

Resumo: 132

## ACONSELHAMENTO PARA O COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO RECEBIDO POR ADULTOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

André Snêge<sup>1</sup>, Alice Tatiane da Silva<sup>2</sup>, Letícia Pechnicki dos Santos<sup>3</sup>, Rogério César Fermino<sup>3</sup>

Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Grupo de Pesquisa em Ambiente, Atividade Física e Saúde. Curitiba, PR, Brasil.<sup>1</sup>, II. Prefeitura Municipal de São José dos Pinhais. Secretaria Municipal de Esporte e Lazer. Departamento de Lazer. São José dos Pinhais-PR, Brasil.<sup>2</sup>, I. Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Grupo de Pesquisa em Ambiente, Atividade Física e Saúde. Curitiba, PR, Brasil.<sup>3</sup> - asnege@gmail.com

**Introdução:** O aconselhamento para a redução do comportamento sedentário tem se mostrado uma estratégia promissora a qual pode fazer parte de ações integradas na comunidade. No entanto, não existem estudos na América Latina que avaliam a prevalência desta prática na Atenção Primária à Saúde. **Objetivo:** Identificar a prevalência e analisar os fatores associados ao aconselhamento para o comportamento sedentário, recebido de profissionais de saúde, em adultos. **Métodos:** Estudo com abordagem quantitativa, com delineamento transversal, realizado em 2019, com amostra representativa de 638 adultos, atendidos em 15 Unidades Básicas de Saúde situadas na área Urbana de São José dos Pinhais-PR. Os participantes foram entrevistados face-a-face e o aconselhamento foi identificado entre aqueles que reportaram ter recebido algum aconselhamento para a redução do comportamento sedentário nos últimos 12 meses. Os fatores testados foram as características sociodemográficas, as condições de saúde, a prática de atividades físicas no lazer e o tempo diário em comportamento sedentário. Os dados foram analisados com a regressão de Poisson multivariável e o nível de significância mantido em 5%. **Resultados:** A prevalência de aconselhamento foi de 11%, significativamente maior entre os obesos (IMC  $\geq 30,0$  kg/m<sup>2</sup> = RP: 2,39; IC95%: 1,28-4,45) e aqueles que permanecem prolongando período do dia em comportamento sedentário ( $\geq 7$  hrs/dia = RP: 2,59; IC95%: 1,29-5,17) (tabela). **Conclusões:** Um em cada 10 adultos receberam aconselhamento para a redução do comportamento sedentário e os grupos populacionais com maior exposição a este aconselhamento foram os obesos e aqueles que permanecem prolongando período do dia em comportamento sedentário.

**Palavras chave:** Aconselhamento; Comportamento sedentário; Atenção primária à saúde; Adultos.

Tabela. Variáveis associadas ao aconselhamento para o comportamento sedentário recebido por adultos na Atenção Primária à Saúde. São José dos Pinhais -PR, 2019 (n=638).

|                                  |                               | Análise bivariada        |              | Análise multivariável    |              |
|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------|--------------------------|--------------|
|                                  |                               | RP (IC95%)               | p            | RP (IC95%)               | p            |
| Índice de massa corporal         | $\leq 24,9$ kg/m <sup>2</sup> | 1                        |              | 1 <sup>a</sup>           |              |
|                                  | 25,0 - 29,9 kg/m <sup>2</sup> | 1,42 (0,74 -2,74)        | 0,286        | 1,30 (0,68 -2,48)        | 0,425        |
|                                  | $\geq 30,0$ kg/m <sup>2</sup> | <b>2,88 (1,57 -5,29)</b> | <b>0,001</b> | <b>2,39 (1,28 -4,45)</b> | <b>0,006</b> |
| Comportamento sedentário diário* | 0,0 - 1,9 hrs/dia             | 1                        |              | 1 <sup>b</sup>           |              |
|                                  | 2,0 - 3,4 hrs/dia             | 1,37 (0,63 -2,96)        | 0,415        | 1,59 (0,74 -3,40)        | 0,231        |
|                                  | 3,5 - 6,9 hrs/dia             | 1,59 (0,76 -3,31)        | 0,214        | 1,87 (0,90 -3,84)        | 0,089        |
|                                  | $\geq 7$ hrs/dia              | <b>2,41 (1,21 -4,81)</b> | <b>0,012</b> | <b>2,59 (1,29 -5,17)</b> | <b>0,007</b> |

