



Prevalência da Prática de Atividade Física em Montes Claros, MG, Brasil

Rosângela Ramos Veloso Silva, Alexandra Dias Moreira, Geórgia das Graças Pena, Tatiana Carvalho Reis, João Felício Rodrigues Neto, Andre Luíz Sena Guimarães, Gustavo Velásquez-Meléndez

Introdução

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são responsáveis pela maior parte da morbimortalidade no Brasil e no mundo. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), em 2008, mais de 60% das mortes mundiais foram atribuídas às DCNT (1). Um pequeno conjunto de fatores de risco responde pela maioria das mortes e incapacidades por DCNT. Dentre esses fatores, destacam-se o tabagismo, o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, dieta inadequada e a inatividade física(2).

A inatividade física é um importante problema de saúde pública na sociedade moderna, especialmente quando se considera que cerca de 70% da população adulta não atinge os níveis mínimos recomendados de atividade física (3). Em 2012, somente 33,5% da população brasileira foi considerada suficientemente ativa no tempo livre e 14,2% no deslocamento. Em Belo Horizonte, essas frequências foram 36,4% e 16,4% respectivamente (4).

A produção científica acerca da AF no Brasil tem aumentado de forma expressiva nos últimos anos. No entanto, atualmente, existem poucos estudos de base populacional que avaliam os níveis de AF em adultos e idosos nos municípios do interior de Minas Gerais. Portanto, o objetivo deste estudo foi estimar a prevalência de atividade física em adultos em estudo de base populacional em Montes Claros, Minas Gerais. **Material e métodos**

O presente estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Estadual de Montes Claros e da Universidade Federal de Minas Gerais.

O estudo foi do tipo transversal de base populacional realizado na área urbana, localizada no Norte de Minas Gerais.

A população de estudo foi composta por adultos com 18 anos ou mais residentes em domicílios particulares permanentes na região urbana de Montes Claros. A amostra foi selecionada em amostragem probabilística por conglomerados sendo um total de 808 participantes no estudo.

Os dados do presente estudo foram coletados durante os meses de janeiro de 2012 a março de 2013. Foi aplicado questionário estruturado face a face que contemplava aspectos demográficos e socioeconômicos, fatores de risco para as doenças crônicas não transmissíveis e morbidades autorreferidas.

O nível de atividade física foi avaliado mediante aplicação do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) na versão longa. O IPAQ é um questionário proposto pela OMS para avaliação da atividade física em nível mundial e validado no Brasil. Esse instrumento contempla os níveis de atividade física nos domínios do trabalho, das atividades domésticas, no tempo livre (lazer) e deslocamento referidos a uma semana habitual (5).

Foram calculadas as proporções e os intervalos de 95% de confiança (IC 95%) de variáveis sociodemográficas e de atividade física. A prática de atividade física e inatividade foram avaliadas segundo idade e escolaridade. Todas as análises foram estratificadas por sexo. Para avaliação da diferença entre as medidas, utilizou-se o teste de qui-quadrado de Pearson, utilizando-se um nível de significância de 5% ($p < 0,05$). A análise dos dados foi realizada por meio do programa *Statistical Software for Professional* (Stata Corp., Texas, USA), versão 12.

Resultados

A população do estudo foi constituída por 47% de homens e 53% de mulheres, com idade média de 39,6 anos (IC95% 38,3- 40,9) e média de escolaridade de 9,59 anos de estudo (IC95% 9,2 – 10,0), sendo 48% com 12 ou mais de estudo. A maioria dos participantes referiu estar casado (54,9%) e 43,2% relatou renda entre 2 e 4 salários mínimos.

Quando avaliada a relação entre sexo e os domínios de AF, foi verificado que os homens são mais ativos no trabalho (35,5%), no tempo livre (28,9%) e no deslocamento (42%), enquanto as mulheres são mais ativas no domicílio (68,9%). Todas essas diferenças foram estatisticamente significativas. As mulheres também foram mais ativas quando avaliados todos os domínios em conjunto, porém, a diferença não foi significativa. Dados demonstrados em Figura 1.

No sexo feminino, a relação entre faixa etária e AF no tempo livre foi significativa ($p=0,009$) e foi menor com a diminuição da escolaridade ($p=0,029$). A relação entre faixa etária e AF no trabalho foi significativa no sexo masculino ($p=0,008$) e no sexo feminino ($p=0,004$). As demais diferenças não foram estatisticamente significativas.



