

# **A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UM MUNICÍPIO AMAZÔNICO: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS.**

Autor: Natanael Guimarães Ribeiro

Orientadora: Mônica da Silva Nunes

2022

## **RESUMO**

**Introdução:** Prática de atividade física é um dos principais métodos para prevênção de diversas doenças e agravos, a inatividade física, em escala mundial possui um percentual de 60% da população que também é carente de alimentação e hábitos de vidas saudáveis. As doenças crônicas não transmissíveis e o sedentarismo são responsáveis por 58% dos gastos relacionados à internação hospitalar, com isso, destaca-se a criação de diversos programas públicos de incentivo a atividade física, como Academia da Saúde, porém grande parte da população desconhece a existência de tais programas favorecendo ao aumento do sedentarismo na comunidade. Com isso, foi objetivado analisar a prevalência de atividade física na população urbana de Mâncio Lima, identificando os possíveis fatores associados. **Objetivo:** Analisar a prevalência de atividade física na população urbana de Mâncio Lima, identificando os possíveis fatores associados

**Métodos:** Trata-se de um estudo observacional analítico do tipo transversal. A amostra foi composta pela população residente na área urbana. A seleção da amostra foi feita aleatoriamente incluindo 20% dos domicílios estratificados por bairro e localidade. A contagem e identificação dos domicílios foram realizadas a partir do cadastro das Unidades de Saúde existentes na área urbana. Trezentos e sessenta domicílios foram selecionados através de amostragem estratificada por bairro, proporcional ao número de famílias cadastradas no sistema de saúde. Os domicílios continham 1.555 habitantes; desses 867 tinham mais de 17 anos de idade. Foram convidadas a participar todas as pessoas em cada domicílio sorteado que tivesse 18 anos ou mais. Concordaram em participar do estudo e foram entrevistadas 820 pessoas (94,5%), pertencentes a 356 domicílios (98,89%), sendo que 43 pessoas recusaram a entrevista e quatro não completaram a entrevista. Os dados utilizados neste estudo foram coletados de janeiro a fevereiro de 2012.

**Resultados:** Observou-se que a população de estudo tem prevalência de 41% de

irregularmente ativo e 41,07% de sedentário, sendo apenas 17,3% ativos fisicamente. Em relação aos sexos, predominou o feminino com 426 indivíduos (52%), onde 213 estão enquadrados como sedentários (50%) em contrapartida, a população masculina, contando com 394 indivíduos (48%), apresentou um montante de 129 sedentários. Individuos com idade de 18 ou mais, agrupados de uma forma generalizada e contínua, independente do sexo, onde foi possível observar que dos 820 participantes, 342 (41,70%) são classificados como sedentários e apenas 142 (17,32%) classificados como muito ativo/ativo. **Conclusão:** No presente estudo, Mâncio Lima está proxima dos padrões brasileiros de nível de atividade física onde o sedentarismo é mais prevalente, nesta populaçao, deu-se em 41,07% e com o passar da idade esse índice aumenta continuamente, levando-nos a refletir sobre a importância das Políticas Públicas acerca deste tema tão importante que é a atividade física.

**Palavras-chave:** Exercício Físico. Comportamento Sedentário. Medicina Esportiva.