



Nível de atividade física e percepção de ambiente em idosos de um interior do Ceará

AUTORES

Déborah Santana Pereira
Thereza Maria Magalhães Moreira

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
do Ceará, Ceará, Brasil.

CONTATO

deborahsan@gmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):29

Resumo: O processo de envelhecimento evidencia o declínio do nível de atividade física (NAF) em idosos, embora a literatura apresente evidências sobre benefícios do estilo de vida ativo (EVA) na terceira idade. Objetivou-se analisar a associação entre NAF e percepção de ambiente em idosos de Canindé-Ceará. Estudo quantitativo, de base populacional, com amostra de 372 indivíduos. Utilizou-se um questionário de caracterização com aspectos sociodemográficos; a versão brasileira da Neighborhood Environmental Walkability Scale e o International Physical Activity Questionnaire. O Statistical Package for the Social Science 23.0 foi utilizado para estatística descritiva e inferencial (frequência, percentual, média, desvio-padrão, Teste de Qui-quadrado de Pearson) adotando nível de significância de 5%. A amostra apresentou média de idade de 71,01(+9,23) anos e 58,9% foi considerada insuficientemente ativa. A maioria dos idosos sedentários eram homens ($p = 0,000$), acima de 70 anos ($p = 0,000$), estudaram até o Ensino Fundamental ($p = 0,032$) e possuíam renda mensal < 2 salários mínimos ($p = 0,037$). Quanto aos aspectos ambientais, a maioria das mulheres sedentárias não encontram nas proximidades ambiente seguro para exercitar ($p = 0,002$), lugar adequado para caminhada ($p = 0,003$) e postos de saúde ($p = 0,047$). Além de não receberem convites de parentes/amigos ($p = 0,012$), próximo aos homens sedentários não se encontra ambiente seguro para a prática de exercícios ($p = 0,030$), nem clubes ($p = 0,021$). Os resultados revelam aspectos associados ao baixo NAF encontrado, e apontam a necessidade de estratégias de promoção do EVA em idosos, com ênfase na construção e preservação de ambientes físicos e sociais seguros e promotores da saúde na comunidade.

Palavras-chave: Saúde do idoso; Estilo de vida Sedentário; Meio ambiente.



Este obra está licenciado com uma Licença
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-
CompartilhaIgual 4.0 Internacional.



XII CBAFS