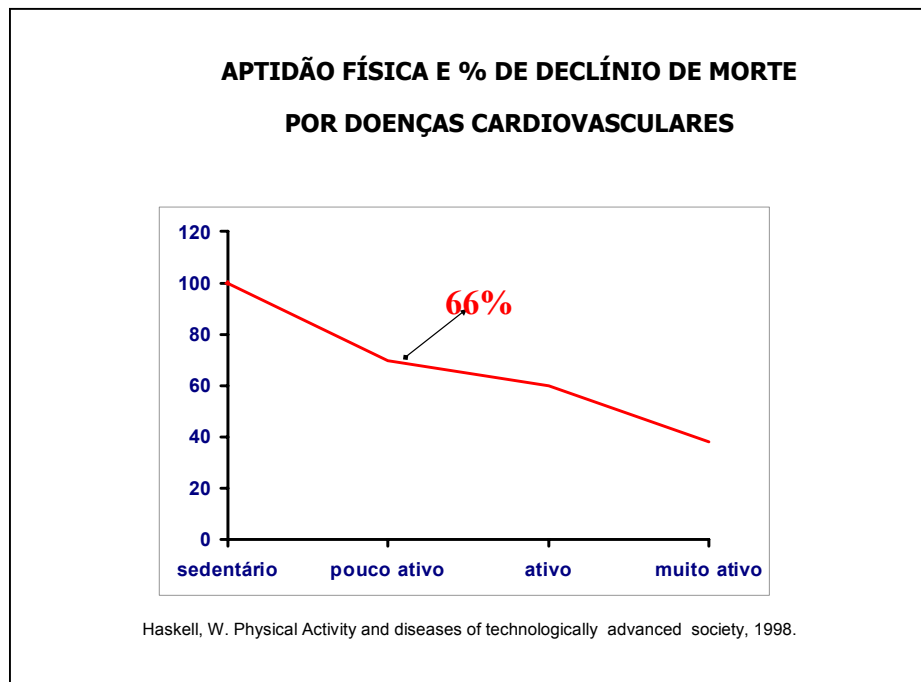
Nesta pesquisa será mensurada a intensidade da atividade física pela percepção do esforço descrita pelas entrevistadas. O instrumento de avaliação que será utilizado foi adaptado do Questionário Internacional de Atividade Física Programa Agita Mundo da Organização Mundial da Saúde, Programa Agita São Paulo, segundo POLLOCK et al. (1986), com alterações das nomenclaturas das atividades de vigorosas, moderadas e fracas, para fortes, médias e leves, por acreditarmos ser de mais fácil compreensão ao público. O questionário foi reduzido por se tratar de uma pesquisa integrante de um estudo maior que é o Projeto Condições da Saúde das Mulheres em São Leopoldo.

Abaixo enumeramos algumas atividades físicas do cotidiano consideradas moderadas:

Atividade	Duração intensidade
Varrer	30 min
Andar	3200m /30 min
Hidroginástica	30 min
Nadar	20 min
Basquete (rodas)	20 min
Pedalar	6,4 km / 20 min
Pular corda	15 min
Correr	2400m /15 min (10 min)
Subir escadas	15 min
Limpar/lavar carro	45-60 min

Lavar vidros / chão	45-60 min
Jogar vôlei	45 min
Jardinagem	30-45 min
Basquete (arremesso)	30 min
Pedalar	8,1 km/30 min
Dança rápida	30 min
Empurrar carrinho de bebê	2,4 km /30 min

O gráfico abaixo, ilustra o grau de risco de doenças pelo nível de atividade física, da categoria sedentária a altamente ativa. Pode-se observar que apenas a passagem da categoria sedentária para a de atividade de nível baixo, reduz bastante o risco da doença cardíaca. Aumentando o nível de atividade física, irá reduzir mais o risco, porém é importante observar que os maiores benefícios ocorrem ao sair da categoria sedentário. (WILMORE E COSTILL, 2001).



Em Whistler, Toronto 2001, foram estabelecidas normas ou consenso de que 30 minutos de atividade física com intensidade moderada na maioria dos dias da semana realizadas de forma contínua ou parcelada (exemplo: 3 sessões de 10 minutos) no decorrer do mesmo dia são consideradas adequadas para reduzir riscos da mortalidade prematura de todas as causas. Fazer alguma atividade é melhor do que não fazer nenhuma, mas o ideal é que se faça pelo menos 30 minutos diários, porém existem outros meios de mensurar a atividade física, seja pelo número de calorias despendidas diariamente ou pelo número de mets consumidos (FLETCHER et al., 1996).

Deste modo o *VI Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure* (NIH, 1997) reitera as afirmações de que estudos têm identificado uma relação inversa entre bons níveis de condição física e as DCNT, principalmente a hipertensão arterial. Isso tem sido observado para ambos os sexos, raças branca ou negra, em todas as idades e independente da adiposidade. Indica como mais aconselhados os exercícios aeróbios considerados de baixa a moderada intensidade (40-60% do VO_{2max} .) para atuação como interventores primários na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

Acredita-se, conforme mostram vários estudos (BOWNE et al., 1984; PAFFENBARGER et al., 1986; STEIN E ZUIDEMA, 1999; ROBERTS, 2001; BARRY et al., 2002; OGUMA et al., 2002) serem necessárias políticas que implementem e estimulem um estilo de vida mais saudável e ativo em todo nosso país. Mas para isto são necessárias ações que esclareçam e estimulem a prática da atividade física.

1. PORQUE ESTUDAR A PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO?

Como mencionados anteriormente, estudos em diferentes países indicam que 70% da população é classificada como sedentária e 90% é insuficientemente ativa. No Brasil, o levantamento populacional, realizado por Rego et al. (1990), mostrou que 70% dos paulistanos poderiam ser considerados sedentários, sendo que entre os homens a prevalência é de 57,3% e entre as mulheres é ainda mais grave : 80,2%. Que a inatividade ou o sedentarismo é um dos pontos chaves dos fatores de risco cardíacos relacionados ao estilo de vida, que é o maior responsável por morte prematura. Atualmente não existem dados sobre a situação sedentarismo na cidade de São Leopoldo. Justificando portanto, a realização deste estudo que nos fornecerá a prevalência de sedentarismo na população feminina de 20 a 60 anos da cidade de São Leopoldo. Dados estes, que serão repassados para o Conselho Municipal de Saúde e Secretaria Municipal de Saúde do Município de São Leopoldo e poderão futuramente promover políticas de promoção a saúde e prevenção de DCNT, através da atividade física, e melhorar as condições de vida da população desta região, a partir da realidade diagnosticada.

Neste estudo a abordagem a este problema será inicialmente a identificação de mulheres em situação de inatividade ou sedentarismo, através de um estudo transversal de base populacional estimando prevalências de procedimentos preventivos. Além disto o presente estudo pretende verificar a presenças de fatores associados a inatividade, como hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade e

renda familiar em mulheres entre 20 e 60 anos residente no município de São Leopoldo, no estado do Rio Grande do Sul.

2. PROBLEMA

Qual a prevalência de sedentarismo das mulheres adultas da cidade de São Leopoldo?

A prevalência de sedentarismo será maior em mulheres de menor renda, menor escolaridade e com idade superior a 40 anos e/ou apresentarem alguma DCNT.

3. OBJETIVOS

3.1. Geral:

Identificar a prevalência de sedentarismo em uma amostra representativa de mulheres de 20 a 60 anos residentes na zona urbana de São Leopoldo- RS.

3.2. Específico:

Descrever a prevalência de sedentarismo segundo as características demográficas, socioeconômicas e DCNT estudadas (diabetes, hipertensão e obesidade).

4. Metodologia

4.1. Delineamento

Será realizado um estudo transversal de base populacional com mulheres de 20 a 60 anos residentes na zona urbana da cidade de São Leopoldo/RS.

4.1.1. Caracterização do Município de São Leopoldo

A cidade de São Leopoldo fica situada na Região do Vale do Rio dos Sinos, no Estado do Rio Grande do Sul. No último censo demográfico, tinha 193.547 habitantes, sendo que deste total, 98.781 eram mulheres (51,07%).

O município conta na sua estrutura de serviços públicos de saúde com um hospital geral (Hospital Centenário) e 28 postos de saúde (PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO LEOPOLDO, 2003).

4.2. Amostragem

Este estudo está inserido em um projeto de pesquisa maior, realizado pela Unisinos (Universidade do Vale do Rio dos Sinos) sobre as condições de saúde das mulheres de São Leopoldo. Portanto, estimou-se a amostra a partir de diferentes desfechos previstos neste projeto, escolhendo-se aquele com maior tamanho. Calculou-se um tamanho de amostra que permitisse identificar uma razão de risco de 2,0, para um nível de confiança de 95,0%, de um poder estatístico de 80,0%, mantida a razão de não expostos:expostos de 1:3 segundo distribuição de classe social.

Como este estudo de prevalência de sedentarismo, está inserido em um estudo maior conforme a tabela 2. Entre todos os desfechos estudados estimou-se a amostra a partir daquele que exigia o maior tamanho. Optou-se pelo tamanho de amostra que permitisse estudar diabetes mellitus: 1086 pessoas. O tamanho da amostra foi aumentado em 10,0% devido a possíveis perdas e em 15,0% para controlar fatores de confusão na análise dos dados, sendo necessário um total de 1358 pessoas. A partir do número de pessoas necessário para a amostra (1358), da média de pessoas por domicílio na cidade de São Leopoldo (3,56) e conhecendo-se proporção da população de mulheres na faixa etária de interesse (30,0%) foi estabelecida a necessidade de serem visitados 1.440 domicílios (BARROS E VICTORA, 1991).

Tabela 2. Tamanhos de amostra necessários de acordo com prevalências em não expostos.

VARIÁVEL	PREVALÊNCIA	TAMANHO DA AMOSTRA
	(Não expostos)	
Hipertensão arterial sistêmica*	7,0%	916
Obesidade**	18,3%	281
Diabetes Melittus***	6,0%	1087

*As prevalências foram baseadas no estudo transversal de base populacional em Pelotas onde foram encontrados 14% de hipertensos nas classes A,B e C da ABIPEME (Piccini e Victora,1994).

** Também através de estudo transversal de base populacional estimou-se a prevalência de obesidade. (Gigante, 1995).

*** Estudos epidemiológicos apontam uma prevalência de aproximadamente 4% de Diabetes Melitus na população Brasileira. Contudo, estima-se que a prevalência real seja aproximadamente o dobro da encontrada. (Franco, 1992).

O procedimento amostral prevê que 40 setores censitários serão sorteados entre os 270 existentes na zona urbana da cidade de São Leopoldo. Em cada conglomerado foi sorteado o quarteirão para iniciar a pesquisa e, a seguir, a esquina a partir da qual foi identificado o domicílio onde se iniciou a coleta de dados. No ponto de partida, a direção para caminhar foi: virado de frente (olhando) para casa andando sempre na direção esquerda. Incluiu-se a primeira casa, pulou-se uma e incluiu-se a próxima casa. Esta foi a seqüência até completar a planilha com 36 domicílios. Serão visitados 36 domicílios por setor, onde resida uma pessoa do sexo feminino na faixa etária especificada. Se ao completar o quarteirão não houver o número suficiente de casas, o entrevistador percorrerá outro quarteirão do setor, seguindo sorteio prévio.

4.3.VARIÁVEIS

4.3.1.Dependentes:

A prática ou não de atividade física e a caracterização desta atividade física quanto ao tipo e intensidade

A descrição do questionário específico sobre atividade física está no anexo 1, ao final deste projeto. Pretende-se verificar se as entrevistadas fazem atividade física ou não, e em que intensidade percebida (fraca, moderada ou forte). Baseadas nestas informações serão classificadas como: sedentárias, ou ativas. Portanto, a variável será classificada como:

Sedentárias – todas as pessoas que não fizerem atividade física, ou praticarem atividade física somente uma vez por semana e ainda possuem atividades ocupacionais consideradas com baixo gasto calórico.

Ativas ou não sedentárias - todas as pessoas que realizarem atividades físicas regularmente de forma contínua ou parcelada três vezes ou mais por semana.

Neste estudo não serão classificados o nível de aptidão física nem a quantificação de exercício praticado, uma vez que o instrumento utilizado não estabeleceu a duração das atividades, sendo portanto uma limitação do instrumento de avaliação.

4.3.2. Variáveis independentes

Serão investigadas variáveis relacionadas à acumulação de bens materiais e anos de escolaridade para determinação da classe social (A, B, C, D ou E), segundo classificação da Associação Brasileira de Institutos de Pesquisa de Mercados (ABIPEME) (RUTTER, 1988). As outras variáveis socioeconômicas a serem estudadas serão renda familiar em salários mínimos e se possui trabalho remunerado.

Será investigada também a presença de algumas doenças crônicas não transmissíveis e sua correlação com o sedentarismo:

Hipertensão:

Definiu-se hipertensão arterial sistêmica por pressão arterial $\geq 160/95$ mm Hg a partir da média de duas medidas (início e fim da aplicação do questionário individual), ou o uso atual de medicação anti-hipertensiva (WHO, 1959; MS, 1993).

Diabetes Mellitus:

Definição através história de diagnóstico médico prévio, referido pela pessoa entrevistada.

Obesidade e sobrepeso:

Serão aferidos peso (kg) e altura (m) para cálculo do índice de massa corporal (IMC, calculado como kg/m^2). Indivíduos com IMC variando entre 25,0 e 29,9 kg/m^2 serão considerados com sobrepeso e aqueles com IMC ≥ 30 kg/m^2 serão classificados como obesos (WHO, 1998).

Condições demográficas

Faixa etária, cor da pele e estado civil, assim como número de filhos também será analisado.

4.4. Seleção e treinamento dos entrevistadores

A seleção dos entrevistadores será feita pela comissão de professores do Curso de Mestrado em Saúde Coletiva da Universidade do Vale do Rio dos Sinos – Unisinos. Todos os entrevistadores serão acadêmicos da Unisinos. Os entrevistadores não serão remunerados, mas receberão certificados de participação que contará como carga horária de atividade extracurricular.

Todos receberão treinamento sobre os questionários, as medidas que deverão ser aplicadas e o mapeamento dos setores.

4.5. Estudo-piloto

Será realizado estudo piloto em outro setor censitário não incluído no plano amostral. O estudo piloto terá como objetivo testar os instrumentos, treinar o pessoal na coleta de dados e na codificação. O estudo piloto também incluirá entrada de dados e análise inicial.

4.6. Instrumentos

Será utilizado um questionário padronizado e pré-codificado, para o estudo maior onde este está inserido. No anexo 1,(pg. 46), está o questionário específico deste estudo (Adaptado do Programa Agita Mundo do Ministério da Saúde, 2001; Programa Agita São Paulo, segundo Pollock, 1986).

A coleta de dados antropométricos incluirá peso e altura. Também será verificada a pressão arterial sistêmica, para isto será utilizado esfigmomanômetro aneróide, sendo aferida a pressão arterial no início e ao final de cada entrevista, com a pessoa sentada tendo o braço direito despido apoiado na altura da região mamaria, considerando como pressão arterial sistólica o início dos ruídos auscultatórios e a pressão arterial diastólica o ponto de extinção dos ruídos auscultatórios. Os aparelhos deverão ser aferidos uma vez por semana pela supervisão do estudo, mediante comparação com esfigmomanômetro de mercúrio.

Também serão utilizados balanças portáteis (peso), esfigmomanômetros e estetoscópios (avaliação da pressão arterial), e estadiômetros (altura) e mapas de setor censitário.

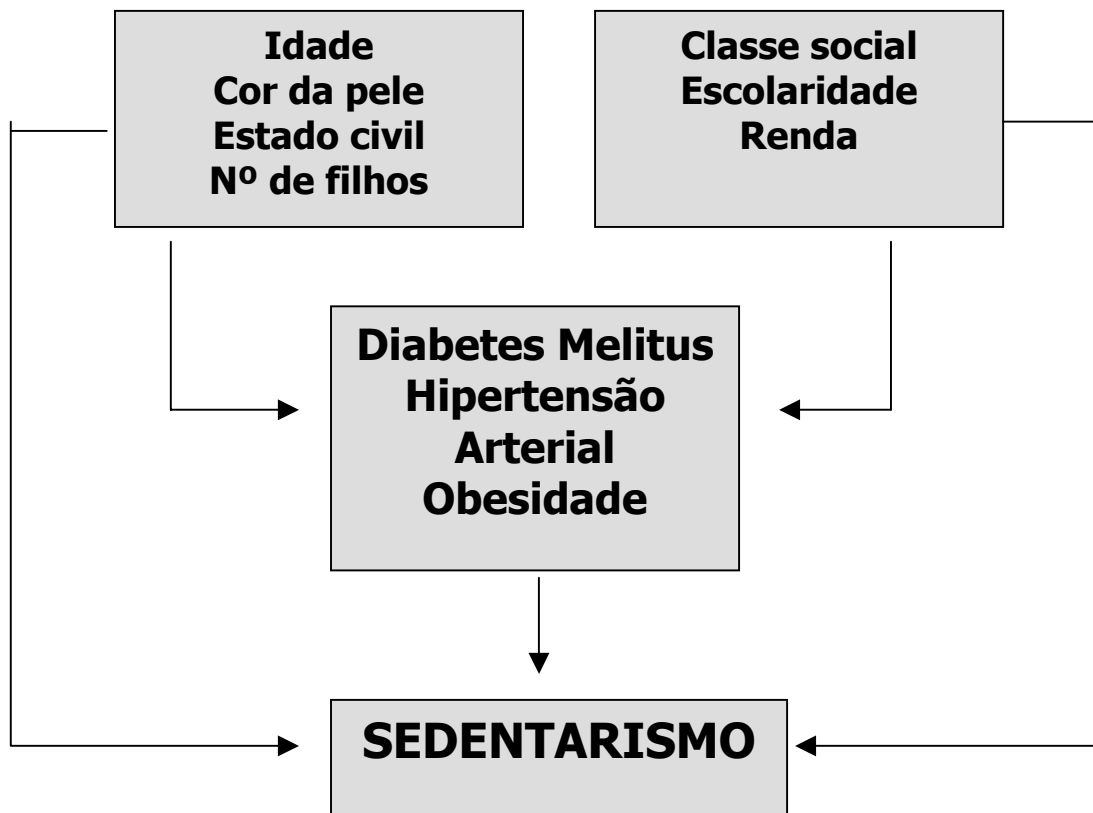
4.7. Material

Os materiais utilizados na pesquisa serão: lápis, borracha, caneta, apontador, pranchetas, pastas, papel para impressão do questionário, crachá de identificação, jalecos, bolsas, cartões de encaminhamento, balança, fita métrica, estetoscópio,

esfigmomanômetro, estadiômetro, mapas de setor censitário, exemplo em anexo (anexo 2).

