



Nível de atividade física e fatores associados em integrantes da guarda civil de Contagem/MG

AUTORES

José Mauro Silva Vidigal

Júlia Medeiros Braz

Bruno Ribeiro de Andrade

Hugo César Martins Costa

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais,
Belo Horizonte, Minas Gerais. Brasil.

CONTATO

ju_lia_mb_@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):52

Resumo: O trabalho humano destaca-se por sua importância na qualidade de vida, principalmente por suas consequências para a saúde. O trabalho e outros compromissos podem ocasionar diminuição do tempo livre de lazer, exposição a agentes estressores e reduzidos níveis de atividade física (AF). Ações inerentes à atuação do agente da guarda civil acentuam essas condições, ocasionando consequências importantes. A AF possibilita melhor condição de saúde, estando associada ao menor risco de desenvolvimento de doenças e incapacidades funcionais. O estudo objetivou descrever os níveis de AF e barreiras para sua prática, por integrantes da Guarda Civil de Contagem/MG. Trata-se de uma pesquisa de campo, quali-quantitativa e descritiva. A amostra foi constituída por conveniência, por agentes que assinaram o TCLE. O questionário, aplicado face a face, constou de questões sociodemográficas, condições de saúde, IPAQ-versão curta adaptado e barreiras para prática de AF. Participaram do estudo 77 guardas civis, entre 18 e 59 anos, do sexo masculino (85,7%) e feminino (14,3%), sendo 41,6% com ensino superior completo e 54,5% com ao menos um dependente. 81,8% auto avaliaram a saúde como Muito boa/Boa, 48,1% apresentaram sobre peso e 83,1% atingiram as recomendações de AF da OMS. As barreiras mais citadas para a prática de AF foram: jornada de trabalho extensa, tarefas domésticas e compromissos familiares. Apesar de 83,1% dos entrevistados relatarem ter alguma barreira, apenas 5,2% foram classificados como "sedentários". Os resultados demonstraram classificação positiva dos níveis de AF por parte dos agentes, mesmo diante das barreiras apresentadas.

Palavras-chave: Atividade física; Saúde; Guarda civil.



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

**XII CBAFS**