

AGREGAÇÃO DE COMPORTAMENTOS DE SAÚDE RELACIONADOS AO ESTILO DE VIDA EM ADULTOS NO CONTEXTO DE DESIGUALDADE DE GÊNERO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA¹

Pablinne dos Santos Braga², Clarice Alves dos Santos³

RESUMO

INTRODUÇÃO: Os comportamentos de risco à saúde, como tabagismo, consumo de álcool, alimentação inadequada e sedentarismo, impactam significativamente a saúde e estão intrinsecamente relacionados ao estilo de vida. A coocorrência desses fatores potencializa seus efeitos deletérios, sendo crucial compreender como se agregam e como variam entre gêneros para desenvolver intervenções eficazes e equitativas. **OBJETIVO:** Analisar a produção científica sobre a agregação de comportamentos de risco à saúde em adultos, com foco nas desigualdades de gênero. **MÉTODOS:** Revisão integrativa da literatura, com buscas realizadas entre janeiro e junho de 2025 nas bases de dados SciELO, PubMed/Medline, LILACS e Scopus. Foram incluídos estudos observacionais, publicados entre 2020-2025, com adultos ≥ 18 anos, que apresentassem dados estratificados por gênero. **RESULTADOS/DISCUSSÃO:** Foram selecionados 10 estudos. A análise revelou padrões consistentes de distribuição dos comportamentos de risco conforme o gênero. Homens apresentaram maiores prevalências de tabagismo, consumo excessivo de álcool e alimentação inadequada, além de maior propensão à simultaneidade de múltiplos comportamentos de risco. Mulheres foram mais associadas à inatividade física e comportamentos sedentários. Fatores como menor escolaridade, raça/cor e contextos específicos, como a pandemia de COVID-19, modularam essas associações. **CONCLUSÃO:** Os achados evidenciam disparidades de gênero na agregação de comportamentos de risco à saúde, reforçando a necessidade de intervenções e políticas públicas direcionadas que considerem essas diferenças a fim de promover equidade em saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Comportamentos de Saúde, Desigualdade de Gênero, Estilo de Vida.

AGGREGATION OF LIFESTYLE-RELATED HEALTH BEHAVIORS IN ADULTS IN THE CONTEXT OF GENDER INEQUALITY: AN INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT

INTRODUCTION: Health risk behaviors (smoking, alcohol consumption, poor diet, and a sedentary lifestyle) significantly impact health and are intrinsically linked to lifestyle. The co-occurrence of these factors potentiates their deleterious effects, making it crucial

¹ Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq)

² Graduanda em Fisioterapia, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Av. José Moreira Sobrinho - Jequiezinho, Jequié - BA, 45205-490

³ Professora titular, Orientador, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Av. José Moreira Sobrinho - Jequiezinho, Jequié - BA, 45205-490

to understand how they aggregate and how they vary between genders to develop effective and equitable interventions. **OBJECTIVE:** Analyze scientific literature on the clustering of health risk behaviors in adults, focusing on gender inequalities. **METHODS:** Integrative literature review, with searches conducted between Jan-Jun 2025 in the SciELO, PubMed/Medline, LILACS, and Scopus databases. Observational studies published between 2020 and 2025, with adults (≥ 18 years) presenting data stratified by gender, were included. **RESULTS/DISCUSSION:** Ten studies were selected. The analysis revealed consistent patterns of distribution of risk behaviors according to gender. Men had higher prevalences of smoking, excessive alcohol consumption, poor diet and greater propensity for multiple simultaneous risk behaviors. Women were more likely to be physically inactive and sedentary. Factors like lower education, race/ethnicity, and specific contexts, such as the COVID-19 pandemic, modulated these associations. **CONCLUSION:** The findings highlight gender disparities in the aggregation of health risk behaviors, reinforcing the need for targeted interventions and public policies that consider these differences to promote health equity.

KEYWORDS: Gender Inequality, Health Behaviors, Lifestyle.

