



Apoio:

Articulação e Financiamento:

Realização:



<sup>1</sup>Consumo três ou mais vezes na semana. <sup>2</sup>Quatro ou cinco doses em uma ocasião para mulheres e homens, respectivamente. <sup>3</sup>Resultado do teste AUDIT ≥ 16. <sup>4</sup>Consumo regular = 5 ou mais vezes na semana. <sup>5</sup>Uso de cigarro industrializado, de palha, de papel, cachimbo ou charuto em qualquer quantidade. <sup>6</sup>Usou pelo menos uma vez na vida, mas atualmente não usa <sup>7</sup>Segundo a OMS este é o tempo de atividade física aeróbica moderada a vigorosa recomendado por semana para todos os adultos. <sup>8</sup>Uso de tablets, celulares ou TVs 3 ou mais horas por dia para lazer. <sup>9</sup>Segundo recomendação da National Sleep Foundation (7 a 9 horas de sono por dia nesta faixa etária)