



**UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR**

**Ciências Sociais e Humanas**

**Estudo comparativo do nível de actividade física e de alguns hábitos de vida saudável em alunos do ensino universitário - Beira Interior e Madeira**

**Sérgio David Pão Vieira**

Dissertação para obtenção do grau de mestre em

**Ciências do Desporto**

**(2ºciclo de estudos)**

Orientador: Prof. Doutora Maria Dulce Leal Esteves

**Covilhã, Junho de 2011**



Universidade da Beira Interior

DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DO DESPORTO

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Estudo comparativo do nível de actividade física e de alguns hábitos de vida saudável em alunos do ensino universitário - Beira Interior e Madeira

Dissertação realizada sob a orientação da Prof.  
Dr.ª Maria Dulce Leal Esteves, da  
Universidade da Beira Interior

Por: Sérgio David Pão Vieira



## **AGRADECIMENTOS**

Em primeiro lugar, agradeço à minha família por todo suporte e apoio incondicional que me deram desde o início até conseguir chegar a esta fase da minha vida.

Gostaria também de agradecer ao orientador (Prof<sup>a</sup>.Dr<sup>a</sup> Dulce Esteves), por todo o apoio, disponibilidade e cooperação que apresentou para comigo em todas as etapas do trabalho realizado.