INTRODUÇÃO

Os comportamentos de risco à saúde podem ser compreendidos como práticas cotidianas, intencionais ou não, que influenciam o estado de saúde, mas que não se reduzem a escolhas individuais e dependem da interação entre sujeitos e contextos socioculturais. Tabagismo, consumo excessivo de álcool, alimentação inadequada com baixa ingestão de frutas, verduras e legumes, sedentarismo e inatividade física são apontados como fatores determinantes para morbimortalidade por doenças crônicas não transmissíveis (Short; Mollborn, 2015; Francisco et al., 2019).

Cabe ressaltar que a coocorrência desses fatores potencializa seus efeitos deletérios, elevando o risco de complicações clínicas, prejudicando a qualidade de vida e impondo uma maior demanda por cuidados (Francisco et al., 2019). Ademais, a dinâmica dos comportamentos varia significativamente quando observada sob a perspectiva do gênero, o qual exerce um papel determinante ao influenciar a exposição a riscos, o acesso a recursos de proteção e a forma como esses comportamentos são socialmente interpretados. Homens idosos, por exemplo, possuem maior prevalência de tabagismo, consumo de álcool e ingestão inadequada de nutrientes essenciais, enquanto idosas são mais propensas à inatividade física (Medeiros et al., 2019).

Compreender como os comportamentos se agregam e como tais associações variam entre os gêneros é crucial para o desenvolvimento de intervenções eficazes e equitativas, permitindo o desenvolvimento de estratégias direcionadas às especificidades de cada grupo. Diante desse contexto, o presente estudo objetiva

investigar a produção científica existente sobre a agregação de comportamentos de saúde relacionados ao estilo de vida em adultos, com foco nas desigualdades de gênero.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que tem como objetivo avaliar as evidências disponíveis sobre a agregação de comportamentos de saúde relacionados ao estilo de vida em adultos no contexto das desigualdades de gênero. A coleta de dados foi realizada de janeiro a junho de 2025, por meio de buscas nas bases de dados SciELO, PubMed/Medline, LILACS e Scopus. A estratégia de busca combinou descritores controlados e palavras-chave, incluindo: (health behavior) OR (health risk behaviors) AND (lifestyle) OR (excessive alcohol consumption) OR (alcohol consumption) OR (smoking) OR (eating habits) OR (physical activity) OR (sedentary behavior) AND (gender equity) OR (intersectional framework).

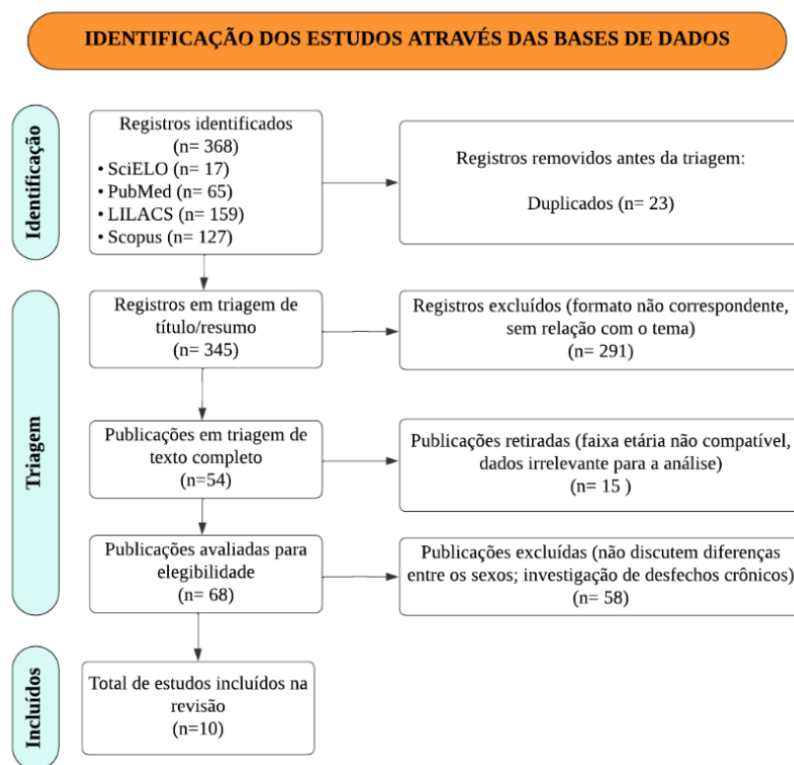
Foram incluídos estudos observacionais, epidemiológicos, de base populacional, publicados entre 2020-2025, com adultos de idade ≥ 18 anos, nos idiomas português, inglês e espanhol, disponíveis na íntegra e que apresentassem dados estratificados por gênero. Como critérios de exclusão, eliminaram-se artigos duplicados, incompletos, indisponíveis, fora dos formatos definidos ou que fugissem ao escopo temático.

