

# REVISÃO SISTEMÁTICA ACERCA DA INFLUÊNCIA DA RELIGIOSIDADE NA ADOÇÃO DE ESTILO DE VIDA ATIVO

*A systematic review of the influence of religiosity on the adoption of an active lifestyle*

*Revisión sistemática sobre la influencia de la religiosidad en la adopción de estilo de vida activo*

Artigo de Revisão

## RESUMO

**Objetivo:** Identificar e analisar, por meio de uma revisão sistemática, os fatores religiosos determinantes para a adoção de um estilo de vida ativo. **Métodos:** Realizou-se busca nas bases de dados LILACS, MEDLINE/PubMed, SciELO, CINAHL, SPORTDiscus e SocINDEX utilizando-se os seguintes descritores e palavras-chave em português e inglês: “religião”, “religiosidade”, “espiritual”, “espiritualidade”, “atividade física” e “exercício físico”. A seleção dos artigos teve como critérios de inclusão: artigos originais, disponíveis em formato completo, publicados no período de 2002 a 2011 e nos idiomas português e inglês. Foram excluídos estudos de revisão de literatura, teses, dissertações e monografias. **Resultados:** Dez artigos compuseram a amostra. A análise deles identificou que, em grupos baseados na fé, em escrituras e/ou ensinamentos sagrados, as mensagens transmitidas pelos líderes religiosos e o nível de religiosidade representaram os principais fatores para a adoção de um estilo de vida ativo. **Conclusão:** A religiosidade se mostrou como um aspecto relevante para que os indivíduos incorporassem a prática de atividade física, melhorando, assim, a sua qualidade de vida.

**Descritores:** Religião; Espiritualidade; Exercício; Estilo de vida; Qualidade de Vida.

## ABSTRACT

**Objectives:** To identify and analyze the determining religious factors in the adoption of an active lifestyle through a systematic review. **Methods:** The research was performed in the LILACS, MEDLINE / PubMed, SciELO, CINAHL, SPORTDiscus and SocINDEX databases using the following descriptors and keywords: “religion”, “religiosity”, “spiritual”, “spirituality”, “physical activity” and “physical exercise”. The selection of articles had the following inclusion criteria: fully available original articles published between 2002 and 2011 in Portuguese and English. Literature reviews, theses, dissertations and monographs were excluded. **Results:** The sample consisted of ten articles. It could be identified from their analysis that in groups based on faith, holy scriptures and/or sacred teachings, the messages transmitted by the religious leaders and the level of religiosity are the main factors for adopting an active lifestyle. **Conclusion:** Religiosity appeared as an important aspect for the incorporation of physical activity in one’s life, thus improving their quality of life.

**Descriptors:** Religion; Spirituality; Exercise; Life Style; Quality of life.

## RESUMEN

**Objetivo:** Identificar y analizar los factores religiosos determinantes de la adopción de un estilo de vida activo a través de una revisión sistemática. **Métodos:** Se realizó una búsqueda en las bases de datos LILACS, MEDLINE/PubMed, SciELO, CINAHL, SPORTDiscus y SocINDEX utilizándose de los siguientes descriptores y palabras-clave en portugués e inglés: “religión”, “religiosidad”, “espiritual”, “espiritualidad”, “actividad física” y “ejercicio físico”. La selección de los artículos tuvo como criterios de inclusión: artículos originales,

Ana Raquel Mendes dos Santos<sup>(1)</sup>  
Penélope Dabbicco<sup>(1)</sup>  
Hemília Gabrielly de Oliveira  
Cartaxo<sup>(1)</sup>  
Emília Amélia Pinto Costa da  
Silva<sup>(2)</sup>  
Maíra da Rocha Melo de Souza<sup>(1)</sup>  
Clara Maria Silvestre Monteiro  
de Freitas<sup>(1)</sup>

