

197

ATIVIDADE FÍSICA E OBESIDADE EM ADULTOS AÇOREANOS: DIFERENÇAS ENTRE GÊNEROS E NÍVEIS EDUCACIONAIS

Rute Santos, Joana Carvalho
rutemarinasantos@hotmail.com

UP

Introdução: A inatividade Física, um factor de risco de doença cardiovascular e está intimamente ligada à obesidade. As recomendações internacionais apontam para uma mínimo de 150 min./sem de actividade física (AF) moderada/ou vigorosa para benefícios de saúde (PATE et al., 1995). O propósito deste estudo foi determinar as prevalências da AF e da Obesidade e verificando as diferenças entre géneros e níveis educacionais em adultos açorianos. Métodos: A amostra deste estudo compôs-se de 10181 adultos (5861 mulheres e 4320 homens) com uma média de idades de 37,73 ± 9,48 anos (18 a 65 anos), do arquipélago dos Açores - Portugal. O IMC foi utilizado para a avaliação do excesso de peso e da Obesidade, tendo em conta os pontos de corte da OMS. A AF foi avaliada através do International Physical Activity Questionnaire - versão curta (CRAIG et al., 2003). Resultados: 38,9% dos homens apresentaram peso normal, 45,3% com excesso de peso, e 15,8% obesidade, os resultados correspondentes nas mulheres foram 48,6%, 33,1% e 18,3%; 34,1% dos homens e 55,3% das mulheres foram considerados insuficientemente activos (AF). Os participantes com maior nível educacional obtiveram as mais baixas prevalências de excesso de peso e de obesidade (p=0,000 em ambos os géneros) e de indivíduos activos (p=0,002 nas mulheres e p=0,000 nos homens); As mulheres e os homens mais velhos foram frequentemente menos (p=0,000 em ambos os géneros) e obtiveram uma prevalência superior de excesso de peso e de obesidade (p=0,000 em ambos os sexos). Conclusão: As prevalências do excesso de peso e da obesidade atingiram proporções epidémicas entre os adultos açorianos. As mulheres açorianas são menos activas que os homens. Os participantes com um nível educacional mais elevado tiveram as mais baixas prevalências de excesso de peso e de obesidade. As pessoas mais velhas são frequentemente mais inactivas e com excesso de peso ou obesidade.

198

ANÁLISE DA INFLUÊNCIA DO ÍNDICE DE MASSA CORPÓREA EM VARIÁVEIS HEMODINÁMICAS DE INDIVÍDUOS SUBMETIDOS A PROVAS CICLOERGOMÉTRICAS

Daniel Lana, Evandro José Cesarino, Luiz de Souza, Carolina Vieira
danielmlana@yahoo.com.br C.Univ.Moura Lacerda; C.Univ.Barão Mauá

O índice de massa corpórea (IMC) tem sido utilizado para caracterização de sobrepeso e obesidade devido a facilidade de obtenção. Objetivo: analisar a influência do IMC em algumas variáveis hemodinâmicas de indivíduos submetidos a provas cicloergométricas. Material e Métodos: Foram estudados 345 indivíduos de ambos sexos, com idades entre 20 e 60 anos, submetidos a teste cicloergométrico contínuo com cargas progressivas (25/25Watts), utilizando o protocolo de Astrand-Ryhmning, sequenciais realizados no período de 1995 a 2002, por um investigador. Foram excluídos hipertensos, utilização prévia de medicação com ação cardiovascular e testes ineficazes, onde não foi atingida 85% da frequência cardíaca (FC) máxima prevista, segundo a fórmula de Karvonen. Foram considerados 3 níveis de IMC de acordo com a classificação da OMS: Normal (= 30kg/m²). O comportamento da pressão arterial (PA) foi considerado hiperreator quando ocorreu incremento igual ou superior a 30mmHg na pressão sistólica (PAS) e 20mmHg na diastólica durante o esforço. As variáveis respostas foram: hiperreatividade da PA durante o esforço, tempo de duração do teste (TDT) e duplo produto (DP), definido por PAS X FC no pico do esforço. O efeito do IMC foi avaliado pelos métodos de regressão logística múltipla, para a hiperreatividade da PA e regressão linear múltipla para TDT e DP, ajustado para as variáveis sexo e idade e interação entre elas. Resultados: 179 indivíduos eram homens (51,9%) e 166 mulheres (48,1%); Quanto a distribuição do IMC: 160 pacientes (46,4%) tinham IMC normal, 124 (35,9%) com sobrepeso e 61 (17,7%) com obesidade. O sexo e a idade mostraram-se significantes para as 3 variáveis respostas, porém em nenhum caso a interação foi significativa. Os homens apresentaram maior hiperreatividade da PA (36,3%) do que as mulheres (25,3%) (p=0,03). A Hiperreatividade da PA aumentou com a idade. O IMC não mostrou influência para a hiperreatividade da PA, mas foi significante para o TDT e DP. Os indivíduos com sobrepeso tiveram maior TDT que os normais. Não se observou diferença dos obesos com os outros 2 grupos. O TDT e o DP diminuíram com a idade. Homens jovens com sobrepeso apresentaram maior TDT e DP. Conclusão: O efeito do IMC nas variáveis respostas revelou certa inadequação da sua utilização isoladamente, havendo necessidade de outros critérios de obesidade para uma possível correlação com a hiperreatividade da PA ao esforço físico.

199

ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE OS INDICADORES DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE EM ESCOLARES DE ESCOLA DA REDE PRIVADA DE MARINGÁ/PR

Paulo Tsuneta
tsuneta@wnet.com.br

Colégio Marista de Maringá

O estilo de vida contemporâneo, caracterizado pela redução do nível de atividade física habitual e exercícios físicos, está diretamente associado à ocorrência de uma série de distúrbios físicos e fisiológicos, que recebe a denominação de doenças crônico-degenerativas. A aptidão física trabalhada dentro do paradigma relacionado à saúde congrega os atributos biológicos que oferece proteção ao possível surgimento de distúrbios orgânicos provocados pelo estilo de vida sedentário. Neste sentido, com o intuito de desenvolver uma análise entre os indicadores de aptidão física relacionados à saúde em escolares de uma escola da rede privada de Maringá/PR, realizamos este estudo de característica descritiva. A amostra utilizada constituiu-se de 1630 alunos, sendo 780 do sexo feminino e 850 do sexo masculino, com idades entre 7 e 17 anos, matriculados e participantes efetivos das atividades escolares. A coleta de dados foi realizada no período de agosto a setembro do ano de 2003, durante as aulas de Educação Física do Colégio, pelos autores do estudo, professores de Educação Física da Escola e estagiários do Curso de Educação Física devidamente treinados para as coletas. Para análise dos parâmetros motores utilizou-se os critérios de saúde estabelecidos pelo Physical Best (AAHPERD, 1988). Para a determinação do sobrepeso e obesidade utilizaram-se os valores de corte para Índice de Massa Corporal (IMC), sugeridos por DIETZ et al. (2000). A análise estatística incluiu o cálculo dos valores em quartis. Os resultados produzidos são apresentados com a frequência e valores percentuais de alunos que atenderam os critérios para cada quartil. Os principais resultados do estudo apontam o baixo índice de escolares que atenderam o critério proposto para o Physical Best nos componentes de aptidão cardiorrespiratória e força/resistência muscular em todas as idades, sendo que apenas no componente de flexibilidade aproximadamente 50% dos escolares atenderam os critérios. Como dados conclusivos verifica-se que a aptidão cardiorrespiratória e a componente de força/resistência muscular, apresentou em cada quartil, apenas um pequeno percentual de escolares que atenderam os critérios de saúde, principalmente no percentil 75. É importante observar que o quartil do percentil 75 representa os valores de corte para sobrepeso que são sugeridos por DIETZ et al. (2000). Os resultados encontrados para as componentes de aptidão cardiorrespiratória e força/resistência muscular, bem como aumento ...

200

ANÁLISE DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE SERVIDORES E PROFESSORES DA UNIVERSIDADE PAULISTA - CAMPINAS

Carlos Aparecido Zamai
cazamai@fef.unicamp.br

UNICAMP

Verifica-se a necessidade de melhor informar e educar a população acerca da prática regular da atividade física, como fator de promoção à saúde e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs). O presente estudo caracterizou-se como descritivo e teve como objetivo determinar o nível de atividade física dos servidores da Universidade Paulista (Unip-Swift Campinas). A amostra foi composta por 59 servidores administrativos e professores da Unip, faixa etária entre 22 a 42 anos, sendo 39 do sexo masculino e 20 do sexo feminino, os quais foram selecionados aleatoriamente através de sorteio. Os dados foram coletados na própria Instituição por acadêmicos do curso de Educação Física da Unip. Para a coleta de dados utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão 8 - curta, a fim de determinar o nível de atividade física dos sujeitos selecionados no estudo. A coleta de dados foi através de entrevista, tendo como referência à primeira semana do mês de agosto de 2005, contendo perguntas em relação à frequência e duração da realização de atividades físicas moderadas, vigorosas e da caminhada. Diante dos dados coletados, pôde-se chegar aos seguintes resultados: o percentual de indivíduos que atinge a recomendação atual de atividade física para a promoção da saúde entre os sujeitos foi de 49%, sendo que a prevalência de inatividade física foi de 22%, os quais, que somados aos irregularmente ativos, atingem 29% da amostra, apontando que estes, não atingiram o nível de atividade física ideal para promoção da saúde. Verificou-se neste estudo a necessidade de implantação de um Programa de Atividade Física aos servidores da Universidade, oferecendo atividades no horário de trabalho deles, contribuindo assim para a melhora da qualidade de vida e da saúde dos servidores.

201

APLICAÇÃO DE QUESTIONÁRIO PARA DESENVOLVIMENTO DE UM PROTOCOLO DE ORIENTAÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA ADULTOS NOS PROGRAMAS DE SAÚDE DA FAMÍLIA (PSF) NA CIDADE DE GUANAMBI, BA
Marcus de Almeida Gomes, Manuela Barreto de Araújo Gomes
marcius_lepeaf@hotmail.com UFSC; UEBA

Introdução: Potencializar os benefícios da prática da atividade física regular utilizando o Programa de Saúde da Família (PSF), como espaço de inclusão e de acesso da população independente de cor, raça e condição social, seria uma boa estratégia enquanto política pública de promoção da saúde. Objetivo: Identificar e descrever as características sócio-econômicas e demográficas, nível de atividade física e os estágios de mudança de comportamento, a fim de desenvolver um protocolo de orientação de atividade física para os adultos nos PSF na cidade de Guanambi, Bahia. Material e Método: O estudo caracterizou-se como descritivo exploratório. A amostra foi não probabilística acidental, onde foram selecionadas três áreas de coberturas das unidades de Saúde da Família da cidade de Guanambi, Bahia e em seguida os 105 domicílios para a aplicação do questionário. Por fim a amostra ficou composta por 89 adultos, após uma rejeição de domicílio de 15,23%. Para construção do questionário utilizou-se dos seguintes instrumentos: indicadores sócio-econômicos, nível de atividade física habitual e estágios de mudança de comportamento. O Procedimento estatístico utilizado foi análise descritiva com frequência, percentuais e médias. Resultados: As respostas encontradas pelas características sócio-econômicas e demográficas indicam que a população pesquisada apresenta uma renda familiar até um salário mínimo (62,7%), com baixa escolaridade (46,1%), representada pelas classes econômicas D e E (51,7 e 30,3% respectivamente). Quanto ao nível de atividade física habitual a população identificou-se uma prevalência de muito ativo (53,9%) seguido dos inativos com 21,3%. Para os estágios de mudança de comportamento observou-se que 40,4% da população encontravam-se no estágio de manutenção, seguido pelo estágio de preparação com 23,6%. Conclusão: A perspectiva de identificar outros fatores intervenientes para adoção da prática de atividade física regular, rompendo com os paradigmas voltados para a aptidão física, demonstra a importância deste tipo de intervenção para a elaboração e desenvolvimento de políticas públicas de atividade física. O questionário possibilitou determinar estratégias de ações, diante dos dados encontrados e dificuldades apresentadas pela população pesquisada.

203

ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NA ADOLESCÊNCIA E IDADE ADULTA
Mario Renato de Azevedo Júnior
marioazevedojr@terra.com.br

UFPEL

Introdução: Apesar de todo conhecimento a respeito dos benefícios da prática de atividades físicas para a saúde, tem se observado um preocupante quadro de sedentarismo em várias partes do mundo. A prática de atividades físicas e esportivas na adolescência tem sido reportada como um fator importante na aquisição de hábitos saudáveis que possam ser mantidos por toda a vida. Objetivo: Avaliar a associação entre experiências com atividades físicas e esportivas sistematizadas na adolescência e a prática de atividades físicas no lazer na idade adulta, com especial ênfase nas diferenças quanto ao gênero. Metodologia: Foi realizado um estudo transversal, de base populacional, na cidade de Pelotas-RS. Uma amostra representativa de domicílios foi selecionada através de um processo com múltiplos estágios. Indivíduos com idade entre 20 e 59 anos foram entrevistados. Atividade física realizada no período de lazer foi avaliada através do Questionário Internacional de Atividades Físicas. Dados sobre a prática de atividades físicas e esportivas sistematizadas durante a adolescência (10-19 anos) foram baseados em recordatório. Somente foram consideradas aquelas atividades desenvolvidas durante a adolescência que tiveram aderência mínima de seis meses consecutivos. Resultados: Foram entrevistados 2577 indivíduos. Perdas e recusas não superaram 3% da amostra selecionada. A prática suficiente de atividades físicas no lazer (=150min/sem) foi reportada por 27,5% da amostra (homens: 33,4%; mulheres: 22,8%). Um pouco mais da metade da amostra (54,9%) relatou ter se envolvido com atividades físicas e esportivas durante a adolescência (homens: 69,2%; mulheres: 43,5%). Entre os homens, a análise ajustada apontou uma probabilidade 35% maior de ser um adulto ativo para aqueles indivíduos que tiveram experiências com atividades físicas e esportivas na adolescência, se comparado àqueles que não tiveram. Entre as mulheres, este efeito foi maior, correspondendo a uma probabilidade de 51%. Conclusões: O estímulo à prática de atividades físicas e esportivas na adolescência pode ser uma intervenção positiva no combate a epidemia de sedentarismo na idade adulta. Embora a proporção de indivíduos que praticaram atividades físicas e esportivas na adolescência tenha sido significativamente maior entre os homens, o efeito desta prática sobre o hábito de praticar atividades físicas na idade adulta tende a ser maior as mulheres.

202

APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE: EFEITOS DE UM PROGRAMA NO AMBIENTE DE TRABALHO
Mirian Werba Saldanha, Veruska Raposo, Maria Aparecida Roma, Clisaldo Junior, Leonardo Ferreira
mirian_werba@hotmail.com UEPB

O objetivo do estudo foi avaliar os componentes da aptidão física relacionada à saúde após a implantação de um programa de atividades físicas no ambiente de trabalho. A amostra foi composta por 344 sujeitos na primeira avaliação e 220 sujeitos na segunda, com intervalo de 5 meses, onde foram desenvolvidos exercícios físicos diários no ambiente de trabalho e palestras semanais com temas relacionados à saúde e estilo de vida. A pesquisa foi desenvolvida em oito empresas nas cidades de João Pessoa e Campina Grande, Paraíba, Brasil. Foram aplicados testes de força dos membros superiores (flexão/extensão dos braços), abdominal modificado, flexibilidade (sentar e alcançar) e a avaliação da gordura corporal (três dobras cutâneas, JACKSON & POLLOCK, 1978). O tratamento dos dados foi realizado através da estatística descritiva e do t test, sendo utilizado o Programa SPSS, versão 13.0. Os resultados mostraram que as mulheres diminuíram com valores estatisticamente significativos a gordura corporal entre os dois momentos avaliados (41,96/21,58), enquanto que os homens não apresentaram resultado semelhante, mostrando um pequeno aumento dos valores médios (20,64/21,31). Entre os gêneros, neste componente, apenas na primeira avaliação as diferenças foram significativas. Na força abdominal os homens diminuíram a média de repetições realizadas (27,16/26,18), porém a maioria manteve-se na classificação recomendável, enquanto que as mulheres apresentaram um aumento significativo (12,11/24,76). Na diferença entre os gêneros, apenas o primeiro momento foi significativo. No componente força dos membros superiores houve um pequeno aumento entre as duas avaliações (18,42/18,58 e 19,18/21,40 homens e mulheres respectivamente), sendo apenas significativo entre os gêneros na segunda avaliação. E na flexibilidade, apenas as mulheres aumentaram as médias (27,30/27,19 e 25,99/28,01 homens e mulheres respectivamente), sem valores significativos entre as duas avaliações e entre os gêneros. Sendo assim, pode-se concluir que o programa de intervenção realizado mostrou ter provocado modificações nos níveis de aptidão física relacionada à saúde, com maior efeito nas mulheres. Sugere-se que programas como este, no ambiente de trabalho, possam ser realizados e avaliados para que se possa ter mais referências deste tipo de intervenção, pois acredita-se que este ambiente possa ser um local em potencial para intervenções relacionadas à saúde da população.