Preconizando etapas para revisões integrativas, seguiu-se: definição da questão temática, estabelecimento de critérios para seleção da amostra, representação das características da pesquisa original, análise dos dados, interpretação dos resultados e apresentação da revisão. Os estudos identificados passaram por triagem inicial com base na leitura de títulos e resumos, em que os potencialmente relevantes foram submetidos à leitura completa do texto para verificação da elegibilidade. Os dados extraídos foram organizados contemplando autoria, ano, desenho do estudo e principais resultados, sendo sintetizados em forma de tabela e fluxograma para apresentação clara e objetiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As buscas resultaram em 10 estudos selecionados (*Tabela 1*) desde 2020, que atenderam os critérios de seleção estabelecidos. O fluxograma apresentado na *Figura 1* descreve o processo de seleção dos artigos.

FIGURA 1. Descrição do processo metodológico seguindo o modelo PRISMA.



Fonte: Elaboração própria (2025).

TABELA 1 - Caracterização dos artigos incluídos.

AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVOS	TIPO DO ESTUDO	PRINCIPAIS RESULTADOS
Gonzalez, T. N. et al., (2025)	Simultaneity of health risk behaviors in Brazilian older adults.	Avaliar a presença de simultaneidade de comportamentos de risco (CR) à saúde entre os idosos participantes da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) de 2013.	Estudo transversal	Verificou-se prevalência de 39,5% em zero a um comportamento e de 60,5% em dois a cinco comportamentos. Observou-se maior prevalência de CR à saúde entre os idosos do sexo masculino, viúvos e solteiros, sem plano de saúde, residentes em domicílios não cadastrados na Estratégia Saúde da Família e nas Regiões Sul e Sudeste do país.
Molina, M. del C. B. et al., (2023)	Impact of socioeconomic factors on lifestyle changes among employees of public higher education institutions in ELSA-Brasil during COVID-19 pandemic.	Identificar mudanças no estilo de vida e fatores sociodemográficos associados em mulheres e homens participantes da coorte Estudo Longitudinal da Saúde do Adulto (ELSA-Brasil) durante a pandemia de COVID-19.	Estudo longitudinal	Houve mudanças significativas durante a pandemia na atividade física, com redução de 195,5 e 240,5 equivalentes metabólicos/semana em mulheres e homens, respectivamente; redução de 15,2% ($p < 0,001$) no tabagismo e aumento no consumo de álcool (mL/semana) em homens e mulheres ($434,2 \text{ DP} \pm 5.144,0$; e $366,1 \text{ DP} \pm 4.879,0$, respectivamente). Houve também