1) Universidade de Pernambuco - UPE -  
Recife - (PE) - Brasil

2) Universidade Federal do Paraná - UFPR -  
Curitiba - (PR) - Brasil

Recebido em: 12/10/2012  
Revisado em: 11/01/2013  
Aceito em: 05/02/2013

disponibles en formato completo, publicados en el periodo de 2002 a 2011 y en los idiomas portugués e inglés. Fueron excluidos los estudios de revisión de literatura, tesis, trabajos de fin de máster y monografías. **Resultado:** Diez artículos fueron incluidos en la muestra. El análisis identifió que en grupos basados en la fe, en escrituras y/o enseñanzas sagradas, los mensajes transmitidos por los líderes religiosos y el nivel de religiosidad representaron los principales factores para la adopción de un estilo de vida activo. **Conclusión:** La religiosidad se mostró como un aspecto relevante para que los individuos incorporasen la práctica de actividad física mejorando, de esa manera, su calidad de vida.

**Descriptor:** Religión; Espiritualidad; Ejercicio; Estilo de Vida; Calidad de Vida.

## INTRODUÇÃO

A dimensão religiosa é caracterizada como um sistema organizado de crenças, práticas e rituais que influenciam a maneira de viver das pessoas, atuando tanto na questão das normas e dos valores sociais quanto nas atitudes tomadas no tocante ao estilo de vida<sup>(1)</sup>. Nesse sentido, os indivíduos que seguem uma determinada doutrina normalmente incorporam orientações de comportamento consideradas saudáveis, aderindo a um conjunto de valores, símbolos e práticas sociais que facilita a aproximação com o sagrado e desencoraja o desvio individual<sup>(2-7)</sup>.

Assim, a relação entre o sagrado e as condutas de saúde parece ser decorrente dos princípios adotados pelas doutrinas religiosas, os quais vão de encontro à adoção de comportamentos nocivos e aconselham condutas que podem ter impacto positivo nos indicadores de bem-estar<sup>(5)</sup>. Dessa forma, a religião pode influenciar na construção de conhecimentos ligados à saúde do homem, promovendo estilos de vida singulares, inclusive nas manifestações corporais. Entre essas manifestações, a atividade física representa um fator de promoção da saúde que modifica positivamente o hábito dos indivíduos<sup>(6,7)</sup>.

A prática regular de exercícios físicos resulta em benefícios para a saúde, por estar ligada à prevenção e redução de riscos de doenças crônicas não transmissíveis, como doença cardiovascular, diabetes mellitus, obesidade, fibromialgia e alguns tipos de câncer<sup>(8,9)</sup>. Também propicia melhorias na saúde mental, incluindo sintomas de depressão e ansiedade. No entanto, apesar desses benefícios estarem bem evidenciados e propagados por meios de comunicação e profissionais da área de saúde, parte significativa da população possui uma vida fisicamente inativa, revelando o modo de vida da sociedade atual<sup>(10-12)</sup>.

As intervenções para a prática de atividades físicas são eficazes na medida em que promovem mudanças nos hábitos e comportamentos por meio da motivação para a adoção de um estilo de vida saudável<sup>(7)</sup>. Ter uma crença religiosa pode facilitar a adoção de um estilo de vida mais ativo, uma vez que as doutrinas apresentam fatores capazes de influenciar essa mudança de comportamento<sup>(13,14)</sup>. Para ilustrar, um estudo<sup>(1)</sup> revelou que a participação em grupos de jovens organizados pelas igrejas está associada a menores prevalências de inatividade física no contexto do lazer<sup>(1)</sup>.

Nessa perspectiva, percebe-se que a religiosidade se mostra associada positivamente aos comportamentos saudáveis encontrados nos indivíduos afiliados a alguma religião. No entanto, pouco se sabe dos fatores religiosos que influenciam a mudança de comportamento daqueles que respeitam e seguem as normas estabelecidas pela doutrina. Este estudo objetivou identificar e analisar, por meio de uma revisão sistemática, os fatores religiosos determinantes para a adoção de um estilo de vida ativo.