204

ASSOCIAÇÃO ENTRE PERCEÇÃO DE SAÚDE E CONSUMO DE ÁLCOOL EM TRABALHADORES DA ÁREA DE SAÚDE
Rosimeide Francisco Santos Legnani, César Aparecido Agostinis Sobrinho, Katiane Vilan, João Marcos Ferreira de Lima Silva, Flavia Fernanda Cunha, Elto Legnani
rlegnani@ubbi.com.br Academia Ar Training

Estudos recentes apontam para a possível associação entre componentes do estilo de vida e percepção de saúde em trabalhadores. O objetivo desse estudo foi verificar a associação entre o consumo de álcool e a percepção de saúde em trabalhadores da área de saúde. Foram analisadas informações obtidas através de um questionário respondido por 255 sujeitos (homens e mulheres), com a média de idade de 29 (sd=12,2), sendo 72,3% mulheres e 26,9% homens. Que foram escolhidos por meio de seleção aleatória sistemática. Quanto à percepção de saúde foram consideradas as seguintes variáveis (dicotomizadas): em relação à percepção de saúde, considerou-se "percepção negativa", aqueles trabalhadores que relataram seu estado de saúde atual como "regular ou ruim"; em relação ao nível de stress na sua vida, foram considerados "expostos", os trabalhadores que referiram estar "sempre ou quase sempre estressados"; quanto às dores articulares, foram considerados expostos, os trabalhadores que referiram dores musculares ou articulares "sempre ou quase sempre". Foram considerados expostos ao consumo de álcool, os trabalhadores que referiram consumo de uma dose na semana anterior ao estudo. Os dados foram analisados no programa SPSS (11.0), mediante a utilização do teste de qui-quadrado ($p < 0,05$). Observou-se que 27,8% dos sujeitos relataram ter ingerido pelo menos uma dose de álcool na semana anterior ao estudo. Um em cada 5 sujeitos referiram percepção de saúde negativa, sendo que desses, 5,9% referiram ter ingerido pelo menos uma dose de álcool (semana anterior). Cerca de 19% dos sujeitos relataram estarem expostos ao stress, destes 5,5% referiram consumo de álcool. Três em cada 10 sujeitos referiu estar exposto a dores musculares ou articulares (sempre ou quase sempre), destes 10% consumiu álcool (semana anterior). Cerca de 22% referiu sentir dores cabeça (sempre ou quase sempre), destes 5,1% referiu ter ingerido pelo menos uma dose de álcool (semana anterior). Não se observou associação significativa entre o consumo de álcool com nenhuma das variáveis analisadas neste estudo. Considerando as limitações inerentes ao trabalho, identificou-se níveis acentuados de percepção de saúde negativa, de exposição ao stress, dores de cabeça e ao consumo de álcool. No entanto, observou-se elevada proporção de sujeitos expostos a dores musculares e articulares. Desse modo, sugere-se que seja implementado um programa de promoção de atividade física e saúde nesse grupo de trabalhadores.

205

ASSOCIAÇÃO ENTRE PRESSÃO ARTERIAL, IDADE E SEDENTARISMO DE INDIVÍDUOS QUE ESTÃO INICIANDO EM ACADEMIA

Katiane Vilan, César Aparecido Agostini Sobrinho, Elto Legnani, Rosimeide Francisco Santos Legnani
katiane_vilan@hotmail.com UNIOESTE; Academia Ar Training

Introdução: Diversos estudos demonstraram o efeito benéfico do exercício sobre a pressão arterial. Sendo a hipertensão arterial sistêmica uma entidade de alta prevalência na população, dado este que está fortemente relacionado com alguns fatores de risco dentre eles o sedentarismo (MONTEIRO, 2000). **Objetivo:** Observar a relação entre pressão arterial, idade e sedentarismo de indivíduos que estão ingressando em academia. **Metodologia:** foram avaliados 60 sujeitos do sexo masculino, com idade entre 32 e 62 anos (ativos e sedentários), que realizaram avaliação física para participar das atividades da academia. Esses sujeitos foram divididos em três grupos, por faixas etárias: (1) 32-42, (2) 43-53 e (3) 54-62 anos. E dentro de cada faixa etária foram analisadas: médias de idade, pressão arterial sistólica (PAS) = 160 mmHg e pressão arterial diastólica (PAD) = 95 mmHg e se houve ou não relação desses dados com o sedentarismo. **Resultados:** grupo (1), dos 21 sujeitos, com idade média de 36,7 ± 2,9, 17 eram sedentários e 4 ativos. Dos sedentários 3 apresentaram PAS = 160 mmHg e 4 PAD = 95 mmHg, no qual 10 estavam com os padrões de PA dentro da normalidade. Dos ativos 1 apresentou PAS = 160 mmHg e 2 PAD = 95 mmHg, no qual 1 estava dentro dos padrões de normalidade da PA. No grupo (2), dos 24 sujeitos, com média de idade de 48,7 ± 3,9, 17 eram sedentários e 7 ativos. Dos sedentários, 5 apresentaram PAS = 160 mmHg e 5 PAD = 95 mmHg, no qual 7 apresentaram PA dentro da normalidade. Dos ativos, 0 apresentaram PAS = 160 mmHg e 3 apresentaram PAD = 95 mmHg, estando 5 sujeitos dentro dos padrões de normalidade da PA. No grupo (3), dos 15 sujeitos da amostra, com média de idade de 56,4 ± 2,6, 12 eram sedentários e 3 ativos. Dentre os sedentários 2 apresentaram PAS = 160 mmHg e 4 PAD = 95 mmHg, estando 6 deles dentro dos padrões de normalidade de PA. Dos que já praticavam algum tipo de exercício ninguém apresentou PAS = 160 mmHg ou PAD = 95 mmHg nesse grupo. **Conclusão:** A quantidade de sedentários que procuraram a academia foi maior do que a de pessoas que praticavam algum tipo de exercício físico (caminhada, andavam de bicicleta, praticavam algum esporte), e a menor procura pela academia foi dos sujeitos do grupo 3, com média de idade de 56,4 ± 2,6. Além disso pode-se perceber a tendência ao aumento da Pressão Arterial Diastólica em indivíduos com mais idade e sedentários, fato não observado para o grupo de pessoas ativas.

206

ATIVIDADE FÍSICA E OBESIDADE: UM ESTUDO DE CASO

Amanda Soares, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães, Joseani Paulini Neves Simas
a.soares_ef@ig.com.br UGF; UDESC

Introdução: O objetivo do estudo foi averiguar os hábitos de atividade física de mulheres adultas e obesas praticantes de atividade física da cidade de Cruz Alta, RS - Brasil. A amostra intencional foi composta por 40 mulheres na faixa etária entre 35 a 59 anos, com Índice de Massa Corporal (IMC) superior ou igual a 30kg/m², praticantes de atividade física da Clínica Equilíbrio (Clínica de Tratamento da Obesidade). **Metodologia:** Utilizou-se como instrumento um questionário misto e auto-aplicável, composto por duas partes: a) Nível sócio econômico (ANEP, 1997) e b) Hábitos de atividade física. A coleta de dados foi no local da prática de atividade física, mediante preenchimento do questionário. Os dados foram analisados perante a estatística descritiva (distribuição de frequências absolutas e medidas de tendência central), além da análise interpretativa de conteúdo. **Resultados:** Os resultados indicaram que a maior parte da amostra foi composta por mulheres casadas, cuja principal rotina do dia é o cuidado doméstico, apresentam o ensino fundamental em sua escolaridade e sendo em sua maioria pertencentes à classe C e B. Em relação à atividade física, apenas 17 mulheres pratica algum tipo de atividade física regular, o motivo alegado pela maioria (33) para não fazer uma atividade física de forma regular foi a preguiça e falta de tempo. As mulheres que realizam algum tipo de atividade se motivaram para manter a saúde e melhorar a estética, estas ainda elegeram a caminhada como sendo o melhor exercício, porque tem a opção de ser ao ar livre, sendo que a maioria só se mantém em atividade por no máximo uma hora. **Conclusões:** Com estes resultados pode-se observar a necessidade de uma mudança no estilo de vida destas mulheres a fim de melhorar sua saúde, preconizando um estilo de vida mais ativo.

207

EFEITO DO TREINAMENTO FÍSICO NAS CONCENTRAÇÕES CEREBRAIS DE INSULINA

José Alexandre Curiacos de Almeida Leme, Ricardo José Gomes, Maria Alice Rostom de Mello, Eliete Luciano
zecuriacos@terra.com.br UNESP

A insulina tem clássica atuação periférica. Estudos tem demonstrado sua ação relevante também sobre o sistema nervoso central, como agente neuromodulador por meio de receptores específicos atuando no crescimento, diferenciação e função neurais, na liberação de neurotransmissores, e sobre o controle da ingestão alimentar, manutenção do peso corpóreo e funções reprodutivas e cognitivas. Sua ligação com patologias, especialmente a doença de Alzheimer, tem sido foco de estudos muito recentes. Sabe-se que o exercício ameniza o desenvolvimento da Doença de Alzheimer. Pouco se sabe sobre a relação entre a insulina cerebral e o exercício. Este trabalho teve por objetivo investigar o efeito do exercício sobre as concentrações cerebrais de insulina em ratos. Para o estudo foram utilizados 14 ratos (Wistar) com cerca de 65 dias, alimentados com ração balanceada padrão (PurinaO) e água "ad libitum" e mantidos em gaiolas coletivas à temperatura ambiente de 25° C sob ciclo periódico de 12h claro/12h escuro. Os ratos foram distribuídos em grupo controle (GC) e grupo treinado (GT). O protocolo de treinamento consistiu de natação, por 60 minutos, 5 dias/semana, durante 6 semanas. Após o sacrifício foram retiradas amostras do sangue para verificação de glicose, insulina, albumina e hematócrito e o cérebro para verificação das concentrações de insulina. Entre os valores séricos não foram encontradas diferenças estatisticamente significativa. Quanto à insulina cerebral foram encontrados valores significativamente diferente entre os sedentários e treinados (1,81 ± 0,93; 4, 81 ± 2,41 µUI/mL). Estes resultados indicam que o treinamento causou aumento das concentrações cerebrais de insulina, sem aumento das concentrações séricas de insulina e glicose, quer seja por possível facilitação da barreira hemato-encefálica ou produção local de insulina, sendo necessário futuros estudos para melhores esclarecimentos.

208

EFEITOS BENÉFICOS DO METOPROLOL E CARVEDILOL NA REDUÇÃO DOS EFEITOS DELETÉRIOS DA CARDIOMIOPATIA INDUZIDA POR HIPERATIVIDADE SIMPÁTICA

Andrea Somolanji Vanzelli, Patricia Chakur Brum, Jan Bartholomeu, Kaleizu Teodoro Rosa, Katt Coelho Mattos
vanzelli@usp.br USP

Introdução: Os b-bloqueadores (BB), antes contra-indicados no tratamento da insuficiência cardíaca (IC), atualmente, apresentam benefícios a longo prazo por melhorar a função ventricular (FV) e prevenir os efeitos deletérios da hiperatividade simpática (HS). Existem diferentes gerações de BBs para uso clínico, contudo os benefícios específicos sobre a função e o remodelamento cardíacos nos estágios iniciais da doença ainda não estão esclarecidos. **Objetivo:** Estudar o efeito dos BBs: propranolol, metoprolol e carvedilol sobre a tolerância ao exercício físico, a FV e estrutura cardíaca de camundongos (cam)nocautes (KO) para os receptores a2A/a2C adrenérgicos, que desenvolvem cardiomiopatia induzida por HS acompanhada por 40% de mortalidade aos 5 meses de idade. **Métodos:** Os cam foram divididos em grupos KO (n=53) e controle (WT) (n=28) e estudados na faixa etária entre 3 e 5 meses de idade. Os dois grupos foram divididos para receber via gavagem (7 dias/semana) salina (S), propranolol (P, 14mg/kg), metoprolol (M, 160mg/cam) ou carvedilol (C, 38mg/kg). A pressão arterial (PA) e a frequência cardíaca (FC) foram mensuradas por plestígrafia de cauda e a FV foi avaliada por ecocardiografia. O teste de tolerância ao esforço foi realizado por um protocolo em esteira rolante. O diâmetro dos cardiomiócitos foi medido por microscopia óptica. **Resultados:** Aos 3 meses, a PA, a fração de encurtamento (FS) e a tolerância ao esforço não foram modificados (p<0,05). No entanto, o grupo KO apresentou taquicardia basal. Aos 5 meses, quando a disfunção está no estágio moderado, o grupo KOS apresentou intolerância ao esforço e taquicardia basal associados a uma menor FS (14±0,1 vs. 22±0,5%), diâmetro de miócito (22±0,8 vs. 18±0,2 mm, p<0,05) e fração de colágeno aumentados (1,0±0,3% vs 1,6±0,4%). FC não se modificou nos grupos WT durante o tratamento com BB. Em contraste, a FC, nos animais KO tratados diminuiu alcançando os valores do grupo WT. A disfunção ventricular foi prevenida pelo tratamento com os 3 BBs e houve normalização do diâmetro dos cardiomiócitos igualando-os aos do grupo controle. Em relação a fração de colágeno apenas o M e o C preveniram seu aumento. Apenas o M preveniu a intolerância ao exercício físico. O tratamento com P resultou em 46% de mortalidade nos KO enquanto os não-tratados tiveram 24% de mortalidade. **Conclusão:** Os tratamentos com os BBs metoprolol e carvedilol foram mais eficazes em prevenir o desenvolvimento da cardiomiopatia induzida por HS.

209

ESTILO DE VIDA DE INDIVÍDUOS ATIVOS, POUCO ATIVOS E INATIVOS NA MEIA IDADE, DE AMBOS OS SEXOS, DA UNIVERSIDADE ABERTA À MATURIDADE (UAM)

Zenite Machado, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães, Joseani Paulini Neves Simas
d2zm@udesc.br

UDESC

O estudo teve como finalidade analisar o estilo de vida (nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle do stress) em indivíduos ativos, pouco ativos e inativos na meia idade da Universidade Aberta à Maturidade (UAM) do Centro de Educação Física, Fisioterapia e Desportos (CEFID) da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). O estudo de campo, descritivo de caso foi composto por 109 indivíduos de ambos os sexos, com média de idade 49,64 anos e classificados como 39,4% inativos, 33% ativos e 27,6% pouco ativos. Utilizou-se como instrumento: a) formulário de informações pessoais; e b) Pentáculo do Bem-Estar (NAHAS, BARRIOS & FRANCALACCI, 2000). Os dados foram analisados mediante a estatística descritiva (distribuições de frequências absolutas e medidas de tendência central) e inferencial (teste do qui-quadrado, significativo a $p=0,005$). Os resultados indicaram que os indivíduos de meia-idade da UAM: a) 67% são do sexo feminino e 32% do sexo masculino, na faixa etária de 40 a 59 anos, sendo que a maioria nasceu em Santa Catarina estando casados, possuem o segundo grau completo, e 62% ainda possuem uma atividade remunerada onde sustentam a casa com uma renda mensal que varia de 1 a 9 salários; b) 36% deles consomem frutas e verduras diariamente (Qui quadrado = 6,872 e $p=0,009^*$), 40% evitavam gorduras e doces e 48% faziam de 4 a 5 refeições diárias; c) 54% controlavam os níveis de pressão arterial e colesterol (Qui quadrado = 12,126 e $p=0,000^*$), 52% nunca fumavam ou ingeriam bebidas alcoólicas e 78% obedeciam a sinalização quando no trânsito; d) 74% afirmaram estar satisfeitos com seus relacionamentos de amizade, 34% fazem encontram-se sempre com amigos no tempo de lazer (Qui quadrado = 9,705 e $p=0,002^*$) e 33% procurava sentir-se útil em seu ambiente social; e) 38% dedicavam um tempo diário para o descanso, 40% mantinham a calma quando em uma discussão e 33% afirmaram possuir um dia-a-dia equilibrado entre o trabalho e o lazer; f) 38% não praticam atividade física diariamente (Qui quadrado = 98,736 e $p=0,000^*$), 33% nunca realizam exercícios de força (Qui quadrado = 13,763 e $p=0,000^*$) e alongamento muscular e 30% as vezes possuem uma atividade diária ativa (Qui quadrado = 12,126 e $p=0,000^*$). Desta forma, conclui-se que os integrantes da UAM parecem possuir bons hábitos alimentares, comportamento preventivo, relacionamentos, mas no âmbito do estresse os resultados não indicaram associações estatisticamente significativas.