RP: razão de prevalência; IC95%: intervalo com 95% de confiança; \*tempo sentado assistindo TV + tempo sentado utilizando computador + tempo sentado no trabalho + tempo sentado estudando + tempo sentado no deslocamento; <sup>a</sup>ajustado para sexo, diagnóstico de hipertensão e tempo diário em comportamento sedentário; <sup>b</sup>ajustado para sexo, índice de massa corporal e diagnóstico de hipertensão.

Resumo: 133

## INDICADORES DE ATIVIDADE FÍSICA/EXERCÍCIO FÍSICO DOS DISCENTES DA FACULDADE DE ENSINO SUPERIOR DOM BOSCO

Caio Augusto da Silva<sup>1</sup>, Henrique Guimarães Theodoro<sup>1</sup>, Amanda Mayra Gallego<sup>2</sup>, Danilo Aparecido Sabione<sup>2</sup>, Ágatha Graça<sup>1</sup>, Matheus Amarante do Nascimento<sup>1</sup>, Higor Santos Fonseca<sup>1</sup>, Fábio Luiz Cheche Pina<sup>2</sup>

Universidade Estadual do Paraná – UNESPAR, Campus de Paranavaí, Paranavaí/PR, Brasil<sup>1</sup>, Universidade do Norte do Paraná, UNOPAR<sup>2</sup> - E-mail: caio.augusto075@gmail.com

**INTRODUÇÃO:** O ingresso em uma universidade parece predispor o estudante a uma série de mudanças em seu estilo de vida. Assim, com as várias responsabilidades e afazeres inerentes ao ensino superior, estes acabam por deixar de lado a prática de atividades físicas, originando vários fatores negativos, dentre eles o sedentarismo. Além disso, parece que estudantes de cursos da área da saúde, tendem a apresentar um comportamento diferente de estudantes de outras áreas. **OBJETIVO:** Avaliar e comparar o nível de atividade física/exercícios físicos dos discentes matriculados em diferentes cursos da Faculdade Dom Bosco. **MÉTODOS:** Foram selecionados por conveniência 17% (n = 136) de um total de 802 discentes matriculados regularmente nos cursos oferecidos (Educação Física Licenciatura e Bacharelado, Administração, Direito e Farmácia). Para coleta foi utilizado um questionário semiestruturado para analisar os hábitos físicos (atividade/exercício físico) dos discentes, composto de perguntas fechadas e abertas, com leitura de palavras-chave, no qual foram levantadas informações como: dados pessoais; renda familiar; prática de exercício regular; classificação do desempenho em tarefas diárias e sobre a influência da atividade física para a saúde. Para análise dos dados foi utilizado o teste do Qui-quadrado, assim como os dados, foram processados no pacote estatístico SPSS, versão 20.0. **RESULTADOS:** Os dados apresentados sobre a prática de exercícios físicos regulares demonstram que os homens (58,9%) possuem maior hábito na prática de exercícios físicos. Em relação aos cursos, aquele que mais adere à prática regular foi Educação Física Bacharelado (25,0%). Sobre a pretensão em iniciar a prática de exercícios físicos, o sexo feminino (29,4%) e o curso de Educação Física Licenciatura (13,2%) apresentam maior iniciativa para começar os exercícios físicos. No geral, (8,1%) dos discentes se classificaram como sedentários, enquanto (50,4%) se consideravam moderadamente ativos e (41,5%) como ativos fisicamente. **CONCLUSÃO:** Os resultados demonstram que o gênero e a área de graduação são determinantes na prática e perspectivas de início para a realização de exercícios físicos.