

# Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde

## Editores Chefe

Jeffer Eidi Sasaki  
Universidade Federal do Triângulo Mineiro,  
Brasil  
Priscila Nakamura  
Instituto Federal de Educação, Ciência e  
Tecnologia do Sul Minas Gerais, Brasil

## Editores Associados

Adriano Ferreira Akira Hino  
Universidade Pontifícia Católica do Paraná,  
Brasil  
Andrea Ramírez Varela  
Universidad de Los Andes, Bogotá, Colombia  
Antonio Stabelini Neto  
Universidade Estadual do Norte do Paraná,  
Jacarezinho, Paraná, Brasil  
Christianne de Faria Coelho  
Ravagnani  
Universidade Federal de Mato Grosso do  
Sul, Brasil  
Eduardo Caldas Costa  
Universidade Federal do Rio Grande do  
Norte, Brasil  
Emerson Sebastião  
Northern Illinois University, DeKalb,  
Illinois, Estados Unidos  
Filipe Ferreira da Costa  
Universidade Federal da Paraíba, Brasil  
Gregore Iven Mielke  
The University of Queensland, Brisbane,  
Australia  
Jair Sindra Virtuoso Júnior  
Universidade Federal do Triângulo Mineiro,  
Brasil  
Marcelo Romanzini  
Universidade Estadual de Londrina, Brasil  
Mathias Roberto Loch  
Universidade Estadual de Londrina, Brasil  
Valter Cordeiro Barbosa Filho  
Instituto Federal do Ceará, Brasil

## Editores Assistentes

Alcides Prazeres Filho  
Eduarda Cristina da Costa Silva  
Elusa Santina Antunes de Oliveira

## Missão

A Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde (RBAFS) é o periódico oficial da Sociedade Brasileira de Atividade Física & Saúde, de acesso aberto (open access) e fluxo contínuo, de caráter multidisciplinar, com fins de disseminação de conteúdo científico de caráter teórico, empírico e educacional que contribui para o avanço da área de atividade física e saúde. A RBAFS aceita manuscritos nos seguintes idiomas: português, espanhol e inglês.

## Expediente

Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde / Brazilian Journal of Physical Activity and Health  
Universidade Federal de Santa Catarina -  
Campus Universitário Reitor João David  
Ferreira Lima - Centro de Desportos,  
Prédio administrativo - sala 200 - 2º piso  
- Bairro Trindade, Florianópolis, Santa  
Catarina, CEP 88040-900  
<http://rbafs.org.br>  
Email: [rbafs@sbafs.org.br](mailto:rbafs@sbafs.org.br)

## Publicação

A RBAFS adota o sistema de publicação continuada (*rolling pass*), tornando a publicação do artigo mais rápida, tendo em vista que não depende de outros artigos para fechamento de um número (fascículo)

A Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde é indexada por:

- LILACS – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
- LATINDEX - Sistema Regional de Información en Línea para Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
- Google Scholar
- DOAJ - Directory of Open Access Journals
- REDIB - Red Iberoamericana de Innovación y Conocimiento Científico
- CEV – Centro Virtual Esportivo

## Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde (SBAFS)

### Diretoria Executiva

Paulo Henrique Guerra  
Presidente  
Douglas Roque Andrade  
Vice-Presidente  
Maria Cecília Marinho Tenório  
Diretora Científica  
Luiz Guilherme Grossi Porto  
1º Secretário  
Inês Amanda Streit  
2ª Secretária  
Gabriel Gustavo Bergmann  
1º Tesoureiro  
Rogério César Fermino  
2º Tesoureiro



# ANAIS DO 1o Congresso Latino-Americano de Pesquisa em Atividade Física e Saúde

JUNTOS EM MOVIMENTO | 21-24 DE JUNHO DE 2021

## AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer às seguintes pessoas que atuaram como revisores por pares dos artigos científicos recebidos pelo CLIAFS e/ou como tradutores.