211

ESTUDO DA VARIABILIDADE FREQUÊNCIA CARDÍACA, PRESSÃO ARTERIAL SISTÓLICA E DO DUPLO PRODUTO EM PROGRAMA DE RECONDICIONAMENTO PÓS-CIRURGIA DE REVASCULARIZAÇÃO DO MIOCÁRDIO: ESTUDO DE CASO

Ricardo Freitas Dias
profrcardofd@bol.com.br

Universidade Castelo Branco

Introdução: A doença arterial coronariana é segundo a OMS a segunda maior causadora de mortes no mundo, perdendo somente para os acidentes vasculares encefálicos. O objetivo deste estudo foi demonstrar os benefícios da prática regular e orientada de exercícios físicos para um paciente submetido à cirurgia de revascularização do miocárdio (RM). Materiais e Métodos: Foi avaliado um paciente com 66 anos, masculino, com diagnóstico de insuficiência coronariana - Angina Estável, submetido à realização da RM. O paciente, iniciou seu programa de reabilitação cardíaca realizando todos os procedimentos indicados de avaliação: massa corporal 74.3kg; estatura 1.80cm; Fcmáx 154bpm, PA 130/75mmHg. As sessões de treinamento (ST) incluíram a monitorização da FC por frequencímetro e controle da pressão arterial (PA) método auscultatório, no início e término de cada sessão. As frequências das sessões foram de 3 vezes por semana em dias alternados, com duração de 75min. A intensidade variou de 65% a 80% da Fcmáx. As ST constaram de exercícios de alongamentos, aeróbicos em esteira elétrica, mantida em plano horizontal, de 20 a 30 min. com velocidade de 2.4km/h, exercícios de fortalecimento de MMII e MMSS com 3 séries de 6 repetições sem carga. Essa etapa inicial do programa se manteve por 2 meses. De acordo com as evoluções foram necessários o aumento gradativo da velocidade da esteira 4.2km/h, caracterizando assim um incremento do estímulo aeróbico. Foi inserido no programa, exercícios resistidos com progressão a cada 3 meses. O duplo produto (DP) foi computado pela forma PAS x FC. Para a análise estatística dos dados foi utilizado análise descritiva simples. Resultados: Observou-se ao final das 109 sessões que o paciente caminhava na esteira com velocidades entre 2.4km/h a 5.3km/h, a FC variava entre 90 a 120bpm com a velocidade da esteira variando de 2.4km/h a 5.5km/h. Com o treinamento o paciente alcançou intensidades superiores quando comparadas ao início do tratamento, caracterizando uma melhora na condição física do paciente sem a FC ultrapassar a zona alvo de treinamento. No início do treinamento o paciente apresentou um DP 10000 a 15000 e ao final do treinamento o paciente apresentou um DP variando entre 10000 a 20000. Conclusão: Ao final do treinamento o indivíduo conseguiu progredir sua intensidade de trabalho sem alterar significativamente o DP, sem ultrapassar a zona alvo de trabalho, caracterizando uma melhora na condição física do paciente.

210

ESTIMATIVAS DO PERCENTUAL DE GORDURA E MASSA MAGRA EM HOMENS DE MEIA-IDADE: IMPEDÂNCIA BIOELÉTRICA VS DOBRAS CUTÂNEAS

Elisvânia Santos, Bruno Geloneze Neto, Caroline Pazinato, Aurea Maria Oliveira da Silva, Mara Patricia Traina Chacon Mikahil, Pablo Lollo, Tatiana Vasques Giacomello, Thiago Gaudensi Costa, Celio Kenji Miyasaka, Andreia Gulak
elis@fea.unicamp.br

UNICAMP

Introdução: A avaliação da composição corporal (CC) é um bom indicador prognóstico e diagnóstico de doenças e do estado nutricional do indivíduo. Dentre as técnicas indiretas utilizadas podemos relacionar: a pesagem hidrostática, as medidas por imagens, como a DEXA (dual energy x-ray absorptiometry) ou CT (tomografia computadorizada). A DC e a BIA são as mais utilizadas na prática. Objetivo: Obter a comparação e a correlação entre as técnicas DC e BIA para a estimativa de percentual e peso de gordura e de massa magra de homens de meia idade saudáveis. Sujeitos e métodos: Foram selecionados 51 voluntários do sexo masculino com , com baixo nível de aptidão física, média de idade de 48,21±5,04 anos e IMC médio de 28,62±4,98 kg/m². Para a avaliação das dobras foi utilizado um compasso de DC da marca Lange® e para a BIA o aparelho Byodynamics® - 310. Para a estimativa de CC, utilizou-se a equação adequada do protocolo de Petroski (P), 1995. Para a comparação dos resultados das duas técnicas de medida da CC utilizou-se o teste t de student, com nível de significância de 5% e foi realizada a correlação de Pearson entre as duas técnicas. Resultados: Os valores médios ±dp, para as técnicas de DC e BIA foram respectivamente: % gordura: 33,97±4,03 e 25,36±5,45 ($p<0,05$, $r=0,78$); gordura corporal: 29,28±7,95 e 22,37±8,17 kg ($p<0,05$, $r=0,93$); massa magra: 56,69±8,31 e 63,60±8,81 kg ($p<0,05$, $r=0,94$); e % massa magra: 66,43±4,03 e 74,64±5,45 ($p<0,05$, $r=0,78$). Conclusão: Apesar dos valores estimados da CC obtidos pelas duas técnicas diferirem significativamente, os métodos apresentaram uma alta correlação entre si, que foi próxima a linear. Entretanto, devido às diferenças significativas entre os valores obtidos, comparações independentes das duas técnicas utilizadas devem ser realizadas com um método considerado "padrão-ouro", o que possibilitará uma escolha mais adequada do instrumento indireto a ser utilizado em estudos posteriores.

212

ESTUDO DE VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS E CONSUMO CALÓRICOS EM ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICAS

José Luiz dos Anjos, Tatiane Santa Clara de Souza
jluanjos@terra.com.br

UFES

A contemporânea redução do dispêndio energético associada a hábitos alimentares apresenta-se como fatores determinantes da atual epidemia de obesidade mundial. Em adolescentes, a pré-disposição à obesidade, intensifica-se quando associada a atividades leves ou passivas de lazer e a ingestão de alimentos de alto teor calórico. Com o objetivo de classificar o nível de atividade física diário e o consumo calórico e de gorduras, de forma quantitativa, participaram da pesquisa uma amostra de 42 adolescentes, matriculados no ensino médio regular de escolas públicas estaduais de Guarapari - Espírito Santo, distribuídos de forma igualitária por sexo, com média de 195,7 ±10,9 meses de idade. Metodologia: Para a obtenção dos dados neste estudo transversal e descritivo, foram utilizados dois questionários: o Recordatório Alimentar 24h e o QUAFIRO. O diagnóstico da classificação do nível de atividade física foi bastante diferenciado por sexo, sendo os escolares masculino (GEM) mais ativos com 61,9% e as escolares feminina (GEF) mais sedentárias ou praticantes de atividades leves com 66,7%. Já na classificação do estado nutricional foi detectado sobrepeso (9,5%) e obesidade (4,8%) no GEM, subnutrição (14,3%) no GEF. A eutrofia, na amostra total, ficou sendo de 85,7%, e a classificação do estado nutricional baseou-se no IMC para adolescentes. Foram detectadas diferenças significativas no consumo de gorduras e calorias, quando divididos por sexo. Na amostra total, a média da ingestão calórica foi de 3.181,8 ± 1.172,7 calorias, e o consumo de gordura alimentar apresentou-se dentro do padrão de normalidade. Estes dados mostram que a inatividade física associada ao aumento do consumo energético na adolescência representa determinantes para o desenvolvimento de peso corporal excessivo e o aparecimento de doenças degenerativas.

213

ESTUDO SOBRE A PRONTIDÃO PARA O INÍCIO EM UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA REGULAR (PAFR) NA COMUNIDADE UNIVERSITÁRIA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA (UFV)
Oswaldo Costa Moreira, Cláudia Eliza Patrocínio de Oliveira, Igor Surian de Sousa Brito, Bruno Pereira de Moura, João Carlos Bouzas Marins
moreiraoc@yahoo.com.br

UFV

Introdução: A atividade física regular, que é um comportamento básico para obter uma qualidade de vida, pois desencadeia importantes adaptações fisiológicas durante sua execução, auxiliando na diminuição da morbimortalidade. A identificação da prontidão para o início de um programa de atividade física regular (PAFR) é um importante instrumento no processo de avaliação diagnóstica prévia visando a integridade física do indivíduo. **Objetivo:** Determinar a aptidão para prática de um PAFR na comunidade universitária da Ufv. **Metodologia:** Aplicou-se uma ação descritiva transversal, sendo avaliados 422 indivíduos, entre alunos (n=145), técnicos administrativos (n=137) e professores (n=140) da Ufv, com faixa etária média de 36,23 ± 12,3 anos (18 a 62 anos), de ambos os gêneros, através do questionário PAR-Q, que consiste em uma tabela compreendida por sete questões, onde cada questão pode ser assinalada com sim ou não. O tratamento estatístico dispensado ao estudo constituiu-se da análise descritiva, por meio da média e do desvio-padrão, além da identificação do percentual de ocorrência de aptidão. **Resultados:** Foram excluídos 7 indivíduos por não responderem corretamente à todas as questões, restando assim 415 avaliados que preencheram corretamente o questionário. Dos 415 sujeitos, 146 não estavam aptos ao início em um programa de atividade física regular, representando um valor relativo de 35,18%, dos quais 24,66% eram estudantes, 36,98% eram técnicos administrativos e 38,36% eram professores. Desses indivíduos, 104 (71,2%) marcaram apenas uma resposta positiva, 26 (17,9%) assinalaram duas respostas, 16 (10,9%) apontaram três ou mais respostas. **Discussão:** Uma fatia considerável da amostra demonstrou não estar apta a iniciar um PAFR sem um diagnóstico mais aprofundado, visto que 35,18% assinalou alguma questão no questionário, sendo assim, cabe ao profissional de Educação Física encaminhar tais sujeitos a uma consulta médica antes de realizar qualquer exercício. **Conclusão:** Apesar do PAR-Q ser um questionário simples, foram obtidos registros onde 1/3 (um terço) da população estudada apresentava algum fator de risco, sendo os professores responsáveis pela maior incidência de casos positivos. É recomendável um estudo mais minucioso sobre estes casos, podendo ser este fator um risco no momento de realizar uma atividade física sem orientação.

214

ESTUDO COMPARATIVO SOBRE OS NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL APÓS INTERVENÇÃO NO AMBIENTE DE TRABALHO
Mirian Werba Saldanha, Veruska Raposo, Maria Aparecida Roma, Clisaldo Junior, Leonardo Ferreira
mirian_werba@hotmail.com

UEPB

O objetivo do estudo foi comparar os níveis de atividade física habitual após uma intervenção realizada no ambiente de trabalho, com trabalhadores da indústria do Estado da Paraíba, Brasil. A amostra foi composta por 344 sujeitos na primeira avaliação e 220 sujeitos na segunda, com um intervalo de 5 meses, onde foram desenvolvidos exercícios físicos diários no ambiente de trabalho e palestras semanais sobre temas que abordavam sobre estilo de vida saudável e a prevenção de doenças crônicas-degenerativas. Os instrumentos utilizados foram: questionário (PATÉ, 1995) para a avaliação do nível de atividade física habitual. O tratamento dos dados foi realizado através da estatística descritiva e do t test, sendo utilizado o Programa SPSS, versão 13.0. Pode-se observar efeitos distintos em relação aos níveis de atividade física habitual. Entre os homens, apesar de pequena, houve uma diminuição da média entre as avaliações (11,96-11,58), enquanto que nas mulheres houve um aumento significativo (p=0,000) do nível de atividade física relatada (6,24-10,88). Entretanto pode-se observar que nos dois momentos os homens mostraram ser mais ativos que as mulheres, sendo significativa, a diferença entre gêneros, apenas no primeiro momento. Quando analisados por grupos etários, nos homens, os níveis de atividade física decresceram apenas no grupo dos mais jovens, e nos demais mostraram pequeno aumento. Nas mulheres obteve-se um aumento significativo em todos os grupos etários. Sendo assim, pode-se concluir que o programa de intervenção realizado mostrou provocar modificações nos níveis de atividade física, principalmente entre as mulheres, reforçando a diferença entre os gêneros e a necessidade de abordagens diferenciadas. Entretanto, considera-se que iniciativas como essa podem ser positivas na promoção da saúde e no aumento do nível de atividade física da população.

215

FATORES ASSOCIADOS À PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES NA CIDADE DE RIBEIRÃO PRETO-SP
Valter Luiz de Oliveira Junior, Aline da Silva Nicolino, Marcelo Donizeti Silva
valterluizjr@hotmail.com

C.Univ.Moura Lacerda; Pol.Militar Est.SP

O excesso de peso e a obesidade na infância são pré-ditos à obesidade no adulto, sendo estes a porta de entrada a fatores de riscos relevantes para o surgimento de doenças crônicas. Objetiva-se neste estudo avaliar os fatores associados à obesidade e o uso do índice de massa corporal (IMC). Foi realizado estudo de corte transversal em 72 escolares (48 masculinos e 24 femininos) da rede pública estadual da cidade de Ribeirão Preto-SP, entre 6 e 7 anos de idade no 2º semestre de 2005. Através de questionário aplicado aos seus responsáveis, foram avaliados fatores biológicos, psicológicos, socioeconômicos e sócio-comportamentais de riscos a esta patologia. A prevalência de sobrepeso e obesidade foi de 20,83% para os meninos e 16,66% para as meninas. O grupo étnico não foi considerado devido à discrepância em assumir-se sua etnia. Os grupos de risco (sobrepesos e obesos) apresentaram 29,16% possuem renda familiar de até 4 salários mínimos onde 22,91% dos pais possuem até o nível fundamental de educação. A análise apontou 25% dos casos de risco relacionados à influência psicológica. Quanto a fatores sócio-comportamentais 25% dos grupos de risco fazem atividade física somente na escola, com 33,33% até 3x na semana, onde 37,5% praticam no máximo 60 minutos por sessão. Sobre os hábitos alimentares 20,84% das crianças de risco, tiveram suas genitoras o aumento de peso de 12 a 15Kg ou mais em sua gestação, onde 20,83% receberam leite materno exclusivo até 6 meses ou menos. Foi constatado que 8,33% das crianças sobrepesas obesas comem frutas, verduras e legumes mais de 3X na semana comparada com 16,67% que possuem peso ideal. Observado que 37,5% das crianças de peso ideal consomem doces, refrigerantes e frituras de 2 a 3x ou mais na semana, em relação aos sobrepesos e obesos 20,84%. As influências de fatores ambientais confirmam o caráter multicausal da obesidade, destacando os hábitos físicos, e indicando o tempo e a frequência da atividade física um fator a ser mais bem trabalhado. Quanto mais precocemente detectada maior é os meios de intervenção do profissional de Educação Física, para que não atinja a vida adulta.

216

INCIDÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ALUNOS DA REDE PÚBLICA E PRIVADA DA CIDADE DE ANÁPOLIS-GO

Patrícia Espíndola Mota Venâncio, Cristina Gomes de Oliveira Teixeira, Jairo Teixeira Júnior, Lourenzo Brito, Francisco Martins da Silva, Ludgero Carolino Galli Vieira, Lydiane Ludomira da Silva
venanciopatrícia@yahoo.com.br

UniEvangélica

Introdução: A obesidade não é um fenômeno recente, no entanto, sua prevalência nunca havia atingido proporções epidêmicas como atualmente se registra, constituindo-se num dos principais problemas de saúde pública. A obesidade ocorre geralmente na infância e a chance dessa criança se tornar um adulto obeso é maior que uma criança não obesa. Nesse sentido, este estudo objetivou analisar a prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças de ambos os sexos de duas escolas da cidade de Anápolis. **Material e Métodos:** Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de natureza transversal, envolvendo 165 alunos de 7 a 9 anos (94 meninas e 71 meninos), sendo 105 alunos da escola municipal e 60 da escola privada. Os dados necessários ao estudo foram coletados através de dois procedimentos: inicialmente foi aplicado um questionário para identificar o nível de atividade física e os hábitos alimentares das crianças, em seguida foram realizadas medidas de dobras cutâneas, estatura e pesagem para classificá-las em relação ao IMC (índice de massa corporal) e percentual de gordura. Para análise estatística foram utilizados a estatística descritiva e o teste t para amostras independentes. **Resultados:** Os alunos apresentaram IMC médio de 16,79 e 17,50, respectivamente, para as escolas pública e privadas, os quais não se revelaram estatisticamente significativos (F=2,25 e p 0,135). Já os resultados médios relativos ao percentual de gordura correspondentes a 22,20 para a escola pública e 22,79 para a escola particular, também, não se revelaram significativos (F=0,426 e p 0,515). Comparando os resultados por sexos, verificou-se que o IMC e o percentual de gordura dos meninos, respectivamente de 17,29 e 22,35 comparativamente aos resultados das meninas: 16,87 e 22,75, revelaram-se estatisticamente significativos com p = 0,041 e p = 0,0005. **Conclusão:** Pelos resultados apresentados pode-se concluir que, na população estudada, não foi encontrado indicações de sobrepeso e obesidade, no entanto foram encontradas diferenças significativas entre meninos e meninas no que concerne ao IMC e percentual de gordura.

