

ATIVIDADE FÍSICA SEGUNDO DIFERENTES CRITÉRIOS: PREVALÊNCIA DE ACORDO COM SEXO E IDADE

EDGAR SANTIN; ANDRÉIA GUSTAVO, FLAVIO D. FUCHS, JERUZA L NEYELOFF, LEILA B MOREIRA, SANDRA C FUCHS

Introdução: O International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) tem sido utilizado para investigar a epidemiologia da atividade física, com o objetivo de padronizar a investigação. Objetivo: verificar níveis de atividade segundo diversos critérios e as prevalências foram descritas de acordo com sexo e idade. Adicionalmente, avaliaram-se características demográficas e socioeconômicas associadas à inatividade física. Método: Este é um estudo transversal de base populacional de adultos (18 a 90 anos) de ambos os sexos, investigado no SOFT Study. Atividade física foi avaliada utilizando o IPAQ versão curta. Características demográficas e socioeconômicas foram investigadas. Resultados: Entre os critérios de baixo nível de atividade física, dos 1858 adultos 30,5% eram insuficientemente ativos conforme o protocolo do IPAQ, 25,5% realizavam menos do que 150 minutos por semana, 38,6% despendiam menos do que 1000 kcal por semana e 34,5% passavam seis horas ou mais sentados por semana. Diferenças estatisticamente significativas entre os sexos, com maior prevalência entre os homens, foram detectadas para atividades vigorosas ≥ 150 min/sem (26,9% vs. 14,2%), deslocamento ≥ 150 min/sem (51,1% vs. 43,8%), prática por tempo igual ou superior a 1000 minutos por semana (18,9% vs. 14,2%) e permanência sentado por semana maior ou igual a seis horas/dia (37,4% vs. 32,4%). A relação inversa com idade foi confirmada em todos os critérios de atividade física para as mulheres e na maior parte dos critérios para os homens. Conclusão: Considerando-se os resultados obtidos, sugere-se que para aferição pontual da prevalência de indivíduos insuficientemente ativos ou muito ativos podem ser usados diferentes critérios de classificação na análise dos dados.