

VIII Mostra de Ensino, Pesquisa e Extensão do Curso de Nutrição 2023

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASSOCIADOS EM PESQUISA AUTORREFERIDA POR CONTATOS TELEFÔNICO

Shirley Carolina Santos Costa¹

Judá Estêvão Ventura Del Aguila²

Carla Zanelatto³

Márcia Fernandes Nishiyama⁴

Introdução: A prática de atividade física (AF) está inserida na rotina da maior parte da população, tendo graus diferentes de intensidade, levando a busca por uma saúde física e mental, visando melhor qualidade de vida. **Objetivos:** Esse estudo tem por objetivo descrever a prevalência de atividade física (AF) na população adulta (≥ 18 anos de idade) e os fatores sociodemográficos associados à sua prática em amostra da pesquisa Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) em 2019. **Métodos:** Foram realizadas aproximadamente 53 mil entrevistas, e a amostragem se deu por duplo estágio, sendo na primeira etapa o sorteio de no mínimo 5 mil linhas telefônicas por cidade (26 capitais dos estados brasileiros e no Distrito Federal) e a segunda etapa se deu pelo sorteio de um dos adultos residentes no domicílio sorteado. A análise estatística foi realizada no software STATA (Statistical Software for Professionals, Texas), versão 13.1. As análises foram corrigidas pelo efeito do delineamento e plano amostral do estudo por meio da utilização do comando svy do STATA, tanto para as estimativas das prevalências quanto para a análise da associação. A comparação de proporções foi feita pelo teste estatístico Qui-quadrado de Pearson (χ^2). A significância estatística foi estabelecida para $p < 0,05$ para avaliar a associação entre as variáveis sociodemográficas e a variável dependente (AF). **Resultados e discussão:** Houve prevalência entre os homens que praticam AF. Em relação a idade, foi visto uma diminuição da prática de AF nos grupos etários mais velhos, e quanto mais escolarizadas as pessoas, maior a prevalência de praticantes. Foi possível observar que a prática de AF está associada aos fatores sociodemográficos, sobretudo escolaridade, bolsa família e idade. Neste caso, a escolaridade e o bolsa família podem ser considerados como indicativos das condições de renda da população. Os participantes de alta renda demonstraram maior acesso a realização de exercícios físicos no lazer, frequentando academias e residindo em bairros que propiciem melhores condições para a prática, tais como presença de ciclovias. É importante destacar que a prática regular de exercícios físicos é um fator determinante na redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e a manutenção ou redução do peso corporal, impactando de maneira significativa na mortalidade. Além disso, apresenta benefícios ligados à redução

¹ Discente do curso de nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, *Realeza*, bolsista com bolsa de inclusão social à pesquisa, shirley.costa@estudante.uffs.edu.br

² Nutricionista, Graduado pela Universidade Federal da Fronteira Sul, *Realeza*, judaventura@gmail.com

³ Docente do curso de Medicina, Centro Universitário de Pato Branco, *Pato Branco*, carla.zanelatto@unidep.edu.br

⁴ Docente do curso de nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, *Realeza*, marcia.nishiyama@uffs.edu.br

VIII Mostra de Ensino, Pesquisa e Extensão do Curso de Nutrição 2023

do stress e da depressão, aumento da qualidade de vida, bem como, o aumento da sensação de bem estar. **Conclusão:** Os fatores sociodemográficos impactam significativamente na prática de AF. O estudo possibilitou a caracterização de uma população aparentemente mais vulnerável à prática de AF, cabendo o direcionamento de ações mais adequadas em termos de políticas públicas, visando a diminuição das desigualdades sociais.

Palavras-chave: Exercício físico, Qualidade de vida, Desigualdade Social, Doenças Crônicas, Políticas Públicas.

Referências Bibliográficas

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância Sanitária em Saúde. Departamento de Análise de Situação em Saúde. **Avaliação de efetividade de programas de educação física no Brasil** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância Sanitária em Saúde. Departamento de Análise de Situação em Saúde. - Brasília : Ministério da Saúde, 2013.

Kienteka M, Reis RS, Rech CR. **Personal and behavioral factors associated with bicycling in adults from Curitiba, Parana State, Brazil.** Cad. Saúde Pública. 2014;30(1):79-7.

Gualano Bruno, Tinucci Taís. **Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas.** Rev. bras. educ. fis. esporte [Internet]. 2011 Dec [cited 2021 Apr 18]; 25(spe): 37-43. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092011000500005&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S1807-55092011000500005>.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Vigitel Brasil 2019: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.** Brasília: Ministério da Saúde, 2020.137.: il.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis.** Vigitel Brasil 2016.

SILVA, Rodrigo Sinnott et al. **Atividade física e qualidade de vida.** Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 115-120, jan. 2010. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232010000100017&lng=en&nrm=iso>. access on 18 Apr. 2021. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000100017>

Rovniak LS, Sallis JF, Saelens BE, Frank LD, Marshall SJ, Norman GJ, et al. **Adults' physical activity patterns across life domains: cluster analysis with replication.** Health Psychol. 2010;29(5):496-05