217

LESÕES DESPORTIVAS EM ATLETAS COMPETITIVOS DE DIFERENTES MODALIDADES

Silvio Assis de Oliveira Júnior, Carlos Marcelo Pastre, Talita Bachur Serillo, Luiz Eduardo Kuhn Minuci, Jayme Netto Junior, Guaracy Carvalho Filho, Carlos Roberto Padovani
silviofisio@ig.com.br

UNESP

A prática sistematizada de esportes configura uma condição predisponente à ocorrência de agressões biomecânicas em várias estruturas do aparelho locomotor humano. Tal fato decorre não apenas da intensidade ou do volume elevado de treinamentos, mas também de solicitações músculo-esqueléticas específicas de cada modalidade desportiva. Em razão disso, é comum a instalação de lesões desportivas (LD) em uma população composta por atletas de alto rendimento, o que pode resultar em relevantes prejuízos à performance dos mesmos. O registro destes eventos é de fundamental importância, pois constitui uma importante ferramenta nos âmbitos profilático e recuperativo. O objetivo deste trabalho foi registrar a distribuição das frequências de lesões desportivas (LD) em atletas das modalidades de atletismo, handebol, artes marciais e futebol. A casuística foi composta por 130 atletas, sendo 52 do sexo feminino e 78 do masculino, com idade de $22,42 \pm 4,72$ anos, peso de $70,42 \pm 15,62$ kg e altura de $1,73 \pm 0,10$ m, os quais foram assistidos no setor de fisioterapia em medicina desportiva da FCT/Unesp de Presidente Prudente-SP, durante o ano de 2004. Os dados foram coletados por meio de inquérito de morbidade referida que apresentava questões referentes à caracterização das LD. Optou-se pela exposição descritiva dos resultados. Foram registrados 160 casos de LD, sendo 66 casos (41,25%) em atletas do sexo feminino e 94 casos (58,75%) de LD em atletas do sexo masculino ($p < 0,05$). A taxa de acometimento foi igual a 1,23 LD por atleta. O atletismo foi a modalidade com maior número de casos ($n=104$; 65,4%) ($p < 0,0001$). Quanto à natureza das LD, as lesões ósteo-articulares foram as mais frequentes representando 38,12% dos casos ($n=61$) e os segmentos anatómicos mais acometidos foram as articulações do joelho e tornozelo (40,62% dos casos). Dentre as LD registradas, 35,62% ($n=57$) tratavam-se de casos crônicos e recidivantes, enquanto 64,38% ($n=103$) referiam-se a processos agudos ($p < 0,0001$). Concluiu-se que o atletismo foi a modalidade com maior número de LD. No conjunto das modalidades apresentadas, as lesões de natureza ósteo-articular representaram a maioria dos casos. As regiões anatómicas do joelho e do conjunto tornozelo/pé apresentaram distribuição semelhante de LD e foram os locais mais acometidos na população estudada; as LD agudas representaram o principal evento desencadeador da procura por assistência médica com fins recuperativos.

219

NÍVEIS DE OBESIDADE EM TRABALHADORES DA INDÚSTRIA EM RELAÇÃO AO GÊNERO E A IDADE

Mirian Werba Saldanha, Jorge Mota
mirian_werba@hotmail.com

UEPB; UP

O crescente interesse da comunidade científica em investigar e intervir no ambiente de trabalho como um local indicado para a realização de intervenções no âmbito da saúde e qualidade de vida contribuiu para a realização do presente estudo que teve como objetivo avaliar a prevalência da obesidade em uma população de trabalhadores e a sua relação com o gênero e a idade. A amostra foi constituída por 1430 sujeitos, sendo 1093 homens e 337 mulheres, com idades variadas entre 20 e 60 anos. O instrumento utilizado foi o índice de massa corporal, com a referência da OMS para a classificação dos níveis de obesidade. O tratamento estatístico foi realizado através de medidas descritivas, do t test e da utilização do teste ANOVA. O programa foi o SPSS, versão 13,0. Os resultados mostraram a prevalência de obesidade em 10,6% dos homens e 13,1% das mulheres; 38,2% e 37,1% entre homens e mulheres respectivamente, encontraram-se com sobrepeso e 50% dos homens e 49% das mulheres se situaram na faixa recomendável à saúde. A média da massa corporal foi de 25,27 para os homens e 25,34 para as mulheres não havendo diferença significativa entre os gêneros. Os valores da massa corporal entre os grupos de idades mostraram valores significativos e apresentaram uma ordem crescente, nos dois gêneros, exceto o grupo entre os 41-50 anos que mostrou uma pequena diminuição. A partir destes resultados podemos concluir que os trabalhadores avaliados encontram-se com elevada prevalência de sobrepeso e obesidade (48,8% dos homens e 50,2% das mulheres) e a massa corporal mostrou assumir uma tendência crescente em relação aos grupos de idades, fortalecendo a necessidade de uma orientação e de um acompanhamento mais específico neste aspecto da saúde, como forma de prevenção da doença e dos comprometimentos associados à obesidade.

218

NÍVEIS DE GORDURA CORPORAL EM ADULTOS TRABALHADORES APÓS IMPLANTAÇÃO DE UM PROGRAMA NO AMBIENTE DE TRABALHO

Mirian Werba Saldanha, Veruska Raposo, Maria Aparecida Roma, Clisaldo Junior, Leonardo Ferreira
mirian_werba@hotmail.com

UEPB

A obesidade tem sido considerada como um dos mais fortes fatores de risco das doenças cardiovasculares, podendo estar associada a outras doenças, o que a coloca como foco prioritário em termos de avaliação e intervenção na maioria dos órgãos de saúde pública do mundo. O objetivo do estudo foi avaliar os níveis de gordura corporal de homens e mulheres, adultos e trabalhadores de empresas no estado da Paraíba, Brasil antes e após o desenvolvimento de um programa no ambiente de trabalho. A intervenção teve a duração de seis meses, a qual continha atividades físicas diárias e palestras semanais sobre temas variados relacionados à saúde. A amostra foi composta por 340 sujeitos na primeira avaliação, sendo 233 homens e 107 mulheres e um total de 211 na segunda avaliação, sendo 137 homens e 74 mulheres, com idades entre 18 e 59 anos. As medidas foram realizadas através das dobras cutâneas triptial, abdominal e suprailíaca (JACKSON & POLLOCK). Foi utilizada a estatística descritiva através de medidas de tendência central e de dispersão e o t teste, através do programa SPSS, versão 13.0. A média do percentual de gordura corporal foi de 20,64 para os homens e 41,96 para as mulheres no primeiro momento de avaliação, os homens encontrando-se numa faixa de sobrepeso e as mulheres em obesidade e risco. Entretanto, no segundo momento de avaliação as mulheres reduziram a gordura corporal com valores estatisticamente significativos (21,58), ficando dentro da faixa recomendável, enquanto que os homens apresentaram um aumento do valor médio (21,31), encontrando-se na faixa de sobrepeso. Na relação entre os gêneros apenas no primeiro momento foram encontradas diferenças significativas. O comportamento da gordura corporal nos grupos de idades foi crescente nos dois momentos entre homens e mulheres, exceto no grupo entre 41-50 anos nas mulheres que mostraram os valores mais elevados. Pode-se concluir que o programa realizado parece ter provocado uma modificação no estilo de vida das mulheres, causando uma diminuição significativa do percentual de gordura, enquanto que os homens não mostraram a mesma sensibilização e mudança. Sugere-se que outros trabalhos sejam realizados, com um tempo mais prolongado de intervenção, para que se possa avaliar modificações crônicas neste componente e análises mais aprofundadas para um melhor entendimento.

220

NÍVEIS DE PRESSÃO ARTERIAL E ADIPOSIDADE CORPORAL EM HOMENS INICIANTE EM UMA ACADEMIA

César Aparecido Agostinis Sobrinho, Katiane Vilan, Rosimeide Francisco Santos Legnani, Elto Legnani, Lirio Levandosk Junior
cesaragostinis@hotmail.com

UNIOESTE

Introdução: Com transcender de décadas e uma renovação na indústria em geral e meios eletrônicos o ser humano permanece cada vez mais tempo inativo fisicamente e aumentando seus níveis de gordura e conseqüentemente o aparecimento de algumas patologias tais como a hipertensão arterial, torna então de fundamental importância a compreensão dos componentes da composição corporal, bem como, qual seus efeitos e relações para a saúde, tanto para estudos diagnósticos quanto de intervenções, buscando uma melhor qualidade de vida e bem estar para a população em geral. Objetivo: verificar a pressão arterial diastólica (PADIAS) e pressão arterial sistólica (PAPIS) de repouso e suas relações com o percentual de gordura corporal de indivíduos iniciantes de um programa de atividade física. Método: a amostra foi composta por sujeitos sedentários com média de idade $24 \pm 4,78$ anos, iniciante de um programa de atividade física da cidade de Foz do Iguaçu- PR, totalizando 487 sujeitos, sendo todos do sexo masculino. Para a determinação do percentual de gordura foi utilizado o protocolo de Jackson & Pollock de 7 dobras e como instrumento um compasso de dobras cutâneas da marca Cescorf e para o procedimento de avaliação da pressão arterial de repouso foi o sugerido pelo ACSM 2003. Para análise dos dados foi utilizado estatística descritiva. Resultados: de acordo com os resultados obtidos podemos observar que dos sujeitos com percentual de gordura abaixo de 20% obteve um PAPIS média de $118,8 \pm 13,8$ e para PADIAS $76 \pm 8,8$, para quem se manteve entre 20% e 35% PAPIS $122 \pm 15,8$ e PADIAS $80,1 \pm 9,3$, e para os sujeitos que obtiveram um percentual de gordura acima de 35% suas médias de PAPIS foram de $130,1 \pm 17,1$ e PADIAS de $87,9 \pm 14$, no entanto com estes resultados foi observado um aumento gradual da pressão arterial sistólica e pressão arterial diastólica para o aumento do percentual de gordura corporal. Conclusão: desta forma, fica evidenciado nesta pesquisa bem como possível observar nos dados acima demonstrados uma relação entre o aumento da adiposidade corporal e a elevação da pressão arterial de repouso nos sujeitos pesquisados.

221

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS INGRESSANTES
NO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA GRANDE FLORIANÓPOLIS**

*Leandro Augusto Romansini, Patrícia Gazzí,
Rosane Carla Rosendo da Silva, Adair da Silva Lopes*
leandro_romansini@yahoo.com.br

UDESC ; UFSC

Introdução: A prática habitual de atividades físicas caracteriza-se como componente essencial para o estabelecimento de situação ideal de saúde (GUEDES, LOPES & GUEDES, 2005). A atividade física pode ser considerada o melhor negócio em saúde pública, em virtude da economia direta e indireta que poderíamos alcançar com o combate do sedentarismo (PARDINI et al. 2001; MATSUDO et al. 2001). Este estudo objetivou comparar o nível de atividade física (NAF), dos alunos ingressantes dos cursos de Educação Física da Grande Florianópolis. Metodologia: A amostra foi composta por 236 universitários (137 sexo masculino e 99 sexo feminino) divididos em 3 instituições: Federal (64 sexo masculino e 36 sexo feminino), Estadual (42 sexo masculino e 43 sexo feminino) e Particular (31 sexo masculino e 20 feminino), com idade média de 20,3±3,0 anos. Para avaliar o NAF utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta. O nível socioeconômico (SE) foi avaliado pelo questionário da Associação Nacional de Empresa de Pesquisa - ANEP (1997). O tratamento estatístico foi utilizado da estatística descritiva, o teste "t" de Student para amostras independentes e ANOVA One Way, por meio do programa SPSS 13.0, a classificação do NAF foi realizada pelos METS/semana. Resultados: A amostra foi composta predominantemente por universitários de elevado nível (91,7%), seguidos por médio (7,8%) e baixo (0,4%) SE. Em relação ao NAF a maioria dos universitários foram classificados com moderado (3716,4±2771,0 mets/min) e, alto (4484,1±2771,0 mets/min) sendo 42,4% e 56,4% respectivamente e apenas 1,3% com baixo (110,0±190,5 mets/min) NAF. Não foram encontradas diferenças significativas entre os sexos tanto considerando a amostra como um todo como também em cada instituição. Entre as instituições também não foram encontradas diferenças significativas. Conclusões: A ausência de diferenças entre os universitários independentemente das instituições as quais pertencem pode ter ocorrido pelo fato de todos estarem ingressando no curso de Educação Física e ainda não terem sofrido mudanças de comportamento em relação à prática de atividade física. Em geral os universitários estão com um ótimo NAF. Sugere-se que sejam realizados estudos de cunho longitudinal ao final do curso para tentar verificar as possíveis influências nas mudanças de comportamento.

223

**NÍVEL DE CONHECIMENTO E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA
ENTRE GRADUANDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIP - CAMPINAS**

*Carlos Zamaí, Alan Alessandro Rodrigues,
José Antonio Strumendo Barbosa, Maurício Anibal Delgado,
Antonia D.P. Bankoff*
lap@fef.unicamp.br

UNICAMP

O objetivo deste trabalho foi identificar e analisar o nível conhecimento e de atividade física dos graduandos do curso de Educação Física da Universidade Paulista (UNIP). A amostra foi composta por 155 graduandos do curso de educação física da UNIP, faixa etária entre 20 a 37 anos de idade (85 sexo masculino e 70 sexo feminino), abrangendo estudantes do 1º ao 7º semestre do curso. Os dados foram coletados nas salas de aula da universidade. Para a coleta de dados utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão 8 - curta, o qual foi adaptado para este trabalho acrescentando-se algumas perguntas referentes ao nível de conhecimento dos graduandos, a fim de determinar o nível de conhecimento e de atividade física dos estudantes e futuros profissionais da área. A coleta de dados foi através de entrevista, tendo como referência à o mês de junho de 2005, abrangendo perguntas em relação ao conhecimento, à frequência e duração da realização de atividades físicas moderadas, vigorosas e da caminhada. Resultados: o conhecimento dos graduandos foi de 90%, quando questionados sobre a incidência de discussões dos professores do curso de educação física no período de curso; o nível de interesse dos graduandos em discutir temas relacionados à saúde do escolar futuramente foi de 48%; já o percentual de indivíduos que atinge a recomendação atual de atividade física para a promoção da saúde entre os graduandos foi de 59%; a prevalência de inatividade física foi de 23%; irregularmente ativos atingem 39%, não atingindo o nível de atividade física ideal para promoção da saúde. Verifica-se na literatura a necessidade de melhor informar e educar a população acerca da prática regular da atividade física, como fator de promoção à saúde e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT's).