Deborah Salvo  
The University of Texas at Austin,  
USA

Alejandra Jáuregui  
Instituto Nacional de Salud Pública,  
México

Andrea Ramirez Varela  
Universidad de los Andes, Colombia

Javier Brazo-Sayavera  
Universidad de la República,  
Uruguay

Adriano Akira Ferreira Hino  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Nicolas Aguilar-Farías  
Universidad de La Frontera, Chile

Cecilia del Campo  
Comisión Honoraria para la Salud  
Cardiovascular, Uruguay

Rodrigo Reis  
Washington University in St. Louis,  
USA

Átila Alexandre Trapé  
Universidade de São Paulo, Brasil

Eugen Resendiz Bontrud  
Washington University in St. Louis,  
USA

Natalicio Serrano  
Washington University in St. Louis,  
USA

Catalina Medina  
Instituto Nacional de Salud Pública,  
México

María Hermosillo  
Instituto Nacional de Salud Pública,  
México

Alexandre Augusto de Paula da  
Silva  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Barbara Klasmann  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Carolina Muraski Severiano  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Ciro Romelio Rodriguez Añez  
Universidade Tecnológica Federal do  
Paraná, Brasil

Eduardo Ferreira Medici  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Fernanda Cristini Chiaftela Loch  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Julia Coraiola Zanella  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Letícia Dias Padua Pires  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Maraísa do Nascimento  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Mariana Soek  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Maurício de Oliveira Barros  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Milena Franco Silva  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Noelia de Moraes Aguirre  
Carnasciali  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Tarik Andrade Hamdar  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Thamires Gabrielly dos Santos  
Coco  
Pontificia Universidade Católica do  
Paraná, Brasil

Sebastián Miranda  
Universidad de La Frontera, Chile

Marcelo Toledo  
Universidad de La Frontera, Chile

## ANFITRIÕES E PATROCINADORES





# Unificação e fortalecimento da agenda de pesquisa em atividade física e saúde na América Latina: juntos em movimento!

## AUTORES

Deborah Salvo<sup>1</sup>  
Alejandra Jauregui<sup>2</sup>  
Andrea Ramirez Varela<sup>3</sup>  
Javier Brazo-Sayavera<sup>4</sup>  
Adriano Akira Hino<sup>5</sup>  
Nicolas Aguilar-Farias<sup>6</sup>  
Cecilia del Campo<sup>7</sup>  
Rodrigo S. Reis<sup>1,5</sup>

1 The University of Texas at Austin, USA

2 Instituto Nacional de Salud Pública, México

3 Universidad de los Andes, Colombia

4 Universidad de la República, Uruguay

5 Universidade Pontificia Catolica do Parana, Brasil

6 Universidad de la Frontera, Chile

7 Comision Honoraria para la Salud Cardiovascular, Uruguay

## CORRESPONDÊNCIA

[dsalvo@austin.utexas.edu](mailto:dsalvo@austin.utexas.edu)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):I-II

Sejam bem-vindos a este volume especial da *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, que inclui todos os trabalhos científicos apresentados no *Primeiro Congresso Latino-Americano de Pesquisa em Atividade Física e Saúde* (CLIAFS), cuja instituição anfitriã foi o Instituto Nacional de Saúde Pública de México, mas realizado virtualmente, em razão da emergência epidemiológica decorrente da pandemia do COVID-19, de 21 a 24 de junho de 2021.

Sem dúvida, o CLIAFS representou um ponto de virada para o fortalecimento e a unificação de nosso campo de pesquisa em toda a região da América Latina.<sup>1</sup> Nele, foram apresentados trabalhos científicos de alta qualidade de toda a América Latina. Tivemos também a presença de importantes palestrantes dos Estados Unidos, Europa e Austrália, o que propiciou um ambiente de troca de idéias, métodos e novas conexões, nunca antes vistas em nosso campo na América Latina. Apesar de todos os desafios inesperados apresentados pela pandemia do COVID-19, o CLIAFS mais do que cumpriu seu objetivo de fornecer um espaço de intercâmbio científico de alta qualidade e com foco na irmandade e colaboração regional.