FÓRUM ENSINO · PESQUISA
EXTENSÃO · GESTÃO

FEPEG

UNIVERSIDADE: SABERES E PRÁTICAS INOVADORAS

Trabalhos científicos · Apresentações artísticas e culturais · Debates · Minicursos e Palestras

REALIZAÇÃO:

Unimontes
Universidade Estadual de Montes Claros

APOIO:

FAPEMIG

FADENOR

24 a 27
setembro
Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro

www.fepeg.unimontes.br

A relação entre faixa etária e AF no domicílio foi estatisticamente significativa no sexo feminino ($p < 0,001$), mas não no sexo masculino, assim como nas demais relações.

Discussão

No presente estudo, considerando a atividade física semanal total, 82,3% foram considerados ativos. Apenas 21,4% dos indivíduos foram ativos no tempo livre. Observaram-se, entretanto, maiores prevalências para AF no deslocamento e domicílio, 37,3% e 52,0% respectivamente, enquanto que a frequência de ativos no trabalho foi de 26,2% e de inatividade, 7,9%.

De acordo com os dados do Ministério da Saúde em 2013 (4), o estudo do VIGITEL, a frequência de adultos que praticam o nível recomendado de atividade física no tempo livre variou entre 27,9% em São Paulo e 43,1% em Florianópolis e Vitória, tendo o presente estudo frequências próximas à cidade de São Paulo. No deslocamento, a prevalência de AF foi de 14,2% entre as capitais brasileiras, menor que a encontrada em Montes Claros neste estudo.

Bicalho *et al.* (2010)(6) realizaram um estudo na área rural de Minas Gerais e encontraram que a prevalência de indivíduos que praticaram 150 minutos ou mais de atividade física no trabalho foi de 82,9%, sendo a prevalência por 63,5% no domicílio e 10,1% no lazer. Por outro lado, estudo realizado em Curitiba com 1461 indivíduos entre 18 a 69 anos mostrou 18,2% de indivíduos ativos(7).

No presente trabalho, quando avaliada a relação entre sexo e os domínios de AF, foi verificado que os homens são mais ativos no trabalho, no tempo livre e no deslocamento, enquanto as mulheres são mais ativas no domicílio. A prevalência de AF no tempo livre diminuiu conforme o aumento da idade e diminuição da escolaridade.

Em estudo realizado em área rural de Minas Gerais, foram encontradas relações similares entre os sexos em todos os domínios de atividade física, corroborando os achados do presente estudo(6). Outro estudo realizado no Brasil com população adulta observaram que a atividade física no lazer é maior no sexo masculino e menos frequente quanto maior a faixa etária, similar aos dados do presente estudo(8).

Na perspectiva de prevenção das DCNT vários programas são elaborados pela OMS como o programa de Estratégia Global para a Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde. No Brasil, o Ministério da Saúde (MS) vem financiando o desenvolvimento de estratégias de promoção da atividade física desde 2005(9).

As informações geradas por estudos de base populacionais são importantes para o conhecimento da situação epidemiológica de morbidade e saúde da população além de gerar subsídios e auxiliar nas prioridades de gestão como o planejamento e avaliação das políticas de prevenção e controle de agravos, como a de incentivos à prática de atividade física.

Considerações finais

Apesar de aproximadamente 80% da população avaliada em Montes Claros ter sido considerada ativa, a frequência de indivíduos que praticam atividade física no tempo livre foi baixa. É importante que se desenvolvam ações em saúde a fim de incentivar a prática de atividade física no tempo livre para toda a população, especialmente com o foco nos segmentos que apresentam menor frequência de AF, principalmente entre os indivíduos de faixas etárias superiores e entre as mulheres.