222

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS SERVIDORES
DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ**

Bárbara Magro, Ariane Thais Giraldeili
babidominique@gmail.com

UEM

A partir da era epidemiológica das doenças crônico-degenerativas surgem diversos estudos epidemiológicos relacionando atividade física como meio de promoção da saúde, sendo que nas últimas três décadas numerosos trabalhos têm consistentemente demonstrado que altos níveis de atividade física ou aptidão física estão associados à diminuição no risco de doença arterial coronariana, diabetes, hipertensão, osteoporose e obesidade. Existem evidências bastante significativas da influência da atividade física na melhoria da eficiência do sistema imunológico, fato que pode reduzir a incidência de alguns tipos de câncer e melhorar a resistência de pacientes com AIDS. Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi verificar o nível de atividade física dos servidores da Universidade Estadual de Maringá. Para tanto foram selecionados aleatoriamente de diversos departamentos da instituição 80 indivíduos de ambos os sexos com idade entre 17 e 65 anos. Para avaliar o nível de atividade física utilizou-se em abordagem de entrevista o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) que classifica as pessoas em cinco categorias: irregularmente ativo A, irregularmente ativo B, sedentário, ativo e muito ativo. Após a análise dos resultados, verificou-se que o nível de sedentários representa 31% do total da amostra. A porcentagem de indivíduos classificados como irregularmente ativos A é de 5%, enquanto que os irregularmente ativos B correspondem a 26%. A porcentagem de indivíduos considerados ativos e muito ativos foi de 38%. Ainda se somarmos a porcentagem de indivíduos que não atingem a recomendação mínima de atividade física para a saúde entre os servidores (sedentários, irregularmente ativos A e B), este número chega a 62%. Observou-se então que mais da metade dos servidores estudados não atingem a recomendação de atividade física para a saúde. Estes dados servem para que percebamos a extrema necessidade da elaboração de projetos e sistemáticas políticas com abrangências voltadas à saúde e bem estar da população, pois apesar do conhecimento sobre os efeitos benéficos da atividade física, na amostra estudada existe uma alta prevalência de sujeitos que não a praticam de maneira suficiente para a promoção da saúde, fazendo-se necessário que sejam investigados os fatores que impedem a adesão à prática regular.

224

**NÍVEL DE SEDENTARISMO DE UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DE SAÚDE
EM CIDADE DO INTERIOR DO ESTADO DE MINAS GERAIS, BRASIL**

*Alvaro Penoni, Douglas Marques, Ricardo Freitas Dias,
Juracimara Penoni, Sara Teixeira, Roberta Deslandes*
acpenoni@uol.com.br C.Univ.Formiga; C.Univ.Lavras; Fac.Presb.Gamom

O objetivo desse trabalho foi realizar o levantamento do nível de sedentarismo de jovens universitários de cursos da área de saúde na cidade de Lavras, interior de Minas Gerais. Foram pesquisados os cursos de Educação Física, Fisioterapia, Odontologia, Enfermagem, Farmácia/Química, Nutrição e Ciências Biológicas de duas escolas privadas de ensino superior. Foi utilizado como instrumento de coleta de dados o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). Os resultados foram classificados segundo o documento "Guia para processamento e análise dos dados do Questionário Internacional de Atividade Física" (IPAQ) e receberam tratamento estatístico através da estratificação por gêneros, sendo os grupos comparados pelo teste Qui-quadrado com o nível de significância de 5%. Foram entrevistados 738 universitários, sendo que a maior parte era do sexo feminino e com idades entre 20 e 24 anos. A grande maioria (76,8%) não trabalha de forma remunerada e é solteira (86,1%). Do total da população, 41,2% foram classificados como Sedentários e 25,7% como Insuficientemente Ativos. As estratificações revelaram que: as mulheres têm um comportamento mais sedentário que os homens; que os indivíduos que trabalham de forma remunerada apresentam nível de atividade física superior aos que não trabalham; o curso de Educação Física, quando comparado aos outros cursos da área de saúde mostra a menor porcentagem de indivíduos Sedentários e, ao mesmo tempo, a maior porcentagem de indivíduos Altamente e Suficientemente Ativos. O estudo da rotina diária de jovens universitários de cursos da área de saúde não fugiu à regra quando comparado aos estudos populacionais nacionais e internacionais: a grande maioria não atende às necessidades mínimas de atividade física para promoção de saúde. Pensar em uma ligação direta entre área de saúde e melhores condições de vida, ou no mínimo maior nível de informação a respeito dos assuntos relacionados à prevenção e manutenção de uma boa qualidade de vida, não procede entre a população de estudantes universitários analisada. Conclui-se, portanto, que cabe aos gestores de saúde ou aos próprios gestores municipais, estaduais e federais, bem como aos meios de comunicação e a todas as entidades que tenham participação ativa na formação de opinião da população, a responsabilidade de desenvolver estudos e formular metodologias capazes de comprovar os benefícios e os impactos positivos da atividade física regular na promoção de saúde.

225

PADRÕES DE SOBREPESO E OBESIDADE EM POLICIAIS MILITARES

*Marcelo Donizeti Silva, Carlos Alberto Simeão Júnior,
José Eduardo Costa de Oliveira*

marcelods@superig.com.br Pol.Mil.Est.SP; C.Univ.Moura Lacerda

Introdução: Com a evolução da espécie humana está evidente que o comportamento inadequado do homem, como estilo de vida, os maus hábitos alimentares e inatividade, vêm aumentar o índice de pessoas sedentárias e consequentemente obesas em todo mundo. O policial militar insere-se nesse contexto de forma especial em função do elevado nível de stress ao qual é submetido, cotidianamente, no exercício da função, além da alimentação inadequada pela falta de tempo durante o serviço policial e o sedentarismo, por trabalhar em média 12 horas sentado em uma viatura e somente o perfeito equilíbrio físico e mental pode garantir a atuação adequada do policial militar diante das complexas situações com que se depara, em seu dia-a-dia. A composição corporal é considerada como um dos componentes da saúde, pois, através dela pode-se determinar a quantidade de gordura no corpo de um indivíduo. A facilidade de sua mensuração e a grande disponibilidade de dados de massa corporal e estatura são motivos suficientes para a utilização do IMC em estudos epidemiológicos, estando associado ou não a outras medidas antropométricas. Objetivo: Avaliar a composição corporal de Policiais Militares através do Índice de Massa Corporal (IMC). Metodologia: Foram avaliados 698 Policiais Militares com idade média de 34,22 que trabalham no policiamento da cidade de Ribeirão Preto/SP o parâmetro analisado foi o Índice de Massa Corporal quanto ao kg/m² (Organização Mundial da Saúde). Resultado: De acordo com o IMC quanto ao kg/m²: 34 % encontram-se dentro do peso ideal, 54 % obesidade leve, 10 % obesidade moderada e 2 % obesidade severa. Conclusão: O índice de Policiais Militares que apresentam algum grau de obesidade está muito elevado, sendo mais da metade do grupo avaliado, levando a riscos significativos para sua saúde. A obesidade, atualmente, apresenta-se como um dos principais problemas de saúde pública mundial e a prática regular de atividade física minimiza os fatores de riscos biológicos, psíquicos e sociais. Portanto é necessário uma atenção especial a esta questão, sendo que a Composição Corporal representa um importante fator associado com a qualidade de vida, saúde e também com a relação laboral destes policiais.

227

PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE DIABÉTICOS PARTICIPANTES DO PROAFIDI/UNB E RELAÇÃO COM PADRÕES REFERENCIAIS

Marcelo Rocha Radicchi, Jane Dullius

marcelo.radicchi@gmail.com

UnB

Procurou-se estabelecer a relação de variáveis antropométricas (IMC, percentual de gordura [%G] e graus de endo, ecto e mesomorfia) coletadas em participantes do PROAFIDI/UnB com referências de literatura, objetivando verificar uma possível associação entre diabéticos tipo 1 e magreza e tipo 2 e excesso de peso, além de gerar dados específicos sobre diabéticos. Medidas de 34 alunos diabéticos tipo 1 (2 fem., idade 30±11; 5 masc., 27±13, med.20; 8 fem<18 anos, 12±3 e 2 masc<18 anos, 11±1) e tipo 2 (8 fem., 55±10 anos; 9 masc., 55±12 anos, med. 60) foram coletadas em laboratório especializado em fisiologia do exercício através dos procedimentos de perímetria, composição corporal e somatotipia em 2003/04. Médias foram: T1 masc. - IMC: 23,12±2,95kg/m², %G: 14,23±10,09%, Mesomorfia: 4,60±0,93. T1 fem. - IMC: 23,40±0,57kg/m², %G: 29,43±0,39%, Endomorfia: 7,03±0,29. T1 meninos - IMC: 15,75±3,04kg/m², %G: 5,96±3,10%, Ectomorfia: 5,13±1,63. T1 meninas - IMC: 19,71±4,03kg/m², %G: 23,04±7,28%, Endomorfia: 5,26±1,83. T2 masc. - IMC: 30,01±6,29kg/m², %G: 27,99±6,16%, Endomorfia: 6,67±2,29. T2 fem. - IMC: 31,60±4,40kg/m², %G: 36,35±3,51%, Endomorfia: 8,26±0,82. Pelos padrões de referência para não-diabéticos para %G, em média os T2 apresentaram %G elevado; os T1 tiveram valores dentro da média, incluindo valores adequados nas crianças. Pelos padrões de referência para IMC, em média obesidade classe 1 nos T2, normal nos T1, e 2 casos fora do padrão percentil saudável nas crianças, classificados um como sobrepeso e outro subpeso. Os resultados confirmam as tendências quanto a %G referidos em relação a diabéticos verificando-se com frequência o excesso de gordura corporal nos T2, enquanto que, nos T1, este aspecto tende à normalidade.

226

PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE EM MULHERES ADULTAS PARTICIPANTES DE PROGRAMA DE CONVIVÊNCIA NA CIDADE DE ARACAJU (SE)

Camila Barbosa, Roberto Silva
cmabarbosa@oi.com.br

Universidade Tiradentes

Os estudos em qualidade de vida se propõem a analisar, entre outras variáveis, o estilo de vida de pessoas e grupo. Considerando este preceito, este trabalho teve por objetivo analisar a percepção de qualidade de vida em mulheres adultas participantes de programa de convivência na Zona Sul da cidade de Aracaju (SE). Participaram desse estudo 21 mulheres voluntárias devidamente cadastradas em um Programa de convivência com frequência semanal de 5 dias. Para a coleta de dados utilizou-se o questionário WHOQOL-BREF, sendo que para esse estudo foram consideradas apenas as questões 1 e 2, que tratam respectivamente da percepção individual de qualidade de vida e saúde. As respostas são classificadas em cinco níveis baseados na escala lieckert. Para a análise de dados utilizou-se os recursos da estatística descritiva. Enquanto principais resultados observou-se que 45% do grupo amostral considerado percebe sua qualidade de vida como boa, enquanto que 48% está satisfeito com sua saúde, ficando apenas 18% classificados como insatisfeito. Conclui-se, então que no grupo considerado há boa percepção de qualidade de vida e saúde, o que pode ser decorrente das atividades existentes no grupo, entretanto percebe-se a necessidade de estudos mais aprofundados de forma a haver uma maior caracterização das variáveis que podem definir uma boa ou ruim percepção de qualidade de vida e saúde.

228

PERFIL ANTROPOMÉTRICO DOS FREQUENTADORES DO COMPLEXO ESPORTIVO DA PONTA NEGRA EM MANAUS

Cintia Matos de Melo, Roseane Oliveira do Nascimento

ciemelo@niltonlins.br

UníNilton Lins; UFAM

A prática regular do exercício físico comprovadamente trás benefícios a saúde e por isso, diversas campanhas de órgãos de saúde têm incentivado sua prática regular, o que tem levado muitas pessoas a se exercitarem em ruas e complexos esportivos públicos. O objetivo deste estudo foi descrever o perfil antropométrico dos frequentadores do complexo esportivo da Ponta Negra em Manaus. Este local oferece à população espaço para a realização de caminhadas, corridas, atividades esportivas, além de atividades culturais. No período de abril a agosto de 2005, desenvolvemos uma campanha de incentivo e orientação à prática de exercícios físicos que foi realizada no ultimo final de semana de cada mês. Além disso, as pessoas interessadas foram convidadas a realizar uma avaliação física e a partir destes dados foi elaborado um programa de caminhada adequado à capacidade física relatada. A avaliação era composta pela medida de peso, estatura realizada em balança Fillizola, e pela medida da circunferência da cintura e do quadril feita com uso de fita métrica. Estes dados foram utilizados para o calculo do índice de massa corporal (IMC) e da relação cintura/quadril (RCQ). Além disso, os participantes foram também indagados sobre a prática de exercícios físicos. A amostra final deste estudo contou com a participação de 134 indivíduos do sexo masculino com idade média de 37,7±11 anos, peso 75± 13 kg, estatura 168± 7 cm, IMC 26,7± 4,2 kg/m², ICQ 0,87± 0,26. Os resultados demonstram que apenas 32% dos indivíduos avaliados encontravam-se na faixa de peso adequada para sua estatura, e apesar da média do RCQ indicar baixo risco para o desenvolvimento de problemas cardiovasculares, 48% da amostra foi classificada na faixa de alto risco para o desenvolvimento destas doenças. A prevalência de obesidade e sobrepeso observada pode ser explicada pelo grande número de pessoas que se declararam sedentárias ao participarem deste projeto. Diante dos resultados obtidos, parece-nos claro que as campanhas de incentivo a pratica regular de exercícios físicos dos órgãos de saúde não estão sendo suficientes para estimular nesta população o hábito regular de exercícios físicos. Observamos também o desconhecimento da importância desta prática na prevenção e tratamento de problemas de saúde.

229

PERFIL DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ESCOLARES DAS SÉRIES INICIAIS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO DISTRITO FEDERAL

Rolando José Ventura Dumas, Francisco Martins da Silva, Nanci Maria de França, Nilza Martinovic, Gislane Melo
rolando@ucb.br

UCB

Introdução: na atualidade, a composição corporal em escolares, vem sendo estudada e discutida com certa frequência, demonstrando uma forte relação entre fatores esses fatores e os níveis de atividade física de crianças e adolescentes. O presente estudo teve como objetivo identificar em qual faixa etária ocorre o maior incidência em relação ao Índice de Massa Corporal (IMC) em crianças do sexo masculino das quatro primeiras séries do ensino fundamental de uma escola da cidade de Taguatinga - DF. Material e métodos: o estudo assumiu uma característica epidemiológico do tipo descritivo transversal, abrangendo 739 estudantes, do sexo masculino, na faixa etária dos 7 aos 11 anos, os quais foram submetidos a medidas de massa corporal e estatura para obtenção do índice da massa corporal (IMC). Para análise dos resultados os estudantes avaliados foram classificados em quatro categorias: 1) baixo peso; 2) normal; 3) sobrepeso e 4) obeso, e os dados foram analisados através da estatística descritiva (média e desvio padrão) e o teste “t” para verificar identificar diferenças entre as idades estudadas. Resultados: os dados levantados mostraram que: a) categoria baixo peso, alcançou os maiores resultados percentuais em todas as faixas etárias, exceto aos 7 anos, onde a categoria normal apresentou incidências de 52,63%; b) em todas as faixas etárias e em ambos os sexos, a categoria normal apresentou percentuais maiores que os da categoria sobrepeso; c) aos 10 anos a categoria obesa apresentou-se mais elevada que a categoria sobrepeso (obesa 6,93% e sobrepeso 5,78%); d) Os dados relativos as várias faixas etárias apresentaram o seguinte comportamento: foram verificadas diferenças significantes ($p > 0,05$) entre as idades de 7 anos e as demais idades (9,10 e 11 anos) como também entre 8 anos e os 10 e 11 anos. Conclusão: pelos dados apresentados concluiu-se que a maioria da população estudada se situa nas categorias baixo peso e normal, com b) baixo peso pode ser utilizado como um indicador para a realização de estudos e implementação de ações que impulsionam a melhoria da qualidade de vida das famílias envolvidas no estudo, nos hábitos alimentares e nos níveis de atividades física.

230

PERFIL DA SAÚDE E APTIDÃO DA POPULAÇÃO DE CURITIBA

Silvano Kruchelski
silvanokr@pop.com.br

Prefeitura Municipal de Curitiba

Introdução e Objetivos: O programa Curitibativa da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer surgiu com o objetivo de orientar a população sobre a importância da AF para a qualidade de vida, e evoluiu para, também, determinar o perfil de saúde e aptidão física, e a oferecer subsídios necessários para a boa opção de um estilo de vida saudável. Assim, pretendeu-se com este estudo caracterizar e avaliar o perfil da saúde e aptidão da população de Curitiba. Material e Métodos: para tal 1798 mulheres e 1045 homens tomaram parte de uma bateria de testes em circuito, composto pelos seguintes protocolos: avaliação da glicemia, pressão arterial e colesterol; Índice de Massa Corporal (IMC); Questionário de Avaliação de Risco Cardíaco de Michigan Heart Association (PITANGA, 2001); Questionário de Atividades Físicas Habituais, modificado por NAHAS (2001); Índice Cintura-Quadril (ICQ); teste de Força Abdominal do Eurofit para Adultos (1995); teste de Sentar e Alcançar de Wells modificado (BORBA, 1996); dinamometria de mãos (BORBA, 1996). Cada dado coletado foi anotado em fichas (cópia para o avaliado) e, após análise, organizados percentualmente segundo o nível de atividade física. Após os testes recebem orientação da atividade física que deverá ser realizada. Principais Resultados e Conclusões: de maneira geral a amostra feminina apresentou resultados relacionados à saúde melhores que a amostra masculina, em particular nos itens da atividade habitual (67,83 contra 65,01%), de risco cardíaco (7,96% contra 13,34%), de força abdominal, no teste de Sentar e Alcançar (ambos regulares - 17,46 e 15,75 cm). De ressaltar a grande prevalência de sobrepeso e obesos na amostra total (51,7%), e a massiva normalidade apresentada nos testes de glicemia e de índices de colesterol em ambas as populações. Assim, fica evidenciada a necessidade de uma intervenção para os assuntos relacionados à saúde desta população, no sentido de mudança na vida das pessoas, em particular no que se refere à adoção de hábitos saudáveis, conscientizando-os sobre os aspectos da qualidade de vida favorecendo maior autonomia, independência, mobilidade, força e, principalmente, saúde. Tais evidências exaltam a importância de programas que induzam a prática da atividade física orientada e embasada em dados obtidos a partir de testes específicos.

