

Você faz exercício físico?

Sim	33
Não	67

Considera-se saudável?

	fem	mas
Sim	60	40
Não	73	27

Faixa etária

	18/24	25/34	35/44	45/55
Faz exercício	458	617	510	418
Não faz exercício	47	58	71	80

Só 10% fazem exercício físico

Nos últimos anos se criou a imagem de que o brasileiro é um adorador do corpo e que dispensa boa parte de seu tempo em exercícios físicos para manter a forma. A pesquisa do Ministério da Saúde mostra o contrário. A julgar por seus resultados, o brasileiro detesta qualquer atividade física, que dispensa com desculpas como "falta de tempo e de dinheiro" ou até respondendo com honestidade: "É muito chato". Apenas 10% dos entrevistados se dedicam a algum exercício físico, que pode ir de ginástica e corrida a andar de bicicleta.

Dos que praticam alguma atividade

física, a maioria o faz para manter a saúde e ter uma resistência maior ou, ainda, para aliviar a tensão do dia-a-dia e relaxar. Poucos são os que se exercitam para ficar com o corpo mais bonito (menos de 1% diz fazer ginástica para emagrecer). Muitos buscam a atividade física para estar com amigos e conhecer gente nova. Só 2% fazem exercícios por simples prazer.

O perfil do atleta brasileiro mostra que ele tem entre 18 e 34 anos, prefere ginástica, aeróbica, jazz, corrida, caminhada e futebol, é solteiro e consome bebidas alcoólica com frequência.

Tipo de exercício físico

Ginástica/aeróbica/dança/jazz	34
Corre/anda	31
Futebol de campo	20
Futebol de salão/basquete/vôlei	22
Natação	10
Bicicleta	9
Capoeira/karatê/arts marciais/judô	3
Tênis/squash	2
Outras	1

Nas famílias brasileiras, os filhos cultuam mais o corpo que as filhas e os descasados são os que menos se preocupam em manter a forma. As pessoas cujo trabalho é sedentário são as mais interessadas em ter alguma atividade física semanal.

Curiosamente, os *atletas* têm mais medo da morte que os *preguiçosos*, os quais, por sua vez, acham que, apesar de não se exercitarem, são saudáveis. Entre as várias razões apontadas por quem não tem atividade física há algumas curiosas: um entrevistado que acha ginástica "uma coisa chata".