



# 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

*deborahtsan@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-  
Compartilhável 4.0 Internacional.

**XII CBAFS**