4.8. Processamento e análise dos dados

A entrada dos dados será realizada através do Programa Epi-Info, em dupla entrada e posterior comparação, para se eliminar a probabilidade de erros de digitação. A análise uni e bivariada dos dados será realizada através do Programa SPSS. Nessa fase, serão calculadas as razões de prevalência, os intervalos de confiança e serão selecionadas as variáveis para a análise multivariada de acordo com modelo hierarquizado (VICTORA et al., 1997).

Modelo Hierarquizado de análise para fatores de Risco de sedentarismo

4.9. Controle de qualidade

O controle de qualidade será realizado aplicando-se questionários simplificados, aleatoriamente a 10% da amostra.

4.10. Aspectos éticos

O instrumento de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Medicina de Pelotas.

Será garantido aos participantes o sigilo dos dados. Se qualquer anormalidade for detectada durante a aplicação dos instrumentos será sugerido ao participante que procure cuidados de saúde.

5. Divulgação dos resultados

No final do estudo, será realizado um seminário junto ao Conselho Municipal de Saúde de São Leopoldo para a divulgação dos resultados.

Os resultados da pesquisa também serão divulgados em forma de artigo, para revista especializada.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMORA S. *Dicionário da Língua Portuguesa*, 10ª ed., São Paulo: Saraiva; 2001.

BARROS FC, VICTORA CG. *Epidemiologia da Saúde Infantil. Um manual para diagnósticos comunitários*. São Paulo: HUCITEC-UNICEF; 1991.

BARRY FPKB, WARREN JBSC, HAAPANIEMI SMS, BYL NRN, GORDON N. Effects of a Contemporary, Exercise-Based Rehabilitation and Cardiovascular Risk-Reduction Program on Coronary Patients With Abnormal Baseline Risk Factors. *American College of Chest Physicians* 2002; 122:338-343.

BATTAGLINI C, BATTAGLINI B, BOTTARO M. The effects of physical exercise on cancer: a review. *Lecturas EF y Deportes Revista Digital - Buenos Aires*, Año 8 - N° 57. 2003. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd57/cancer.htm>>, acesso em 16 ago 2003.

BOWNE DWRM, MORGAN JL, OPTENBERG SA, CLARKE AE. Reduced disability and health care costs in an industrial fitness program. *J Occup Med* 1984; 26(11):809-16.

CANADIAN FITNESS AND LIFESTYLE RESEARCH INSTITUTE . *Physical Activity in Canadá*. Disponível em: <http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/fitness/work/activity_e.html> acesso em: 16 ago 2003.

CASTRO MC. El uso de la actividad física como prevención en salud. *Lecturas EF y Deportes Revista Digital* -. *Revista Digital* - Buenos Aires: s.e., Año 7 - Nº 41 – Oct. 2001. Disponible em: <<http://www.efdeportes.com/efd41/altern.htm>. Acesso em: 18 ago 2003.

CDC (National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion). *Physical Activity and Health*. 2003A. 16 March 2003 <<http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/npai.htm>>.

CDC (National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion). How active do adults need to be to gain some benefit? *Nutrition & Physical Activity*. 2003B 18 october 2003. <http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/recommedations/adults.htm>.

CMAJ (CANADIAN MEDICAL ASSOCIATION JOURNAL). *The economic burden of physical inativity in Canada* . 163(11). Nov 28, 2000.

CONRAD P. Health and fitness at work: a participant's perspective. *Soc Sci Med* 1988; 26(5):545-50.

FLETCHER GCBS, BLUMENTHAL J, CASPERSEN C, CHAITMAN et al. Statement on Exercise: Benefits and Recommendations for Physical Activity Programs for All Americans: A Statement for Health Professionals by the Committee on Exercise and Cardiac Rehabilitation of the Council on Clinical Cardiology, American Heart Association. *Circulation - American Heart Association, Inc* 1996; 94(4) 15:857-862.

FRANCO LJ. Epidemiologia do Diabetes Mellitus. In: Lessa I. *O Adulto Brasileiro e as Doenças da Modernidade. Epidemiologia das Doenças Crônicas Não Transmissíveis*. Rio de Janeiro: HUCITEC/ABRASCO, p.123-137; 1998.

- GIGANTE DP. *Obesidade e Distribuição de gordura corporal em adultos de Pelotas, UFPEL*, 1995. [Dissertação de Mestrado em Epidemiologia]. Universidade Federal de Pelotas, 1995.
- HAENNEL RG, LEMIRE F, Physical activity to prevent cardiovascular disease. *Canadian Family Physician* 2002; 48: 65-71.
- HASKELL W. Physical activity and diseases of technologically advanced society, In: *The American Academy of Physical Education Papers: Physical Activity in Early and Modern Populations*. 21: 73-87, 1998.
- KATZMARZYK PT. *The economic burden of physical inactivity in Canada*. CMAJ - Canadian Medical Association or its licensors. 163 (11), 2000.
- LEITE PF. Aptidão Física - *Esporte e Saúde: reabilitação e prevenção de doenças cardiovasculares*. 2ª ed., Rio de Janeiro: Robe editorial; 1990.
- MATSUDO V. Physical Activity: passport for health. *World Health Report* 1997; 50 (3):16-17.
- MS (MINISTÉRIO DA SAÚDE). Secretaria de Assistência à Saúde. Departamento de Programas de Saúde. Coordenação de Doenças Cardio-Vasculares. *Controle de hipertensão arterial: uma proposta de integração ensino-serviço*. Rio de Janeiro: CDCV/NUTES; 1993
- MS (MINISTÉRIO DA SAÚDE). *Agita Brasil: Guia para agentes multiplicadores*. Brasília: Ministério da Saúde; 2001.
- MS (MINISTÉRIO DA SAÚDE). *Programa de educação e saúde através do exercício físico e do esporte*. Brasília: Ministério da Saúde; 2003.

NIH (NATIONAL INSTITUTE OF HEALTH). *The Sixth Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure*. NIH Publication, nº 98-4080, 1997.

OGUMA Y, SESSO HD et al. Physical activity and all cause mortality in women: a review of the evidence. *Br J Sports Med* 2002; 36(3):162-72.

OZMINKOWSKI RJLD, GOETZEL RZ, BRUNO JA, RUTTER KR, ISAAC F, WANG S. Long-term impact of Johnson & Johnson's Health & Wellness Program on health care utilization and expenditures. *J Occup Environ Med* 2002; 44(1):21-9.

PAFFENBARGER RS Jr, HYDE RT et al. Physical activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. *N Engl J Med* 1986; 314(10): 605-13.

PAFFENBARGER RS Jr, HYDE RT et al. Physical activity and incidence of cancer in diverse populations: a preliminary report. *Am J Clin Nutr* 1987; 45(1 Suppl):312-7.

PAFFENBARGER RS Jr, HYDE RT et al. The association of changes in physical-activity level and other lifestyle characteristics with mortality among men. *N Engl J Med* 1993; 328(8):538-45.

PICCINI RX, VICTORA CG. Hipertensão arterial sistêmica em área urbana no sul do Brasil: prevalências e fatores de risco. *Rev. Saúde Pública* 1994; 28(4):261-7.

POLLOCK ML, WILMORE JH, FOX III SM. *Exercícios na saúde e na doença: Avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação*. Rio de Janeiro: Medsi; 1986.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO LEOPOLDO. *Localização*. Disponível em < <http://www.prefsaoleo.com.br> > Acesso em 28/08/2003.

- PUSKA P. Successful of non-communicable diseases: 25 year experiences with North Karelia Project in Finland. *Public Health Medicine* 2002; 4(1):5-7.
- RAMON FA L. Actividad física y promoción de salud. *Revista digital*, Buenos Aires, n. 38, jul. 2001.
- REGO RA, BERARDO FAN, RODRIGUES SSR, OLIVEIRA ZMA, OLIVEIRA MB, VASCONCELLOS C, et al. Factores de riesgo para doenças crônicas não-transmissíveis: inquérito domiciliar no Município de São Paulo, SP (Brasil). Metodologia e resultados preliminares. *Revista de Saúde Pública* 1990; 24: 277-85.
- ROBERTS C. Developing a fitness employee assistance program. *Bus Health* 2001; 19(9):22-4.
- RUTTER M. *Pesquisa de Mercado*. São Paulo: Ed. Ática; 1988.
- SHEPHARD RJ, RENZLAND P, COX M. The influence of an employee fitness and lifestyle modification program upon medical care costs. *Can J Public Health*. 1982; 73(4):259-63.
- SHEPHARD RJ, RENZLAND P, COX M. The impact of changes in fitness and lifestyle upon health care utilization. *Can J Public Health* 1983; 174(1):51-4.
- SHEPHARD RJ. Whistler 2001. A Health Canada/ CDC Conference on "Communicating Physical activity and Health Messages: science into practice. *American Journal of Preventive Medicine* 2002; 23(3): 221-225.
- STEIN ADKT, ZUIDEMA R. Carrots and sticks: impact of an incentive/disincentive employee flexible credit benefit plan on health status and medical costs. *Am J Health Promot*. 1999; 13(5):260-7.

VICTORA CG, HUTTLY SR, FUCHS SC, OLINTO MTA. The role of conceptual frameworks in epidemiological analysis: a hierarchical approach. *Int J Epidemiol* 1997; 26:224-47.

WILMORE JH, COSTILL D.L. *Fisiologia do Esporte e do Exercício*. 2ª ed. São Paulo: Manole; 2001.

WOOLHANDLER S, CAMPBELL T, HIMMELSTEIN DU. Costs of Health Care Administration in the United States and Canada. *N Engl J Med* 2003; 349(8):768-775.

WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION). *Hypertension and coronary heart disease. Classification and criteria for epidemiological studies*. Technical Report Series n 168. Geneva: WHO; 1959.

WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION). *The Ottawa Charter for Health Promotion*. Ottawa: Canadian Public Health Association; 1986.

WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION). *Obesity. Preventing and Managing the Global Epidemic*. Report of a WHO Consultation on Obesity. Geneva: World Health Organization; 1998.

WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION). *World Health Reporter, 1999. Making 's Difference*. Geneva: WHO; 1999.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, CDC. COLLABORATING CENTER ON PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTH PROMOTION. *Promoting Physical Activity: a best Buy in public health*. Geneva: World Health Organization; 2000.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, NCD; *Prevention and Health Promotion: Successful prevention of noncommunicable diseases: 25 years experiences with North Karelia Project in Filândia*. Disponível em:

<<http://www.who.int/hpr/successfull.prevention.shtml>> acesso em: 23 jul 2003.

ANEXO 1

¹INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO

Atividades **FORTES** são aquelas que fazem você suar bastante ou aumenta muito sua respiração ou batimentos do coração.

Atividades **MÉDIAS** são aquelas que fazem você suar um pouco e também aumentam um pouco a sua respiração ou batimentos do coração (sem ficar ofegante, nem cansado).

Atividades **LEVES** são aquelas que você faz normalmente e que não alteram a sua respiração nem seus batimentos do coração.

Gostaria de saber quais atividades fortes, médias ou leves você faz no mínimo 10 minutos por dia e quantos dias por semana.

Atividade	Leve (1)	Média (2)	Forte (3)	Nº de vezes na semana
Caminhada				
Pedalar				
Ginástica				
Jogo coletivo (vôlei, basquete, futebol, etc)				
Dançar				
Alongamento				
Corrida				
Natação				
Tênis ou outra atividade				
Subir escadas				
Atividades decorrentes do seu trabalho				
Serviços domésticos				
Jardinagem ou serviço no quintal				
Outro _____				

Na sua vida diária devido ao seu trabalho ou seus hábitos em casa, durante quanto tempo aproximadamente você costuma ficar sentado ou deitado assistindo TV? Transforme em número.

No trabalho _____ h. Em casa _____ h

¹ Fonte: Programa Agita Mundo da Organização Mundial da Saúde, Programa Agita São Paulo, adaptado por Masson, C., segundo Pollock M, Wilore, J.; FoxIII, S.

RELATÓRIO DE TRABALHO

RELATÓRIO DE CAMPO – PESQUISA SAÚDE DA MULHER

1- INTRODUÇÃO

O Projeto Saúde das Mulheres na cidade de São Leopoldo foi elaborado por um grupo de pesquisadores do Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde – Área de concentração: Saúde Coletiva (Universidade do Vale do Rio dos Sinos). O Projeto foi financiado pela FAPERGS via Proad2, através do edital nº 02/0645,9, e Ed. Universal.6 do CNPQ, através do edital nº 473478/200-0, com apoio da Secretaria Municipal de Saúde de São Leopoldo.

O estudo foi realizado com mulheres na faixa etária de 20 a 60 anos, residentes na zona urbana de São Leopoldo, RS. A pesquisa busca identificar neste grupo condições socioeconômicas e demográficas, presença de doenças crônicas, hábitos como consumo de álcool e fumo, saúde reprodutiva, hábitos alimentares, atividade física, violência doméstica e utilização de serviços de saúde

2-PREPARAÇÃO DOS INSTRUMENTOS

O instrumento de pesquisa foi sendo construído no período de junho de 2002 à janeiro de 2003. De acordo com os objetivos do Projeto elaborou-se um questionário padronizado e pré-codificado. Foram utilizados instrumentos de investigação, tais como questionário com questões socioeconômicas, questionário de

freqüência de consumo alimentar, *Self Report Questionnaire* (SRQ-20) para identificar distúrbios psiquiátricos menores e questionário de atividades físicas.

Foram utilizadas como ferramentas: balanças e estadiômetro para definição do índice de massa corporal (IMC); fita métrica e adipômetros para verificar a adiposidade; estetoscópio e esfigmomanômetro para verificar a pressão arterial.

O questionário foi testado aleatoriamente com 10 indivíduos com a intenção de avaliar o entendimento das questões.

3- SELEÇÃO DOS SETORES (reconhecimento)

O município de São Leopoldo/RS possui 272 setores censitários, sendo que destes, dois são classificados como rurais, uma vez que a pesquisa realizou-se na zona urbana do município, foram excluídos estes dois setores.

O sorteio para a definição dos setores foi feito de forma sistemática, conforme segue:

1 – Divisão do nº total de setores censitários urbanos (270) por nº total dos setores desejados (40);

2 – O resultados desta equação (6,75 – com arredondamento = 7) indica o pulo que foi efetuado;

3 – Sorteou-se um nº de 1 à 10 (3) como ponto de partida para os seguintes setores selecionados (3, 10, 17, 24, 31, etc.).

Foram sorteados 10 setores sobressalentes, caso houvesse necessidade de substituição de algum setor anteriormente sorteado.

Foi realizada uma amostra por conglomerados, onde 40 setores censitários foram sorteados entre os 270 existentes. Em cada conglomerado foi sorteado o quarteirão para iniciar a pesquisa e, a seguir, a esquina a partir da qual foi

identificado o domicílio onde se iniciou a coleta de dados. No ponto de partida, a direção para caminhar foi: virado de frente (olhando) para casa andando sempre na direção esquerda. Incluiu-se a primeira casa, pulou-se uma e incluiu-se a próxima casa. Esta foi a seqüência até completar a planilha com 36 domicílios. Caso não fossem completados os 36 domicílios naquela quadra, seguiu-se a seqüência da numeração indicada em cada mapa (Ex.: Se a quadra sorteada fosse a de nº 5, seguia-se para a 6, depois 7, etc.).

O reconhecimento dos setores foi realizado com auxílio de uma coordenadora da pesquisa e moradora do município, juntamente com uma bolsista de iniciação científica. A equipe percorreu os setores desconhecidos pela coordenadora, com finalidade de identificar se o setor tinha condições para a realização da pesquisa.

Após o reconhecimento a equipe fez as seguintes substituições:

- Setor 129 (loteamento e sem habitantes) foi substituído pelo setor 13;
- Setor 66 (não possui domicílios suficientes) foi substituído pelo setor 27;
- Setor 241(casas transferidas para outro local) foi substituído pelo setor 20;
- Setor 192 (orientação da Brigada Militar de ser um local bastante perigoso) foi substituído por um bairro com as mesmas condições socioeconômicas – Santa Marta.

4- SELEÇÃO E TREINAMENTO DOS ENTREVISTADORES

Foram recrutados inicialmente 17 estudantes da UNISINOS, entre alunos da graduação (13) e mestrado (4). Este grupo recebeu treinamento conforme cronograma abaixo:

18/02/03 – Treinamento de medida de pressão arterial e cintura, entrega de material para as entrevistadoras.

20/02/03 – Primeira padronização das medidas e teste do questionário padronizado.