231

PERFIL DE SERVIDORES DA JUSTIÇA FEDERAL

Silvano Kruchelski, João Egdoberto Siqueira, Dalton Grande
silvanokr@pop.com.br Prefeitura Municipal de Curitiba

Introdução e Objetivos: O programa CuritibaAtiva da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer de Curitiba tem por um de seus objetivos a avaliação e determinação do perfil da qualidade de vida de atividade física da população da cidade. Qualidade de vida se conceitua por um sentimento positivo geral e entusiasmo pela vida, sem fadiga particularmente das atividades rotineiras, estando intimamente ligada ao padrão de vida nos aspectos de saúde física e mental, condições materiais, sociais e de infra-estrutura relacionadas com o meio ambiente. Certas atividades laborais em razão do desempenho da função (ações em torno dos mesmos papéis e características), não favorecem ambiente confortável, aconchegante e diversificado. Objetiva-se com este estudo avaliar servidores nos fatores intervenientes com a saúde e relacionados com a atividade física. Materiais e Métodos: foram analisados funcionários (114 homens e 46 mulheres) da Justiça Federal, com idade entre 18 e 59 anos, através de circuito de testes composto pelos seguintes protocolos: avaliação da glicemia, pressão arterial e colesterol; Índice de Massa Corporal (IMC); Questionário de Avaliação de Risco Cardíaco (PITANGA, 2001); Questionário de Atividades Físicas Habituais (NAHAS, 2001); Força Abdominal (EUROFIT, 1995); teste de “Sentar e Alcançar” (BORBA, 1996). Cada dado coletado foi anotado em ficha (cópia para o avaliado) e após análise, organizados percentualmente segundo o nível apresentado. Após os testes receberam orientação da atividade física que deveria ser realizada. Principais Resultados e Conclusões: O perfil do grupo aponta pontos positivos: nível de atividade física (43% de ativos e muito ativos), força abdominal e índice de Massa Corporal (61% normais); mas despertam algumas preocupações: o nível de risco cardíaco, a baixa flexibilidade (44% fracos) e o percentual de fumantes (17% - acresce os fumantes passivos no ambiente de trabalho); a análise da glicemia (11%), colesterol (14%) e pressão arterial (14%) demonstra valores acima do considerado normal, indicando cuidados nestes itens. De modo geral as correções necessárias são possíveis e de fácil execução, como a adoção de programas como de Ginástica Laboral para a melhoria dos pontos negativos e manutenção dos pontos positivos, com ênfase no estímulo a um estilo de vida mais ativo, orientação de atitudes que elevem o nível de atividade física diária, bem como aspectos ligados à boa nutrição.

232

PERFIL DO ESTILO DE VIDA DE PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Dédima Pereira, Maria Fátima Glaner
madde@ig.com.br

C.Univ. Leste de Minas Gerais; UCB

Nos atos cotidianos de uma pessoa estão presentes seus hábitos, valores, comportamentos positivos e negativos relativos à sua saúde os quais revelam o seu Estilo de Vida (EV). Esse tema faz parte do discurso dos profissionais da área da saúde, entre eles, o educador físico. O objetivo deste estudo foi verificar o Perfil do Estilo de Vida Individual (PEVI) de profissionais de Educação Física identificado através de questionário homônimo (NAHAS et al., 2000). O PEVI engloba os comportamentos nutrição, atividade física, prevenção, relacionamento e controle do estresse. Os quais são avaliados de acordo com a seguinte escala: não faz parte do EV(0); às vezes faz parte do EV(1); quase sempre faz parte do EV(2); sempre faz parte do EV(3). A amostra foi composta por 30 educadores físicos, sendo 12 homens e 18 mulheres apresentando, respectivamente, os seguintes valores médios: idade=27,9+/-3,9 e 27,6+/-5,9 anos; estatura=178,3+/-6,4 e 164,9+/-5,6cm; massa corporal=77,7+/-10,0 e 59,8+/-9,1kg; e índice de massa corporal=24,4+/-2,1 e 22,0+/-3,1kg/m². O PEVI foi analisado através da estatística descritiva usando o programa SPSS. Os resultados (frequências %), por escala de comportamento (0, 1, 2 ou 3) foram: nutrição=0(0%), 1(36,7%), 2(53,3%), 3(10%); atividade física=0(3,3%), 1(26,7%), 2(46,7%), 3 (23,3%); prevenção=0(0%), 1(1,67%), 2(43,3%), 3(50%); relacionamento=0(0%), 1(6,7%), 2(46,7%), 3(46,7%); controle do estresse=0(3,3%), 1(33,3%), 2(56,7%), 3(6,7%). As frequências percentuais nas escalas 2 e 3, da prevenção e relacionamento, demonstram que a maioria possui EV saudável nestes comportamentos. Enquanto que, nos comportamentos nutrição, atividade física e controle do estresse a maioria não possui um EV saudável. Isto pode levar à instalação ou desenvolvimento de doenças crônicas não-transmissíveis. Estudo (CRUZ & GLANER, 2004) com mesmo delineamento identificou um elevado percentual de graduandos em Educação Física (7º e 8º semestre) com EV que favorece riscos à saúde (escalas 0 e 1). Apesar dos graduandos apresentarem comportamento negativo maior que os profissionais de Educação Física do presente estudo, estes últimos também não colocam em prática o suposto conhecimento da importância de um EV saudável.

233

PERFIL E ESTADO DE SAÚDE DE CAMINHANTES DE JOÃO PESSOA

Valter Azevedo Pereira

valtera@ccs.ufpb.br

UFPB

O objetivo deste estudo foi traçar o perfil e o estado de saúde dos caminhantes do Projeto “Segurança Cidadã - caminhar com saúde e segurança” do bairro de Mangabeira, João Pessoa - PB, através do Projeto Integrado de Atividade Física e Saúde - PROLICEM. A amostra foi composta por 100 sujeitos praticantes regulares de caminhada. Os dados foram coletados através de questionário elaborado pela autora e orientador do mesmo. Foi verificado que 32% da amostra eram do gênero Masculino enquanto 68% do gênero feminino. As faixas etárias encontradas foram 8% entre 10 e 20 anos, 17% entre 20 e 30 anos, 10% de 30 aos 40 anos, 20% de 40 aos 50 anos, 21% dos 50 aos 60 anos, 15% dos 60 aos 70 anos e 9% dos 70 aos 80 anos. E com relação à saúde 44% eram saudáveis, 27% sofriam de hipertensão, 15% eram diabéticos, 7 % eram acometidos de doenças osteo-articular, 5 % eram cardíacos e 2% tinham outras doenças não citadas. Com relação ao IMC, 54 % estavam com peso normal, 30 % estavam com sobre peso e 12% eram obesos. Assim concluímos que o perfil dos caminhantes foi de predominância do gênero feminino de faixa etária entre 20 e 50 anos portadoras de pelo menos uma doença crônica existente no questionário e com o Índice de Massa Corporal - IMC com predominância de normalidade.

235

PREDITORES DE DIABETES EM MULHERES IDOSAS NÃO INSTITUCIONALIZADAS

Maressa Priscila Krause, Tatiane Hallage, Cosme Franklin Buzzachera,

Silviane Bini Pulner, Sérgio Gregório da Silva

maressakrause@yahoo.com.br

UFPR

Introdução: O excesso de gordura acumulado na região abdominal tem sido associado a distúrbios metabólicos como o Diabetes, e também a doenças cardiovasculares (REXRODE et al., 1998; FERRANINI, 2005). As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte em todo o mundo e as doenças endócrinas se constituem como a quarta causa de mortalidade na população feminina brasileira (CAMARANO, 2002). Objetivo: Verificar como variáveis antropométricas e fisiológicas podem prever o Diabetes em mulheres idosas. Metodologia: A amostra foi constituída de 1064 mulheres, com idade superior a 60 anos. As variáveis antropométricas - índice de massa corporal (IMC) e circunferência de cintura (CC) foram obtidas conforme procedimentos propostos por LOHMAN et al. (1988). A ACR foi mensurada pelo teste de caminhada de seis minutos (Tc6) e a força muscular foi avaliada através do teste de flexão de antebraço em trinta segundos (FA30) e pelo teste de sentar e levantar da cadeira em trinta segundos (LC30) (RIKLI & JONES, 1999). O Nível de Atividade Física Esportiva (NAF_E) foi obtido mediante a utilização do Modified Baecke Questionnaire for Older Adults (VOORRIPS et al., 1991). A relação entre variáveis independentes - IMC, CC, NAF_E, Tc6, FA30 e LC30 - e o Diabetes foi examinada através da análise de regressão logística - ajustada para a idade, nível sócio-econômico e anos de estudo - indicando Odds Ratio e Intervalo de confiança IC95% ($p < 0,05$). As possíveis variáveis predictoras foram divididas em quartis com exceção do NAF que foi dividido em tercils. Resultados: A análise multivariada demonstrou que apenas a CC e Tc6 estavam associadas com o risco para Diabetes. O quartil superior da CC apresentou um risco elevado em cinco vezes (OR=5,0 IC95% 2,31-10,85), o quartil subsequente apresentou OR=3,3 (IC95% 1,59 - 6,87), e por fim o quartil 2 obteve o OR=2,3 (IC95% 2,35-4,6). Em relação ao Tc6 o quartil inferior apresentou OR=2,1 (IC95% 1,25-3,62) e OR=1,9 (IC95% 1,13-3,29) no quartil seguinte. Conclusão: Os riscos para adquirir o diabetes pode ser elevados em 5 vezes quando a CC ultrapassa 94cm; 3,3 vezes mais entre 87-94cm CC e 2,3 vezes maior entre 80-87cm CC. Da mesma forma o risco se eleva em torno de 2 vezes quando a performance no Tc6 se apresenta com valores menores a 489,2m. Sugerindo que tanto a adiposidade na região abdominal como a ACR estão associados à presença de Diabetes em mulheres idosas.

234

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM FREQUENTADORES DE UM PARQUE EM SÃO PEDRO: INFLUÊNCIA DO GÊNERO E DA IDADE

Tatiane Roque, Mariana Onias Alves Pereira, Paula Pádua,

Teresa Bartholomeu, Luiz Augusto Riani Costa, Tais Timucci, Cláudia Forjaz

tatiprevides@yahoo.com.br

USP

Introdução: A adoção de um estilo de vida ativo tem sido amplamente recomendada. Porém, os critérios para classificar um indivíduo como ativo ou não variam consideravelmente na literatura. Além disso, poucos dados existem sobre as características da prática de atividades físicas (AF) em populações brasileiras específicas, bem como sobre a influência do gênero e sexo nessas características. Assim, este estudo propôs avaliar a prevalência de pessoas ativas e as características da prática de AF em frequentadores do Parque Maria Angélica da cidade de São Pedro (SP), comparando diferentes gêneros e faixas etárias. Materiais e Métodos: Foram avaliados 141 indivíduos (68% mulheres, 48 ± 17 anos) por um questionário sobre a prática de AF de lazer (tipo, frequência e intensidade). Os dados foram comparados entre homens e mulheres e entre as idades (20-40, 41-60 e +60 anos) pelo teste de qui-quadrado. Resultados: Considerando-se o critério de prática mínima: a) 30 min/sem de AF, 51% da amostra era ativa. Porém, considerando-se critérios de prática adequada à saúde: b) 5 vezes/sem de 30 min, c) 150 min/sem, ou d) 150 min/sem de atividade moderada e/ou 60 min/sem de atividade vigorosa, as prevalências foram de 21%, 37% e 29%, respectivamente. Não houve diferença nessas prevalências entre os sexos, porém elas aumentaram com a idade. Em relação ao tipo de AF, 86% da amostra faziam atividades aeróbias, sendo a caminhada a mais prevalente. A prevalência de combinação de atividades aeróbias e mistas foi maior nas mulheres, assim como a prática de outras atividades que não a caminhada. A maior parte da amostra realizava atividades moderadas (64%), com duração maior que 30 min (90%) e frequência maior que 3 vezes/sem (80%). A intensidade e a frequência aumentaram com a idade. Conclusões: A população avaliada apresentou prevalências de pessoas ativas bastante elevadas, mas que diferiram de acordo com o critério utilizado. A maioria das pessoas participava de atividades aeróbias com intensidade moderada, longa duração e frequência semanal alta. Os homens e mulheres diferiram, principalmente, em relação ao tipo de AF praticada, que eram mais diversas nas mulheres. Os indivíduos mais velhos se mostraram mais ativos e praticavam atividades mais intensas e frequentes. Os resultados deste estudo devem ser avaliados levando-se em conta o fato da amostra estudada ser de frequentadores de um parque público. Apoio: Empresa Júnior EEFEUSP, CCS-USP

236

PREDITORES DE HIPERTENSÃO EM MULHERES IDOSAS NÃO INSTITUCIONALIZADAS

Tatiane Hallage, Maressa Priscila Krause, Cosme Franklin Buzzachera,

Priscila Granato, Sérgio Gregório da Silva

thallage@hotmail.com

UFPR

Introdução: A hipertensão é um dos fatores de risco mais comum para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (CHOBANIAN et al., 2003) e apresenta uma alta prevalência na população idosa brasileira, atingindo cerca de 45% das mulheres, com idade superior a 60 anos (CAMARANO, 2002). O excesso de adiposidade, o declínio da aptidão cardio-respiratória (ACR) e do nível de atividade física (NAF) podem elevar o risco para hipertensão (PESCATELLO, 2004; WALLACE, 2003). Objetivos: Determinar como variáveis antropométricas, NAF e ACR podem prever a hipertensão em mulheres idosas. Metodologia: A amostra foi constituída de 1035 mulheres com idade superior a 60 anos ($69,3 \pm 6,1$). A hipertensão arterial foi determinada através de auto-relato a um entrevistador treinado. As variáveis antropométricas mensuradas foram massa corporal (MC), estatura (EST), índice de massa corporal (IMC) e circunferência de cintura (CC) (LOHMAN, 1988). O NAF foi obtido mediante a utilização do Modified Baecke Questionnaire for Older Adults (VOORRIPS, 1991). A ACR foi mensurada através do teste de caminhada em 6 minutos (TC6) (RIKLI & JONES, 1999). A análise de regressão logística, ajustada para idade e nível sócio-econômico, foi utilizada para analisar a relação entre as variáveis independentes e dependentes, indicando Odds Ratio e Intervalo de Confiança IC95% ($p < 0,05$). As variáveis independentes foram divididas em quartis com exceção do NAF que foi dividido em tercils. Resultados: A incidência de hipertensão nesta amostra foi de 50%. O risco para hipertensão pode se elevar quando os valores de IMC ultrapassam $25,8 \text{ kg/m}^2$ e 80 cm de CC ou quando os valores no TC6 forem inferiores a 489,2 m. O NAF não demonstrou influenciar o risco para hipertensão. Contudo, apenas o quartil superior da CC apresentou um risco elevado em 2,16 (IC 95% 1,29-3,63) para hipertensão na análise multivariada, independente da idade e nível sócio-econômico. Conclusão: Os resultados deste estudo demonstraram que as mulheres com idade superior a 60 anos podem elevar o risco para a hipertensão quando os valores de CC forem superiores a 94 cm, sugerindo que o excesso de gordura na região abdominal influencia este quadro clínico. Dessa forma, sugere-se a utilização da CC como um instrumento aplicável em meios clínicos e/ou estudos epidemiológicos como preditor da condição de hipertensão arterial na população idosa feminina.

