



Tipo de trabalho: Resumo simples

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DO AMBIENTE EM ADULTOS DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL¹

Luciana Zaranza Monteiro², Joni Marcio de Farias³, Tiago Rodrigues de Lima⁴, Antônio Augusto Schafer⁵, Fernanda de Oliveira Meller⁶, Diego Augusto Santos Silva⁷

¹ Pesquisa Institucional desenvolvida pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva - Universidade do Extremo Sul Catarinense.

² Aluna de Pós-Doutorado do Programa de Pós Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina, lucianazaranza@hotmail.com - Florianópolis/SC/Brasil

³ Professor, Doutor em Ciências da Saúde, Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva (Universidade do Extremo Sul Catarinense), jmf@unesc.net - Criciúma/SC/Brasil

⁴ Aluno do curso de Doutorado em Educação Física, Programa de Pós Graduação em Educação Física (Universidade Federal de Santa Catarina), tiagopersonaltrainer@gmail.com - Florianópolis/SC/Brasil

⁵ Professor, Doutor em Epidemiologia, Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva (Universidade do Extremo Sul Catarinense), aaschafer@hotmail.com - Criciúma/SC/Brasil

⁶ Professora, Doutora em Epidemiologia, Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva (Universidade do Extremo Sul Catarinense), fernandameller@unesc.net - Criciúma/SC/Brasil

⁷ Professor Orientador, Doutor em Educação Física, Programa de Pós Graduação em Educação Física (Universidade Federal de Santa Catarina), diegoaugustoss@yahoo.com.br - Florianópolis/SC/Brasil

Introdução: A construção e manutenção de ambientes propícios à prática de atividade física tem sido preconizada por especialistas para mitigar o impacto da inatividade física e da obesidade em níveis globais, principalmente em países de baixa e média renda como o Brasil, que sofre com a alta carga de doenças crônicas não transmissíveis. Apesar da importância atribuída às características ambientais, ainda existem evidências inconsistentes sobre quais características ambientais são determinantes da prática de atividade física, principalmente no Brasil.

Objetivo: Verificar a associação entre a prática de atividade física e percepção do ambiente em adultos de uma cidade do Sul do Brasil.

Metodologia: Estudo transversal de base populacional com 820 adultos (63,8% mulheres), residentes na cidade de Criciúma-SC. As características percebidas do ambiente do bairro foram avaliadas pela versão em português do *Neighborhood Environmental Walkability Scale (NEWS)*. A atividade física no lazer e deslocamento foi avaliada pelo *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ - versão longa). Foi considerado as atividades físicas de intensidade moderada ou vigorosa (AFMV) com pelo menos 10 minutos de duração em uma semana habitual. A classificação da atividade física no lazer considerou as pessoas que realizam 150 minutos ou mais por semana de AVMV. Foi realizada a regressão logística binária com estimativa de *odds ratio* e IC95% utilizando o pacote estatístico Stata 13.0.



Tipo de trabalho: Resumo simples

Resultados: Dos 820 adultos, 63,8% eram mulheres, 24,5% tinham idade entre 60-69 anos, 89% residiam de 1 a 4 anos no bairro, 25,1% realizavam AFMV, 30% fazia caminhada no lazer e 65,3% realizavam deslocamento ativo. Sobre as características do ambiente, 93,4% relataram gostar de morar no bairro em que residiam, 88,9% e 87,1%, respectivamente, reportaram que as ruas perto da casa eram bem-iluminadas à noite, e que era seguro realizar atividade física perto da residência. Observamos associação entre AFMV, prática de caminhada e deslocamento ativo com as variáveis ambientais, onde verificou-se que o bairro com lugar público para a prática de exercícios físicos (OR = 1,5; IC95%: 1,0 - 2,2) e o fato de passear com o cachorro no bairro (OR = 2,9; IC95%: 1,8 - 4,7), foram aspectos ambientais associados a maiores chances de realizar período igual ou superior a 150 minutos/semana de AFMV. O deslocamento ativo associou-se a gostar de morar no bairro (OR = 1,9; IC95%: 1,0 – 3,3), o acesso a locais para aquisição de frutas e legumes frescos (OR = 1,6; IC95%: 1,1 – 2,3) e ter eventos esportivos no bairro (OR = 1,6; IC95%: 1,1 - 2,4).