25/02/03 – Segunda padronização das medidas, dramatização do questionário e leitura do manual de instruções.

12/03/03 – Discussão de dúvidas do manual de instrução.

18/03/03 – Avaliação de conhecimentos específicos sobre a pesquisa (individual e escrita).

Os entrevistadores receberam treinamento quanto ao Manual de Instruções, questionário e medidas. Foi selecionado um grupo de entrevistadores especialmente para realizar mutirões, que receberam treinamento apenas do Manual de Instruções e Questionário, pois não realizaram medidas.

Os coordenadores da pesquisa em algumas situações também aplicaram questionários, mas não realizaram medidas, ficando a cargo dos entrevistadores capacitados para tal.

5- ESTUDO PILOTO

No dia 11 de março de 2003, nos turnos da manhã e tarde foi realizado o estudo piloto num setor distinto dos selecionados para a pesquisa (Setor 34). Os entrevistadores aplicaram os questionários em duplas, para melhor avaliação.

O piloto objetivou qualificar os entrevistadores, aprimorar os instrumentos e testar a logística.

6- DISTRIBUIÇÃO DOS SETORES E QUESTIONÁRIOS REALIZADOS

Distribuição dos setores sorteados, número de mulheres encontradas e perdas por setor. Pesquisa Saúde da Mulher no município de São Leopoldo, RS, 2003.

SETOR	ENDEREÇO	BAIRRO	Nº DE ♀	Nº DE PERDAS
3	Rua Osvaldo Aranha	CENTRO	19	3
6	Rua São Pedro	SÃO MIGUEL	20	3
10	Av. Dom João Becker	SÃO MIGUEL	20	6
13	Rua Flores da Cunha	CENTRO	18	1
17	Rua Marques do Herval	CENTRO	6	0
20	Rua Lindolfo Collor	CENTRO	9	1
24	Rua Lindolfo Collor	CENTRO	14	6
27	Rua Santo Antônio	CENTRO	28	1
31	Rua Brasil	SÃO MIGUEL	27	2
38	Av. Tomaz Edison	VICENTINA	26	0
45	Av. Tomaz Edison	VICENTINA	19	2
52	Av. Tomaz Edison	VICENTINA	39	3
59	Av. Unisinos	CRISTO REI	30	1
73	Av. Unisinos	PADRE REUS	24	3
80	Av. das Américas	DUQUE DE CAXIAS	37	0
87	Rua Passo Fundo	SANTA TEREZA	28	0
94	Av. John Kennedy	SANTA TEREZA	29	0
101	Av. João Correa	SÃO JOSÉ	29	2
108	Av. Feitoria	RIO BRANCO	23	0
115	Rua Felipe Uebel	JARDIM AMÉRICA	28	1
122	Av. São Borja	JARDIM AMÉRICA	22	0
136	Av. Benjamin Constant	SANTO ANDRÉ	31	0
143	Rua Leopoldo Zimmermann	PINHEIRO	28	1
150	Rua Frederico Mayer	FEITORIA	36	0
157	Av. Albino Timm	FEITORIA	35	0
164	Rua Cingapura	FEITORIA	36	0
171	Rua Odilo Aloysio Daudt	FEITORIA	36	0
178	Rua José Linck	FEITORIA	33	0
185	Rua 14 Bis	SANTOS DUMONT	32	0
199	Rua da Estação	RIO DOS SINOS	29	3
206	Av. Mauá	SANTOS DUMONT	35	2
213	Av. Senador Salgado	SCHARLAU	36	0
220	Av. Senador Salgado	SCHARLAU	19	0
227	Av. Atalibio T. de Rezende	CAMPINA	25	5
234	Av. Henrique Bier	CAMPINA	22	0
248	Av. Henrique Bier	CAMPINA	29	3
255	Av. Henrique Bier	ARROIO DA MANTEIGA	29	0
262	Av. Parobe	ARROIO DA MANTEIGA	32	0
269	Av. Imperatriz Leopoldina	SÃO JOSÉ	30	5
777	Rua Seis	SANTA MARTA	31	1

7- TRABALHO DE CAMPO

O trabalho de campo inicialmente foi dividido em três equipes com setores específicos de responsabilidade de cada equipe. Estas equipes ficaram assim constituídas:

- Equipe 1 – Responsável – Margareth; Componentes - Juliana, Lisiane, Roberta e Carolina (Setores: 171, 178, 150, 164, 157, 143, 136, 108, 115 e 269)
- Equipe 2 – Responsável – Fernanda; Componentes – Janaína, Marcela, Maria Flávia (Setores: 192, 199, 234, 227, 185, 206, 220, 248, 255, 213 e 262)
- Equipe 3 – Responsável – Luciana; Componentes – Anelise, Silvanita e Clara (Setores: 122, 94, 87, 80, 73, 59, 52, 45, 38, 66, 31 e 101).
- Equipe 4 – Ana Luisa e Karina (03, 06, 24, 17, 10, 13 e 20).

Os critérios de inclusão e exclusão das entrevistadas seguiram as orientações do Manual de Instruções da pesquisa.

8- PERDAS E RECUSAS

As perdas e recusas foram verificadas a partir das planilhas de setor. Nestas planilhas estavam registrados todos os domicílios dos setores, com os pulos, o número de mulheres na faixa etária por domicílio e uma coluna para observações, onde ficavam registrados os motivos das perdas e recusas, conforme as orientações do Manual de Instruções. A partir dessas observações calculou-se por setor o percentual de perdas e recusas.

O número total de mulheres entrevistadas foi de 1026 e o número de perdas e recusas, 58. O percentual de perdas e recusas ficou em 5,65.

9- MUTIRÕES

A seleção dos setores para realização dos mutirões, seguiu critérios de maior distância do centro do município, periculosidade, dificuldade no mapeamento e dificuldade em encontrar as mulheres no domicílio durante a semana.

Os mutirões ocorreram nos finais de semana, com toda a equipe de entrevistadores sob uma única coordenação, que ficava responsável pela planilha do setor e orientava os entrevistadores dos domicílios a serem visitados.

O sistema de Mutirão iniciou pelo Setor 213 no dia 29/03/03, não houve a possibilidade de conclusão no mesmo dia pois muitas mulheres não estavam em casa no sábado. Parte do grupo retornou a este setor no dia 05/04/03.

No dia 03/05/03 foi realizado mutirão no setor 777 – Santa Marta, em 17/05/03 no setor 136, em 31/05/03 no setor 262, em 14/06/03 nos setores 143 e 269, no dia 28/06/03 nos setores 150 e 122, no dia 19/07/03 no setor 164, em 20/07/03 nos setores 38, 52 e 213. Em 16/08/03 foi iniciado um sistema de mutirão, com um grupo de entrevistadores que fazia apenas a entrevista, e alguns dos entrevistadores treinados entravam no domicílio para fazer as medidas. Com este sistema os grupos foram divididos e diversos setores foram trabalhados ao mesmo tempo. Com esta sistemática ocorreram mutirões também, nos dias 25/08, 31/08, 06/09, 07/09, 20/09, 21/09, 04/10/03.

Em 13/09/03, foi realizado mutirão no setor 185 e este foi o único a ser concluído no mesmo dia. Nesta data também foram entrevistadas mulheres no setor 80.

10- REVISÃO DE CODIFICAÇÃO

A revisão da codificação foi realizada por um coordenador da pesquisa e dois alunos do mestrado de ciências da saúde previamente treinados. Assim desde do início do estudo os questionários foram revisados.

Realizaram-se reuniões com os supervisores de campo com o objetivo de discutir os erros de codificação e assim corrigir a codificação dos questionários.

Foram criadas codificações para respostas não previstas. Esta codificação ficou registrada para posterior análise e conferência.

11- DIGITAÇÃO/ BANCO DE DADOS

O questionário para a digitação foi criado no programa Epi 6, com as devidas limitações nas respostas (Check) para evitar erros de digitação.

A primeira entrada de digitação dos questionários iniciou no dia 27/10/03 por apenas uma digitadora, e no dia 1º/12/03 iniciou a segunda entrada de dados, com outra digitadora.

No dia 06/01/04, dois novos digitadores, previamente treinados, entraram no processo de digitação dos dois bancos de dados. No dia 13/01/04 foi concluída a digitação do primeiro banco e no dia 18/01/04, o segundo.

Também foram digitados três bancos de dados com informações complementares da pesquisa: exames bioquímicos, dobras cutâneas e controle de qualidade. Os dois primeiros com dupla entrada de dados. Estas digitações ocorreram durante o mês de janeiro de 2004.

Entre os dias 19 e 22/01/04 foi realizado a limpeza dos dados e a transferência do banco de dados do sistema EPI 6 para o SPSS. A limpeza dos dados consistiu no cruzamento das duas entradas de dados, verificando-se os dados com diferença, para a seguir, efetuar-se a correção.

12- CONTROLE DE QUALIDADE

Para o controle de qualidade elaborou-se um questionário simplificado (ANEXO II) com perguntas de pequena variação em relação ao tempo. Assim, de acordo com a entrega dos questionários foram sorteados 10% das pessoas incluídas no estudo por setor. As entrevistas foram realizadas por telefone, exceto aquelas selecionadas sem telefone informado, neste caso a entrevista foi feita pessoalmente.

Segue o exemplo de seleção dos domicílios:

Se em um setor temos 37 entrevistadas, 10% de 37 é 3,7 entrevistadas por setor, ou seja, será feito o controle com 4 mulheres por setor.

$$\frac{37 \text{ domicílios}}{4 \text{ mulheres}} = 9,3, \text{ ou seja, o pulo é de nove.}$$

As mulheres selecionadas para o controle sem telefone informado, foram selecionadas mais 3 mulheres caso a sorteada não fosse encontrada no domicílio.

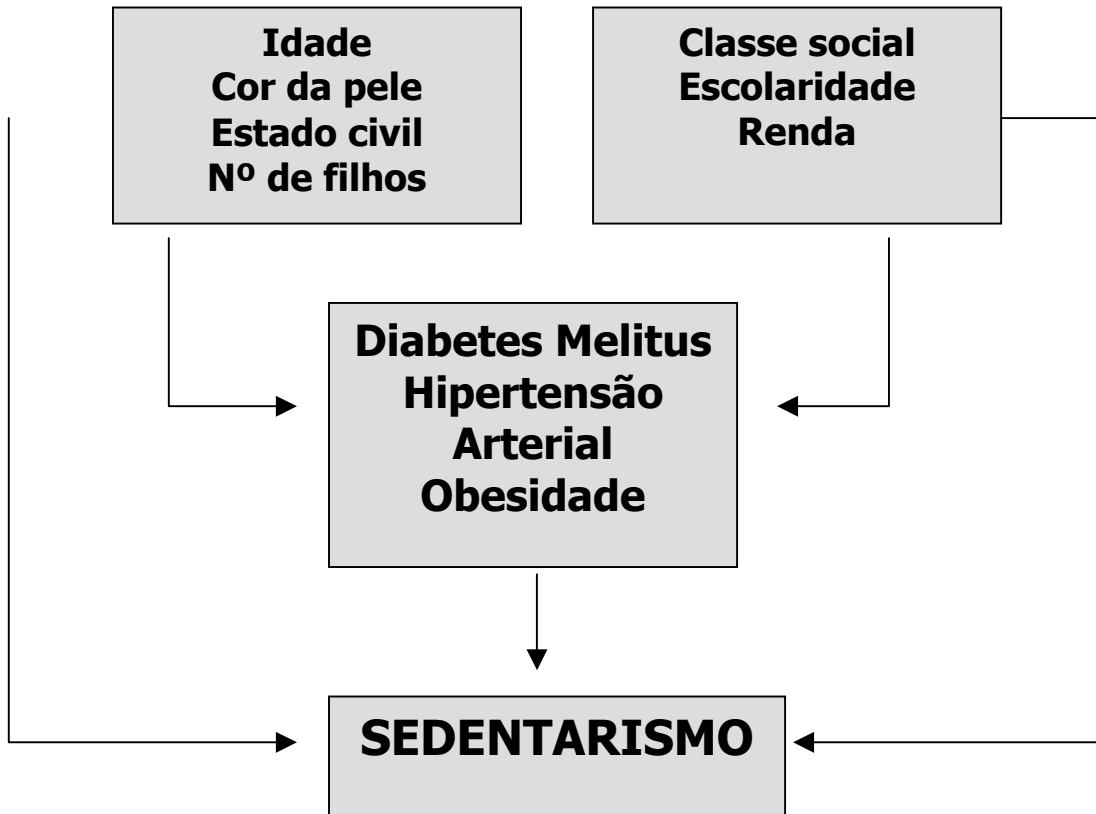
O Controle de qualidade foi realizado nos meses finais do trabalho de campo, por dois alunos do mestrado em Ciências da Saúde especialmente treinados para a tarefa.

A distribuição das 106 entrevistas realizadas com os controles está descrita na tabela abaixo.

13- ENCERRAMENTO

As entrevistas foram concluídas no dia 08 de novembro de 2003, totalizando 1026 questionários.

Anexo A – QUESTIONÁRIO SAÚDE DA MULHER



UNIVERSIDADE DO VALE DO RIO DOS SINOS

CONDIÇÕES DE SAÚDE DAS MULHERES NA REGIÃO DO VALE DO RIO DOS SINOS - RS													
Setor ___ ___ Família __ Pessoa _ Qual o seu nome? _____ Qual o seu endereço? _____ _____ Ponto de referência _____ Telefone: _____ Telefone para contato _____ OBSERVAR: Cor da pele: (0) Branca (1) Parda (2) Negra (3) Mista	Setor ___ ___ Quest ___ ___ Cor ___												
<Vou fazer algumas perguntas sobre você (sra)>													
1- Quantos anos completos você (sra) tem? ___ anos 2- Você (sra.) frequenta ou já frequentou a escola? (1) Sim, frequente (2) Sim, já frequentei (0) Não, nunca frequentei → pule para questão 4 (9) IG 3- Quantas séries completas você (sra) estudou? ___ série do ___ grau (88) NSA → Se curso superior: (20) incompleto (30) completo (40) mestrado completo (50) doutorado completo 4- Qual o seu estado civil? (0) Casada (1) Em união (2) Viúva (3) Separada/divorciada (4) Solteira 5- Qual a nacionalidade dos seus familiares: Pai _____ ♂ Mãe _____ ♀ Avós Paternos _____ ♂ _____ ♀ Avós Maternos _____ ♂ _____ ♀	Anos ___ ___ Frescol ___ Série ___ ___ Comp ___ ___ Estcivil ___ Nacp ___ ___ Nacm ___ ___ Navop1 ___ ___ Navop2 ___ ___ Navom1 ___ ___ Navom2 ___ ___												
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Brasileiro- 01</td> <td>Português- 05</td> <td>Outro- 09</td> </tr> <tr> <td>Alemão- 02</td> <td>Espanhol- 06</td> <td>NSA- 88</td> </tr> <tr> <td>Italiano- 03</td> <td>Chinês- 07</td> <td>IG- 99</td> </tr> <tr> <td>Polonês- 04</td> <td>Japonês- 08</td> <td></td> </tr> </table> 6- Você (sra) está trabalhando no momento? (1) Trabalhando (2) Desempregada (3) Aposentada (4) Pensionista (5) Encostada (6) Estudante () Outra situação: _____	Brasileiro- 01	Português- 05	Outro- 09	Alemão- 02	Espanhol- 06	NSA- 88	Italiano- 03	Chinês- 07	IG- 99	Polonês- 04	Japonês- 08		Empr ___
Brasileiro- 01	Português- 05	Outro- 09											
Alemão- 02	Espanhol- 06	NSA- 88											
Italiano- 03	Chinês- 07	IG- 99											
Polonês- 04	Japonês- 08												

7- Qual o tipo de firma que você (sra) trabalha (ou trabalhava)? Ramo de atividade (especificar) _____	Firma ___ __
8- Que tipo de trabalho/profissão você (sra) faz (ou fez por último)?	Chefe ___ __
<Agora vamos conversar sobre sua saúde>	
9- Neste momento você (sra.) está grávida? (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG	Grav ___
10- Você (sra.) já ficou grávida alguma vez? (1) Sim (0) Não → pule para questão 22	Gravez ___
11- Quantas vezes ficou grávida? ___ __ vezes (88) NSA	Quagrav ___ __
12- Quantos filhos nasceram vivos? ___ __ filhos vivos (88) NSA	Filviv ___ __
13- Você (sra.) ganhou nenê nos últimos 12 meses, ou desde <MÊS> de 2002? (1) Sim (0) Não → pule para questão 22 (8) NSA	Gravano ___
14- Você (sra.) fez pré-natal durante essa última gestação? (1) Sim (0) Não → pule para questão 18 (8) NSA	Pn ___
15- Quantas consultas de pré-natal você (sra.) fez durante essa gestação? ___ __ consultas (88) NSA	Pnvezes ___ __
16- Onde você (sra.) fez as consultas de pré-natal? (01) Posto de saúde, unidade básica, centro de saúde (02) Unidade de planejamento familiar (03) Médico particular (04) SESC (05) Ambulatório de sindicato (06) Seguro saúde, ambulatório de empresa ou convênio (07) Em Novo Hamburgo (08) Em Porto Alegre () outro _____ (88) NSA	Pnlocal ___ __
17- Em que mês de gestação você (sra.) começou a consultar no pré-natal? ___ mês (8) NSA	Pnmes ___
18- O parto foi feito em hospital? (1) Sim (0) Não (8) NSA →Se sim, qual tipo de parto? (1) Normal (2) Cesárea (8) NSA	Parto ___ Partipo ___
19- Quem fez o parto? _____ (8) NSA	Partfez ___
20- Tinha pediatra para atender a criança no momento do parto?	