Referências

- Matheson GO, Klügl M, Engebretsen L, Bendiksen F, Blair SN, Börjesson M, et al. Prevention and management of non-communicable disease: the IOC consensus statement, Lausanne 2013. *British Journal of Sports Medicine*. 2013 November 1, 2013;47(16):1003-11.
- WHO. World Healthy Organization - Noncommunicable Diseases Country Profiles - 2011 Geneva: WHO; 2011 [cited 2014]. Media Centre - Fact sheet Updated March 2013]. Available from: http://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789241502283_eng.pdf.
- Pardo A, Roman-Vinas B, Ribas-Barba L, Roure E, Vallbona C, Serra-Majem L. Health-enhancing physical activity and associated factors in a Spanish population. *J Sci Med Sport*. 2014 Mar;17(2):188-94. PubMed PMID: 23727399.
- VIGITEL MDS. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico - VIGITEL. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.
- Matsudo S, Araujo T, V M, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*. 2001;6(2):5-18.
- Bicalho PG, Hallal PC, Gazzinelli A, Knuth AG, Velásquez-Meléndez G. Atividade física e fatores associados em adultos de área rural em Minas Gerais, Brasil. *Revista de Saúde Pública*. 2010;44:884-93.
- Rech CR, Reis RS, Hino AAF, Hallal PC. Personal, social and environmental correlates of physical activity in adults from Curitiba, Brazil. *Preventive Medicine*. 2014 1//;58(0):53-7.
- MALTA DC, MOURA EC, CASTRO AMdeA. Physical activities pattern among brazilian adults: Results of phone survey, 2006. *Epidemiol Serv Saúde*. 2009 (17-16).
- MALTA DC, CASTRO AMd, GOSCH CS, CRUZ DKdeA. National policy of health promotion and the motor activity agenda in the context of the National Health System in Brazil. *Epidemiol Serv Saúde*. 2009;18(1):79-86.

REALIZAÇÃO: **Unimontes** Universidade Estadual de Montes Claros

APOIO: **FAPEMIG** **FADENOR**

FÓRUM FEPEG ENSINO • PESQUISA EXTENSÃO • GESTÃO

UNIVERSIDADE: SABERES E PRÁTICAS INOVADORAS

Trabalhos científicos • Apresentações artísticas e culturais • Debates • Minicursos e Palestras

24 a 27 setembro
Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro

www.fepeg.unimontes.br

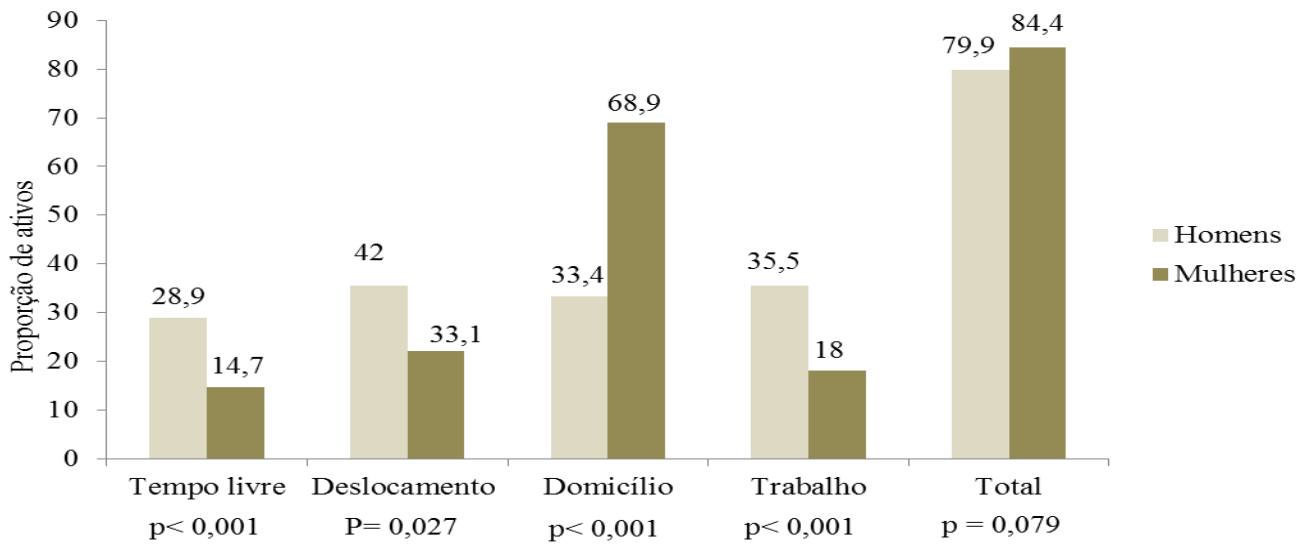


Figura 1. Proporção indivíduos ativos por sexo e domínio de atividade física. Montes Claros, MG.