				aumento do tempo de tela ($1,7\pm 2,4$, mulheres; $1,4\pm 2,3$, homens) e do tempo sentado ($1,7\pm 2,6$, mulheres; $1,5\pm 2,4$, homens) (h/dia).
Silva, E. A. da et al., (2022)	Simultaneidade de comportamentos de risco para saúde e fatores associados na população brasileira: dados da Pesquisa Nacional de Saúde - 2013.	Estimar a ocorrência simultânea de comportamentos de risco para saúde e fatores associados na população brasileira.	Estudo transversal	Foi verificada maior prevalência de inatividade física (73,2 vs. 63,1%, $p < 0,01$) e tempo excessivo de TV (31,9 vs. 25,5%, $p < 0,01$) entre as mulheres. Por outro lado, a prevalência de tabagismo (18,9 vs. 11,0%, $p < 0,01$), consumo abusivo de bebidas alcoólicas (21,6 vs. 6,6%, $p < 0,01$) e consumo irregular de FLV (38,6 vs. 27,8%, $p < 0,01$) foi maior entre os homens. Quanto à ocorrência simultânea, houve diferença significativa segundo sexo, período de vida e nível de escolaridade, sendo que a ocorrência de 3 ou mais comportamentos simultaneamente foi mais frequente entre homens comparados às mulheres (21,3% vs. 14,7%), entre adolescentes (17,6%) e adultos (19,0%) comparados aos idosos (12,7%) e com redução gradual conforme aumentava o nível de escolaridade (22,2%, 20,0%, 15,2% e 8,1%).
Garcia, G. A. F. et al., (2021)	The intersection race/skin color and gender, smoking and excessive alcohol consumption: cross sectional analysis of the Brazilian National Health Survey, 2013.	Investigar se as identidades interseccionais definidas por raça/cor da pele e gênero estão associadas ao tabagismo e ao consumo excessivo de álcool em uma amostra representativa de adultos brasileiros.	Estudo transversa	A prevalência de tabagismo variou de 10,6% para mulheres brancas a 23,1% para homens negros, enquanto a prevalência de consumo elevado de álcool variou de 3,3% a 14%, respectivamente. Em comparação com as mulheres brancas, após ajuste para as características sociodemográficas, apenas os homens brancos, pardos e pretos apresentaram maiores chances de fumar, atingindo o OR de 2,04 (IC95%: 1,66-2,51) nos homens negros. Quanto ao consumo excessivo de álcool, todas as categorias interseccionais apresentaram maiores chances de consumo do que as mulheres brancas, com maior magnitude nos homens negros.
Narváez, L. M. C.; Tobar, N. J. M. (2021)	Nível de actividad física en universitarios de Popayán, Colombia.	Determinar o nível de atividade física dos estudantes universitários da Corporação Universitária Autônoma de Cauca.	Estudo transversal descritivo-correlacional	De acordo a distribuição por sexo, evidenciou-se que as mulheres apresentaram menor nível de atividade em relação aos homens, o que foi corrigido pela presença de relação estatisticamente significativa ($p = 0,000$) entre as variáveis sexo e nível de atividade física. Sobre a

XXIX Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica 2025

				existência de comportamento sedentário, 57,1% dos universitários preenchem o critério de ficar sentado por mais de 6h/dia, e que são os homens que apresentam o comportamento mais sedentário 31,8% vs. 25,4% que as mulheres.
Crespo, P. A. et al., (2021)	Prevalência de fatores de risco comportamentais à saúde e sua ocorrência simultânea em estudantes de uma universidade pública de Pelotas, Rio Grande do Sul, 2017.	Estimar a prevalência de fatores de risco comportamentais à saúde e investigar clusters de ocorrência simultânea desses fatores em estudantes de universidade pública, Pelotas, RS, Brasil.	Estudo transversal	De acordo com o sexo, a inatividade física foi mais prevalente entre o feminino (52,4%) quando comparado ao masculino (34,7%), enquanto o tempo inadequado de sono e o tabagismo foram mais frequentes entre sexo masculino. Um terço dos estudantes apresentou 2 fatores de risco à saúde ao mesmo tempo, enquanto 1 em cada 10 apresentou 3 fatores simultâneos. Cerca de 20% dos estudantes do sexo masculino e 14% do feminino não apresentaram qualquer fator de risco. Na análise estratificada por sexo, entre o masculino, observou-se ocorrência de inatividade física concomitantemente a comportamento sedentário 1,42 vezes (IC95% 1,13-1,78) maior do que seria esperado ao acaso, enquanto para o feminino, o único cluster identificado foi apresentar tempo inadequado de sono.
Monteiro, L. Z. et al., (2021)	Lifestyle and risk behaviors for chronic noncommunicable diseases among healthcare undergraduates in Midwest, Brazil.	Avaliar o estilo de vida de estudantes universitários de graduação e investigar a prevalência de comportamentos de risco para doenças crônicas não transmissíveis.	Estudo transversal	De 2.163 estudantes, 69,3% eram do sexo feminino, 65,4% tinham entre 20-29 anos, os homens fumavam mais cigarros ($p < 0,01$) e usavam mais álcool do que as mulheres. As mulheres também apresentaram estilos de vida mais sedentários ($p < 0,01$) e apresentaram maiores prevalências de sobrepeso (33,8%) e obesidade (5,0%). Os estudantes que não praticavam atividade física apresentaram mais morbidades, excesso de peso ($p = 0,03$), consumiam mais refrigerantes ($p < 0,01$) e carnes com excesso de gordura ($p = 0,01$).
Hasse, J. A. et al., (2021)	Comportamento sedentário, características sociodemográficas, condições de saúde e atividade física de lazer em idosos.	Associar a prevalência de comportamento sedentário às características sociodemográficas, condições de saúde e atividade física de lazer em idosos.	Estudo transversal	Os resultados mostraram que existe prevalência de comportamento sedentário (CS) para homens (66,7%) e mulheres (57,1%). Houve associação do CS com a renda para os homens que recebem 3 ou mais salários mínimos (87,5%). Diante do estudo, constatou-se que há um maior número de idosos homens