## MÉTODOS

Para alcançar o objetivo proposto, utilizou-se como metodologia a revisão sistemática de artigos científicos, permitindo a integração das informações de um conjunto de pesquisas já realizadas anteriormente<sup>(15)</sup>. Realizou-se busca nas bases de dados científicas LILACS, MEDLINE/PubMed, SciELO, CINAHL, SPORTDiscus e SocINDEX, presentes no portal da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). A escolha dessas bases de dados ocorreu pela existência de maior número de publicações relacionadas à temática.

Como estratégias de busca, utilizaram-se os seguintes descritores e palavras-chave em português e inglês: “religião”, “religiosidade”, “espiritual”, “espiritualidade”, “atividade física” e “exercício físico”. Houve a combinação desses termos e descritores por meio do operador lógico AND: religião AND “atividade física” (265 estudos); religião AND “exercício físico” (141 estudos); religiosidade AND “atividade física” (36 estudos); religiosidade AND “exercício físico” (91 estudos); espiritual AND “atividade física” (204 estudos); espiritual AND “exercício físico” (82 estudos); espiritualidade AND “atividade física” (143 estudos); espiritualidade AND “exercício físico” (64 estudos).

Para a seleção dos estudos, adotaram-se os seguintes critérios: textos disponíveis em formato completo, estudos publicados no período de 2002 a 2011 e artigos originais que abordaram a temática da religiosidade para a adoção de um estilo de vida ativo, em português ou inglês. Excluíram-se estudos de revisão de literatura, teses, dissertações e

monografias. Convém destacar que os artigos encontrados repetidas vezes foram contabilizados apenas uma vez.

Após a busca, dois revisores independentes fizeram uma triagem de todos os artigos identificados por meio da leitura dos respectivos títulos e resumos, adotando-se os critérios de inclusão e exclusão citados anteriormente. Quando existiu discordância quanto à permanência ou não

de determinado estudo, um terceiro revisor foi consultado. Em seguida, os artigos remanescentes foram acessados na íntegra para avaliação.

Com o objetivo de formar um banco de dados de fácil acesso e manejo, organizaram-se os artigos de maneira precisa, através de um formulário desenvolvido pelos autores que continha os seguintes dados: identificação do artigo