(1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG	Partped __
21- O nenê nasceu vivo? (1) Sim (0) Não (8) NSA Qual foi o peso ___ ___ ___ g (8888) NSA (9999) IG	Nenevi __ Nenepe _ _ _ _
<Agora vamos conversar sobre sua saúde reprodutiva>	
22- Você (sra.) tem relações sexuais? (1) Sim (0) Não → pule para questão 25 (8) NSA	Relsex __
23- Qual o método anticoncepcional que você (sra.) usa? (01) anticoncepcional oral (02) DIU (03) Coito interrompido (04) Camisinha, preservativo, condom → pule para questão 25 (05) Ligadura tubária (06) Tabela (07) Histerectomia (08) Diafragma (09) Gel espermaticida (10) Menopausa (11) Não pode ter filhos (12) Não usa nenhum método () Outro _____ (88) NSA	Metaco _ _ _
24- Você (sra.) usa preservativo/camisinha nas relações sexuais? (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG	Preserv __
<Agora vamos falar sobre consumo de cigarro>	
25- Você (sra.) já fumou ou ainda fuma? (0) Nunca fumou → pule para questão 29 (1) Sim, ex-fumante → pule para questão 27 (2) Sim, fuma	Fumo __
26- Quantos cigarros você (sra.) fuma por dia/semana? ___ cigarros por _____ (dia/semana) (888)NSA	Qfumo _ _ _
27- Com que idade começou a fumar? __ anos	Tfumo _ _ _
28- Há quanto tempo parou de fumar? __ anos __ meses (88) NSA	Parou _ _ _
<Agora vamos conversar sobre a sua pressão>	
29- Seu pai ou sua mãe tem ou tiveram pressão alta? (0) Não (9)IG → Se sim, quem: (1) Mãe (2) Pai (3) Ambos	Histhipert __
30- Você (sra.) tem pressão alta? (0) Não → meça a pressão, anote e pule para a questão 41	Temhas _

<p>(1) Sim (9) Não sabe →meça a pressão, anote e pule para a questão 41</p>	
<p>31- Há quanto tempo, você (sra.) sabe que tem pressão alta? ____ anos (00 = há menos de um ano) (88) NSA (99) IG</p> <p>32- Desde <mês> do ano passado, quantas vezes consultou para tratar a pressão alta? ____ vezes (88) NSA →Se 00, meça a pressão, anote e pule para a questão 41</p> <p>33- Desde o ano passado, você (sra.) consultou sempre com o mesmo médico para tratar a sua pressão alta? (0) Não (1) Sim (8) NSA</p> <p>34- Onde você (sra.) consultou, a última vez, para tratar a pressão alta? (01) Posto de saúde, unidade básica, centro de saúde (02) Unidade de planejamento familiar (03) Médico particular (04) SESC/sindicato (05) Ambulatório de sindicato (06) Seguro saúde, ambulatório de empresa ou convênio (07) Em Novo Hamburgo (08) Em Porto Alegre () outro (88) NSA</p>	<p>Tempphas ____</p> <p>Frehas ____</p> <p>Mesmed ____</p> <p>Conhas ____</p>
<p><Agora, vamos falar sobre alguns exames></p>	
<p>35- Nos últimos dois anos, você (sra.) fez exame de sangue para: Verificar o açúcar no sangue: (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG Verificar o funcionamento dos rins: (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG Verificar o colesterol: (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG</p> <p>36- Nos últimos dois anos, você (sra.) fez eletrocardiograma? (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG</p> <p>37- Nos últimos dois anos, você (sra.) fez exame de urina? (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) IG</p>	<p>Veracuc ____</p> <p>Verrins ____</p> <p>Vercolest ____</p> <p>Eletro ____</p> <p>Exurin ____</p>

38- Por causa de sua pressão alta, algum profissional de saúde lhe recomendou:						
	Recomendou?		Você (sra) seguiu ou segue o tratamento?			
	Sim (1)	Não (0)	Sim (1)	Não (0)	NSA (8)	
Diminuir o sal da comida						Nmsal ____
Dieta para emagrecer						Nmemg ____
Comer alimentos com menos gordura						Nmgor ____
Cessar consumo bebidas alcoólicas						Nmbalc ____
Parar de fumar						Nmfum ____
Praticar exercícios						Nmexer ____
Outra _____						Nmout ____
39- Você (sra.) toma algum remédio para tratar a pressão alta? (0) Não → meça a pressão, anote e pule para a questão 41 (1) Sim (8) NSA						Tomremp __
40- Quais os medicamentos que você (sra.) usa para a pressão e quantas vezes por dia? (888) NSA (8) NSA						Qual1 ____
Medicamento 1 _____ Freqüência- _____						F1 ____
Medicamento 2 _____ Freqüência- _____						Qual2 ____
Medicamento 3 _____ Freqüência- _____						F2 ____
Medicamento 4 _____ Freqüência- _____						Qual3 ____
						F3 ____
						Qual4 ____
						F4 ____
☞ ANOTE 1ª MEDIDA DA PRESSÃO ARTERIAL						
TA sistólica1 ____						TAS1 ____
TA diastólica1 ____						TAD1 ____
41- Você (sra) tem gordura no sangue (colesterol alto ou triglicerídios)? Colesterol (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) Não sabe Triglicerídios (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) Não sabe LDL (1) Sim (0) Não (8) NSA (9) Não sabe → Se sim, lembra de quanto? (0) Não (1) Sim (8) NSA Colesterol ___ Triglicerídios ___ LDL ___						Colest __
						Trig __
						LDL __
						Lemb __
42- Algum médico lhe disse que você (sra.) tem açúcar no sangue ou diabete? (0) Não (1) Sim (9) IG						DM __
43- Seu pai ou sua mãe têm ou tiveram açúcar no sangue ou diabetes? (0) Não → Se sim, quem: (1) Mãe (2) Pai (3) Ambos (9) IG						Histdm __
<Agora vamos conversar sobre a utilização do serviço de saúde>						
44- Sem contar as consultas de pré-natal e pressão alta, quantas vezes você (sra.) consultou com o médico desde o <mês> do ano passado?						Frecon ____

<p>Quantas vezes? ___ (88) NSA (00) Não → pule para questão 47</p> <p>45- E no mês passado, quantas vezes você (sra.) consultou com médico? ___ (88) NSA (00) Nenhuma vez → pule para questão 47</p> <p>46- Onde você (sra.) consultou a última vez, sem contar as consultas de pré-natal e pressão alta? (01) Posto de saúde (02) Unidade de planejamento familiar (03) Médico particular (04) SESC/sindicato (05) Ambulatório de sindicato (06) Seguro saúde, ambulatório de empresa ou convênio (07) Liga (08) Em Novo Hamburgo (09) Em Porto Alegre () outro _____ (88) NSA</p>	<p>Vecon ___</p> <p>Local ___</p>
<p>47- Há quanto tempo você (sra.) fez o último exame preventivo de câncer (CP, pré-câncer, Papanicolaou, preventivo de câncer do colo do útero)? ___ anos (00) Neste ano (97) Nunca fez → pule para questão 50 (99) Não lembra → pule para questão 50</p> <p>48- Em que serviço de saúde você (sra.) fez o exame preventivo de câncer esta última vez? (01) Posto de saúde (02) Unidade de planejamento familiar (03) Médico particular (04) SESC (05) Ambulatório de sindicato (06) Seguro saúde, ambulatório de empresa ou convênio (07) Liga (08) Em Novo Hamburgo (09) Em Porto Alegre () outro _____ (88) NSA</p> <p>49- E o penúltimo preventivo de câncer (CP, preventivo Papanicolaou, pré-câncer de colo de útero) quando você (sra.) fez? ___ anos (00) Neste ano (88) NSA (99) Não lembra</p> <p>50- Alguém na sua família mãe, tia, irmã ou você já teve câncer de mama ou câncer de colo de útero? (0) Não (1) Sim (9) IG → Se sim, quem _____</p>	<p>Cp ___</p> <p>Sercp ___</p> <p>Pecp ___</p> <p>Famca ___</p> <p>Caquem ___</p> <p>Catipo ___</p>

<p>Qual câncer? (1) mama (2) cólon útero () Outro _____ (9) IG</p> <p>51- Desde <mês> do ano passado, algum médico examinou as suas mamas? (0) Não (1) Sim (9) Não lembra</p> <p>52- No último ano, desde <mês> do ano passado, você (sra.) consultou com ginecologista? (0) Não (1) Sim (8) NSA</p> <p>53- Você (sra) lembra da idade da sua menarca (idade da 1ª menstruação)? Qual foi? ___ anos (99) IGN</p> <p>☞ AS PERGUNTAS Nº54 E 55 SÓ DEVEM SER APLICADAS PARA AS MULHERES ACIMA DE 45 ANOS, SE MENORES DE 45 ANOS PULE PARA A PERGUNTA Nº56</p>	<p>Exmama __</p> <p>Gineco __</p> <p>Menarc __ __</p>
<p>54- Você (sra.) já fez ou esta fazendo reposição hormonal? (0) Não (1) Sim (8) NSA</p> <p>55- Você (sra.) apresentou fraturas (quebrou algum osso) sem ter sido por acidente de trânsito? (0) Não (1) Sim</p> <p>→Se sim: qual parte do corpo? (1) Mão (2) Punho (3) Fêmur (4) Costelas (5) Pés (4) Outra parte (8) NSA (9) IGN</p> <p>56- Você (sra.) se sente frequentemente cansada, fadigada ou esgotada? (0) Não →pule para questão 60 (1) Sim</p> <p>57- Há quanto tempo sente-se assim? (1) Menos de 01 mês; ___ dias (2) De 01 há 06 meses; ___ meses (3) 06 meses ou mais; ___ anos, e ___ meses (4) A vida inteira (8) NSA</p> <p>58- Você (sra.) se sente assim: (1) Todos os dias (2) Quase todos os dias (3) De vez em quando (8) NSA</p>	<p>Repo __</p> <p>Fratura __</p> <p>Parcorp __</p> <p>Fadig __</p> <p>Tempfadg __</p> <p>Sentfadig __</p>

<p>59- Por causa do seu problema de cansaço, como ficaram suas atividades diárias ex.: trabalho, estudo, trabalho em casa, lazer? (1) Ficaram iguais (2) Diminuíram um pouco (3) Diminuíram muito (4) Não conseguem realizá-las (8) NSA</p>		Atfadig __																																			
<p>60- Alguma outra pessoa que mora com você (sra.) sente-se cansado, fadigado ou esgotado? (1) Sim (2) Não Se sim, quem? _____ → faça as perguntas da folha em anexo</p>		Outpess __																																			
<Agora vamos conversar sobre o consumo de bebidas alcoólicas>																																					
<p>61- No último ano você (sra.) tomou alguma bebida que contenha álcool? (0) Não → pule para questão 64 (1) Sim</p>		Anobebe __																																			
<p>62 – Há quanto tempo você (sra) bebeu pela última vez? ___ dias (88) NSA (00) menos de 1 dia</p>		Tempbe ___																																			
<p>63- Vou lhe dizer o nome de algumas bebidas e gostaria que você (sra) me diga se costuma beber:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>Tipo de Bebida</th> <th>Dose</th> <th>Dias/semana</th> <th>Dias/mês</th> <th>Dias/ano</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Cerveja</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Cachaça/caipirinha</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Vinho</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Whisky</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Vodka</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Outro _____</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>Cerveja: 1 copo (de chope - 350ml), 1 lata – 1 dose; 1 garrafa – 2 doses Vinho: 1 cálice (125ml) – 1 dose; 1 copo comum grande (250ml) – 2 doses; 1 garrafa – 8 doses Cachaça, vodca, uísque ou conhaque: 1 “martelinho” (60ml) – 2 doses; 1 “martelinho” (100ml) – 3 doses; 1 garrafa – 20 doses Rum, Licor, etc: 1 “dose” – 1 dose</p> </div>		Tipo de Bebida	Dose	Dias/semana	Dias/mês	Dias/ano	Cerveja					Cachaça/caipirinha					Vinho					Whisky					Vodka					Outro _____					Cerdo __ Cermes __ __ Cerano __ __ Cachdo __ Cachmes __ __ Cachano __ __ Vinhdo __ Vinhmes __ __ Vinhano __ __ Whido __ Whimes __ __ Whiano __ __ Vodkdo __ Vodkmes __ __ Vodkano __ __ Outrdo __ Outrmes __ __ Outrano __
Tipo de Bebida	Dose	Dias/semana	Dias/mês	Dias/ano																																	
Cerveja																																					
Cachaça/caipirinha																																					
Vinho																																					
Whisky																																					
Vodka																																					
Outro _____																																					
<Agora vamos conversar sobre seus hábitos alimentares>																																					
<p>64- Quais as refeições que você (sra.) faz durante o dia? (ler as opções)</p>																																					
Café da manhã	(0) Não (1) Sim	Café __																																			
Lanche no meio da manhã	(0) Não (1) Sim	Lanchem __																																			
Almoço/lanche	(0) Não (1) Sim	Almoço __																																			
Lanche no meio da tarde	(0) Não (1) Sim	Lanchet __																																			
Jantar(lanche)	(0) Não (1) Sim	Jantar __																																			
Lanche antes de dormir	(0) Não (1) Sim	Lanched __																																			
Lanche no meio da noite	(0) Não (1) Sim																																				

<p>65- Além dessas refeições você (sra.) costuma comer nos intervalos? (0) Não (1) Sim (9) IG</p> <p>66- Na última semana você (sra.) fez refeições fora de casa? (0) Não → pule para questão 68 (1) Sim</p> <p>67- Quais refeições e quantas vezes você (sra.) comeu fora de casa desde <dia> da semana passada?</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Refeições</th> <th colspan="7">Dias da semana</th> </tr> <tr> <th>2º</th> <th>3º</th> <th>4º</th> <th>5º</th> <th>6º</th> <th>Sab.</th> <th>Dom.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Almoço</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> </tr> <tr> <td>Jantar</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> </tr> <tr> <td>Lanches/ café da manhã</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> <td>L _</td> </tr> </tbody> </table> <p>Refeitório de empresa- 1 Restaurante -2 Lancherias ou bares- 3 Marmitta- 4 Vianda- 5 Outro- 6 _____ NSA- 8</p>										Refeições	Dias da semana							2º	3º	4º	5º	6º	Sab.	Dom.	Almoço	L _	L _	L _	L _	L _	L _	L _	Jantar	L _	L _	L _	L _	L _	L _	L _	Lanches/ café da manhã	L _	L _	L _	L _	L _	L _	L _	<p>Lanchen __ Totref __</p> <p>Interv __</p> <p>Reffora __</p> <p>Lqa1 __ __ Lqa2 __ __ Lqj1 __ __ Lqj2 __ __ Lq11 __ __ Lq12 __ __</p> <p>Totfora __ __</p>																											
Refeições	Dias da semana																																																																											
	2º	3º	4º	5º	6º	Sab.	Dom.																																																																					
Almoço	L _	L _	L _	L _	L _	L _	L _																																																																					
Jantar	L _	L _	L _	L _	L _	L _	L _																																																																					
Lanches/ café da manhã	L _	L _	L _	L _	L _	L _	L _																																																																					
<p>68- Quais os tipos de gordura que costuma usar na sua casa?</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>NSA</th> <th>Não usa</th> <th>Óleo soja, canola girassol</th> <th>Outro óleo milho</th> <th>Banha/graxa</th> <th>manteiga</th> <th>margarina</th> <th>Azeite de oliva</th> <th>outro</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Salada crua</td> <td>(8)</td> <td>(0)</td> <td>(1)</td> <td>(2)</td> <td>(3)</td> <td>(4)</td> <td>(5)</td> <td>(6)</td> <td>(7)</td> <td>Salada __</td> </tr> <tr> <td>Cozinhar</td> <td>(8)</td> <td>(0)</td> <td>(1)</td> <td>(2)</td> <td>(3)</td> <td>(4)</td> <td>(5)</td> <td>(6)</td> <td>(7)</td> <td>Cozinha __</td> </tr> <tr> <td>Coz. Feijão</td> <td>(8)</td> <td>(0)</td> <td>(1)</td> <td>(2)</td> <td>(3)</td> <td>(4)</td> <td>(5)</td> <td>(6)</td> <td>(7)</td> <td>Fazfei __</td> </tr> <tr> <td>Fazer pão/bolo</td> <td>(8)</td> <td>(0)</td> <td>(1)</td> <td>(2)</td> <td>(3)</td> <td>(4)</td> <td>(5)</td> <td>(6)</td> <td>(7)</td> <td>Fazpao __</td> </tr> <tr> <td>Frituras</td> <td>(8)</td> <td>(0)</td> <td>(1)</td> <td>(2)</td> <td>(3)</td> <td>(4)</td> <td>(5)</td> <td>(6)</td> <td>(7)</td> <td>Fritar __</td> </tr> </tbody> </table>											NSA	Não usa	Óleo soja, canola girassol	Outro óleo milho	Banha/graxa	manteiga	margarina	Azeite de oliva	outro		Salada crua	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Salada __	Cozinhar	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Cozinha __	Coz. Feijão	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Fazfei __	Fazer pão/bolo	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Fazpao __	Frituras	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Fritar __	
	NSA	Não usa	Óleo soja, canola girassol	Outro óleo milho	Banha/graxa	manteiga	margarina	Azeite de oliva	outro																																																																			
Salada crua	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Salada __																																																																		
Cozinhar	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Cozinha __																																																																		
Coz. Feijão	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Fazfei __																																																																		
Fazer pão/bolo	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Fazpao __																																																																		
Frituras	(8)	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	Fritar __																																																																		
<p>69- Você (sra.) utiliza mais de uma vez o mesmo óleo? (0) Não (1) Sim (2) Só para fritar → Se sim: Até quantas vezes usa o mesmo óleo? __ __</p> <p>70- Você (sra.) costuma comer a gordura que se pode enxergar na carne? (0) Não (1) Sim (8) Não come carne</p> <p>71- Você (sra.) costuma comer a pele da galinha? (0) Não (1) Sim (8) Não come galinha</p> <p>72- Você (sra.) costuma colocar sal na comida depois de pronta? (0) Não (1) Sim (8) Não usa sal</p>										<p>Rfritar __</p> <p>Qrfritar __ __</p> <p>Gordcar __</p> <p>Pelgali __</p> <p>Sal __</p>																																																																		

