Impacto do comportamento sedentário sobre indicadores de saúde e qualidade de vida em adultos jovens e idosos.

Autor(res)

Ana Carolina Dos Santos Demarchi
Veronica Batista Queiroz
Tanyara Ribeiro De Oliveira Bezerra Da Silva
Alice Tombini Frei
Bianka Moreira Bellini
Luana Tiago Furtado
Cibely Nicolau Da Silva Loureiro
Gabriel Sant'Ana Pereira Barbosa
Gabriel Lageano Gonçalves
Izabelly Amancio Da Silva
Gabriel Pinheiro Domingues

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE CAMPO GRANDE

Resumo

Introdução: É reconhecido que o tempo despendido em comportamento sedentário (CS) tem um impacto negativo sobre indicadores de saúde e qualidade de vida. Por outro lado, alguns estudos observacionais e experimentais têm revelado efeitos benéficos para a saúde associados a interrupção periódica do CS ao longo do dia.
Objetivo: Analisar o impacto do tempo total despendido no CS em indicadores de saúde em adultos jovens e idosos.
Métodos: estudo de caso controle e posteriormente um estudo de coorte prospectivo com acompanhamento de cinco anos, com as avaliações sendo realizadas periodicamente a cada 12 meses. A medida dos níveis de atividade física e de CS foi avaliada por meio de questionários específicos. Ainda foram realizadas medidas antropométricas, capacidade funcional, sinais vitais.
Resultados preliminares: Foram avaliados 29 indivíduos no grupo idosos e 31 no grupo adultos. O primeiro grupo foi composto predominantemente por indivíduos do sexo feminino (65%) com uma média de idade 70±6,7 anos, enquanto o segundo grupo foi composto por 48% da amostra do sexo feminino, sendo a média de idade do grupo 33±13,2 anos. O IMC estimado para o grupo idosos apresentou uma média de 29±6,7, enquanto no grupo adultos foi 27±4,0. No grupo de indivíduos idosos, 53,4% foram considerados eutróficos, enquanto no grupo adultos apenas 19%. A presença de sobrepeso/obesidade no grupo idosos foi de 39%. enquanto nos adultos foi identificado que 61,2% estavam na categoria sobrepeso, 12,9% obesidade e 6,4% obesidade grave. Considerando o nível de atividade física, foi possível identificar a seguinte diferença entre os grupos idosos e jovens: muito ativos (55% e 45%), Ativos (34% e 45%), insuficientemente ativos (6,8% e 3,4%) e Sedentários (3,4% e 6,4%),

respectivamente.

Usando como referência o parâmetro relação cintura-estatura, 92,8% dos idosos avaliados apresentam risco elevado para mortalidade associado a eventos cardiovasculares, enquanto no grupo adultos (58%) apresentaram relação cintura estatura superior a 0,5, sugerindo risco cardiovascular elevado.

Entre os indivíduos muito ativos no grupo idosos, 25% possuíam uma comorbidade referida, 12,5% duas, 31% três, enquanto no grupo adultos, 71% não apresentaram nenhuma comorbidade referida.

O tempo de comportamento sedentário foi maior entre a população adulta do que no grupo de idosos estudados, média de 138 horas vs 237 horas.