**Tabela I** – Características dos artigos selecionados pelas bases de dados eletrônicaS.

Autor/Ano	Metodologia	País	Amostra	Resultados Principais
Walseth e Fasting (2003) <sup>16</sup>	Estudo descritivo com abordagem qualitativa	Egito	27 mulheres universitárias, com idade entre 18 e 26 anos.	O islamismo influencia as mulheres egípcias para a realização de atividades esportivas.
Fitzgibbon <i>et al.</i> (2005) <sup>17</sup>	Estudo de intervenção do tipo randomizado	EUA	59 mulheres que eram pacientes, funcionárias e visitantes do hospital do Condado (Chicago).	Quando há adição de um componente de fê, pode haver benefício para a perda de peso, com a prática de atividade física e a redução de gordura na alimentação.
Roff <i>et al.</i> (2005) <sup>18</sup>	Estudo descritivo com abordagem quantitativa	EUA	973 homens e mulheres idosos.	Idosos que apresentaram maior religiosidade organizacional e intrínseca eram envolvidos em atividades físicas de lazer.
Bopp <i>et al.</i> (2007) <sup>7</sup>	Estudo descritivo com abordagem qualitativa	EUA	44 membros da Igreja Metodista Episcopal Africana, com idade a partir de 18 anos, de ambos os sexos.	Os indivíduos procuram ganhar força em Deus para serem fisicamente ativos, uma vez que, segundo as escrituras, eles serão melhores cristãos se realizarem atividade física e adotarem uma alimentação saudável.
Shuval <i>et al.</i> (2008) <sup>13</sup>	Estudo descritivo com abordagem qualitativa	Israel	45 universitários árabes de ambos os sexos.	A religião é percebida como facilitadora, pois o estilo de vida ativo é recomendado nas escrituras mulçumanas.
Whitt-Glover <i>et al.</i> (2008) <sup>14</sup>	Estudo de intervenção com abordagem quantitativa	EUA	87 adultos negros que frequentam a igreja.	Uma intervenção baseada na fê pode ser uma estratégia adequada para aumentar a atividade física entre adultos negros sedentários.
Leopold e Juniu (2008) <sup>19</sup>	Estudo de intervenção com abordagem quantitativa	EUA	47 estudantes de escolas públicas, de ambos os sexos.	Os estudantes que participaram do grupo espiritual foram mais suscetíveis a aderir comportamentos saudáveis no que diz respeito à atividade física, nutrição, crescimento espiritual, relações interpessoais, controle do estresse e responsabilidade sanitária.
Maynard <i>et al.</i> (2009) <sup>20</sup>	Estudo de intervenção com abordagem quantitativa	Londres	77 crianças entre 8 e 13 anos de idade e seus familiares (38 pais e 11 avós).	Quando comparado com o ambiente escolar, os locais de culto oferecem oportunidades valiosas para incentivar a adoção de um estilo de vida saudável, com a prática de atividade física e bons hábitos alimentares para toda a família.
Ayers <i>et al.</i> (2010) <sup>21</sup>	Estudo descritivo com abordagem quantitativa	EUA	591 mulheres coreanas que estão obesas ou com sobrepeso.	A comunicação dentro das instituições religiosas veiculadas por líderes religiosos e fiéis a respeito de uma alimentação saudável e da prática de exercícios físicos pode reduzir a probabilidade de mulheres coreanas permanecerem obesas ou com sobrepeso.
Duru <i>et al.</i> (2010) <sup>22</sup>	Estudo de intervenção do tipo randomizado	EUA	62 mulheres idosas sedentárias.	Houve um aumento da caminhada e uma diminuição da pressão arterial em 6 meses de intervenção baseada na fê, incluindo leituras bíblicas, orações, estabelecimento de metas, um guia de recursos da comunidade e sessões de atividade física.

(título, país de origem, autores, periódico, ano, volume, número, paginação, descritores/palavras-chave); objetivo do estudo; informações sobre a amostra; característica metodológica; e principais resultados. Ressalta-se que, para cada artigo selecionado, houve o preenchimento do formulário após a leitura criteriosa do texto.

## RESULTADOS

O processo de pesquisa realizado neste estudo identificou, inicialmente, por meio dos descritores e palavras-chave combinados, 1.026 artigos. Em seguida, houve um refinamento, utilizando-se os critérios de inclusão como filtros de pesquisa, tais como: 1) artigos disponíveis em formato completo, atingindo 345 estudos; 2) artigos publicados entre 2002 e 2011, alcançando 172 estudos; 3) artigos disponíveis nos idiomas português e inglês, obtendo 167 estudos. Destes, identificou-se 21 artigos repetidos, o que reduziu a amostra do estudo para 146.

Após a leitura dos títulos, selecionaram-se 82 artigos para posterior análise dos resumos. Com isso, foram identificadas 18 publicações que contemplavam a religiosidade como influência positiva para o estilo de vida saudável. Em seguida, procedeu-se à leitura desses artigos na íntegra, a partir da qual 10 produções compuseram a amostra dessa revisão, tendo em vista que abordavam possíveis fatores religiosos determinantes para a prática de atividade física.

A Tabela I apresenta os 10 artigos selecionados, destacando as características dos estudos quanto à metodologia empregada, país de realização, amostra estudada e principais resultados, divulgando os aspectos que influenciam a prática de atividade física. Vale ressaltar que os artigos se encontram em ordem cronológica crescente.

Com relação ao ano, o maior número de publicações foi encontrado em 2008, totalizando três artigos. Diante disso, observou-se a escassez de pesquisas sobre essa temática, sendo necessário o desenvolvimento de mais estudos. Quanto aos países de origem, percebeu-se a ausência de estudos conduzidos no Brasil e que sete das dez investigações foram realizadas nos Estados Unidos<sup>(7,14,16,18-22)</sup>, revelando o interesse da América do Norte por estudos que abordem a influência da religiosidade na adoção de hábitos saudáveis.