<p>73- Como você (sra.) adoça os seguintes alimentos: Sucos__ Cafés__ Chá__ Leite__ Iogurte__</p>	<p>Adsuco __ Adcaf __ Adcha __ Adleite __ Adiog __</p>																																
<table border="1"> <tr> <td>Açúcar- 1</td> <td>Mel- 4</td> </tr> <tr> <td>Adoçante- 2</td> <td>Não adoça- 5</td> </tr> <tr> <td>Açúcar mascavo- 3</td> <td>Não consome este alimento- 8</td> </tr> </table>	Açúcar- 1	Mel- 4	Adoçante- 2	Não adoça- 5	Açúcar mascavo- 3	Não consome este alimento- 8																											
Açúcar- 1	Mel- 4																																
Adoçante- 2	Não adoça- 5																																
Açúcar mascavo- 3	Não consome este alimento- 8																																
<p>74- Você (sra) usa alimentos diet ou light? (0) não → pule para questão 76 (8) NSA (9) IGN (1) sim</p>	<p>Diet __</p>																																
<p>75- Quais os alimentos diet ou light ou dietéticos listados abaixo você comeu no último mês:</p> <table> <tr> <td>Adoçante</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> <tr> <td>Margarina light</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> <tr> <td>Maionese light</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> <tr> <td>Pão light ou diet</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> <tr> <td>Refrigerante light ou diet</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> <tr> <td>Iogurte light ou diet</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> <tr> <td>Leite desnatado ou semi</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> <tr> <td>Doce dietético</td> <td>(0) Não Usou</td> <td>(1) Sim</td> <td>(8) NSA</td> </tr> </table> <p>Outros alimentos diet ou light: Quais? _____</p>	Adoçante	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	Margarina light	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	Maionese light	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	Pão light ou diet	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	Refrigerante light ou diet	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	Iogurte light ou diet	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	Leite desnatado ou semi	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	Doce dietético	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA	<p>Dadoc __ Dmarg __ Dmaio __ Dpao __ Drefri __ Diog __ Dlei __ Ddoc __ Dout __ __</p>
Adoçante	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
Margarina light	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
Maionese light	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
Pão light ou diet	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
Refrigerante light ou diet	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
Iogurte light ou diet	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
Leite desnatado ou semi	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
Doce dietético	(0) Não Usou	(1) Sim	(8) NSA																														
<p>76- Você (sra.) acha que come suas refeições muito rápido, normal ou devagar? (1) Devagar (2) Normal (3) Rápido (9) IGN</p>	<p>Temref __</p>																																
<p>77- Você tem o hábito de descansar (tirar uma sesta) após o almoço? (0) Não (1) Sim (2) Apenas no fim de semana (9) IGN</p>	<p>Sesta __</p>																																
<p>78- Você (sra.) tem hábito de tomar líquidos durante as refeições? (0) Não → pule para a questão 79 → Se sim, qual? (1) Água (2) Suco de fruta natural (3) Suco industrializado (4) Refresco em pó (5) Refrigerante (6) Cerveja (7) Bebidas destiladas (8) NSA (9) IG () Outro</p>	<p>Liqref __</p>																																
<p><Agora vamos conversar sobre os alimentos que você (sra) comeu no último mês></p>																																	
<p>79- Vou citar uma lista de alimentos e você (sra) pode dizer quantas vezes come esses alimentos por semana ou por mês.</p>																																	

Alimento	Não (0)	Só na época (6)	Por mês		Por semana			
			1x (1)	2-3 (2)	1x (3)	2-3 (4)	4x ou mais (5)	
Soja								Soja__
Banha								Banha__
Creme de leite								Creml__
Maionese caseira								Maiocas__
Maionese industrializada								Maioid__
Manteiga								Mant__
Margarina								Marg__
Nata								Nata__
Fritura								Frit__
Balas, sobremesas e doces								Sobr__
Sorvete								Sorv__
Chocolate								Choco__
Biscoito doce								Bisdoc__
Biscoito salgado								Bissal__
Cuca/bolo								Cuca__
Amêndoa, avelã, nozes, castanha								Avelã__
Mc Donalds								Mc__
Pipoca								Pipoca__
Mel								Mel__
Açúcar								Acuc__
Açúcar mascavo								Acumasc__
Suco natural								Sucnat__
Suco industrializado								Sucind__
Vinho tinto								Vintin__
Cerverja/chope								Chop__
<p>80- Você (sra.) esta fazendo algum tipo de dieta?</p> <p>(0) Não (1) Sim →Se sim: Quanto tempo: ____ mês/anos (88) NSA (99) IG Qual tipo de dieta: _____</p> <p>81- Você (sra) toma chimarrão?</p> <p>(0) Não (1) Sim →Se sim: Quantas vezes? Por semana __ ou Por mês __</p> <p>82- Você (sra) toma café preto? (0) Não (1) Sim →Se sim:</p>								Dieta __ Temp __ __ Tipo __ Chima __ Chisem __ __ Chimes __ __ Café __ Cafsem __ __ Cafmes __ __

<p>Quantas vezes?</p> <p>Por semana __ ou Por mês __</p> <p>83- Você (sra) consome produtos de embalagens de papelão (caixa)? (0) Não () Sim →Se sim: (2) algumas vezes (3) Todos os dias</p>	Caixa __
--	----------

<Agora vamos conversar sobre suas atividades físicas . Gostaria de saber quantas vezes você faz atividades fortes, médias ou leves. Vou explicar cada um dos tipos>

Atividades **FORTES** são aquelas que fazem você suar **bastante** ou aumentam **muito** sua respiração ou batimentos do coração.
 Atividades **MÉDIAS** são aquelas que fazem você suar um pouco e também aumentam um pouco a sua respiração ou batimentos do coração (sem ficar ofegante, nem cansado).

Atividades **LEVES** são aquelas que você faz normalmente e que não alteram a sua respiração nem seus batimentos do coração.

84- Gostaria de saber quais atividades fortes, médias ou leves que você faz no mínimo 10 minutos: (8) NSA (9) IG

Atividade	Leve (1)	Média (2)	Forte (3)	Vezes por semana
Caminhada				
Pedalar				
Ginástica				
Vôlei, futebol- Coletivos				
Dançar				
Alongamento				
Corrida				
Natação				
Tênis ou outra atividade com raquete				
Subir escadas				

Caminh __
 Vcami __
 Pedalar __
 Vpedal __
 Ginast __
 Vginast __
 Coletiv __
 Vcoletiv __
 Danc __
 Vdanc __
 Along __
 Valong __
 Corre __
 Vcorr __
 Natac __
 Vnatac __
 Tenis __
 Vteni __
 Escada __
 Vesca __
 Atrab __
 Vatrab __
 Domest __
 Vdomest __
 Jardim __
 Vjardi __
 Outat __
 Voutat __
 Sentatr __
 Sentaca __
 —


Atividades decorrentes do seu trabalho						
Serviços domésticos						
Jardinagem ou serviço no quintal						
Outro _____						

85- Na sua vida diária, devido ao seu trabalho ou seus hábitos em casa, durante quanto tempo aproximadamente você costuma ficar sentado (a) ? Transforme em números:

No trabalho _____ h Em casa _____ h


<Vou fazer algumas perguntas sobre o último mês. Gostaria que você (sra.) respondesse somente Sim ou Não às perguntas>

86- Você (sra.) tem dores de cabeça freqüentes? (0) Não (1) Sim	Srqcab __
87- Você (sra.) tem falta de apetite? (0) Não (1) Sim	Srqapet __
88- Você (sra.) dorme mal? (0) Não (1) Sim	Srqdorm __
89- Você (sra.) se assusta com facilidade? (0) Não (1) Sim	Srqassut __
90- Você (sra.) tem tremores nas mãos? (0) Não (1) Sim	Srqtrem __
91- Você (sra.) sente-se nervosa, tensa ou preocupada? (0) Não (1) Sim	Srqnerv __
92- Você (sra.) tem má digestão? (0) Não (1) Sim	Srqdig __
93- Você (sra.) sente que suas idéias ficam embaralhadas de vez em quando? (0) Não (1) Sim	Srqide __ Srqtrit __
94- Você (sra.) tem se sentido triste ultimamente? (0) Não (1) Sim	Srqchor __
95- Você (sra.) tem chorado mais do que costume?	

<p>(0) Não (1) Sim</p> <p>96- Você (sra.) consegue sentir algum prazer nas suas atividades diárias? (0) Não (1) Sim</p> <p>97- Você (sra.) tem dificuldade de tomar decisões? (0) Não (1) Sim</p> <p>98- Você (sra.) acha que seu trabalho diário é penoso, lhe causa sofrimento? (0) Não (1) Sim</p> <p>99- Você (sra.) sente-se útil na sua vida? (0) Não (1) Sim</p> <p>100- Você (sra.) tem perdido o interesse pelas coisas? (0) Não (1) Sim</p> <p>101- Você (sra.) sente-se uma pessoa sem valor? (0) Não (1) Sim</p> <p>102- Você (sra.) alguma vez pensou em acabar com sua vida? (0) Não (1) Sim</p> <p>103- Você (sra.) sente-se cansada o tempo todo? (0) Não (1) Sim</p> <p>104- Você (sra.) sente alguma coisa desagradável no estômago? (0) Não (1) Sim</p> <p>105- Você (sra.) se cansa com facilidade? (0) Não (1) Sim</p> <p> SE A ENTREVISTADA NO TIVER COMPANHEIRO, SIGA PARA QUESTÃO Nº 109</p>	<p>Srqativ __</p> <p>Srqdec __</p> <p>Srqtrab __</p> <p>Srqutil __</p> <p>Srqinter __</p> <p>Srqvalor __</p> <p>Srqvida __</p> <p>Srqcansa __</p> <p>Srqestom __</p> <p>Srqfaci __</p>
<p><Agora vamos conversar sobre sua relação com o seu companheiro></p>	
<p>106- Seu companheiro (namorado, marido...) :</p> <p>Xinga ou insulta você (sra)? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA (9) IG</p> <p>Chama você (sra) de gorda ou coisa parecida? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA (9) IG</p> <p>Dificulta o seu trabalho? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA (9) IG</p> <p>Critica você (sra) como mãe? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA (9) IG</p>	<p>Xinga __</p> <p>Feia __</p> <p>Diftrab __</p> <p>Critmae __</p>

<p>Ameaça você (sra) ou seus filhos? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA (9) IG</p> <p>Insinua que você tem amantes? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA (9) IG</p> <p>107- Seu companheiro atual bate ou bateu em você (sra.)? (0) Não →pule para questão 109 (1) Sim (8) NSA (9) IG →Se Sim, com que frequência? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA</p> <p>108- Por causa disso você procurou ajuda (algum tipo de serviço)? (0) Não → Se Sim, identifique qual: (1) Familiar ou vizinho (2) Associação comunitária ou igreja (3) Serviço de saúde (4) Delegacia, brigada ou conselho tutelar (5) Outro (8) NSA (9) IG</p> <p>109- Seu (s) companheiro(s) anterior(es) batia(m) em você (sra.)? (0) Não →pule para questão 110 (1) Sim (8) NSA (9) IG →Se Sim, com que frequência? (0) Não (1) Um vez (2) Às vezes (3) Sempre (8) NSA</p>	<p>Ameaça __</p> <p>Amantes __</p> <p>Bateu __</p> <p>Fbateu __</p> <p>Ajuda __</p> <p>Batia __</p> <p>Fbatia __</p>
<p><Agora vamos falar sobre algumas medidas></p>	
<p>110- Qual o seu peso? __ __ __, __ Kg (9999) IG</p> <p>111- Qual a sua altura? __ __ __, __ cm (9999) IG</p> <p>112- Como você se sente com o seu peso atual? (0) considero magra (1) considero bom (2) considero gorda (9) IGN</p> <p>113- Seus pais são ou eram gordos? Não (0) →Se sim, quem: Mãe (1) Pai (2) Ambos (3)</p> <p>114- Gostaria que você (sra) se lembrasse do seu peso quando você tinha: 15 anos __ __, __ kg (999) não lembra (888) não se aplica 20 anos __ __, __ kg (999) não lembra (888) não se aplica 30 anos __ __, __ kg (999) não lembra (888) não se aplica 40 anos __ __, __ kg (999) não lembra (888) não se aplica 50 anos __ __, __ kg (999) não lembra (888) não se aplica</p>	<p>Qpeso __ __ __, __</p> <p>Qaltur __ __ __, __</p> <p>Cpeso __</p> <p>Histobeso __</p> <p>P15 __ __ __, __</p> <p>P20 __ __ __, __</p> <p>P30 __ __ __, __</p> <p>P40 __ __ __, __</p> <p>P50 __ __ __, __</p>
<p><Agora vamos fazer a coleta de algumas medidas></p>	

<p>☞ OBSERVE SE A ENTREVISTADA ESTIVER GRÁVIDA NÃO COLETE MEDIDAS DE PESO, ALTURA, CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E DOBRAS CUTÂNEAS.</p>												
<p>Peso 1 _____ Kg Altura 1 _____ cm Circunferência da cintura 1: _____ cm</p>	<table border="1"> <tr> <td>Alt. Temp. _____ Diferença _____</td> </tr> </table>	Alt. Temp. _____ Diferença _____	<p>Peso1 _____ Altura1 _____ Circin1 _____</p>									
Alt. Temp. _____ Diferença _____												
<p>TA sistólica2 _____ TA diastólica2 _____</p> <p>Anote as roupas da pessoa entrevistada: _____</p>		<p>TAS2 _____ TAD 2 _____</p>										
<p>115- Qual a data de nascimento ___/___/_____ 116- Você (sra) sabe seu peso ao nascer? _____g (9999)IG</p>		<p>Nas ___/___/___ Pnasc _____</p>										
<p>Peso 2 _____ Kg Altura 2 _____ cm Circunferência da cintura 2: _____ cm</p>	<table border="1"> <tr> <td>Alt. Temp. _____ Diferença _____</td> </tr> </table>	Alt. Temp. _____ Diferença _____	<p>Peso2 _____ Altura2 _____ Circin2 _____</p>									
Alt. Temp. _____ Diferença _____												
<p><PARA FINALIZAR, gostaria de lhe fazer 4 perguntas sobre a sua casa></p>												
<p>117- Quantas pessoas da família moram nesta casa, e qual sua idade?</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>IDADE</th> <th><19</th> <th>20-60</th> <th>61 e +</th> <th>TOTAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Nº DE PESSOAS</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		IDADE	<19	20-60	61 e +	TOTAL	Nº DE PESSOAS					<p>Ntotal _____</p>
IDADE	<19	20-60	61 e +	TOTAL								
Nº DE PESSOAS												
<p>118- Na sua casa você (sra) tem:</p> <p>☞ EM CASO AFIRMATIVO, perguntar: Está funcionando?</p> <p>Rádio (0) Não Sim, quantos? (1) (2) (3) (4) quatro ou + Geladeira (0) Não (2) Sim Freezer (0) Não (1) Sim Carro (0) Não Sim, quantos? (2)um (4)dois (5)três ou + Aspirador pó (0) Não (1) Sim Maq.lav roupa (0) Não (1) Sim Vídeo cassete (0) Não (2) Sim TV(cores) (0) Não Sim, quantas? (2)uma (3)duas (4)três (5)4 ou + Banheiro (0) Não Sim, quantos? (2)um (3)dois (4)três ou + Quarto (0) Não Sim, Quantos? (2)um (3)dois (4)três ou + Empreg./mês (0) Não Sim, quantos? (2)um (4)dois ou +</p>		<p>Radio _____ Gelad _____ Freez _____ Carro _____ Aspir _____ Malav _____ Video _____ Tvcor _____ Banhe _____ Quarto _____ Empre _____</p>										
<p>119- No mês passado, quanto ganharam as pessoas que moram nesta casa? (MR): pessoa de maior renda</p>		<p>R1 _____ R2 _____ R3 _____ R4 _____</p>										

Pessoa 1(MR):R\$ ____ . ____ , ____ por ____ ou ____ , __ SM Pessoa 2: R\$ ____ . ____ , ____ por ____ ou ____ , __ SM Pessoa 3: R\$ ____ . ____ , ____ por ____ ou ____ , __ SM Pessoa 4: R\$ ____ . ____ , ____ por ____ ou ____ , __ SM	— Or _____, __ —
120- A família tem outra fonte de renda, por exemplo, pensão, aluguel ou outros? R\$ ____ . ____ , ____ por mês	
<As perguntas abaixo refere-se ao chefe da família>	
121- Até que série o chefe da família estudou? __ série do __ grau	Escchef __ __
122- O chefe da família está trabalhando no momento? (1)Trabalhando (2)Desempregado (3)Aposentado (4)Pensionista (5)Encostado (6)Estudante () Outra situação: _____	Empchef __
 Assinale: A entrevistada é a chefe da família (1) SIM (2)NÃO	Muchef __
Entrevistador _____	Data ____ / ____ / ____

LABORATÓRIO (0) NÃO () SIM EXAME N° ____

Anexo B – PLANILHA DE SETOR

**Anexo C – MANUAL DE INSTRUÇÕES DA PESQUISA
CONDIÇÕES DE SAÚDE DA MULHER**

CONDIÇÕES DE SAÚDE DAS MULHERES NA REGIÃO DO VALE DO RIO DOS SINOS – RS

O manual de instruções serve para esclarecer as dúvidas. **DEVE ESTAR SEMPRE COM VOCÊ.** Erros no preenchimento do questionário poderão indicar que você não consultou o manual. **RELEIA O MANUAL PERIODICAMENTE.** Evite confiar excessivamente na própria memória.

