NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE COLABORADORES ADMINISTRATIVOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE NÍVEL SUPERIOR PRIVADA

Autor(res)

Fabiana Da Costa Teixeira
João Lucas Figueiredo Perrenoud
Marcos Vinicius Fidelis Da Silva
Gabrielle Nascimento Dos Santos

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE NITERÓI

Resumo

Introdução:O baixo nível de atividade física, bem como o sobrepeso/obesidade estão associados à doença cardiovascularque é a causa predominante de mortalidade, especialmente nos países em desenvolvimento.Objetivo:Avaliar o estado nutricional e o nível de atividade física de colaboradores administrativos de uma instituição privada de ensino superior.Métodos:Estudo transversal realizado entre fevereiro e março de 2023 em colaboradores administrativos de uma universidade localizada em Niterói, RJ. Dados coletados: informações pessoais e dados de saúde (questionário), peso e altura para estado nutricional ("peso corporal adequado ou sobrepeso/obesidade" de acordo com o índice de massa corporal) e nível de atividade física ("baixo ou adequado") de acordo com questionário internacional (IPAQ, versão curta). Análise estatística: Foram calculadas as médias das variáveis contínuas, desvio padrão, frequências das variáveis categóricas e seus respectivos intervalos de confiança (IC) de 95%. As médias das variáveis contínuas foram analisadas por meio do Teste T para amostras independentes. Para avaliar o estado nutricional e sua associação o nível de atividade física, foram utilizados os testes Qui-quadrado e Exato de Fisher.A significância estatística foi considerada se p <0,05 (Programa estatístico SPSS, v.21, Chicago, IL).Resultados: Foram avaliados 54 colaboradores administrativos (sexo feminino 70,4%), com médias: 37,7 (10,9) anos, peso corporal 78,0 (22,3) kg, índice de massa corporal 28,2 (6,4) Kg/m², sem diferença estatística na idade por sexo (p=0,78) e maior índice de massa corporal entre homens em relação às mulheres (p=0,012). Sobrepeso/obesidade foi observado em 61,1% (n=33) (IC: 46,9; 74,1%) da amostra. Baixo nível de atividade física em 37% (n=20) (IC: 24,3; 51,3%) e adequado em 63% (n=34) (IC: 48,7; 75,7%) dos colaboradores administrativos, sem diferença estatística por estado nutricional (p=0,9).Discussão:Observou-se elevada prevalência de sobrepeso/obesidade na população estudada, bem como de baixo nível de atividade física, independentemente da presença de alterações de peso. Os dados corroboram a literatura sobre o tema. Conclusão:Faz-se necessário o desenvolvimento de ações que promovam a prática regular de atividade física entre colaboradores administrativos, incluindo programas institucionais para esse fim. Essas ações podem minimizar o risco de obesidade/sobrepeso, além de outras intercorrências associadas ao baixo nível de atividade física.