Quanto aos grupos etários, os estudos analisaram indivíduos de diferentes faixas de idades, no entanto, houve predominância de adultos de ambos os sexos<sup>(7,14,16,17)</sup>. No que diz respeito à abordagem metodológica, prevaleceram artigos com natureza quantitativa<sup>(14,16,18,19,21,22)</sup>, seguida da qualitativa<sup>(7,13,17)</sup>, e apenas um revelou uma abordagem mista<sup>(20)</sup>, denominada quantiquantitativa.

Ao observar os principais resultados dos estudos selecionados, identificaram-se distintos fatores religiosos

que influenciavam a prática de atividades físicas. Eles foram interpretados e, em seguida, estabeleceram-se quatro categorias analíticas, descritas a seguir: *participação em grupos de intervenção baseados na fé, escrituras e/ou ensinamentos sagrados, mensagens de líderes religiosos e nível de religiosidade*.

## DISCUSSÃO

A religiosidade é um aspecto importante no contexto sociocultural, apresentando-se como um fator mediador para a adoção de certos hábitos por parte dos sujeitos. A religião é capaz de produzir valores pelos quais as pessoas devem se guiar<sup>(23)</sup>. Sendo assim, a partir do momento em que o indivíduo segue uma doutrina, ele passa a incorporar valores, aderindo a uma ampla e complexa identidade religiosa, que inclui a aceitação de comportamentos considerados saudáveis<sup>(2)</sup>.

Não obstante, o presente estudo revelou que a investigação relacionada à religiosidade como aspecto influenciador para a adoção de um estilo de vida ativo vem sendo lentamente conduzida ao longo dos anos. No entanto, apesar de o Brasil ser um país que possui uma vasta quantidade de religiões, verificou-se uma ausência de pesquisas que analisam essa relação. Os artigos encontrados retrataram uma realidade que está inserida em um contexto internacional, com normas e padrões religiosos distintos do cenário brasileiro. Tal fato permite afirmar que a carência de pesquisas sobre essa temática impede a promoção de benefícios para a saúde da sociedade brasileira.

Quanto à metodologia empregada nos estudos selecionados, observou-se que um volume expressivo utilizou uma abordagem quantitativa e com amostras bastante heterogêneas em relação à faixa etária, dificultando uma comparação dos achados.

Os artigos foram discutidos à luz de quatro categorias analíticas, que representaram os fatores religiosos capazes de influenciar o estilo de vida ativo, quais sejam: *participação em grupos de intervenção baseados na fé, escrituras e/ou ensinamentos sagrados, mensagens de líderes religiosos e nível de religiosidade*. A primeira categoria, *participação em grupos de intervenção baseados na fé*, encontrou-se representada por cinco artigos<sup>(14,16,19-22)</sup>.

Estes estudos ilustraram a importância da intervenção religiosa em promover benefícios na saúde dos indivíduos, como perda de peso por meio de atividade física e alimentação saudável. Portanto, após a participação de um grupo de intervenção, os sujeitos passam a ter consciência do impacto que os comportamentos saudáveis trazem às suas vidas, modificando seus hábitos e suas atitudes em relação ao sedentarismo e adotando um estilo de vida ativo.

Outros estudos<sup>(5,24)</sup> revelaram que a religiosidade também pode se configurar como um fator de proteção a diferentes indicadores de risco, considerados problemas de saúde pública na atualidade, como o consumo de drogas, álcool e tabaco. A presença da religiosidade promove bem-estar, cuidados físicos e mentais associados a mudanças de comportamentos no que diz respeito à saúde<sup>(25)</sup>. Dessa maneira, percebe-se a importância da associação entre a religiosidade e a prática de hábitos saudáveis.