LEVE COM VOCÊ SEMPRE

- crachá com a carteira de identidade;
- carta de apresentação;
- manual de instruções;
- questionários;
- planilha de setor;
- mapa do setor;
- cartões de avaliação e encaminhamento ao serviço de saúde;
- lápis, borracha e apontador;
- pasta e prancheta;
- fita para aferição da cintura;
- lápis/giz para marcar a cintura;
- estetoscópio e esfigmomanômetro;
- balança e estadiômetro
- folha dos alimentos

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO NO ESTUDO

Na amostra desta pesquisa serão incluídas todas as **mulheres** residentes na zona urbana de São Leopoldo, moradoras dos domicílios e setores sorteados com idade de **20 a 60 anos** (inclusive), isto é, maiores do que 19 anos e menores do que 61 anos. Caso, em algum setor selecionado haja uma mulher que apresente problema de locomoção (ou invalidez física) e esteja imobilizada em uma cama, deve-se anotar essa situação na planilha, e, se possível, entrevistá-la, mas não realizar as medidas antropométricas.

Mulheres que moram na casa sorteada, mas não se encontram em casa por um período, por exemplo, hospitalização, viagem, etc, esta situação deve ser anotada na planilha de setor, para que seja feita uma re-visita em outro dia. Se ao concluir o setor, a mulher ainda não voltou para casa, avisar ao supervisor na hora de entregar a planilha do setor.

CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO NO ESTUDO

As pessoas **excluídas** serão aquelas que **não residem no domicílio** sorteado. **POR EXEMPLO:** parentes ou amigos que estejam visitando a família, naquele momento ou temporariamente; e, empregada doméstica que não durma no emprego.

Mulheres com deficiência mental, não devem ser entrevistadas, mas anotar na planilha de setor essa situação caso ela esteja da faixa etária do estudo.

ETAPAS DO TRABALHO DE CAMPO

- O supervisor informará a casa pela qual serão iniciadas as entrevistas em cada setor. A direção para caminhar será: virada de frente (olhando) para casa andar sempre na direção esquerda. Inclui a primeira casa, pula-se duas e inclui-se a próxima casa. Esta será a seqüência até completar a planilha com 36 domicílios. Caso não sejam completados os 36 domicílios naquela quadra, o supervisor indicará também a seqüência das próximas quadras. Lembre-se que 36 domicílios não é a mesma coisa que 36 mulheres porque na mesma casa pode morar **mais do que uma mulher de 20 e 60 anos, e todas deverão ser entrevistadas**. Poderá haver domicílios em que não more nenhuma mulher da idade desejada na amostra.
- Queremos **36 DOMICÍLIOS por SETOR**.
- Terrenos baldios ou casa em construção, não conte no pulo.
- Não esqueça que nas vilas é comum haver casas de fundo. Neste caso, cada casa deve ser contada como um domicílio. Por exemplo: um terreno com 4 casas, a primeira foi sorteada, deve-se pular 2 casa ainda no terreno e selecionar a próxima. Caso não haja numeração tente seguir uma seqüência pela direção esquerda.
- Nos edifícios, cada apartamento é considerado como um domicílio, inclusive o apartamento do zelador, se ele morar no prédio.
- Num condomínio que você tem, por exemplo, 2 blocos: 641 e 641/A, siga a ordem dos números e letras.
- Dentro de cada bloco faça o mesmo pulo de 2 .
- Nunca entre em uma casa sem que apareça alguém para lhe receber. Tome cuidado com os cachorros, se necessário bata palmas ou peça auxílio aos vizinhos para chamar o morador da casa.
- Casa onde os vizinhos informam que não mora ninguém (=desabitada), devem ser excluídas e seleciona-se a casa seguinte (à esquerda) para completar o número desejado.
- Casas onde os moradores estejam ausentes no momento da entrevista, pergunta-se a dois vizinhos se existem pessoas naquela casa na idade prevista no estudo. Se afirmativo, retornar em outra hora para a entrevista. Não esqueça de anotar na planilha de setor a necessidade de retorno.
- Aquelas pessoas que não responderam ao questionário por outros motivos que seja recusa, por exemplo, uma pessoa impossibilitada de falar, doente no momento, entre outros, serão consideradas como perdas e isso, será anotado na planilha do domicílio. Para esses casos também não haverá substituições.
- Ao terminar a quadra não será incluído na amostra algum domicílio que por ventura venha ser vizinho do primeiro domicílio sorteado. Comece a próxima quadra.
- Os domicílios coletivos (prisões, hospitais, casa de repouso, etc) serão excluídos da amostra, mas são considerados para a contagem dos intervalos (pulos).
- Casas de comércio também são consideradas nos pulos, se os proprietários do comércio moram no mesmo local considere como um pulo o domicílio e o estabelecimento comercial.

ATENÇÃO

- Nas pensões consideram-se os donos da casa, mas não os inquilinos.
- As casas onde moram apenas estudantes são consideradas como famílias e o chefe aquele que receber maior renda.
- Casas com duas famílias morando dentro, anote no mesmo endereço, mas com número de família (planilha de setor) diferente.

PLANILHA DE SETOR

- Deverá ser preenchida durante o trabalho de pesquisa dentro do setor.
- As entrevistadoras receberão 3 a 4 planilhas para cada setor. Nesta planilha deverá constar o número do setor visitado, nome do entrevistador e o nome do supervisor.
- Nesta planilha devem constar todos os endereços compreendidos entre o ponto inicial a ser visitado no setor, até o último domicílio do setor a ser incluído na amostra.
- Na primeira coluna **Número da Amostra** deverão ser anotados os domicílios sorteados (selecionados na amostra) – numere em ordem crescente até **36**. Ao completar **36 domicílios** selecionados no setor; considere o setor concluído.
- Na coluna **endereço**, coloque o endereço de todas as casas desde o ponto inicial inclusive as não selecionadas. Quando dois domicílios de frente levarem o mesmo número (ex. sobrado), use letras para diferenciá-los. Exemplo 1: sobrado na parte de baixo 318 A e a segunda 318 B. no caso de existirem domicílios nos fundos de um terreno e nestes não houver numeração, usar o número do domicílio da frente, acrescentar a letra F (fundos) e números ordinais. Ex: 318 é o n° do domicílio da frente, então o 1° domicílio dos fundos será 318 F1, o seguinte será 318 F2 e assim por diante.
- Na coluna **número de mulheres** coloque quantas mulheres de 20 a 60 anos tem na casa, independentemente do número de famílias que moram na casa, coloque o total de mulheres de 20 a 60 anos.
- Na coluna **número de família** anote a seqüência de famílias entrevistadas. Este número nem sempre irá corresponder ao número de casas da amostra porque poderão morar mais de uma família na mesma casa.
-
- No espaço reservado para observações você poderá agendar entrevistas ou outros detalhes que queira registrar.
- Na coluna completo, marque um X naqueles domicílios onde já realizou todas as entrevistas.
- Atenção: Casa sorteada para entrevista onde more **empregada doméstica** considere-a como uma **família separada**. Anote o endereço na planilha do setor na mesma linha, apenas considere 2 famílias na coluna família e anote nas observações
- Lembre-se: sendo uma outra família pergunte para a empregada os bens de consumo apenas aqueles que pertencem a ela.

APRESENTAÇÃO DO ENTREVISTADOR AO INFORMANTE

Seguir os seguintes passos:

- a) Ao chegar no domicílio explicar pertencer a Universidade do Vale do Rio dos Sinos, UNISINOS, e estar fazendo um trabalho de pesquisa sobre a saúde das mulheres de São Leopoldo. Dizer que o estudo será realizado em vários bairros da cidade e o bairro dela foi sorteado para entrar na pesquisa.
- b) A entrevistadora deve dizer o seu nome, e que gostaria de mostrar a carta de apresentação e o crachá.
- c) A entrevistadora deve vestir sempre o **colete da pesquisa**.
- d) Solicitar para conversar com a dona da casa ou responsável pela família. Perguntar se mora na casa alguma mulher de 20 a 60 anos de idade. Se sim, quantas mulheres e a idade de cada uma delas.
- e) Sempre salientar que “é muito importante a sua colaboração neste trabalho porque através dele poderemos ficar conhecendo mais sobre a saúde da população, e assim ajudar as pessoas”.
- f) Uma dica: tente mostrar (discretamente) que você tem um aparelho de pressão
- g) Se houver **RECUSA** de domicílio, anotar na planilha de setor (coluna observação), mas não desistir antes de duas tentativas em horários diferentes, pois a recusa será considerada um perda, isto é, não será selecionada outra casa para substituir esta. Tente **marcar um novo horário**, diga que você sabe o quanto ela é ocupada e que responder um questionário pode ser cansativo, mas insista na importância do trabalho e da sua colaboração.
- h) Muitas recusas são temporárias, isto é, o entrevistador chegou em momento não muito propício. Se retornar mais tarde, é provável que consiga realizar a entrevista. Já na primeira recusa, tente preencher os dados de identificação (nome, endereço, telefone e idade) com algum familiar. Para esses casos é muito importante pegar o **TELEFONE** ou **CELULAR**. Anotar na planilha de setor **RETORNAR**.

INSTRUÇÕES GERAIS PARA O PREENCHIMENTO DO QUESTIONÁRIO.

- a) Preencha os questionários sempre com **lápiz** (de preferência apontados) e use a **borracha** para correções.
- b) A **letra** e os **números** devem ser escritos de maneira **legível** sem deixar margem para dúvidas.
- c) Trate as entrevistadas por **Sra.**, você não tem qualquer intimidade com elas. No entanto, quando forem pessoas mais moças podem ser tratadas informalmente como por **você**.

d) Repetir que o estudo é absolutamente **confidencial**, isto é, **as informações prestadas pela pessoa não serão reveladas a ninguém**. Além disso, as informações serão armazenadas em **um banco de dados sem o nome das pessoas**. Nesta etapa anota-se o nome para que seja possível um controle do trabalho do campo.

e) Mulheres **sem condições físicas ou mentais** para responder o questionário, como por exemplo, surdas, surdas-mudas, esquizofrênicas, etc, **são consideradas como exclusões** (não fazem parte do estudo). Escreva os dados como idade, nome, estado civil, etc. e coloque a observação da impossibilidade da entrevista. Também anote na planilha de setor. Essas pessoas não podem ser confundidas com perdas e recusas.

Quando mulheres mudas quiserem responder o questionário, leia a pergunta e peça para apontar a resposta.

CHAMADAS ESPECIAIS NO QUESTIONÁRIO

- a) **Formule a pergunta exatamente com estão escritas**, só anuncie as opções de resposta quanto estiver indicado no manual de instruções. Quando for necessário explicar a pergunta de uma segunda maneira (conforme instruções específicas), e, em último caso, enunciar todas as opções, tendo o cuidado para **não induzir a resposta**. Repita a questão quando não houver entendimento por parte do entrevistado.

Quando em dúvida sobre a resposta ou a informação ou essa parecer pouco confiável, tente esclarecer com o respondente. Se persistir a dúvida, anote a resposta por extenso e apresente o problema ao supervisor.

- b) Quando a resposta for **Outro**, especificar junto a questão de acordo com a resposta do informante, deixe a codificação para a supervisão da pesquisa.
- c) As frases com este símbolo ☞ e palavras **MAIÚSCULAS EM NEGRITO** servem para orientar o entrevistador e **não devem ser lidas para as mulheres** entrevistadas.
- d) As frases com este símbolo → e com palavras em **minúsculos e negrito** servem para **orientar pulos** ao entrevistador e **não devem ser lidas para as mulheres** entrevistadas.
- e) Frases escritas dentro de um quadro escurecido com tipos diferentes são:

.<..instruções que devem ser lidas por extenso às pessoas entrevistadas>

- f) Perguntas em que aparece <MÊS> ou <DIA> o entrevistador deve dizer a que mês ou dia da semana está se referindo.

CODIFICAÇÃO

Informações Gerais

- a) Todas as respostas devem ser assinaladas no corpo do questionário, nunca devem ser colocadas diretamente na coluna de codificação.
- b) A codificação na coluna da direita deverá ser feita no final do turno ou dia de trabalho. No momento da codificação a entrevistadora aproveita para revisar as respostas. Caso ela fique com dúvidas, provavelmente ainda se lembre de alguma informação ou se lembra com facilidade a pessoa a fim de fazer uma revisita ou telefonar para tirar a dúvida.
- c) Codifique apenas as questões **fechadas**. Quando tiver dúvida da codificação pergunte ao supervisor. As questões abertas – aquelas que devem ser respondidas por extenso – serão codificadas posteriormente pela supervisão da pesquisa.
- d) Para as perguntas que necessitam de cálculo, nunca faça na hora da entrevista, apenas anote a resposta e calcule na hora da codificação.

ATENÇÃO: Não deixe respostas em branco. Aplique os códigos especiais:

IGNORADA (IGN)

- a) Quando a entrevistada não souber responder ou não se lembrar. Antes de aceitar uma resposta ignorada (código 9, 99, 999,...) deve-se tentar obter uma resposta mesmo que aproximada como por exemplo, renda entre 5.000 e 6.000 anotar 5.500.
- b) Se a resposta for vaga, anotar por extenso e discutir com o supervisor.
- c) Lembre-se que uma resposta não coletada é uma resposta perdida. MAS, TENHA CUIDADO PARA NÃO INDUZIR A RESPOSTA.

NÃO SE APLICA (NSA)

- a) Quando a pergunta não pode ser aplicada para aquele caso (código 8, 88, 888,...). Utilize nas perguntas que não forem aplicáveis.
- b) Não deixe questões em branco durante a entrevista, mesmo que estas não se apliquem.
- c) Quando existirem pulos passe um traço em diagonal sobre as questões que não serão aplicadas e codifique depois. Questões em branco deixam dúvidas sobre sua aplicabilidade.

INSTRUÇÕES ESPECÍFICAS PARA O PREENCHIMENTO DO QUESTIONÁRIO

Identificação

A numeração do questionário é obtida através do número do setor, seguido pelo número da família e da pessoa. Exemplo

Setor __ __ : será fornecido pela supervisão do estudo.

Família: __ __ : será numerada de acordo com a planilha de setor de cada entrevistador. Siga a ordem por família entrevistada. Ex: No 30^o domicílio, mora a 27^a família e mais uma empregada, portanto a família da empregada será a 28^a.

Pessoa: __ ordem da pessoa na família a ser entrevistada. Se houver apenas uma mulher na faixa etária de 20 a 60 anos este valor será sempre “1”. Se houver duas mulheres, a segunda a ser entrevistada será “2”.

A codificação em QUEST é muito importante. Assinale na seqüência o número do setor, da família e da pessoa.

Exemplo: Setor 01

Família 01, com duas mulheres a partir dos 20 anos no domicílio.

Quest no primeiro questionário será preenchido 01011

Quest no segundo questionário será preenchido 01012

Qual o seu nome?

Preencha todo o nome e sobrenome da pessoa. Não esqueça, algumas vezes as pessoas serão visitadas novamente.

Qual o seu endereço?

Preencha o endereço completo. A supervisão da pesquisa voltará aos domicílios para controle de qualidade, portanto preencha o endereço completo.

Anote o telefone e o celular. Não esqueça de perguntar o telefone para contato se a pessoa responder que não tem, insista perguntando o telefone de algum parente, amigo ou vizinho.

Ponto de referência:

Por exemplo: ao lado do Bar São João ou em frente a casa cor de rosa,...

OBSERVAR:

Preencha a cor da pele da pessoa entrevistada. Se a pessoa for oriental ou indígena marcar mista e escrever. Pardas correspondem popularmente denominada “mulata”.

[<Vou fazer algumas perguntas sobre você \(sra.\)>](#)

1- Quantos anos completos você (sra.) tem?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada. Se a pessoa responder “vou fazer 43 anos”, preencha 42.

2- Você (sra.) frequenta ou já frequentou a escola?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada.

→ Observe o pulo, caso não tenha estudado aplique a pergunta número 6.

3- Quantas séries completas você (sra.) estudou?

A codificação será preenchida em anos de estudo. Se a pessoa nunca estudou codifique em série 88. Até o 2º grau completo, preencha em número de anos completos de estudo; Pessoas com curso superior ou mais assinale uma das opções correspondentes Ex: (40) para mestrado completo, senão estiver completo marcar a opção (30).

Se a pessoa responder “estudei até a 8ª série do 1º grau”, esclareça se completou com aprovação a 8ª série. Neste caso, se concluiu com aprovação, preencha: **8ª série do 1º grau e codifique 08.**

Para as pessoas mais velhas, observe que 1ª série do ginásio corresponde a 6ª série do 1º grau; 2ª série do ginásio corresponde a 7ª série do 1º grau; 3ª série do ginásio corresponde a 8ª série do 1º grau; 4ª série do ginásio corresponde a 8ª série do 1º grau.

4- Qual o seu estado civil?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada. Vivendo com companheiro assinale a opção em **união**. Para **situações duvidosas**, por exemplo, o companheiro mora 3 dias com ela e o restante na casa da mãe, a **entrevistada que define seu estado civil**.

