



# Atividade física e transtorno mental comum em adultos que vivem no município de São Paulo

## AUTORES

Michele Santos da Cruz  
Alex Antônio Florindo

Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, Departamento de Nutrição, São Paulo, São Paulo, Brasil.

## CONTATO

*chele@gmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):80

**Resumo:** A prevalência de transtornos mentais, principalmente depressão e ansiedade, vem aumentando em adultos e a prática de atividade física pode amenizar esses problemas. Este estudo objetiva verificar associação entre domínios da atividade física e transtorno mental comum em adultos do município de São Paulo por meio de estudo transversal com 3145 adultos de 18 anos ou mais. Foram utilizados dados do Inquérito de Saúde de São Paulo coleta 2014-2015. Para avaliar atividade física foi utilizado o International Physical Activity Questionnaire versão longa e para avaliação da saúde mental foi utilizado o Self-Report Questionnaire – 20 que avalia a propensão para desenvolvimento de transtornos mentais comuns. Modelo de regressão logística estratificado por sexo e ajustado por idade, escolaridade, tabagismo, trabalho, auto relato de saúde, escore de doença e diagnóstico anterior de transtorno mental ou emocional foram elaborados para analisar a associação entre o TMC e a prática de atividade física nos domínios do lazer, trabalho, deslocamento e atividades domésticas. Os resultados mostraram que aqueles que relataram não praticar atividade física tiveram maior propensão de ter TMC, mantendo associação significativa na atividade física de lazer e na de trabalho. Aqueles que relataram praticar atividade física doméstica apresentaram maior propensão de desenvolver um TMC. Na atividade física de deslocamento os homens que não praticavam essa atividade apresentaram 3,11 (1,32 - 7,34) vezes mais chances de ter TMC. Desde modo, os resultados sugerem que a prática de atividade física está associada a desfechos em transtornos mentais comuns em adultos do município de São Paulo.

**Palavras-chave:** Transtornos mentais comuns; Atividade física; Estudo transversal

**Apoio:** Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes)



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



# XII CBAFS