A segunda categoria, *escrituras e/ou ensinamentos sagrados*, esteve pautada em três artigos<sup>(7,13,17)</sup>. Os referidos estudos revelaram que as escrituras religiosas assinalam a necessidade de cuidar do próprio corpo, considerado um templo para a alma. Comer exageradamente, por exemplo, é descrito na Bíblia como um pecado e que os cristãos devem cuidar do seu corpo por meio da prática de exercícios físicos e de uma alimentação adequada<sup>(7)</sup>. De acordo com um estudo<sup>(13)</sup>, as escrituras do Alcorão também favorecem a promoção de um estilo de vida ativo<sup>(13)</sup>. Do mesmo modo, outro estudo<sup>(17)</sup> observou que os textos islâmicos enfatizam a importância da atividade física e do esporte para se adquirir uma boa condição física em caso de guerra.

Diante desse cenário, nota-se a importância dos ensinamentos sagrados para moldar o comportamento do fiel no que diz respeito às condutas ligada à saúde. As escrituras religiosas possuem um valor positivo na vida das pessoas e da sociedade<sup>(26)</sup>. Um estudo<sup>(27)</sup> que investigou as implicações da “Palavra de Deus” por meio da leitura da Bíblia na vida cotidiana de evangélicos brasileiros revelou que a palavra divina fornece os instrumentos para a mudança e a Bíblia é considerada um acessório de apoio, do qual se pode retirar palavras consoladoras que permitem conforto e catalisam novas condutas<sup>(27)</sup>.

A terceira categoria, *mensagens de líderes religiosos*, constituiu-se por um artigo<sup>(21)</sup>, segundo o qual a exposição de fiéis às mensagens propagadas por líderes religiosos a respeito da saúde podem ajudar a prevenir a obesidade<sup>(21)</sup>. Sendo assim, esse é outro aspecto relevante que pode reduzir a exposição ao sedentarismo e à alimentação inadequada. Em um estudo<sup>(28)</sup> no qual se objetivou verificar a relação entre as práticas corporais e a religiosidade, assim como a possível influência das instituições religiosas frente às práticas corporais, foi observado que todos os líderes religiosos entrevistados se mostraram favoráveis às atividades físicas e eram conscientes da sua importância para o bem-estar físico e mental do indivíduo. Relataram, ainda, que havia incentivo e apoio dos dirigentes à prática de atividades físicas por meio de retiros e projetos realizados dentro da instituição.

A última categoria, *nível de religiosidade*, também foi composta por um artigo<sup>(18)</sup>. Nele, foi verificado que aqueles com maior nível de religiosidade eram mais envolvidos em

atividades físicas de lazer<sup>(18)</sup>. Dessa forma, pode-se observar que a adoção de referenciais religiosos faz com que o fiel respeite as normas e os valores recomendados pela doutrina, melhorando a sua qualidade de vida. Em concordância com esse resultado, um estudo<sup>(29)</sup> revelou que o nível de envolvimento religioso está ligado a menores sentimentos de depressão, comportamentos suicidas e exposição ao consumo de álcool e drogas. Um estudo realizado com adultos<sup>(30)</sup> verificou que a importância dada à espiritualidade, à religiosidade e às crenças pessoais aparece positivamente associada à qualidade de vida nos mais diferentes contextos, entre eles, as atividades físicas de lazer.

Com relação à discussão dos artigos selecionados, percebe-se que os aspectos voltados à religiosidade estão relacionados à saúde e à qualidade de vida daqueles que seguem uma tradição religiosa, tomando consciência da importância de hábitos saudáveis, principalmente quando se referem aos cuidados com o corpo.

## CONCLUSÃO

Nos últimos anos, o estudo da religiosidade ganhou um crescente interesse, por atuar diretamente sobre o comportamento e os valores dos indivíduos. A adoção de referenciais sagrados transforma o fiel, na medida em que ele passa a confiar na proteção de Deus e respeitar as normas e os valores impostos pela doutrina, melhorando, assim, a sua qualidade de vida através da adoção de hábitos salutaros, como a prática de atividade física.