5- Qual a nacionalidade dos seguintes familiares:

Explique com calma que você irá perguntar por partes, isto é, por cada membro da família, pai e mãe, avós e bisavós. Caso a pessoa diga que todos os familiares são brasileiros, confirme, perguntando, “mesmo os avós e bisavós?”.

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada. Codifique conforme o quadro abaixo. Se a pessoa responder que sabe ter avós ou bisavós de alguma nacionalidade, mas não sabe se é paterno ou materno codifique a nacionalidade em qualquer um dos espaços (de avós e bisavós). Se a pessoa responder outra nacionalidade que não esteja no quadro escreva por extenso e não codifique. Se a pessoa tiver dificuldade para entender ao invés de bisavô paterno utilize pai dos seus avôs.

Em caso de adoção considere **IG-99**.

6- Você (sra) está trabalhando no momento?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada. Anote por extenso alguma situação não prevista. No caso de uma jovem que não estuda, não trabalha, mora com os pais e não está procurando emprego, descrever em outra situação.

7 -Qual o tipo de firma que você (sra) trabalha (ou trabalhava)?

Ramo de atividade. Escreva o nome da firma e o tipo de produção que a mesma realiza. Doméstica é diferente de secretária, neste caso será “casa de família”.

8- Que tipo de trabalho você (sra) faz (ou fez por último)?

Descreva a atividade durante a jornada de trabalho. Tente definir as tarefas executadas durante o trabalho, por exemplo: cozinheira, faxineira, etc...

EXEMPLO ERRADO: professora.

EXEMPLO CERTO: professora de 1º grau de escola privada.

Não responda APOSENTADA, PENSIONISTA, ENCOSTADA ou ESTUDANTE, pois esta pergunta refere-se ao trabalho atual ou ao último trabalho que tenha feito, anterior a aposentadoria ou licença.

Mulheres que fazem trabalho para fora de casa, deve-se descrever qual sua atividade, por exemplo, faz pastéis para o marido vender no trabalho.

Quando for a situação de ser apenas dona de casa, colocar DONA DE CASA.

Lembre-se deixe a codificação das questões 7 e 8 para a supervisão do estudo.

Leia a frase abaixo para entrevistada

Agora vamos conversar sobre sua saúde

9- Neste momento você (Sra.) está grávida?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada. Em caso de dúvida, considere grávida quem tem certeza da resposta.

10- Você (Sra.) já ficou grávida alguma vez?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada. Em último caso, quando a mulher não tem certeza da gravidez colocar IG-9

→Observe o pulo se a pessoa nunca ficou grávida, aplique a pergunta nº 22.

11- Quantas vezes ficou grávida?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada.

12- Quantos filhos nasceram vivos?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada.

13- Você (sra.) ganhou nenê nos últimos 12 meses, ou desde <MÊS> de 2002?

Substitua a expressão <mês> pelo mês correspondente a 12 meses atrás do momento da entrevista.

Se a entrevista está sendo realizada em março, pergunte “você (sra.) ganhou nenê nos últimos 12 meses, ou desde março de 2002?”.

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada.

→Observe o pulo se a pessoa não ganhou nenê nos últimos 12 meses, aplique a pergunta nº 22.

14- Você (Sra.) fez pré-natal durante essa gestação?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada.

→Observe o pulo e a pessoa não fez pré-natal, aplique a pergunta nº 18.

15- Quantas consultas de pré-natal você (sra.) fez durante essa gestação?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada.

16- Onde você (sra.) fez as consultas de pré-natal?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada. Nessa pergunta deve ser descrita a utilização de serviços de saúde em São Leopoldo, portanto qualquer situação fora de São Leopoldo deve-se assinalar apenas a cidade, sem necessidade de dizer o tipo de serviço. Por exemplo, se a mulher consulta em médico particular em Novo Hamburgo, a resposta correta é (07) Novo Hamburgo.

Os serviços em São Leopoldo são classificados como:

Posto de saúde, unidade básica, centro de saúde: qualquer serviço ambulatorial público localizado em São Leopoldo;

Unidade de Planejamento Familiar: serviço específico mantido pela Prefeitura de São Leopoldo;

Médico particular: sempre que o paciente paga integralmente o valor da consulta;

SESC: resposta específica da pessoa entrevistada;

Ambulatório de sindicato: considera serviços próprios localizados em sindicatos ou empresa;

Seguro saúde ou ambulatório de empresa – considera serviços pagos pelo empregador ou usuário na forma de seguro saúde, por exemplo, UNIMED, Banco do Brasil;

Em Novo Hamburgo- qualquer serviço de Novo Hamburgo;

Em Porto Alegre- qualquer serviço de Porto Alegre;

Atenção, quando ficar em dúvida quanto a classificação do local de consulta, descreva a resposta detalhadamente e discuta com a supervisão da pesquisa.

17- Em que mês de gestação você (sra.) começou a consultar no pré-natal?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada.

18- O parto foi feito em hospital?

Caso seja respondido que fez parto no hospital, perguntar qual o tipo Normal ou Cesárea. Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada.

19- Quem fez o parto?

Escreva de acordo com a resposta da pessoa entrevistada.

Codifique de acordo com a relação:

- 1- médico
- 2- enfermeira
- 3- parteira
- 4- estudante
- 5- outro profissional
- 8 – não se aplica
- 9- não sabe ou ignorado

20- Tinha pediatra para atender a criança no momento do parto?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada.

21- O nenê nasceu vivo?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada.

Qual foi o peso ___ ___ ___ g

Perguntar o peso independente se o nenê nasceu vivo ou não.

Leia para a entrevistada a frase abaixo:

<Agora vamos conversar sobre sua saúde reprodutiva>

22- Você (Sra.) tem relações sexuais?

Em caso de abstinência considere nos últimos dois anos Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada..

→**Observe o pulo se a resposta for não, aplique a pergunta nº 25.**

23 Qual o método anticoncepcional que você (sra.) usa?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se o método utilizado não estiver contemplado entre as opções, descreva-o em “Outro”, não codifique. Se for mais de uma opção marque.

→Observe o pulo se a pessoa responder a opção 4: na questão 24 codifique (1) Sim e aplique a questão 25.

24- Você (Sra.) usa preservativo/camisinha nas relações sexuais?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

Leia para a entrevistada a frase abaixo:

<Agora vamos falar sobre consumo de cigarro>

25- Você (Sra.) já fumou ou ainda fuma?

Se nunca fumou →**Observe o pulo, aplique a pergunta nº 29.**

Ex-fumante →**Observe o pulo, aplique a pergunta nº 27.**

26- Quantos cigarros você (sra.) fuma por dia/semana?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada. Não esqueça de escrever se o nº de cigarros foi por dia ou semana. Na **codificação** anote o número de cigarros **por semana**.

27- Com que idade começou a fumar?

Preencha conforme a precisão da entrevistada: se ela sabe em anos, marque apenas anos, se sabe anos e meses marque anos e meses. **Codificar** em **anos** de idade.

Se parou de fumar:

28 – Há quanto tempo parou de fumar?

Quando for mais de 1 ano anote em anos, se for a menos de um ano anote em meses. Caso continue fumando assinale Não se Aplica (88).

Leia para a entrevistada frase grifada.

<Agora vamos conversar sobre a sua pressão>

29- Seu pai ou sua mãe tem ou tiveram pressão alta?

Assinale de acordo com a resposta da pessoa entrevistada. Se a resposta for sim pergunte quem. Queremos saber pressão alta, se tiver dúvida anote.

30- Você (Sra.) tem pressão alta?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

→Observe o pulo se a pessoa não tiver pressão alta ou não soube responder, meça a pressão, anote na página seguinte e aplique a pergunta nº 41.

31- Há quanto tempo, a você (sra.) sabe ter pressão alta?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada.

32- Desde <mês> do ano passado, quantas vezes consultou para tratar a pressão alta?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

Substitua a expressão <mês> pelo mês correspondente a 12 meses atrás do momento da entrevista.

Ex.: A pessoa pode tratar a pressão alta com o ginecologista.

→Observe o pulo se a pessoa não consultou para pressão, meça a pressão, anote na página seguinte e aplique a pergunta nº 41.

33- Desde o ano passado, você (sra.) consultou sempre com o mesmo médico para tratar a sua pressão alta? Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

34- Onde você (sra.) consultou a última vez, para tratar a pressão alta?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. A definição dos serviços é igual a **questão 16**. Atenção, quando ficar em dúvida quanto a classificação do local de consulta, descreva a resposta detalhadamente e discuta com a supervisão da pesquisa.

Leia para a entrevistada a observação grifada.

<Agora, vamos falar sobre alguns exames>

35- Nos últimos dois anos, você (sra.) fez exame de sangue para:

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

36- Nos últimos dois anos, você (sra.) fez eletrocardiograma?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

37- Nos últimos dois anos, você (sra.) fez exame de urina?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

38- Por causa de sua pressão alta, algum profissional de saúde lhe recomendou:

Para cada item formule:

“Por causa de sua pressão alta, algum profissional de saúde lhe recomendou diminuir sal da comida?”: assinale Não (0) Sim (1), continue caso a resposta seja sim:

“A Sra. seguiu ou segue o tratamento?”, assinale Não (0) Sim (1).

Codifique na seqüência:

Imagine uma pessoa que tenha recebido instruções médicas para diminuir o sal da comida, no entanto, não faça restrição na dieta. Assinale nos quadros correspondentes 1, 0 –

Codifique Nmsal 10.

Imagine que uma pessoa não tenha recebido instruções médicas para emagrecer. Assinale nos quadros correspondentes 0, 8 - Codifique Nmemg 08.

Se a pessoa recebeu outra recomendação. Descreva em Qual?

Deixe o primeiro espaço de Nmout para a supervisão.

Exemplo: se a pessoa foi aconselhada a “diminuir as atividades profissionais”, referiu seguir o conselho do profissional. Codifique em Nmout __ 11

39- Você (Sra.) toma algum remédio para tratar a pressão alta?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

→Observe o pulo se a pessoa não toma remédio, meça a pressão e aplique a pergunta nº 41.

40- Quais os medicamentos que você (sra.) usa para a pressão e quantas vezes por dia?

Medicamento 1 _____ Freqüência- _____

Medicamento 2 _____ Freqüência- _____

Medicamento 3 _____ Freqüência- _____

Medicamento 4 _____ Freqüência- _____

Escreva o nome dos medicamentos e a frequência de sua utilização. Caso não lembre o nome , pergunte se tem a caixa do remédio.

Para codificação de frequência:

0- Menos uma vez ao dia

1- uma vez ao dia

2- de 12 em 12 horas

3- de 8 em 8 horas

4- de 6 em 6 horas

ATENÇÃO ANOTE A 1ª MEDIDA DA PRESSÃO ARTERIAL

TA sistólica1 __ __ __

TA diastólica1 __ __ __

41 - Você (sra) tem gordura no sangue (colesterol alto ou triglicerídios)?

Essa pergunta pode ser feita diretamente com cada uma das opções, por exemplo:

Você tem colesterol alto? Você tem triglicerídios alto? Você.....LDL? Assinale uma das opções se for **SIM tentar obter a informação de quanto seria este valor.**

Apenas anote o valor de cada um, **não há necessidade de codificar na coluna lateral.**

42- Algum médico lhe disse que você (sra.) tem açúcar no sangue ou diabetes?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

43- Seu pai ou sua mãe tem ou tiveram açúcar no sangue ou diabetes?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se a resposta for sim pergunte quem.

Leia para a entrevistada a frase grifada.

<Agora vamos conversar sobre a utilização do serviço de saúde>

44- Sem contar as consultas de pré-natal e pressão alta, quantas vezes você (sra.) consultou com o médico desde o <mês> do ano passado?

Quantas vezes?

Ler a questão claramente e devagar. Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada, se a pessoa entrevistada responder SIM, aplique imediatamente a questão “Quantas vezes?”. Preencha e codifique: 00 se não consultou, 01 se consultou uma vez, 02 se consultou duas vezes, etc.

→**Observe o pulo se a pessoa respondeu nunca fez ou não lembra, aplique a pergunta nº47**

45- E no mês passado, quantas vezes você (sra.) consultou com médico?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Enfatizar que são consultas com o médico. Preencha e codifique: 00 se não consultou, 88 se na resposta anterior respondeu NÃO, 01 se consultou uma vez, 02 se consultou duas vezes, etc.

→**Observe o pulo se a pessoa não consultou no desde o mês anterior, aplique a pergunta nº 47.**

46- Onde você (sra.) consultou a última vez, sem contar as consultas de pré-natal e pressão alta?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Esta questão refere-se ao local de realização da última consulta, no mês anterior à entrevista. A definição dos serviços é igual à **questão 16, apenas com mais a opção: “Liga de combate ao câncer”**.

Atenção, quando ficar em dúvida quanto à classificação do local de consulta, descreva a resposta detalhadamente e discuta com a supervisão da pesquisa.

47- Há quanto tempo você (sra.) fez o último exame preventivo de câncer (CP, pré-câncer, Papanicolaou, preventivo de câncer do colón do útero)?

Preencha conforme a resposta da pessoa entrevistada. Repita o termo utilizado pela entrevistada.

→**Observe o pulo se a pessoa não lembra ou nunca fez, aplique a pergunta nº 50.**

48- Em que serviço de saúde você (sra.) fez o exame preventivo de câncer esta última vez?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. A definição dos serviços é igual à **questão 16**. Atenção, quando ficar em dúvida quanto a classificação do local de consulta, descreva a resposta detalhadamente e discuta com a supervisão da pesquisa.

49- E o penúltimo preventivo de câncer (pré-câncer, CP, Papanicolaou, preventivo de câncer de colo de útero) quando você (sra.) fez?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

50- Alguém na sua família mãe, tia, irmã ou você já tiveram câncer de mama ou de cólon de útero?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se a resposta for sim pergunte quem e qual câncer.

51- Desde <mês> do ano passado, algum **médico** examinou as suas mamas?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

52- No último ano, desde <mês> do ano passado, você (sra.) consultou com ginecologista?
Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

53- Você (sra) lembra da idade da sua menarca (idade da 1ª menstruação)?
Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

☞ **Observe que as perguntas nº 54 e 55 só devem ser aplicadas para as mulheres acima de 45 anos, se menores de 45 anos pule para a pergunta nº 56.**

54- Você (Sra.) já fez ou está fazendo reposição hormonal?
Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se SIM, pergunte quais medicações já utilizou e preencha o quadro. Por exemplo, se a pessoa responder que utilizou Elamax (1 cápsula por dia) com 50 anos e parou com 55 anos e, trocou para outro medicamento depois de 5 meses (1 cápsula por dia) continuando com o mesmo até hoje, Não esqueça de escrever o nome de cada medicamento e preencher o quadro a seguir. Senão parou codifique 88.

Medicação	Idade		Interrupção em meses	Doses	
	Iniciou	Parou		/dia	dias/sem.
1- Elamax	50	55	5	1	7
2- Suprema	55	88	00	1	7
3-					

Codifique:

M1in 50

M1pa 55

M1mes 05

M1doss 07

M2in 55

M2pa 88

M2mes 00

M2doss 07

55- Você (Sra.) apresentou fraturas (quebrou algum osso) sem ter sido por acidente de trânsito? Se a pessoa responder SIM, pergunte em qual parte do corpo. Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

56- Você (Sra.) se sente freqüentemente cansada, fadigada, esgotada?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Leia com calma.

→ Observe o pulso se a resposta for não, aplique a pergunta nº 60.

57- Há quanto tempo sente-se assim?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

Se a pessoa responder 15 dias, codifique 1 e escreva no espaço 15 ou se a pessoa responder 3 meses, codifique 2 e escreva no espaço 03, ou se a pessoa responder 6 meses, codifique 3 e escreva no espaço 0006, ou se a pessoa responder a vida inteira codifique 4. Se a pessoa responder muito tempo perguntar quantos meses ou anos.

58- Você (Sra.) se sente assim:

Ler as opções para a entrevistada e assinalar a resposta fornecida.

59- Por causa do seu problema de cansaço, como ficaram suas atividades diárias (trabalho, estudo, trabalho em casa, lazer)?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se a entrevistada tiver dúvida repita a pergunta e leia as opções.

60- Alguma outra pessoa que mora com você (sra.) sente-se cansado, fadigado ou esgotado?

Se a resposta for sim, certifique-se que a pessoa não entrará no estudo. Por exemplo: se a pessoa responder “sim, a minha irmã” pergunte quantos anos tem, se for menor de 20 ou maior de 60, aplique o questionário em anexo para a pessoa entrevistada.

Leia para entrevistada a frase grifada.

<Agora vamos conversar sobre o consumo de bebidas alcoólicas>

61- No último ano você (sra.) tomou alguma bebida que contenha álcool?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

→Observe o pulo se a pessoa não consultou no desde o mês anterior, aplique a pergunta nº

64.

62- Há quanto tempo você (sra) bebeu pela última vez?

Pode assinalar em número de dias, deve assinalar até 60 dias (2meses) qualquer valor maior do que este pode marcar 61 dias. Quando bebeu a menos de 1 dia, assinalar 00.

63- Vou lhe dizer o nome de algumas bebidas e gostaria que você (sra.) me diga se costuma beber?

