Anais do II Congresso de Ciência e Tecnologia da PUC Goiás
Disponível em: http://pucgoias.edu.br/ucg/prope/pesquisa/anais/2016
ISSN: 2177-3327

PERFIL DA POPULAÇÃO BRASILEIRA EM RELAÇÃO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS

CAMILA GARCIA DE SOUZA, GÉLCIO SISTEROLI DE CARVALHO
camilagrc.07@gmail.com

Objetivo: Descrever o perfil da população brasileira quanto à prática, assiduidade e intensidade de atividades físicas levando-se em conta diferenças de idade, sexo, grau de instrução e região de habitação. **Método:** Os dados do estudo foram extraídos da base de dados virtual Scientific Eletronic Library Online (SciELO) a partir dos descritores “saúde”, “Brasil”, “exercícios”, “atividades” e “físicas” publicados entre 2011 e 2015, e que estavam inseridos nas coleções “Brasil” e “Saúde Pública”. Os artigos foram selecionados conforme sua relevância e contribuição para os objetivos propostos por meio de análise crítica temática. Das 64 referências encontradas no total, 22 eram repetidas e 46 foram descartadas por não se enquadrarem aos critérios de inclusão. Dessa forma, se enquadraram nos objetivos do estudo 18 artigos. **Resultados:** Em todas as cinco grandes regiões brasileiras, a prevalência de ativos no lazer foi maior entre os homens, os mais jovens e aqueles com maior grau de instrução. Em um dos estudos, observou-se que embora 65,5% de pessoas se encontrassem nas recomendações para atividade física regular por serem ativos ou muito ativos, quase 35% foram classificadas como insuficientemente ativos ou sedentários, predispondo-os a maiores agravos relacionadas à escassa prática de exercícios. O perfil populacional refletiu predomínio de atividades aeróbicas e tarefas domésticas frente exercícios de musculação, principalmente entre mulheres e idosos. **Conclusão:** Comportamentos relacionados à saúde, como a prática de atividades físicas, são incorporados na infância e adolescência e tendem a manter-se na idade adulta. Como parte significativa da população analisada foi considerada insuficientemente ativa ou sedentária, sugere-se maior implementação de políticas públicas que possibilitem e incentivem a atividade física e prática de esportes.

Palavras-chave: Exercícios. Saúde. Brasil.