Nessa perspectiva, o estudo apresentou os fatores religiosos que influenciaram os sujeitos para a adoção de um estilo de vida ativo, tais como: *participação em grupos de intervenção baseados na fé, escrituras e/ou ensinamentos sagrados, mensagens de líderes religiosos e nível de religiosidade*. No entanto, independentemente dessas categorias, a religiosidade se mostrou um aspecto relevante para que os indivíduos incorporassem a prática de atividade física em suas vidas.

Ao compreender que os fatores religiosos determinantes de um estilo de vida estão cada vez mais presentes no cotidiano dos indivíduos, torna-se necessário o desenvolvimento de pesquisas de campo realizadas no Brasil. Sugere-se que os estudos aprofundem questões vinculadas às mais distintas religiões como grandes incentivadoras dos comportamentos e hábitos salutaros, principalmente quando relacionados à prática da atividade física.

## AGRADECIMENTOS

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

## REFERÊNCIAS

- Loch MR. Comportamentos relacionados à saúde e indicadores de religiosidade em adolescentes escolares [dissertação]. Santa Catarina: Universidade Federal de Santa Catarina; 2006.
- Abdala GA, Rodrigues WG, Torres A, Rio MC, Brasil MS. A religiosidade/espiritualidade como influência positiva na abstinência, redução e/ou abandono do uso de drogas. *Rev Estudos da Religião*. 2010;77-98.
- Alves RRDN, Alves HN, Barboza RRD, Souto WMS. The influence of religiosity on health. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2010;15(4):2105-11.
- Corrêa AAM, Moreira-Almeida A, Meneze PR, Vallada H, Scazuca M. Investigating the role played by social support in the association between religiosity and mental health in low income older adults: results from the São Paulo Ageing & Health Study (SPAH). *Rev Bras Psiquiatr*. 2011;33(2):157-64.
- Bezerra J, Barros MVG, Tenório MCM, Tassitano RM, Barros SSH, Hallal PC. Religiosidade, consumo de bebidas alcoólicas e tabagismo em adolescentes. *Rev Panam Salud Públ*. 2009;26(5):440-46.
- Rodrigues DN, Martins AO, Mussi RFF, Oliveira SCCGSS. Associação entre prática religiosa e de atividade física em universitários guanambienses. In: *Anais Congresso Internacional em Ciências da Religião*; 2010 Set 25-25; Goiânia, Brasil; 2010.
- Bopp M, Lattimore D, Wilcox S, Laken M, McClorin L, Swinton R, *et al*. Understanding physical activity participation in members of an African American church: a qualitative study. *Health Educ Res*. 2007;22(6):815-26.
- Pupin VM, Cardoso CL. Concepções de saúde de Agentes comunitários de saúde: uma contribuição para reflexões acerca do saber/fazer em saúde no SUS. *Saúde Debate*. 2010;34(86):486-96.
- Steffens RAK, Brandt R, Felipe JS, Andrade A. Exercícios físicos diminuem a dor, a depressão e melhoram a qualidade de vida de pessoas com fibromialgia. *ConsSaude*. 2011;10(3):586-94.
- Brito WF. Nível de atividade física em professores da rede estadual de ensino. *Rev Saúde Pública*. 2012;46(1):104-9.
- Knuth AG, Malta DC, Dumith SC, Pereira CA, Moraes Neto OL, Temporão JG, *et al*. Prática de atividade física em sedentarismo em brasileiros: resultados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD)-2008. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2011;16(9):3697-705.
- Orsano VSM, Lopes RS, Andrade DT, Prestes J. Estilo de vida e níveis de aptidão física relacionada à saúde em adolescentes de Demerval Lobão/PI. *R Bras Ciênc Mov*. 2010;18(4):81-9.
- Shual K, Wissblueth E, Brezis M, Araida A, Faridi Z, Ali A, *et al*. The role of culture, environment, and religion in the promotion of physical activity among Arab Israelis. *Prev Chronic Dis*. 2008;5(3):1-8.
- Whitt-Glover MC, Hogan PE, Lang W, Heil DP. Pilot study of a faith-based physical activity program among sedentary blacks. *Prev Chronic Dis*. 2008;5(2):1-9.
- Linde K, Willich SN. How objective are systematic reviews? Differences between reviews on complementary medicine. *JR. Soc Med*. 2003;96:17-22.
- Fitzgibbon ML, Stolley MR, Ganschow P, Schiffer L, Wells A, Simon N, *et al*. Results of a faith-based weight loss intervention for black woman. *J Natl Med Assoc*. 2005;97(10):1393-402.
- Walseth K, Fasting K. Islam's view on physical activity and sport. *International Review Sociology of Sport*. 2003;38(1):45-60.
- Roff LL, Klemmack DL, Parker M, Koenig HG, Sawyer-Baker P, Allman RM. Religiosity, smoking, exercise, and obesity among southern, community-dwelling older adults. *J Appl Gerontol*. 2005;24(4):337-54.
- Leopold D, Juniu S. Incorporating a spiritual component into the health education aspects of a physical (activity) education program. *The Physical Educator*. 2008;65(4):208-21.
- Maynard MJ, Baker G, Rawlins E, Anderson A, Harding S. Developing obesity prevention interventions among minority ethnic children in schools and places of worship: The DEAL (Diet an Active Living) study. *BMC Public Health*. 2009;9:1-11.
- Ayers JW, Irvin VL, Park HR, Hovell MF, Hofstetter CR, Song Y, *et al*. Can religion help prevent obesity?: Religious messages and the prevalence of being overweight or obese among Korean women in California. *J Sci Study Relig*. 2010;49(3):536-49.
- Duru OK, Sarkisian CA, Leng M, Mangione CM. Sisters in motion: a randomized controlled trial of a faith-based physical activity intervention. *J Am Geriatr Soc*. 2010;58(10):1863-9.