A inatividade física é um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de várias doenças degenerativas crônicas, incluindo diabetes tipo II, doenças cardiovasculares e vários tipos de câncer.<sup>2</sup> Na América Latina, a inatividade física é alta: um em cada três latino-americanos é fisicamente inativo<sup>3,4</sup> e 11,4% das mortes na região são atribuíveis à inatividade física.<sup>5</sup> Além disso, a inatividade física é responsável por 1,3 bilhão de dólares internacionais em custos para os sistemas de saúde da América Latina. Não obstante disso, até antes do CLIAFS, não havia fórum científico que reunisse pesquisadores focados nesse campo de estudo na América Latina. O CLIAFS e a formação da *Sociedade Latino-Americana de Atividade Física e Saúde* (SLIAFS) vieram complementar e fortalecer, com evidências científicas de relevância local e regional, os importantes avanços na promoção da atividade física que foram desenvolvidos em América Latina há mais de duas décadas, liderada por grupos-chave, como *Agita São Paulo* e a *Rede de Atividade Física das Américas* (RAFA).<sup>6</sup>

Estamos firmemente convencidos da importância de investir no fortalecimento da capacidade, qualidade e quantidade de pesquisas em atividade física e saúde na América Latina, como parte de uma estratégia abrangente para melhorar as políticas, programas e ações de saúde pública na região. O primeiro CLIAFS nos deixou um enorme legado, que se reflete na grande qualidade científica e diversidade de tópicos e perspectivas dos trabalhos apresentados durante o Congresso e incluídos neste volume especial. Neste



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.

volume encontrarão novas metodologias para medir a atividade física e seus fatores associados; estudos de vigilância epidemiológica; novas descobertas sobre os efeitos da inatividade física e do estilo de vida sedentário em diferentes resultados de saúde; evidência de relevância local e regional em relação aos determinantes populacionais da atividade física; vários exemplos de atividades físicas inovadoras e intervenções em saúde; e estudos do desenho, implementação e impacto das políticas públicas para a promoção da atividade física. No entanto, este foi apenas o primeiro capítulo de muitos mais por vir. Em nome do Conselho Executivo do primeiro CLIAFS e do recém-formado SLIAFS, agradecemos a todos os palestrantes e coautores desses trabalhos, uma vez que eles sem dúvida foram o coração do Congresso. Vamos continuar avançando *juntos em movimento!*

## Referências

1. Salvo D, Varela AR, Jáuregui A. Moving Together to Advance Physical Activity Research in Low-and Middle-Income Countries: The Case of Latin America. *Journal of Physical Activity and Health*. 2022 Aug 12;19(9):589-91.
2. Lee IM, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT, Lancet Physical Activity Series Working Group. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The Lancet*. 2012 Jul 21;380(9838):219-29.
3. Sallis JF, Bull F, Guthold R, Heath GW, Inoue S, Kelly P, Oyeyemi AL, Perez LG, Richards J, Hallal PC, Lancet Physical Activity Series 2 Executive Committee. Progress in physical activity over the Olympic quadrennium. *The Lancet*. 2016 Sep 24;388(10051):1325-36.
4. Global Observatory for Physical Activity. <http://www.globalphysicalactivityobservatory.com/> Accessed on October 1, 2022.
5. Ding D, Lawson KD, Kolbe-Alexander TL, Finkelstein EA, Katzmarzyk PT, Van Mechelen W, Pratt M, Lancet Physical Activity Series 2 Executive Committee. The economic burden of physical inactivity: a global analysis of major non-communicable diseases. *The Lancet*. 2016 Sep 24;388(10051):1311-24.
6. Matsudo VK, Lambert EV. Bright spots, physical activity investments that work: Agita Mundo global network. *British Journal of Sports Medicine*. 2017 Oct 1;51(19):1382-3.