				(88,8%) e mulheres (74,1%) que são fisicamente ativos no lazer, mas considerados sedentários e no total, uma prevalência de aproximadamente 60% de CS entre os idosos.
Hirschmann, R. et al., (2020)	Simultaneidade de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis em população rural de um município no sul do Brasil.	Descrever a ocorrência simultânea de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis e os fatores associados à simultaneidade dessas prevalências em adultos residentes na zona rural de um município no sul do Brasil.	Estudo transversal	Dos quatro fatores de risco avaliados (tabagismo, consumo de álcool, inatividade física e consumo inadequado de legumes/verduras), três foram mais prevalentes entre os homens, sendo apenas inatividade física maior entre as mulheres. Após ajuste, os homens apresentaram odds ratio 2,2 vezes maior de possuírem mais FR quando comparados às mulheres.
Graham, K. et al., (2020)	Do gender differences in the relationship between living with children and alcohol consumption vary by societal gender inequality?	Avaliar se a associação entre o consumo de álcool e morar com crianças variava para homens e mulheres em diversos países e se essa relação é moderada pela desigualdade de gênero em nível nacional.	Estudo transversal	O consumo anual de bebidas foi significativamente menor para as mulheres que vivem com filhos. Os homens que viviam com crianças eram geralmente mais propensos a beber, e a relação entre o consumo anual e viver com crianças era moderada pela igualdade cultural de gênero: especificamente, os homens em países com maior igualdade de gênero bebiam menos se moravam com crianças, enquanto a associação para homens em países de menor igualdade não era significativa. As taxas de abstenção foram maiores para as mulheres em quase todos os países, independente se moravam com filhos ou não.

Fonte: Elaboração própria (2025).

A partir da análise dos artigos incluídos nesta revisão, evidencia-se um padrão consistente na distribuição de comportamentos de risco à saúde conforme o gênero. A simultaneidade de múltiplos comportamentos de risco é um achado preocupante, sendo a ocorrência de 3 ou mais comportamentos mais frequente entre homens, sejam eles idosos (Gonzalez et al., 2025) ou adultos, com redução gradual à medida que aumentava o nível de escolaridade (Silva et al., 2022; Hirschmann et al., 2020).

Existe um padrão que se repete em alguns estudos. Observa-se que homens apresentam maiores prevalências no consumo de álcool, tabagismo e consumo irregular de FVL (Silva et al., 2022; Garcia et al., 2021; Hirschmann et al., 2020; Crespo et al.,

2021; Monteiro et al., 2021), enquanto mulheres são mais associadas à inatividade física, menores níveis de atividade física e tempo excessivo de TV (Hirschmann et al., 2020; Silva et al., 2022 Crespo et al., 2021; Narváez; Tobar, 2021). O sexo masculino também demonstrou maior prevalência de comportamento sedentário em comparação as mulheres (Hasse et al., 2021; Crespo et al., 2021; Narváez; Tobar, 2021).

Fatores contextuais, como a pandemia de COVID-19 (Molina et al., 2023) e desigualdades de gênero como a observada pela associação entre consumo de álcool e morar com crianças (Graham et al., 2020), também demonstraram influenciar significativamente esses padrões. Os resultados reforçam a necessidade de políticas públicas de saúde direcionadas que considerem essas interseccionalidades para promover estilos de vida mais saudáveis.

CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES

A análise dos estudos incluídos nesta revisão evidenciou que a agregação de comportamentos de risco à saúde é um fenômeno prevalente e distribuído de forma desigual entre os gêneros. Constatou-se que os homens demonstram maior simultaneidade de fatores, com destaque para tabagismo, consumo excessivo de álcool e padrão alimentar inadequado. Em contrapartida, as mulheres exibiram maiores prevalências de inatividade física e sedentarismo. Esses padrões são consistentes em diferentes contextos e faixas etárias, sendo influenciados por determinantes sociais e interseccionalidades, como raça/cor, escolaridade e condições macroestruturais, como sistema econômico, políticas e sistemas de saúde, políticas públicas, legislação e estrutura sociocultural.

Tais achados reforçam a necessidade de políticas públicas e intervenções em saúde que considerem as especificidades de gênero e interseccionalidade, promovendo estratégias equitativas e direcionadas para a redução de comportamentos de risco e a promoção de estilos de vida mais saudáveis entre os gêneros.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 - CRESPO, P. A. et al. Prevalência de fatores de risco comportamentais à saúde e sua ocorrência simultânea em estudantes de uma universidade pública de Pelotas, Rio Grande do Sul, 2017. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 30, n. 4, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/ress/2021.v30n4/e2021186/>
- 2 - FRANCISCO, P. M. S. B. et al. Prevalence and co-occurrence of modifiable risk factors in adults and older people. *Revista de Saúde Pública*, v. 53, p. 86, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rsp/2019.v53/86/pt/>
- 3 - GARCIA, G. A. F. et al. The intersection race/skin color and gender, smoking and excessive alcohol consumption: cross sectional analysis of the Brazilian National Health Survey, 2013. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 11, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34877990/>
- 4 - GONZALEZ, T. N. et al. Simultaneity of health risk behaviors in Brazilian older adults. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 33, n. 1, 1 jan. 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/wWN8tRXY9Hz98cpqVcYDbrq/?lang=en>
- 5 - GRAHAM, K. et al. Do gender differences in the relationship between living with children and alcohol consumption vary by societal gender inequality? *Drug and Alcohol Review*, v. 39, n. 6, p. 671–683, jun. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32483823/>
- 6 - HASSE, J. A. et al. Comportamento sedentário, características sociodemográficas, condições de saúde e atividade física de lazer em idosos. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 29, n. 4, 22 mar. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.31501/rbcm.v29i4.12071>
- 7 - HIRSCHMANN, R. et al. Simultaneidade de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis em população rural de um município no sul do Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 23, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720200066>
- 8 - MEDEIROS, P. A. DE. et al. Prevalência e simultaneidade de fatores de risco cardiovasculares em idosos participantes de um estudo de base populacional no sul do Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 22, p. e190064, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720190064>.
- 9 - MOLINA, M. del C. et al. Impact of socioeconomic factors on lifestyle changes among employees of public higher education institutions in ELSA-Brasil during COVID-19 pandemic. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, n. 11, 1 jan. 2023. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2023.v39n11/e00047123/#>

10 - MONTEIRO, L. Z. et al. Lifestyle and risk behaviors for chronic noncommunicable diseases among healthcare undergraduates in Midwest, Brazil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 7, p. 2911–2920, jul. 2021b. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/pLMdd3WcP6tpYKN7D9MTyrF/?lang=en>

11 - NARVÁEZ, L. M. C.; TOBAR, N. J. M. Physical activity levels among university students from Popayán, Colombia. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, v. 40, n. 4, 2021. Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002021000500016&lng=en&nrm=iso&tlng=en,%20https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/1083/1078

12 - SHORT, S. E.; MOLLBORN, S. Determinantes Sociais e Comportamentos de Saúde: Quadros Conceituais e Avanços Empíricos. *Opinião atual em psicologia*, v. 5, p. 78–84, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2015.05.002>

13 - SILVA, E. A. da et al. Simultaneidade de comportamentos de risco para saúde e fatores associados na população brasileira: dados da Pesquisa Nacional de Saúde - 2013. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 30, p. 297–307, 6 jun. 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/PBxxZ7XV83XmtnCNCxnSJCcr/?lang=pt>