IMPACTO DO COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO SOBRE INDICADORES DE SAÚDE EM ADULTOS JOVENS E IDOSOS DE LAURO DE FREITAS – BAHIA

Autor(res)

Igor De Matos Pinheiro
Matheus Torquato Ferreira Leal

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

UNIME LAURO DE FREITAS

Resumo

INTRODUÇÃO: O tempo despendido em comportamento sedentário (CS) tem um impacto negativo sobre indicadores de saúde. No entanto, não está claro como o comportamento sedentário e atividade física interagem em diferentes sexos, faixas etárias e contextos socioculturais. OBJETIVO: Esclarecer a associação independente entre sedentarismo e atividade física com desfechos negativos para a saúde. METODOLOGIA: Estudo multicêntrico composto por duas fases: fase 1 - estudo de caso controle retrospectivo; fase 2 – estudo de coorte prospectivo com duração de cinco anos, com avaliações periódicas a cada 12 meses. Critérios de seleção: idade 18 anos, não possuir limitações físicas e cognitivas que impossibilitem a realização das avaliações. Foram coletados dados clínicos, nível de atividade física, realizadas medidas de antropometria, composição corporal, e teste funcional e equilíbrio. Os dados preliminares coletados da fase 1 no Centro Universitário Unime/Unifas – Lauro de Freitas foram analisados pela estatística descritiva. RESULTADOS: Quarenta e três participantes sendo maioria (30 - 69,77%) mulheres, idade média de 44,97 anos (dp 19,99 anos), índice de massa corporal: 15 (34,88%) eutróficos, 21 (48,84%) com excesso de peso, e 04 (9,3%) com obesidade classe I, e 03 (6,98%) com obesidade classe II. Três (6,98%) participantes foram classificados como muito ativos, 31 (72,09%) ativos, 07 (16,28%) irregularmente ativo e 02 (4,65%) sedentários, com média de 4,88 horas de tempo sentado/dia. Maioria (37 – 86,05%) apresentou bom desempenho no teste físico realizado. CONCLUSÃO: Os resultados preliminares demonstram uma amostra, em sua maioria, composta por mulheres adultas, com excesso de peso, fisicamente ativas, com bom desempenho físico, média de 4,88 horas dia/semana de tempo sentado. Com o aumento da amostra, será possível verificar o real impacto do comportamento sedentário na saúde destes indivíduos.

Agência de Fomento

FUNADESP-Fundação Nacional de Desenvolvimento do Ensino Superior Particular