# Sumário

## I Editorial

### APRESENTAÇÕES ORAIS LONGAS

#### Sessão 1 | Atividade física na infância

- 2 Indicadores de adiposidade e participação em esportes predizem a competência motora durante a infância  
Daniel Queiroz Rocha, Javiera Alarcón Aguilar, Rodrigo Lima Antunes, Túlio Guilherme Guimaraes Martins, Fernanda Soares Cunha, Mauro Virgilio Barros Gomes
- 3 Atividade física e competência motora como preditores de indicadores de adiposidade durante a infância  
Javiera Alarcón Aguilar, Daniel Queiroz Rocha, Fernanda Soares Cunha, Túlio Guilherme Guimaraes Martins, Rodrigo Lima Antunes, Marcos André Santos Moura, Mauro Virgilio Barros Gomes
- 4 Relação entre aptidão física, estado nutricional e tipo de escola em escolares chilenos  
Mónica Suárez Reyes, Gabriela Salazar Rodriguez
- 5 Percepções de cuidadores latinos sobre a atividade física de meninas em um bairro urbano de baixa renda  
Daisy Yvette Campos Morales, Ana Sofia Ocegueda, Deborah Parra-Medina
- 6 Alcançar as Diretrizes de Atividade Física está associado às expectativas dos pais e às brincadeiras ao ar livre para crianças hispânicas do Sul do Texas  
Marisol McDaniel, Deborah Parra-Medina, Vanessa Errisuriz

#### Sessão 2 | Medição, vigilância e políticas

- 8 Pesquisa sobre atividade física e saúde nas Américas: tendências temporais e principais características  
Andrea Ramírez Varela, Gloria Nino, Shana G. Silva Bruna G.C. da Silva, Cauane Blumenberg, Rafaela C. Martins, Marcelo C. da Silva, Luciana Zaranza, Pedro C. Hallal, Michael Pratt
- 9 Precisão dos questionários de atividade física para estimar o gasto energético total em uma amostra de adultos mexicanos  
César Iván Ayala Guzmán, Luis Ortiz Hernández, Ricardo López Solís, Rafael Alejandro Martínez Bolaños, Mariana Tejeda Espinosa, Norma Angélica Guarneros Rivera, Erik Gaona Hernández
- 10 SAPASEN: Colaboración en la investigación de la actividad física y el comportamiento sedentario en América del Sur  
Danilo Silva, Kabir Prem Sadarangani
- 11 Participação de países latino-americanos na iniciativa Matriz Global sobre atividade física de crianças e jovens  
Silvia Alejandra González Cifuentes, Salome Aubert, Mark S. Tremblay

- 12 Boletim de notas (Report Card) sobre indicadores de atividade física em crianças e adolescentes equatorianos

Susana Andrade Andrade Tenesaca, Angelica Ochoa Aviles, Wilma Freire, Natalia Romero Sandoval, Daniel Orellana, Teodoro Contreras Calle, Jose Pillco, Jessica Sacta, Miguel Marti, Silvana Donoso

- 13 Estado atual das políticas públicas relacionadas à promoção de Atividade Física na Cidade do México

Eugen Resendiz, Alejandra Jáuregui de la Mota, Deborah Salvo, Perla Carolina Gris Legorreta

#### Sessão 3 | Populações vulneráveis e grupos de interesse

- 15 Fatores associados ao tempo em atividade física dentro da aula de educação física em adolescentes chilenos  
Nicolas Aguilar Farias, Sebastian Miranda Marquez, Camila Mella Garcia, Constanza Ulloa Lopez, Paula Guarda Saavedra, Marcelo Toledo Vargas, Damian Chandia Poblete
- 16 Determinação da aptidão física após um programa de aconselhamento e exercício em estudantes de nutrição  
Richard Marine Alvarado, Milagros Almonte, Monserrat Pena, Sandra Arias
- 17 Efeito de uma intervenção de atividade física nos sintomas depressivos em mulheres latinas de baixa renda que vivem na fronteira EUA-México  
Vanessa Errisuriz, Jennifer Salinas, Laura Esparza, Deborah Parra Medina
- 18 “Meu corpo, meu ritmo, minha voz” Promoção de atividade física entre sobreviventes de câncer de mama. Uma experiência de formação  
María Alejandra Rubio Rojas, María Alejandra Wilches, Carolyn Finck, Sol Angie Romero, Lisa G. Rosas, Oscar Rubiano, Argemiro Alberto Flórez, Jose Gabriel León, Olga L. Sarmiento, Abby C. King
- 19 Fragilidade e atividade física leve Região de Maule Chile  
Natalia Bustamante Ara
- 20 Exercício físico saúde e envelhecimento - 10 anos de experiência em pesquisa na Universidade de São Paulo-USP  
Átila Alexandre Trapé, Javier Brazo-Sayavera, Jonatas Evandro Nogueira, Elisangela Aparecida Lizzi da Silva, Leticia Ferezin Peticarrara, Jhennyfer Aline Lima Rodrigues, André Jacomini Mourão, Carlos Roberto Bueno Júnior, Anderson Zago Saranz

