

Estudos do Movimento Humano e Saúde

NÍVEL DE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E PRESENÇA DE FATORES DE RISCO EM IDOSOS CADASTRADOS NA ESF DE GOVERNADOR VALADARES-MG

Diego Alves dos Santos, Mateus Gonçalves da Silva; Andréia Cristiane Carrenho Queiroz

E-mail: diegoufjgv@gmail.com

Financiamento: CAPES, CNPq - 432314/2016-4, FAPEMIG - APQ00133-14

A ocorrência de doenças cardiovasculares é associada à presença de fatores de risco. A prática de atividade física tem sido uma ferramenta importante na prevenção, controle e tratamento das doenças cardiovasculares e de alguns fatores de risco. O objetivo do estudo foi avaliar o nível de prática de atividade física e a presença de fatores de risco em cadastrados nas unidades da Estratégias de Saúde da Família (ESF) da cidade de Governador Valadares-MG. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFJF. Foram avaliados 194 idosos ($68,5 \pm 5,5$ anos, 66,5% mulheres) por meio de um questionário contendo perguntas sobre: características gerais, presença de doenças e fatores de risco autorreferidos e nível de prática de atividade física de lazer. Além disso, os idosos se submeteram às medidas de peso e altura, para o cálculo de índice de massa corporal (IMC). Os dados estão apresentados de forma descritiva. Em relação a prática de atividade física, 70,6% foram classificados como inativos (0 min/semana), 19,6% como insuficientemente ativos (1-149 min/semana) e 9,8% como ativos (≥ 150 min/semana). Em relação ao IMC, 57,2% foram considerados sobrepesados (≥ 27 kg/m²). Além disso, 68,6% e 32,5% autorrelataram presença de hipertensão arterial e diabetes, respectivamente, e 9,3% são fumantes. Os resultados apontaram baixo nível de prática de atividade física e uma presença de fatores de risco importantes, como hipertensão arterial, diabetes e sobrepeso. Esses dados demonstram a importância do fortalecimento do serviço de saúde público na cidade e a necessidade de ampliação dos projetos educativos e de intervenção com o objetivo de estimular o aumento do nível de prática de atividade física para a população.

Palavras-chave: Doenças Crônicas Não Transmissíveis. Atividade Física. Idoso.