



PÔSTER

Cuidado individual, familiar e comunitário

Atividade física x morbidades: perfil de participantes de uma ação em saúde

Franciane do Socorro Rodrigues Gomes. Universidade Federal do Pará (UFPA). franciane@ufpa.br
 Andressa Tavares Parente. Universidade Federal do Pará (UFPA). andressatp@ufpa.br
 Denise da Cunha Nascimento. Universidade Federal do Pará (UFPA).
 denise_enfermagem08@hotmail.com
 Letícia da Silva Pereira. Universidade Federal do Pará (UFPA). angel.leticia@hotmail.com
 Sylvia Regina Vasconcellos de Aguiar. Universidade Federal do Pará (UFPA).
 rmfaguiar@hotmail.com

Introdução: A prática regular de atividade física mantém e melhora a saúde e qualidade de vida do homem, o sedentarismo representa um mal indesejável à saúde, tendo relação direta com a elevada incidência de doenças crônico-degenerativas. O incentivo a prática de atividades físicas reflete em um estilo de vida ativo, no peso corporal, melhora do nível de saúde mental e na redução dos custos com tratamentos.

Objetivos: Identificar o perfil de pessoas atendidas na ação de educação em saúde em relação a realização ou não de atividades físicas.

Metodologia ou Descrição da Experiência: Estudo epidemiológico, transversal, descritivo, quantitativo, realizado em 27 de maio de 2012 em uma praça pública em Belém/PA, pelos Projetos de Monitoria em enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES). Foram incluídos homens e mulheres, maiores de 18 anos, que manifestaram interesse em participar do estudo e a assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido. A amostra foi constituída por 164 pessoas, participantes da ação em saúde. Utilizou-se um questionário socioeconômico para coleta de dados, os quais foram agrupados em planilha e analisados por estatística descritiva, apresentados através de tabelas e gráficos.

Resultados: do total de 164 indivíduos entrevistados 65,24% (107) eram do sexo feminino, 34,76% (57) do masculino. As idades variaram de 18 a 89 anos, sendo que 21,34% (35) dos pesquisados tinham até 39 anos e 78,66% (129) 40 anos ou mais. A metade 50,61%(83) praticam atividades físicas como: caminhada 45,78%(38), hidroginástica 10,84%(9) e musculação 7,22%(6). Do total de participantes 34,14% possuem alguma doença, as que mais se destacaram foram: hipertensão arterial 20%(11), gastrite 20%(11) e 44,51%(73) tomam algum medicamento entre eles: 17,68%(29) para hipertensão e 4,26%(7) para diabetes.

Conclusão ou Hipóteses: A prática de atividades físicas deve ser inserida no cotidiano do indivíduo, e a educação em saúde é uma forma de demonstrar os benefícios e incentivar esta rotina, proporcionando a prevenção das morbidades e uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Promoção da Saúde. Enfermagem. Educação em Saúde.