- 
23. Aquino TAAD, Correia APM, Marques ALC, Souza CG, Freitas HCA, Araújo IF, *et al.* Atitude religiosa e sentido da vida: um estudo correlacional. *Psicol Ciênc Prof.* 2009;29(2):228-43.
  24. Sanches ZVDM, Nappo SA. Intervenção religiosa na recuperação de dependentes de drogas. *Rev Saúde Pública.* 2008;42(2):265-72.
  25. Sanchez ZVDM, Oliveira LGD, Nappo SA. Fatores protetores de adolescentes contra o uso de drogas com ênfase na religiosidade. *Ciênc Saúde Coletiva.* 2004;9(1):43-55.
  26. Seibert EW. A bíblia no Brasil. Disponível em: <http://pt.calameo.com/read/00038616948af3c91b1ab>.
  27. Rabinovich EP, Costa LAF. A “Palavra Divina” como logos separador. *Psicol Estud.* 2010;15(2):333-41.
  28. Saneto JG, Anjos JL. Práticas corporais e religiosidade: discurso de líderes religiosos. *The FIEP Bulletin.* 2007;77:119-22.
  29. Stroppa A, Moreira-Almeida A. Religiosidade e saúde. In: Salgado MI, Freire G, editores. *Saúde e espiritualidade: uma nova visão da medicina.* Belo Horizonte: Inede; 2008. p. 247-443.
  30. Rocha NS, Fleck MPA. Avaliação de qualidade de vida e importância dada a espiritualidade/ religiosidade/ crenças pessoais (SRPB) em adultos com e sem problemas crônicos de saúde. *Rev Psiquiatri Clín.* 2011;38(1):19-23.

**Endereço para correspondência:**

Ana Raquel Mendes dos Santos  
Rua Tula Freire de Souza, 61  
Bairro: San Martin  
CEP: 50761-730 - Recife - PE - Brasil  
E-mail: raquel\_mdss@hotmail.com