Conclusões: O estudo demonstrou que a percepção de variáveis do ambiente esteve associada à AFMV, prática de caminhada e deslocamento ativo. O investimento em instalações para a prática de atividade física em áreas verdes e em segurança no bairro pode estimular a caminhada no lazer. Assim, medidas simples, como incentivar a população a passear com seus cachorros, podem aumentar a prática de atividade física.

Palavras-chave: Epidemiologia; Atividades de lazer; Atividade motora; Saúde ambiental.



Tipo de trabalho: Resumo simples

Introdução: A construção e manutenção de ambientes propícios à prática de atividade física tem sido preconizada por especialistas para mitigar o impacto da inatividade física e da obesidade em níveis globais, principalmente em países de baixa e média renda como o Brasil, que sofre com a alta carga de doenças crônicas não transmissíveis. Apesar da importância atribuída às características ambientais, ainda existem evidências inconsistentes sobre quais características ambientais são determinantes da prática de atividade física, principalmente no Brasil.

Objetivo: Verificar a associação entre a prática de atividade física e percepção do ambiente em adultos de uma cidade do Sul do Brasil.

Metodologia: Estudo transversal de base populacional com 820 adultos (63,8% mulheres), residentes na cidade de Criciúma-SC. As características percebidas do ambiente do bairro foram avaliadas pela versão em português do *Neighborhood Environmental Walkability Scale (NEWS)*. A atividade física no lazer e deslocamento foi avaliada pelo *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ - versão longa)*. Foi considerado as atividades físicas de intensidade moderada ou vigorosa (AFMV) com pelo menos 10 minutos de duração em uma semana habitual. A classificação da atividade física no lazer considerou as pessoas que realizam 150 minutos ou mais por semana de AFMV. Foi realizada a regressão logística binária com estimativa de *odds ratio* e IC95% utilizando o pacote estatístico Stata 13.0.

Resultados: Dos 820 adultos, 63,8% eram mulheres, 24,5% tinham idade entre 60-69 anos, 89% residiam de 1 a 4 anos no bairro, 25,1% realizavam AFMV, 30% fazia caminhada no lazer e 65,3% realizavam deslocamento ativo. Sobre as características do ambiente, 93,4% relataram gostar de morar no bairro em que residiam, 88,9% e 87,1%, respectivamente, reportaram que as ruas perto da casa eram bem-iluminadas à noite, e que era seguro realizar atividade física perto da residência. Observamos associação entre AFMV, prática de caminhada e deslocamento ativo com as variáveis ambientais, onde verificou-se que o bairro com lugar público para a prática de exercícios físicos (OR = 1,5; IC95%: 1,0 - 2,2) e o fato de passear com o cachorro no bairro (OR = 2,9; IC95%: 1,8 - 4,7), foram aspectos ambientais associados a maiores chances de realizar período igual ou superior a 150 minutos/semana de AFMV. O deslocamento ativo associou-se a gostar de morar no bairro (OR = 1,9; IC95%: 1,0 - 3,3), o acesso a locais para aquisição de frutas e legumes frescos (OR = 1,6; IC95%: 1,1 - 2,3) e ter eventos esportivos no bairro (OR = 1,6; IC95%: 1,1 - 2,4).

Conclusões: O estudo demonstrou que a percepção de variáveis do ambiente esteve associada à AFMV, prática de caminhada e deslocamento ativo. O investimento em instalações para a prática de atividade física em áreas verdes e em segurança no bairro pode estimular a caminhada no lazer. Assim, medidas simples, como incentivar a população a passear com seus cachorros, podem aumentar a prática de atividade física.

Palavras-chave: Epidemiologia; Atividades de lazer; Atividade motora; Saúde ambiental.