237

PREDITORES DE QUEDAS ACIDENTAIS EM MULHERES IDOSAS NÃO-INSTITUCIONALIZADAS

Cosme Franklin Buzzachera, Maressa Priscila Krause, Tatiane Hallage, Sileno José Dias Júnior, Marcelo Tavares, Sérgio Gregório da Silva
franklin_buzz@yahoo.com.br

UFPR

Introdução: As modificações estruturais e funcionais ocorridas no sistema neuro-muscular com o avanço da idade são consideradas como um dos principais fatores de risco a quedas em idosos. Essa deterioração neuro-muscular pode acarretar em lesões que consequentemente predispoem ao aumento da fragilidade e incapacidade dessa população. Entretanto, a manutenção da prática de exercícios físicos (EF) poderia atenuar tais modificações, e indiretamente no risco a quedas. Desse modo, o objetivo do presente estudo foi investigar como o EF e as variáveis neuro-musculares se associam a quedas em mulheres idosas. Metodologia: A amostra foi constituída por 1035 mulheres com idade superior a 60 anos (69,3±6,1 anos). As variáveis neuro-musculares mensuradas foram força máxima (dinamometria - Din), resistência de força de membros superiores (flexão de antebraço - FA30) e inferiores (levantar da cadeira - LC30), equilíbrio (Berg Balance Scale - BBS) e agilidade (8-Foot Up&Go - 8F). A incidência de quedas foi avaliada através de auto-relato a um entrevistador treinado. O EF foi obtido mediante a utilização do Questionário Modificado de Baecke (VOORRIPS et al., 1991). A relação entre as variáveis independentes - Din, FA30, LC30, BBS, 8F e EF - e a incidência de quedas foi investigada mediante análise de regressão logística - ajustada para a idade - indicando Odds Ratio (OR) e Intervalo de confiança IC95% (p<0,05). As possíveis variáveis predictoras foram divididas em quartis, com exceção do EF, o qual foi dividido em tercils. Resultados: A incidência de quedas elevou-se de 24,1% para 44,9% entre as mulheres mais jovens quando comparadas às mais idosas. A análise de regressão logística univariada demonstrou um elevado risco a quedas nos quartis 3 (OR=1,7 - IC95% 1,1-2,5) e 4 do 8F (OR=1,7 - IC95% 1,1-2,5), como também nos quartis 1 (OR=1,5, IC95% 1,0-2,2) e 2 (OR=1,6, IC95% 1,1-2,3) do LC30, e quartis 1 (OR=1,8, IC95% 1,2-2,7) e 2 (OR=2,0, IC95% 1,3-3,0) do BBS. Além disso, o tercil 1 do EF aumentou o risco em 1,5 (IC95% 1,1-2,1). Entretanto, na análise de regressão logística multivariada, nenhuma dessas variáveis se mantiveram associadas à incidência de quedas. Conclusão: As variáveis LC30, BBS, 8F e EF podem prever o risco a quedas. Desse modo, sugere-se programas de exercícios físicos que preconizem melhorar e/ou manter a funcionalidade dessas variáveis do sistema neuro-muscular, reduzindo assim o risco a quedas em mulheres idosas.

238

PREVALÊNCIA DAS LESÕES E QUEIXAS ÁLGICAS EM PRATICANTES DE GINÁSTICA OLÍMPICA COMPETITIVA E RECREATIVA E SUAS CORRELAÇÕES COM O TEMPO DE PRÁTICA

Fernanda Cerveira Abuana Osório, Emily Vasconcelos
fernandacerveira@yahoo.com.br

UFRN

Na ginástica olímpica (GO), a prevalência de lesões é de 50-60% nos membros inferiores, 25-31% nos membros superiores e 12-19% no tronco e coluna vertebral. Tais lesões ocorrem por sobrecargas externas (fatores extrínsecos) e internas (fatores intrínsecos), estando em proporção direta com o nível de destreza e tempo de prática (TP). Assim, dada à exigência e à complexidade dos movimentos, a GO é um esporte que expõe o indivíduo a um risco alto de lesões. Este estudo teve como escopo pesquisar a incidência, tipo de lesões e queixas álgicas em praticantes de GO competitiva e recreativa de uma academia de Natal-RN. Procurou-se também correlacionar o TP e as variáveis de presença de lesões e queixas álgicas, verificando as probabilidades de uma acontecer adjunta a outra. A pesquisa foi descritiva, com uma população de 30 ginastas e uma amostra de 26 (86,6% da população), na faixa entre 7 e 23 anos, selecionada através do método não-probabilístico intencional; foram divididos em 2 grupos (13 do treinamento competitivo - TC/ 13 do recreativo - TR), incluindo-se os que apresentavam lesão no momento da avaliação e excluindo-se os que não estavam praticando regularmente a GO. Aplicou-se um questionário com perguntas abertas e fechadas, coletando: identificação; antecedentes pessoais e familiares; tempo e objetivo da prática (para classificar em TC ou TR); lesões anteriores e momento de acontecimento; e queixas álgicas e locais de acometimento. Os dados foram analisados pelo programa Microsoft Excel do Windows XP, calculando-se as porcentagens e a razão de chance (q) de uma variável acontecer associada à outra. Observou-se que no TC (TP > 3 anos): 92,31% tiveram lesões anteriores, 88% delas relacionadas à GO, sendo a tendinite de punho mais prevalente (24%); 76,92% relataram queixa álgica, predominando as algias de punho (25%) e de coluna (25%). No TR (TP < 3 anos): 53,85% tiveram lesões, 62% relacionadas à GO, sendo as distensões paravertebrais mais incidentes (15,38%); 69,23% exibiram queixa álgica, prevalecendo as algias de coluna (26%). Verificou-se que aqueles com maior TP tinham 5,6 vezes mais chance de desenvolver lesões, 4,4 vezes mais probabilidades de terem queixas álgicas e 1,9 vezes mais possibilidades dessas queixas serem na coluna. Sugere-se a elaboração de um treinamento para minimizar os fatores extrínsecos e intrínsecos que predispoem às lesões nesse esporte, tornando-o mais seguro e a realização de estudos epidemiológicos com outras amostras.

239

PREVALÊNCIA DE DORES NAS COSTAS EM ESCOLARES E FATORES DE RISCO ASSOCIADOS

Diego Augusto Santos Silva, José Jean de Oliveira Toscano, Antônio César Cabral de Oliveira
diegoaugustoss@yahoo.com.br

UFSE

Introdução: A alta prevalência de dores nas costas identificada em adultos, já é uma realidade também em crianças e adolescentes. Um dos fatores de risco para as dores nas costas é o sedentarismo, tendo este comportamento várias conseqüências correlatas, como o excesso de peso, número de horas sentada e desequilíbrios músculo-articulares. O estudo teve como objetivo verificar a prevalência de dores nas costas em escolares e os fatores de risco associados. Material e Método: O tipo de estudo empregado foi o transversal analítico. A amostra foi composta por 114 alunos de ambos os gêneros, na idade entre 11 e 14 anos, da 5ª e 6ª séries do ensino fundamental do Colégio de Aplicação da Universidade Federal de Sergipe (UFS). Para identificar as dores nas costas e o nível de atividade física foi utilizado um questionário contendo a morbidade auto-referida e a identificação da demanda energética semanal. Verificou-se a massa corpórea e a estatura, onde foi calculado o Índice de Massa Corpórea (IMC) classificando os alunos em obeso, sobrepeso ou não. Coletou-se os dados referentes a flexibilidade e flexões abdominais. Realizou-se o estudo no laboratório do Núcleo de Pesquisa em Aptidão Física de Sergipe (NUPAFISE) da UFS. Para análise dos dados foi empregado o teste qui-quadrado com nível de significância de 0,05%. Resultados: Observou-se uma prevalência de 43% de dores nas costas nos escolares, sendo no gênero feminino este número maior. Não encontrou-se associações significativas com as variáveis flexibilidade, flexões abdominais e IMC. Contudo, a prevalência de dores nas costas foi maior nos indivíduos obesos e com baixa flexibilidade e força abdominal. Os escolares com maior número de horas sentada tiveram também uma maior prevalência de dores nas costas. Conclusão: Assim, acredita-se que as dores nas costas já se faz presente entre indivíduos jovens, portanto as aulas de educação física na escola devem ser informativas no que concerne a um comportamento preventivo de dores nas costas.

240

PREVALÊNCIA DE FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM INDIVÍDUOS ATIVOS E SEDENTÁRIOS

Bárbara Magro, Ariane Thais Giraldeili
babidominique@gmail.com

UEM

O tema doenças cardiovasculares encontra-se em destaque mundial pela liderança de mortalidade na maioria dos países. Diversos estudos epidemiológicos têm apresentado uma visão sobre os fatores de risco associados com o desenvolvimento dessas doenças, dentre esses fatores estão o tabagismo, hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes mellitus, obesidade, colesterol elevado e o sedentarismo. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi comparar a prevalência de fatores de risco cardiovascular em indivíduos ativos e sedentários. Para tanto, foram selecionados 70 sujeitos de ambos os sexos, com idade entre 17 e 64 anos avaliados no projeto UEM Saudável no período de 2003 a 2004. Para classificar os indivíduos em ativos e sedentários utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) e para identificação dos fatores de risco utilizou-se um questionário elaborado pelos integrantes do projeto. Dentre os resultados obtidos percebe-se que dos indivíduos sedentários 34% fazem uso de bebidas alcoólicas ao menos 2 vezes por semana, enquanto que no grupo de indivíduos considerados ativos esse percentual é de 43,3% do total. Dos indivíduos sedentários 2% são fumantes enquanto que no grupo ativo esse percentual é de 16,7%. Os indivíduos que possuem hipertensão arterial chega a 8,5% do total de sedentários enquanto que no grupo ativo esse número é de 5,2%. Dentre os indivíduos sedentários 10,6% possuem colesterol elevado contra 6,7% dos indivíduos ativos e 8,5% dos sedentários são obesos contra 3,3% do grupo ativo. Somente 36,2% dos indivíduos sedentários não possuem mais fatores de risco associados, contra 23,3% do grupo ativo, mostrando que apesar da prática regular de atividade física estes sujeitos possuem outros fatores de risco revelando dados acima da média dos sedentários. Conclui-se através deste estudo que o fato da pessoa realizar exercícios físicos diários não significa que seu estilo de vida seja saudável, pois este inclui além da atividade física regular, uma alimentação equilibrada, o não consumo do cigarro e de bebidas alcoólicas. É especialmente importante, do ponto de vista preventivo, investigar que fatores de estilo de vida se relacionam com a agregação de fatores de risco biológicos das DCV, elegendo-os, à posteriori, como alvos das estratégias de prevenção.

241

PREVALÊNCIA DO EXCESSO DE PESO E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DA REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA, PORTUGAL
Élvio Rúbio Quintal Gouveia, Duarte Luis Freitas, Jose Maia, Gaston Beunen, Albrecht Claessens, Antonio Marques, Martine Thomis, Sara Micaela Correia de Almeida, Maria João Almeida, Johan Lefevre
erubiog@uma.pt UMA; Katholieke University Leuven

A problemática do excesso de peso e obesidade em crianças e adolescentes tem sido debatida nas últimas décadas, um pouco por todo o mundo. A obesidade na infância está associada a sérios problemas de saúde no final da adolescência e idade adulta. Os objectivos centrais deste estudo foram: 1) caracterizar a prevalência do excesso de peso e obesidade em crianças e adolescentes da Região Autónoma da Madeira - Portugal; 2) analisar o comportamento dos resultados ao longo da idade e as diferenças entre sexos, ao nível do excesso de peso e obesidade; e 3) comparar os valores da nossa amostra com outras realidades nacionais e internacionais. Uma amostra representativa de 507 indivíduos de ambos os sexos com 8, 10, 12, 14 e 16 anos foi seguida anualmente por um período de 3 anos (1996, 1997 e 1998). A análise transversal dos dados permitiu-nos recolher informação em 2503 indivíduos (1266 rapazes e 1237 raparigas) com idades compreendidas entre os 7 e os 17 anos. A prevalência de excesso de peso e obesidade foi determinada através do índice de massa corporal (IMC) e estimada a partir dos valores de corte sugeridos por COLE et al. (2000). A descrição das variáveis foi efectuada a partir de frequências relativas (percentagens) e absolutas (efectivos). A prevalência de excesso de peso foi de 14,22% nos rapazes e de 10,99% nas raparigas. Valores mais baixos foram encontrados para a obesidade, nomeadamente, 2,61% (rapazes) e 1,86% (raparigas). O valor mais baixo para a prevalência de excesso de peso nos rapazes foi alcançado aos 16 anos (5,66%) e o valor mais elevado aos 13 anos (22,52%). Nas raparigas, a percentagem mais baixa foi alcançada aos 7 anos (9,09%) e a mais elevada aos 14 anos (14,63%). Ao nível da obesidade, e no género masculino, não foi observado qualquer sujeito aos 16 anos e o valor percentual mais elevado ocorreu aos 7 anos (6,38%). No género feminino, não foram encontrados indivíduos obesos aos 16 e 17 anos e a percentagem mais elevada foi presenciada aos 10 anos (6,14%). As crianças e adolescentes madeirenses apresentaram tendências similares na prevalência do excesso de peso e obesidade quando comparados com os colegas de Portugal Continental e de outros países europeus. Os dados reflectem uma prevalência de excesso de peso considerável nos rapazes e raparigas madeirenses. Medidas e programas de prevenção para reduzir este factor de risco de doenças degenerativas comuns são recomendados na Região Autónoma da Madeira - Portugal.

243

RELAÇÃO DE VOLUME EXPIRATÓRIO FORÇADO EM UM SEGUNDO E IMC EM MULHERES OBESAS
Simone Matteoni, Elizabeth Mattos, Luzimar Teixeira
efadapta@terra.com.br USP

Introdução: A grande incidência de asma e obesidade vem ocorrendo nas últimas décadas e isto vem preocupando e alertando alguns estudiosos. Nos indivíduos obesos, a prevalência de obesidade tem aumentado e tem sido associada ao aparecimento de problemas respiratórios. Diante das doenças respiratórias a rinite e a asma são as principais. Alguns estudos mostram uma associação entre IMC e asma, ocorrendo em indivíduos obesos. Objetivo: O objetivo deste trabalho foi verificar a relação entre Volume Expiratório Forçado em um segundo (FEV1) e Índice de Massa Corpórea (IMC) em mulheres obesas com IMC acima de 30. Metodologia: A população foi de mulheres de 25 anos \pm 7, do ambulatório de Imunologia Clínica e Alergia do Hospital das Clínicas da cidade de São Paulo. A amostra foi composta por 20 mulheres obesas saudáveis (sem síndrome metabólica), sendo 10 obesas de grau I e 10 obesas de grau II. Para verificarmos o FEV1 foi utilizado o equipamento Espirómetro do próprio ambulatório de Imunologia Clínica e Alergia. Foram coletados dados antropométricos de estatura (EST), índice de massa corporal (IMC) e o volume expiratório forçado em um segundo (FEV1). Resultados: Neste estudo, os resultados demonstraram uma prevalência de broncoespasmo em 45% das mulheres, sendo 40% das mulheres com obesidade de grau I e 50% das mulheres obesas de grau II. A média do FEV1 das mulheres obesas de grau I foram de 75,75% e das mulheres com obesidade de grau II foram de 71,50%. Conclusão: As mulheres obesas de grau II apresentaram maior prevalência de broncoespasmo tendo a sua média de 71,50% do FEV1, esta maior prevalência está diretamente relacionada ao IMC e FEV1, que são indicativos da associação entre disfunção pulmonar e obesidade. Para uma melhor avaliação da relação destas patologias, sugere-se um estudo longitudinal que verifique a relação do FEV1 e IMC na diminuição do peso corporal através de um programa de atividade física e dieta para esta população.