Observe os códigos de doses abaixo e preencha o quadro:

Cerveja: 1 copo (de chope - 350ml), 1 lata – 1 dose; 1 garrafa – 2 doses

Vinho: 1 cálice (125ml) – 1 dose; 1 copo comum grande (250ml) – 2 doses; 1 garrafa – 8 doses

Cachaça, vodca, uísque ou conhaque: 1 “martelinho” (60ml) – 2 doses; 1 “martelinho” (100ml) – 3 doses; 1 garrafa – 20 doses

Rum, Licor, etc: 1 “dose” – 1 dose

*Caso a pessoa refira fazer mais de um lanche por dia, o que será anotado na questão é o número de dias e não de lanches. Almoço na casa de parentes e amigos não considere refeição fora.

Refeitório de empresa- 1	Marmita- 4
Restaurante- 2	Vianda- 5
Lancherias ou bares- 3	Outro-6 NSA- 8

* Codifique **Totfora** com o número total de refeições fora

68- Quais os tipos de gordura que costumam usar na sua casa?

Perguntar a entrevistada sobre o tipo de gordura ou óleo utilizado em cada um destes alimentos. Se necessário ler as opções de gordura. A coluna “0” será utilizada para não uso de gordura ou óleo e a coluna “8” para o não consumo de determinado alimento. Marque com um X a coluna de acordo com a resposta da entrevistada. Caso a entrevistada responda de forma diferente das opções, escreva na coluna outro e codifique 7.

69- Você (Sra.) utiliza mais de uma vez o mesmo óleo?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Confirme se usa apenas para fritar ou usa em todas as preparações. Pergunte quantas vezes re-utiliza o mesmo óleo.

70- Você (Sra.) costuma comer a gordura que se pode enxergar na carne? Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

71- Você (Sra.) costuma comer a pele da galinha? Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

72- Você (Sra.) costuma colocar sal na comida depois de pronta? Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

73- Como você (Sra.) adoça os seguintes alimentos: Leia os alimentos um de cada vez. Se sim pergunte com que adoça. Para leite considere leite puro, café com leite, com chocolate ou outro mas deve-se certificar se adoça. Café é café preto, no máximo pingado. Se a entrevistada responder que não adoça nada, ler rapidamente as opções para confirmar. Se não adoça codifique 5 e, se não consome o alimento, codifique 8

74- Você (Sra.) usa alimentos diet ou light?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se a resposta for não perguntar se utiliza adoçante. → **Observe o pulo se responder não, aplique a questão nº 76.**

75- Quais os alimentos diet, light ou dietéticos listados abaixo você comeu no último mês:

Ler as opções e lembrar durante a leitura o que são alimentos diet ou light. Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se consome algum outro alimento diet ou light que não conste na lista escreva-o no espaço indicado.

76- Você (Sra.) acha que come suas refeições muito rápido, normal ou devagar?

Lembrar que são as refeições principais (café da manhã, almoço e jantar). Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

77- Você tem o hábito de descansar (tirar uma sesta) após o almoço?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

Exemplo: “durmo todos os dias depois do almoço, mas é no ônibus indo para o trabalho”.

Considere que tem o hábito de descansar.

78- Você (Sra.) tem hábito de tomar líquidos durante as refeições?

→ Se **sim**, pergunte qual bebida. Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Se costuma tomar mais de um tipo de bebida marque a opção mais frequente.

→ **Observe o pulo se responder não, aplique a questão nº 79.**

Leia para a entrevistada a frase a seguir:

<Agora vamos conversar sobre os alimentos que você (sra) comeu no último mês>

Antes de começar a falar os alimentos, explique para a entrevistada que esta parte do questionário é um pouco maior do que as outras, mas levará no máximo 6 a 7 minutos.

79- Vou citar uma lista de alimentos e você (sra) pode dizer quantas vezes come esses alimentos por semana ou por mês.

Entregue para a entrevistada a **lista de alimentos** distribuída pela supervisão da pesquisa, para que possa acompanhar e facilitar a coleta das informações.

Durante a leitura dos itens, por favor, **repita** de vez em quando que se trata do **último mês** e quantas vezes por mês ou semana. Quando se tratar de frutas e verduras não se esqueça de anotar quando a entrevistada referir que consome **apenas na época**.

Você pode ler todos os alimentos de um mesmo grupo (linha) ao mesmo tempo, mas assinale com um círculo de qual ela está se referindo. Atenção: não há necessidade de anotar a quantidade separada pode ser somada.

80- Você esta fazendo algum tipo de dieta?

Se sim, pergunte quanto tempo e qual tipo de dieta (finalidade). Não esqueça de marcar mês ou ano. Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Dieta com menos de 1 mês marque 00. Codifique por mês. Mais de 5 anos de dieta codifique 98 meses.

81-Você (Sra.) toma chimarrão?

No caso de responderem SIM, pergunte quantos dias consume por semana ou por mês, tanto no caso do chimarrão como do café.

82- Você (Sra.) toma café preto?

No caso de responderem SIM, pergunte quantos dias consume por semana ou por mês, tanto no caso do chimarrão como do café.

83- Você (sra) consome produtos de embalagens de papelão (caixa)?

Esta pergunta refere-se ao consumo de alimentos líquidos ou cremes embalados em caixa, por exemplo, leite, suco, iogurte, creme de leite, achocolatados prontos, etc.

Leia para a entrevistada a frase a seguir:

<Agora vamos conversar sobre suas atividades físicas. Gostaria de saber quantas vezes você faz atividades fortes, médias ou leves. Vou explicar cada um dos tipos>

**A seguir explique com calma o que significa atividades fortes, médias ou leves.

84- Gostaria de saber quais atividades fortes, médias ou leves você faz no mínimo 10 minutos: Leia cada uma das opções apresentadas no quadro e assinale o tipo (forte, média ou leve). Caso a entrevistada, antecipe e diga “eu caminho, não faça mais nenhuma atividade” então não pergunte mais sobre esportes, apenas questione sobre: subir escadas, atividades no trabalho, serviços domésticos e jardinagem. Enquanto estiver perguntando, lembre as três opções fortes, médias e leves, e ofereça para explicar cada uma delas novamente.

Marque quantas vezes por semana, faz cada uma das atividades por mais de 10 minutos.

85- Na sua vida diária, devido ao seu trabalho ou seus hábitos em casa, durante quanto tempo aproximadamente você costuma ficar sentado (a)? Transforme em horas sentada no trabalho e horas sentada em casa. Mesmo que assista televisão deitada, o que deve ser anotada são as horas sentadas ou deitadas mas acordada. Codifique em horas. Quando for menos de 1 hora escreva o tempo mas codifique 00.

Leia para a entrevistada a frase a seguir:

<Vou fazer algumas perguntas sobre o último mês. Gostaria que você (sra.) respondesse somente Sim ou Não às perguntas. >

86 a 105- Nas próximas 20 questões assinale as alternativas referidas pela pessoa entrevistada.

ATENÇÃO: se o entrevistado responder “as vezes”, “frequentemente”, “de vez em quando”, não interprete a resposta. Formule o enunciado, enfatizando que a resposta deve ser “sim” ou “não”. Se a pessoa entrevistada não entender a pergunta (“como assim?”), não explique ou interprete seu conteúdo. Formule tantas vezes quanto for necessário o enunciado e repita a pergunta.

Leia para a entrevistada a frase a seguir:

Agora vamos conversar sobre sua relação com o seu companheiro

106- Seu companheiro:

Considere como companheiro toda relação que a entrevistada considerar estável, podendo ser namorado, marido ou companheiro. A seguir faça as 6 questões e assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Caso a resposta seja SIM, pergunte se ocorre SEMPRE ou ÀS VEZES.

Antes da cada uma das perguntas deve ser repetida a frase: **seu companheiro.....**

Caso não tenha companheiro ou namorado atual, pule para a 109.

107- Seu companheiro atual bate ou bateu em você (sra.)?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

→Observe o pulo se a pessoa responder não, aplique a pergunta nº 109.

.Se Sim, com que frequência?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada

* Se a pessoa espontaneamente fizer o relato da violência, por exemplo: deu um soco, anote a informação no questionário.

108- Por causa disso você procurou ajuda (algum tipo de serviço)?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

109- Seu(s) companheiro(s) anterior(es) batia(m) em você (sra.)?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

Se Sim, com que frequência?

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada

→Observe o pulo se a pessoa responder não, aplique a pergunta nº 110.

Leia para a entrevistada a frase a seguir:

<Agora vamos conversar sobre seu peso e sua altura>

110- Qual o seu peso?

Preencha a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

111- Qual a sua altura?

Preencha a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

112- Como você se sente com o seu peso atual?

Preencha a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Observe se a pessoa comentou durante o questionário como se sente com seu peso atual e apenas confirme a resposta.

113- Seus pais são ou eram gordos? Não (0)

→Se sim pergunte quem. Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada.

114- Gostaria que você (sra) se lembrasse do seu peso quando tinha:

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Observe a idade da pessoa entrevistada. Se a pessoa tem 32 anos pergunte apenas 15, 20 e 30 anos.

Leia para a entrevistada a frase a seguir:

<Agora vamos fazer a coleta de algumas medidas>

☞ **Observe se a pessoa estiver grávida não colete medidas de peso, altura, circunferência da cintura e dobras cutâneas.**

Atenção: para todas as medidas antropométricas deve ser lido o manual específico.
 Importante: NUNCA fazer duas medidas iguais seguidas, de espaço previsto no questionário entre elas.

OBS: Quando houver um diferença grande entre as duas medidas faça uma terceira medida e anote em um canto do questionário.

Diferença grande entre as medidas:

Peso: maior de **1 kilo**;

Altura: maior de **2 cm**

Cintura: maior de **2 cm**

Peso ____ __, __

O peso deve ser codificado em Kg.

Altura ____ __

A altura deve ser codificada em cm.

115 - Qual a data de nascimento __ / __ / ____

116- Você sabe o seu peso de nascimento? ____ __ __ g

Assinale a resposta fornecida pela pessoa entrevistada. Senão souber, pode perguntar para mãe ou outra pessoa que tiver certeza.

MEÇA A PRESSÃO ARTERIAL

<PARA FINALIZAR, gostaria de lhe fazer 4 perguntas sobre a sua casa>

117- Quantas pessoas da família moram nesta casa e qual a sua idade?

Coloque em cada quadrinho o número de pessoas da família naquela faixa etária que moram na casa. Considere anos completos. Codifique na em Ntotal o número total de pessoas da família que mora na casa.

Na sua casa você (sra) tem:

EM CASO AFIRMATIVO deve ser perguntado se está funcionando cada um dos equipamentos.

Ler as opções existentes no questionário e apontar a resposta descrita pela pessoa entrevistada. Só registrar equipamentos que estejam funcionando, ou que tenham parado de funcionar há menos de 6 meses. No caso de bens alugados ou emprestados, devem ser considerados os que estão no domicílio há mais de 6 meses. Para fazer a classificação cada um dos itens recebe uma pontuação que deverá ser utilizada na codificação. No caso de empregados, considerar apenas os mensalistas, isto é, que trabalhem pelo menos 5 dias por semana.

118- No mês passado, quanto ganharam as pessoas que moram nesta casa? (MR): pessoa de maior renda.

119- A família tem outra fonte de renda, por exemplo, pensão, aluguel ou outros?

PERGUNTAS 118 e 119. Perguntar quais as pessoas da casa que recebem **salário ou aposentadoria** e preencher com os valores para cada pessoa. Coloque no primeiro lugar a pessoa de maior renda. Se duas ou mais pessoas recebem a mesma renda, pergunte quem seria o chefe da família. Se caso ninguém receber renda mensal, considere como chefe da família quem ganhou por último alguma renda. Se a resposta for em salários mínimos anote o número de salários e deixe para realizar a conversão em reais no momento da codificação.

****Na codificação, onde não houver salários colocar zeros e nunca colocar 888.**

Para autônomos, como proprietários de armazém ou motorista de táxi, anotar somente a renda líquida, e não a renda bruta, que é fornecida em resposta do tipo "ele tira R\$ 100,00 por dia". Sempre confira pessoa por pessoa com seus respectivos salários, no final desta pergunta. Caso a pessoa entrevistada responda salário/dia, salário/semana ou salário quinzenal anote os valores, por extenso. **IMPORTANTE:** Considerar apenas a renda do mês anterior. Por exemplo, para entrevistas realizadas em 15 de novembro, considerar a renda do mês de outubro. Se uma pessoa começou a trabalhar no mês corrente, não incluir o seu salário. O mesmo se aplica para o inverso, isto é, se uma pessoa está atualmente desempregada, mas trabalhou no mês que passou e ainda recebeu salário, incluí-lo no orçamento familiar. Se estiver desempregado há mais de um mês, considerar a renda do trabalho ou biscate atual. Quando o entrevistado não souber informar a renda de outros membros da família, tentar aproximar ao máximo, confirmando depois com os outros membros da família que também serão entrevistados. Para pessoas que sacam regularmente (no mês anterior) de poupança, salário desemprego etc., incluir esta renda (o saque mensal). Não incluir rendimentos ocasionais ou excepcionais, como por exemplo, o décimo terceiro salário ou o recebimento de indenização por demissão, fundo de garantia, etc. Salário desemprego deve ser incluído. Para empregados, considerar a renda bruta (sem excluir os descontos); se for proprietário de algum estabelecimento, considerar a renda líquida. Se a pessoa trabalhou no último mês como safrista, mas durante o restante do ano em outro emprego, anotar as duas rendas especificando o número de meses que exerce cada trabalho. Se mais de quatro pessoas tiverem renda no último mês, anotar na margem do questionário e, por ocasião da codificação, somar a renda, por exemplo, da quarta e quinta pessoa, e anotar na renda da quarta pessoa.

[<As perguntas abaixo refere-se ao chefe de família>](#)

120- Até que série o chefe da família estudou?

Geralmente o chefe da família é a pessoa de maior renda, mas caso não seja, considere como chefe o responsável pela casa, isto é, quem a pessoa entrevistada disser que é o CHEFE da família. Se o chefe da família for a mulher que está sendo entrevistada

121- A pessoa de maior renda está trabalhando no momento?

AS PERGUNTAS 120 A 121 REFEREM-SE AO CHEFE DA FAMILIA.

A pessoa que está sendo entrevistada pode ser ou não o chefe da família. Se a pessoa entrevistada não for o chefe da família, formular a pergunta trocando a palavra o "Sr.(a)" por "chefe da família".

ASSINALE: Se a mulher entrevistada é a chefe da família
Agradeça

Não esqueça de escrever o seu nome e colocar a data da entrevista.

Anexo D – CONTROLE DE QUALIDADE

CONDIÇÕES DE SAÚDE DAS MULHERES NA REGIÃO DO VALE DO RIO DOS SINOS – RS – CONTROLE DE QUALIDADE					
Setor _____ Nome: _____ Telefone: _____ Sou supervisora da pesquisa sobre as condições de saúde das mulheres de São Leopoldo. Gostaria de saber se você (Sra.) recebeu uma de nossas entrevistadoras? Ela foi simpática e atenciosa? Você poderia confirmar alguns dados? São apenas 5 minutos! 1- Quantas pessoas da família moram nesta casa, e qual sua idade?					Setor _____ Quest _____ Ntotal ____
IDADE	< 19	20 – 60	61 e +	TOTAL	
Nº DE PESSOAS					
2- Qual a sua data de nascimento? Dia ____ mês ____ ano _____ 3- Qual o seu estado civil? (0) Casada (1) Em união (2) Viúva (3) Separada/divorciada (4) Solteira 4- Quantas séries completas você (Sra.) estudou? __ série do __ grau (88) NSA →Se curso superior: (20) incompleto (30) completo (40) mestrado completo (50) doutorado completo 5- Você (Sra.) já ficou grávida alguma vez? (1) Sim (0) Não →pule para questão 8 6- Quantas vezes ficou grávida? ____ vezes (88) NSA 7- Quantos filhos nasceram vivos? ____ filhos vivos (88) NSA					Dia ____ Mês ____ Ano _____ Estcivil ____ Serie ____ Comp ____ Gravez ____ Quagrav ____ Filviv ____

<p>8- Você (sra.) já fumou ou ainda fuma? (0) Nunca fumou (1) Sim, ex-fumante (2) Sim, fuma</p> <p>9- Há quanto tempo você (sra.) fez o último exame preventivo de câncer (CP, pré-câncer, Papanicolaou, preventivo de câncer do colo do útero)? ___ anos (00) Neste ano (97) Nunca fez</p> <p>10- Durante a sua entrevista você (Sra.) se lembra de responder uma lista com vários alimentos que consumiu? (0) Não (1) Sim</p> <p>11- A entrevistadora mediu sua pressão, mediu seu peso, mediu sua altura e mediu sua cintura? (0) Não (1) Sim</p> <p>12- Essas medidas foram feitas duas vezes? (0) Não (1) Sim</p> <p>13- Você (Sra.) sabe seu peso ao nascer? ___ g (9999) IG</p>	<p>Fumo ___</p> <p>Cp ___</p> <p>Lista ___</p> <p>Medidas ___</p> <p>Exames ___</p> <p>Pnasc ___</p>
<p><Se foi entregue cartão para laboratório pergunte as próximas questões, caso contrário encerre o questionário></p>	
<p>14- Você (Sra.) realizou exames sangue? (0) Não (1) Sim</p> <p>→ Se sim, qual a cor do cartão ou quais exames realizou? (0) Verde (1) Rosa</p> <p>→ Se rosa, foram feitas medidas de pregas cutâneas? (0) Não (1) Sim</p> <p style="text-align: center;">MUTIO OBRAIDADA PELA ATENÇÃO!</p>	<p>Excor ___</p> <p>Pregas ___</p> <p>Rosa ___</p>

Anexo E – MAPA DE SETOR

Anexo F – IDENTIFICAÇÃO DO PESQUISADOR



UNISINOS

Pesquisa Saúde
da Mulher



Mestranda CARMEN R. MASSON
Pesquisadora