#### Sessão 4 | Espaços urbanos e ambiente construído

- 22 Ambiente percebido da vizinhança e caminhada de deslocamento em idosos brasileiros ao longo dos anos  
Francisco Timbó de Paiva Neto, Susana Cararo Confortin, Gabriel Claudino Budal Arins, Ana Carolina Belther Santos, Eleonora Dorsi, Cassiano Ricardo Rech

- 23** Ambientes e atividade física em idosos de três cidades da Colômbia: efeitos e mecanismos de mediação  
Diana Isabel Muñoz Rodriguez, Angela Segura Cardona, Beatriz Caicedo Velasquez, Doris Cardona Arango, Catalina Maria Arango Alzate
- 24** Status sociodemográfico da saúde e mobilidade relacionada ao transporte em ciclistas particulares e usuários de compartilhamento de bicicletas do Chile  
Kabir Sadarangani Khianey, Rodrigo Mora, Ricardo Hurtubia, Margarita Greene, David Martínez Gómez, Carlos Cristi Montero, Nicolás Aguilar Fariás, Sebastián Miranda Marquez
- 25** Concentrações de material particulado de chumbo e cromo em uma academia próxima a uma via de tráfego de veículos
- 26** Desenvolvimento de aplicativos móveis para identificação de locais onde a atividade física é realizada em Bogotá  
María Alejandra Wilches Mogollón, María Isabel Arévalo Robinson, Mario Linares Vásquez, Olga Lucía Sarmiento Dueñas, Diana Higuera Mendieta
- 27** Abordagens inovadoras para avaliar programas de atividade física baseados na comunidade, os casos da “Ciclovía e Recreovía”, de Bogotá  
Santiago Enrique Cabas Orjuela, María Alejandra Rubio, María Alejandra Wilches, Alberto Flórez, Óscar Rubiano, Edwin Valencia, Benjamin Chrisinger, Lisa Goldman, Olga Lucía Sarmiento, Abby King
- 23** Relação entre comportamento sedentário e capacidade respiratória de funcionários universitários administrativos  
María Cristina Enríquez Reyna, Julissa Maythé Loredó Muñiz, Angelly Del Carmen Villarreal Salazar, Olga Liliana Gallardo Tovar, Perla Lizeth Hernández Cortés
- 34** Força isocinética de membros inferiores e força de prensão em relação a marcadores de risco cardiometabólico  
Sebastián Felipe Arango Ramírez, Manuel Alberto Riveros Medina, María Alejandra Carranza Castrillón, Lizeth Tatiana Mercado Ruíz
- 35** Efeito do suco de beterraba na glutatona e desempenho de nadadores mestres expostos a estímulos de resistência ao lactato  
Vianney Curiel, Juan Manuel Morales, Minerva Ramos, Iza Pérez, Adriana Aguilar, Ana Vega, Liliana Olalde, Miriam Aracely Anaya
- 36** Caracterização da qualidade de vida e condição física em mulheres acima de 45 anos na Recreovía de Bogotá  
Oscar Rubiano Espinosa, Isabel Adriana Sánchez Rojas, Natalia Stephany Morales Eraso, Jaime Orlando Rodríguez Peña, Cristian Ermides Carrillo Ramirez, Edwin Ancizar Valencia Barrera, Edgar Raul Acosta Rodríguez, Pedro Galvis Leal, Manuel Alberto Riveros Medina, Adriana Rocio Gutierrez Galvis
- 37** Atividade física e imunologia em idosos  
Eugenio Merellano Navarro, Leandra Norambuena Mardones, Alexandra Olate-Briones, Andres Herrada Hidalgo
- 38** Benefícios da atividade física no sistema imunológico de pacientes com câncer de mama  
Estefania Quintana Mendias
- 39** Análise dos benefícios do ballet para gestantes, durante o período gestacional, parto e pós-parto  
Renata Della Enns, Maria Gisele dos Santos
- APRESENTAÇÕES ORAIS BREVES**  
**Tópico: Fisiologia**
- 29** Análise biomecânica para identificação de riscos em sistemas Shaper de cinco minutos em indivíduos sem condicionamento físico  
Cristian David Guerrero Mendez, Laura Montealegre Montealegre, Brayan Moreno Arevalo, David Lopez Díaz, Sebastián Jaramillo Isaza
- 30** Composição corporal, massa de gordura, massa muscular e consumo máximo de oxigênio em funcionários e professores politécnicos do Equador  
David Orozco Brito, Angel Parreño Urquizo, Patricia Rios Guarango, Lorena Yulema Brito, Patricio Chavez Hernandez, Marcos Caiza Ruiz
- 31** Impacto na saúde de camundongos Balb/c do método Farklet adaptado durante o consumo de bebidas calóricas comerciais  
Andres Caloso Ruiz, Mayra Olivares Eslava, José Luis Gomez Olivares, Noe Salinas Arreortua, Rosa María López Durán
- 32** Consumo calórico gasto energético e somatotipo de atletas de combate das equipes nacionais da Nicarágua Manágua Nicarágua  
Kenia Páramo Gómez
- Tópico: Obesidade e doenças crônicas não transmissíveis**
- 40** Avaliação da adesão à dieta e exercício em pacientes com DM e HTA como prevenção de complicações  
Corina Flores Hernández, Azucena Guadalupe Molina Gaxiola, Wendy S. Rochin Sotelo, Noe David Lemini Tirado, Gilberto Perea Olmos, Ma. Guadalupe Díaz Cisneros
- 41** Atividade física e sua relação com variáveis metabólicas em mulheres adultas da Costa Rica  
Jorge Cervantes Sanabria, Jessenia Hernández Elizondo, David Loría Masís
- 42** Consciência moral do autocuidado e atividade física em crianças obesas  
Ma. de la Cruz Ruiz Jaramillo, Lourdes Belize Macías Felipe, Mónica Jazmín Osorio Guzmán, Mariana Getsemaní Pérez Landeros, María Isabel García García, Jorge Luis Hernández Arriaga

