

## Prevalência e fatores associados à prática de exercício físico entre obesos no Sudeste e Sul do Brasil em 2014

Luan Junior Vignatti<sup>1</sup>, Thaynara Maestri<sup>1</sup>, Andréia Clara Nazário<sup>2</sup> & Nazaré Otília Nazário<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, Brasil. luanvignatti@gmail.com;

<sup>2</sup>Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Brasil

**Resumo:** A obesidade é definida como um acúmulo anormal ou excessivo de gordura que pode prejudicar a saúde (World Health Organization, 2016). Este distúrbio aumenta o risco de diabetes mellitus tipo 2, doenças cardiovasculares, câncer, distúrbio músculo-esquelético, doença renal crônica e doença pulmonar (Brazilian Association for the Study of Obesity and Metabolic Syndrome, 2016). Devido a estes riscos, torna-se importante a prevenção e o tratamento da obesidade, visto que a perda de peso diminui mortalidade (Arterburn, Olsen, Smith, et al, 2015). O tratamento clínico não medicamentoso reúne uma série de modificações dos costumes diários, desse modo, é desejável uma abordagem de equipe multiprofissional. Uma dieta adequada associada ao aumento de gasto de energia através do exercício físico é um forte preditor de manutenção da perda de peso (Eckel, Jakicic, Ard, et al, 2014) (Malachias, et al, 2016). Método de estudo transversal, com 1.568 obesos da região Sudeste e Sul do Brasil entrevistados pela pesquisa VIGITEL (Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico). Incluídos indivíduos  $\geq 18$  anos com Índice de Massa Corporal (IMC)  $\geq 30$  que responderam ao questionário VIGITEL. Excluídas com IMC  $< 30$ . As variáveis do estudo são: exercício físico: sim ou não; sexo: masculino ou feminino; faixa etária em número de anos, agrupados nos grupos 18-54 ou  $\geq 55$  anos; estado civil: com companheiro (casados, união estável  $> 6$  meses), sem companheiro (solteiro, separado, divorciado, viúvo); escolaridade:  $< 12$  anos de estudo ou  $\geq 12$  anos de estudo; cor de pele: branca ou não branca (preta, amarela, parda, indígena); tempo de TV:  $\leq 15$  horas/semana ou  $> 15$  horas/semana; estado de saúde ruim: sim ou não; HAS “Algum médico já lhe disse que o(a) Sr(a) tem pressão alta?”; Diabetes mellitus (DM): “Algum médico já lhe disse que o(a) Sr(a) tem diabetes?”; dislipidemia: “Algum médico já lhe disse que o(a) senhor(a) tem colesterol ou triglicérides elevado?”. Os dados foram analisados no SPSS 18,0, teste CHI-quadrado e taxa de prevalência, com IC 95%, relevância estatística  $p \leq 0,05$ . O resultado da prevalência de exercício físico foi de 44,7%. Verificou-se prevalência da população estudada sexo feminino (61,9%), faixa etária 18-54 anos (52,9%), com parceiro (55,9%),  $< 12$  anos de estudo (74,7%), branca (61,5%) e hipertensão arterial (52,3%). Menos prevalentes: mais de 15 horas/semana de TV (32,0%), má condição de saúde (8,0%), diabetes mellitus (20,2%) e dislipidemia (34,1%). Houve significância estatística entre a prática de exercício físico e o sexo masculino (RP: 1,35, IC: 1,22-1,51),  $\geq 12$  anos de escolaridade (RP: 1,28; IC: 1,13-1,44), menor tempo de TV (RP: 1,15; IC: 1,05-1,25), estado de saúde não ruim (RP: 1,39; IC: 1,24-1,56). Conclui-se que menos da metade dos obesos que praticam exercícios físicos, é um problema de saúde pública a respeito da prevenção e do tratamento da obesidade. Os praticantes de exercícios físicos são do sexo masculino, com  $\geq 12$  anos de escolaridade, com menos tempo de TV e condição de saúde não ruim.

**Palavras-chave:** obesidade, exercício físico, prevenção, tratamento

### Referências bibliográficas

- Arterburn, D., Olsen, M., Smith, V., et al. (2015). Association between bariatric surgery and long-term survival. *JAMA*. Jan;313(1):62-70
- Brazilian Association for the Study of Obesity and Metabolic Syndrome (2016). *Brazilian Guidelines for Obesity 2016 / ABESO - 4.ed.*
- Eckel, R., Jakicic, J., Ard, J., et al. (2014). AHA/ACC guideline on lifestyle management to reduce cardiovascular risk: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Practice Guidelines. *Circulation*, 129(25 Suppl 2):S76.
- Malachias M.V.B., et al. (2016). A Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial. *Cardiol*. 2016;107(3).
- World Health Organization (2016). Obesity and overweight. Obtido de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>

#### Citação:

Vignatti, L., Maestri, T., Nazário, A., & Nazário, N. (2017). Prevalência e fatores associados à prática de exercício físico entre obesos no Sudeste e Sul do Brasil em 2014. In Ribeiro, J. & Lima, E. (eds). *Atas do II Encontro Nacional de Novos Investigadores em Saúde & II International Meeting of New Health Researchers*. Leiria: Politécnico de Leiria. p. 14