242

PREVALÊNCIA DO RISCO DE DESENVOLVER DIABETES TIPO II: ESTUDO REALIZADO EM CRIANÇA E ADOLESCENTES
Anelise Reis Gaya, Julia Matzenbacher dos Santos, José Ribeiro, Jorge Mota, Joana Carvalho
anegaya@hotmail.com UP

Introdução: O aumento da prevalência da obesidade e do sobrepeso em idades pediátricas surge causando o aparecimento de um leque de doenças que até então eram específicas dos adultos. A diminuição da sensibilidade a insulina é um importante factor para o possível desenvolvimento de patologias como a diabetes 2, hipertensão arterial e deslipidemias. O objectivo do presente estudo consiste em analisar a prevalência de crianças e adolescentes obesos que apresentam risco de desenvolver diabetes II e verificar a associação com outros factores de risco das doenças cardiovasculares. Material e Métodos: 87 crianças e adolescentes obesos do Hospital Pediátrico Maria Pia (Porto-Portugal) participaram do presente estudo (idade $12,12 \pm 2,41$; peso $75,19 \pm 21,67$; altura $156,34 \pm 12,8$; IMC (índice de massa corporal) $30,71 \pm 3,00$). O cálculo do Modelo de Avaliação da Homeostase (Homa), calculado através dos valores de glicose e insulina plasmática foi utilizado para a análise da estimação da resistência à insulina. Crianças e adolescentes com valores de Homa superiores a 2,24 foram classificadas com risco elevado de desenvolver diabetes tipo II. Resultados: 68,4% da amostra apresenta risco de desenvolver Diabetes tipo II, isto é apresentam valores de Homa superiores a 2,24. Valores médios do peso, altura, IMC (índice de massa corporal), TAS (tensão arterial sistólica) e TAD (tensão arterial diastólica) apresentaram correlação significativa com o indicador de resistência a insulina (HOMA), contudo estas correlações deixaram de apresentar valores significativos quando o peso foi controlado. Valores médios de HDL, LDL, triglicérides e actividade física formal não apresentaram correlação estatisticamente significativa ($p < 0,05$). Conclusão: Crianças e adolescentes com risco de desenvolver diabetes tipo II, estimadas através do Homa, apresentaram valores médios superiores de peso, altura, IMC, TAS e TAD. O peso parece ser a principal causa destas diferenças estatisticamente significativas encontradas entre o grupo que apresenta risco elevado de desenvolver diabetes tipo II e o grupo sem risco.

244

RELAÇÃO ENTRE ORIENTAÇÃO POR PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E REALIZAÇÃO DE EXAMES CLÍNICOS PRÉVIOS
José Vítor Vieira Salgado, Osmar Henrique Della Torre, Carlos Eduardo Zunino, Roberto Carreira, Mara Patricia Traina Chacon Mikahil
rotivez@yahoo.com.br UNICAMP

Introdução: Especialmente, na última década, observou-se um expressivo aumento do número de praticantes de Corrida de Rua em todo o mundo, no Brasil, em especial no estado de São Paulo (CORPORE, 2005). A maioria, amadores que buscam melhorar sua qualidade de vida. Parece, no entanto, que esse crescimento não ocorreu na mesma proporção tanto para orientação por profissionais de Educação física quanto para a avaliação médica prévia. Grande número desses praticantes, sequer tem informações sobre como a prática pode trazer benefícios: saúde, hidratação, alimentação, vestuário e calçados adequados, risco de lesões, ou até mesmo, ainda que em pequena magnitude, a morte súbita (GHORAYEB, CAMARGO & OLIVEIRA, 1999; SALGADO, 2005). Objetivo: Comparar praticantes de Corrida de Rua orientados ou não por profissionais de Educação Física quanto à realização de exames clínicos prévios à prática da atividade física. Metodologia: Aplicação de entrevistas em quatro diferentes provas do calendário nacional em 2004: Corrida Integração, Campinas-SP; Maratona de Revezamento Pão de Açúcar, São Paulo-SP; Volta Internacional da Pampulha, Belo Horizonte-MG e Corrida de São Silvestre, São Paulo-SP. Foram obtidas 817 entrevistas válidas, analisadas de forma descritiva, estatística inferencial e teste de hipótese. Resultados: Constatou-se que, 72,7% dos entrevistados não serem orientados por profissional de Educação Física (NO); destes 60,9% não realizaram exames clínicos prévios ao início da atividade. Entre os indivíduos com orientação (O); 64,1% relataram ter se submetido a exames clínicos. Em uma análise geral, pareceu-nos que chance de um corredor de rua ter acompanhamento clínico foi quase três vezes maior para o grupo (O) em comparação ao grupo (NO) (OR=2,8). Conclusões: Com o expressivo crescimento dos praticantes desta modalidade de corrida e de atividades físicas em geral, vê-se a necessidade de uma maior conscientização desse público tanto no tocante, as suas condições físicas e de saúde quanto de uma possível orientação por um profissional qualificado direcionando a realização de uma atividade mais adequada às condições e objetivos individuais. Suporte: PIBIC/SAE-UNICAMP.

245

RELAÇÃO ENTRE PRESSÃO ARTERIAL E DESEMPENHO COGNITIVO EM IDOSOS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO

Luiz Humberto Souza, Cintia Mota Cardeal, Vânia Tsukuda, Ricardo Jacó de Oliveira, Nanci Maria de França
luizhrsouza21@yahoo.com.br

UCB

Introdução e objetivo: O crescimento demográfico brasileiro do grupo etário acima dos 60 anos tem levado alguns pesquisadores a buscar maiores informações sobre suas conseqüências no campo da saúde. Neste sentido, é possível que haja um aumento expressivo de pessoas portadoras de doenças crônico-degenerativas, especialmente hipertensão arterial. A pressão arterial pode estar relacionada com a disfunção cognitiva, uma vez que é considerada um dos maiores fatores de risco para doenças cerebrovasculares (GUO, VIITANEN, FRATIGLIONI & WINBLAD, 1996; CAVALINI & CHOR, 2003). Devido às contradições encontradas, estudos epidemiológicos ainda têm analisado a relação entre essas variáveis. Dessa forma, este estudo busca investigar a associação entre pressão arterial e função cognitiva em um grupo de idosos. **Materiais e Métodos:** Foram selecionados 37 voluntários, com idade entre 60 e 81 anos (68,52±4,89 anos) praticantes de musculação. A pressão arterial foi mensurada com um esfigmomanômetro de mercúrio com os sujeitos sentados após repousarem 5 minutos. As pressões arteriais sistólica (PAS) e diastólica (PAD) foram definidas na fase 1 e 5 Korotkoff. A função cognitiva foi avaliada através do teste psicométrico Mini Exame do Estado Mental (MEEM) (FOLSTEIN, FOLSTEIN & McHUGH, 1975). Para associar as variáveis utilizou-se correlação linear de Pearson, e o nível de significância adotado foi de $p = 0,05$. **Resultados:** Foram encontrados os seguintes valores médios para o MEEM (25,41±3,75), PAS (125,37±13,51 mmHg) e PAD (80,74±10,8 mmHg). O escore total do MEEM correlacionou-se de forma significativa com a PAS ($r = -0,56$; $p = 0,003$) e PAD ($r = -0,47$; $p = 0,013$). **Conclusão:** De acordo os resultados obtidos nota-se que houve uma correlação linear negativa e significativa entre desempenho cognitivo e os níveis pressóricos.

246

REPRODUTIBILIDADE DE UM QUESTIONÁRIO DE ATIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS DO MUNICÍPIO DE JOÃO PESSOA, PB, BRASIL

Kelly Samara Silva, Francisco Martins da Silva, Clarice Martins
ksilvajp@yahoo.com.br

UFSC; UCB

Introdução: questionários de atividade física têm sido elaborados e/ou adaptados para grupos populacionais específicos respeitando características culturais peculiares a cada região. Este estudo objetivou identificar a reprodutibilidade no teste/re-teste de um questionário de atividade física (QAF) em crianças do município de João Pessoa, PB, Brasil. **Método:** participaram do estudo 166 crianças (86 meninos e 80 meninas), com idades entre 9 a 12 anos de escolas públicas e privadas do município de João Pessoa, PB, Brasil. Foram coletadas informações sobre: distância e meio de transporte utilizado para ir à escola e atividades físicas (esportivas, ocupacionais e de lazer) com seus respectivos tipos de atividade, intensidade e frequência. O preenchimento do questionário foi realizado por etapas, perguntas e respostas, e administrado em sala de aula por dois pesquisadores em tempo aproximado de 20 a 30 minutos. A re-aplicação foi realizada após três dias pelo mesmo pesquisador. Para o cálculo da intensidade utilizou-se o valor estimado da demanda energética de cada atividade (mets) e para frequência fez-se um escore de pontos através da soma dos dias dividido por dois: final de semana (1 a 2 dias= 1,5), durante a semana (3 a 5 dias= 4) e todos os dias (5 a 7 dias= 6,5). O nível de atividade física foi obtido pela somatória dos escores apresentados na seguinte equação: \bullet (transporte escolar x distância para escola) x 2 x (frequência) + (atividades esportivas x frequência) + (atividade ocupacional x frequência) + (atividades de lazer x frequência). **Resultados:** a reprodutibilidade do QAF nas crianças foi $r = 0,91$ (IC 95%= 0,88-0,93). Os meninos apresentaram um $r = 0,89$ (IC 95%= 0,83-0,93) e as meninas um $r = 0,93$ (IC 95%= 0,90-0,96). Com relação às idades: 9 anos (n= 59; $r = 0,89$; IC 95%= 0,82-0,93); 10 anos (n= 56; $r = 0,92$; IC 95%= 0,87-0,95); 11 anos (n= 38; $r = 0,92$; IC 95%= 0,85-0,96) e aos 12 anos (n= 13; $r = 0,96$; IC 95%= 0,86-0,99) a reprodutibilidade mostrou-se positiva e estatisticamente significativa. Ao comparar os resultados obtidos no re-teste/teste observou-se que não houve diferenças nos valores percentuais de classificação assegurando a reprodutibilidade (inativos= 92,9%; insuficientemente ativos= 7,86%; moderadamente ativos= 85,4% e ativos= 87,8%; $p = 0,678$). **Conclusão:** O QAF para crianças apresentou um excelente coeficiente de correlação entre a reprodutibilidade no teste/re-teste, para ambos os sexos e idades estudadas. Portanto, pode ser aplicado em escolares dessa faixa etária, principalmente da região nordeste.

247

RISCO CARDIOVASCULAR E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM MORADORES DA ZONA RURAL E URBANA DE SÃO PAULO

Daniel Righetto Rotta, Teresa Bartholomeu, Luiz Augusto Riani Costa, Taís Tinucci, Cláudia Forjaz
drotta@uol.com.br

USP

Introdução: Alguns estudos sugerem diferenças no risco cardiovascular e na prática de atividades físicas entre populações rurais e urbanas, porém esses estudos são normalmente internacionais. Assim, faltam dados sobre essas características em populações nacionais. Dessa forma, esse estudo visou comparar as características do risco cardiovascular e da prática de atividades físicas de moradores do Estado de São Paulo que moram na região rural, comparando-os a moradores da zona urbana com características de sexo, idade e nível de escolaridade semelhantes. **Materiais e Métodos:** De 2003 a 2005, os visitantes e moradores das cidades de Águas de São Pedro e São Pedro foram entrevistados. Da amostra total (1276 pessoas), 48 moravam na zona rural e para comparação foram escolhidos 48 moradores da zona urbana com características semelhantes em relação ao ano de entrevista, sexo, idade, grau de escolaridade. Os dados analisados foram: a) presença de doenças, sintomas e fatores de risco (sexo/idade, hereditariedade, hipertensão, fumo, obesidade, diabetes, colesterol alto e sedentarismo) cardiovasculares; e b) prática de atividades físicas (aeróbias ou não, intensidade e volume semanal). A comparação entre os grupos foi feita pelo teste de qui-quadrado. **Resultados:** A presença de doenças (23 vs. 13%), sintomas (23 vs. 13%) e fatores de risco (sexo/idade: 52 vs. 54%; hereditariedade: 31 vs. 25%, colesterol alto 36 vs. 20%, obesidade 31 vs. 23%; hipertensão: 30 vs. 35%, fumo 10 vs. 8% e diabetes 3 vs. 3% para rural vs. urbana, respectivamente) foram semelhantes entre grupos. Entretanto, a prevalência de índice cintura quadril elevado (89 vs. 73%) foi maior e de sedentarismo tendeu a ser maior na zona urbana (58 vs. 40%). Em relação à prática de atividades físicas, o tipo de atividade (aeróbia, mista ou ambas) e a intensidade das mesmas não diferiram entre as zonas. Porém, nas atividades aeróbias, o volume tendeu a ser maior na zona rural (69 vs. 44% com volume > 180 min/semana). **Conclusão:** De modo geral, o risco cardiovascular e a prática de atividades físicas não diferiram substancialmente entre moradores da zona rural e urbana do Estado de São Paulo, que tenham características demográficas semelhantes. Porém, a obesidade central é mais prevalente na zona urbana, que também tende a ter maior prevalência de sedentarismo e da prática de atividades aeróbias com menor volume. **Financiamento:** PIBIC, Apoio: CCS-USP, Empresa Junior EEFUEUSP

248

SEDENTARISMO X OBESIDADE / SOBREPESO:

RELAÇÃO COM OS CUSTOS PARA A INICIATIVA PRIVADA
Daniel Bruno Cantos, Amauri Aparecido Bássoli de Oliveira, Edna Regina Netto de Oliveira
dkhlo@yahoo.com.br

Complexo Esportivo Miyaki da Silveira; UEM

O presente estudo se caracterizou como sendo do tipo de levantamento e teve como objetivo geral estudar a relação existente entre o estilo de vida de usuários de planos de saúde e os custos financeiros destes indivíduos para estas instituições, já que através de um levantamento bibliográfico, foi constatado que cidadãos obesos oneram sensivelmente os provedores de saúde, tanto os privados quanto os públicos. A amostra foi composta pelos funcionários beneficiários (n=30) de uma empresa deficitária do município de Maringá, que fora apontada pelo plano de saúde em questão. Este usou como critério de avaliação o número de consultas per capita. Como instrumento para a obtenção dos dados referentes aos indicadores de obesidade e sedentarismo foram avaliadas variáveis antropométricas como (peso, estatura, circunferência abdominal), para avaliarmos os hábitos de vida destes indivíduos foram selecionados (IPAQ - versão curta, relatório de hábitos alimentares), além das informações já citadas, contemplamos ainda (histórico mórbido-progresso, questionário de nível sócio-econômico). Os equipamentos utilizados neste ensaio foram (balança digital Plenna® - com escala de 100g, fita métrica e estadiômetro Cardiomed®). Os dados coletados permitiram diagnosticar que 76,7% dos beneficiários apresentam indícios de sobrepeso / obesidade, 96,65% dos homens e 100% das mulheres são sedentárias. Podemos concluir com estes dados que os níveis de obesidade desta amostra, em conjunto com fatores de risco, característico desta patologia, e também a faixa etária elevada, podem vir a onerar cada vez mais o plano de saúde. Em relação aos custos atribuídos ao plano de saúde, não houve associação estatística significativa. Entretanto, destaca-se que há fortes indicadores com base nos resultados obtidos (idade elevada, índice de obesidade e sobrepeso e hábitos alimentares e de atividade física inadequados), de que se não houver uma iniciativa em relação a oferta de programas de saúde preventiva, fatalmente este grupo será deficitário para o referido plano de saúde.

SEMELHANÇA ENTRE PARES DE IRMÃOS
NOS NÍVEIS DE ACTIVIDADE FÍSICA HABITUAL

Vitor Lopes

vplopes@ipb.pt

Escola Superior de Educação

A actividade física (AF) é reconhecidamente um factor de prevenção numa série de doenças crónicas. A semelhança intrafamiliar na AF, que reflecte os factores genéticos e ambientais partilhados pelos membros da família, pode ser um determinante importante nos níveis de AF habitual. Contudo, os resultados da literatura são controversos. Objectivo: analisar a semelhança na fratria na AF habitual. Método: foi avaliada uma amostra de 71 pares de irmãos com idades entre os 11 e os 18 anos que viviam na região nordeste de Portugal. A AF foi avaliada durante 7 dias consecutivos com MTI actigraph modelo 7164 (Manufacturing Technology, Inc., Fort Walton Beach, FL, USA). O dados do monitor foram reduzidos a períodos contínuos de AF (30, 25, 20, 15, 10, e 5 min.) moderada (3-5.9 METs) (MVPA), vigorosa (6-8.9 METs) (VPA) e muito vigorosa (≥ 9 METs) (VVPA) e em total de minutos de MVPA, VPA e VVPA, com um software específico, onde estava implementada a equação desenvolvida por FREDSON et al. (1997) para crianças de 6 a 18 anos. As correlações entre irmãos foram calculadas com a rotina FCOR do S.A.G.E 5.1. Resultados: Houve poucas crianças com períodos contínuos de VPA e VVPA, pelo que nestas variáveis não foram calculadas as correlações. As correlações intrafratria, independente do tipo de pares (irmão-irmão, irmã-irmã, irmão-irmã), variaram entre 0,35 e -0,003. As correlações tendem a ser mais elevadas entre os pares de irmãos do mesmo sexo (irmão-irmão: 0,79 a 0,10; irmã-irmã: 0,43-0,02) do que entre irmãos do sexo oposto (irmão-irmã: 0,21 a -0,01). As correlações mais elevadas entre os irmãos ocorreram no tempo total em VVPA (0,78) e entre o tempo total em MPA (0,43). Conclusão: Estes resultados sugerem que a fratria tende assemelhar-se na AF habitual, esta semelhança tende a ser mais elevada entre pares de irmãos do mesmo sexo.