- 43 Efeito de uma intervenção de atenção primária à saúde em adultos mexicanos com excesso de peso. Prova piloto  
María de Jesús Serrano Plata, María Eugenia Álvarez Orozco, Rafael Manjarrez Montes de Oca, Martha Angélica Corona Guadarrama
- 44 Efeito precoce de um programa de exercícios físicos na capacidade funcional de mulheres idosas com dinapenia  
Mariana Romero Garcia, Marcos Galván García, Guadalupe López Rodríguez
- 45 Efeitos do programa Fallproof no equilíbrio de idosos em uma fundação geriátrica  
Mónica Delgado Molina, Jonathan Muñoz Luna, Vanessa Bernal Latorre, Luisa Maria Guztines Rosero, Diana Morillo Rodriguez
- 46 Perímetro abdominal e coordenação motora de escolares peruanos  
Saulo Andres Salinas Arias, Jessica Pérez Rivera
- 47 Prescrição em exercício físico para pessoas com insuficiência renal crônica  
Wilder Andres Villamil Parra
- 48 Diferenças na composição corporal e nos parâmetros bioquímicos entre praticantes e não praticantes de futebol  
Eliane Aparecida de Castro, Lígia Ribeiro Moscardini, Sílvia Ávalos Hallak, David Ulloa, Paola Barboza, Daniel Santos
- 49 Tempo de televisão: um comportamento sedentário associado a sobrepeso e obesidade em adultos mexicanos  
Diego Orlando Calderon Tabaoda, Cesar Hernandez Alcaraz, Wendy Daniella Rodríguez García Simón Barquera Cervera
- 50 IMC atividade física e força de preensão manual em novos alunos do Bacharelado em Nutrição  
Mariana Echeverria Cruz, Amairany Guadalupe Cimé Canto, Misael Samuel Gómez Paredes, Delia Juliana Sansores España, Rosa Isela Nava Camacho, Rubén Andrés Gutiérrez González, Ramsés Rosado Solís
- Tópico: Medição e vigilância**
- 51 Confiabilidade e validade do questionário SIT-Q-7d em espanhol para adultos  
Ana Angélica García García, Susana Andrade, Angélica Ochoa Avilés, Diana Morillo Argudo
- 52 Validade e reprodutibilidade do IPAQ versão longa e MTPAQ em uma subamostra de professoras  
Catalina Medina Garcia, Adriana Monge, Edgar Denova Martin Lajous, Ruy López, Simón Barquera, Isabelle Romieu
- 53 O instrumento informatizado online de recall de atividades físicas ACT24 e o potencial para uma versão em espanhol  
David Berrigan, Pedro Saint Maurice, Charles E. Matthews
- 54 Adaptação e confiabilidade da ferramenta SOPLAY em estudantes de uma cidade dos Andes equatorianos  
Angélica María Ochoa Avilés, Ana Angélica García García, Rosa Adriana Pintado Vallejo, Mercedes Cárdenas Contreras, Samuel Escandón Dután, María Augusta Hermida Palacios
- 55 Comparação entre Realização, Intensidade e Preferência de Atividade Física entre os gêneros em Três Escolas do Sabana Centro 2018-2019  
