



# Conteúdo do aconselhamento para a prática de atividade física em Unidades Básicas de Saúde

## AUTORES

Rafael Luciano de Mello

Letícia Pechnicki dos Santos

Bruno Giglio de Oliveira

Ciro Romelio Rodriguez Añez

Alice Tatiane da Silva

Rogério César Fermino

Universidade Tecnológica Federal do Paraná,  
Curitiba, Paraná. Brasil.

## CONTATO

[rf.mello@gmail.com](mailto:rf.mello@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):83

**Resumo:** O aconselhamento profissional é uma ferramenta efetiva para aumentar a aderência à atividade física, embora existam poucas evidências sobre o seu conteúdo. O objetivo deste estudo foi descrever e testar associação do conteúdo do aconselhamento para a atividade física, recebido pelos usuários nas Unidades Básicas de Saúde (UBS). Trata-se de um estudo quantitativo, exploratório transversal, conduzido em 2018, em entrevistas face a face com 81 usuários de três UBS de São José dos Pinhais-PR. O conteúdo do aconselhamento foi avaliado com resposta dicotômica (“não”, “sim”), para oito questões baseadas no modelo 5 A's (assess, advise, agree, assist, arrange). Foi realizada análise descritiva dos dados por sexo, faixa etária e índice de massa corporal (IMC). Para testar a associação, utilizou-se o teste qui-quadrado no SPSS 24.0 ( $p < 0,05$ ). Os conteúdos mais comumente relatados foram: “perguntou sobre o seu nível de atividade física” (92%), “comentou sobre os benefícios da atividade física” (90%) e “comentou sobre as recomendações” (82%). Apenas o conteúdo “Ofereceu alguma solução para auxiliar com as dificuldades?”, foi associado ao IMC ( $p = 0,01$ ), sendo reportado por 42% dos usuários classificados com obesidade e não havendo relato dentre os eutróficos. Em conclusão, o conteúdo mais utilizado pelos profissionais da saúde é perguntar sobre o nível de atividade física dos usuários. Contudo, o aconselhamento parece não diferir entre os sexos e faixa etária. Indivíduos com IMC elevado, aparentemente recebem soluções para as dificuldades, sugere-se verificar se isso implicará em mudança comportamental destes usuários.

**Palavras-chave:** Atividade motora; Aconselhamento; Atenção primária à saúde



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



**XII CBAFS**