Karold Tatiana Chacón Garnica, María José España Pineda
- 56 Prevalência de comportamentos de riscos à saúde entre mulheres universitárias da cidade de Brasília-Brasil  
Luciana Monteiro Zaranza, Mayara Parente Vinnie Souza Soares, Leonardo Contiero Chagas, Milenne Spinola da Silva, Divina Marcia Oliveira Soares, Esther Silva Oliveira, Juliana Toledo Oliveira, Suelene Andrade da Silva Montalvão, Andrea Ramírez Varela
- 57 Atividade física, horas de sono, dieta e tempo em frente à tela entre adolescentes na Cidade do México  
Gabriela Argumedo Garcia, Fiona Gillison, Thomas Curran, Martyn Standage
- 58 Diferenças de sexo na associação entre tempo sentado e padrões alimentares Um inquérito na Cidade do México de 2015  
Cecilia Isabel Oviedo Solís, César Hernández Alcaraz, Néstor Alonso Sánchez Ortiz, Nancy López Olmedo, Alejandra Jáuregui, Catalina Medina, Simón Barquera
- Tópico: Crianças e adolescentes / Barreiras e facilitadores**
- 59 Relação entre indicadores de atividade física e desempenho acadêmico em escolares de 49 países, Estudo Ecológico  
William Xavier Rivera Villa
- 60 Significados sobre a atividade física em escolares de 8 a 12 anos  
Luisa Fernanda Moscoso Loaiza
- 61 Influência sociocultural na atividade física e no comportamento sedentário de crianças em idade escolar: análise de um caso fronteiriço  
César Corvos Hidalgo, Milca Sosa, Héctor Azpiroz, Carlos Ferreira, Juan Viñas, Átila Trapé, Javier Sayavera
- 62 Iniciativa comunitária com enfoque de gênero na atividade física em estudantes de uma telesecundária do estado de Puebla  
Blanca Hernández Cruz, Margarita Márquez Serrano, Edtna Jauregui Ulloa, Santiago Henao Morán, Alejandra Jiménez Aguilar
- 63 Barreiras e oportunidades estruturais para educação física de qualidade nas escolas primárias e secundárias do México  
Armando G. Olvera, Selene Pacheco Miranda, Emanuel Orozco Núñez, Alejandra Jáuregui de la Mota

- 64 Barreiras e facilitadores da atividade física em crianças pequenas que vivem na pobreza no México  
Ana Lilia Lozada Tequeanes
- Tópico: Barreiras e facilitadores em adultos**
- 65 Desconforto psicológico e atividade física em mulheres  
Melissa Isabel Sigala Chavarría, Luis Eduardo Aguirre Rodríguez, Manuel Salvador Gonzalez Fernandez
- 66 Explorando o papel do apoio social nos níveis de atividade física de mulheres peruanas  
Kathleen Trejo Tello, Miranda Badolato, Elizabeth High, Lauren Nelson
- 67 Inclusão na natureza como fator potencial para promover atividade física e reduzir o comportamento sedentário  
María José Molina Cando, Samuel Escandon Dutan, Ana García García, Mario Alvarez, Franklin Ramón, Susana Andrade, Angélica Ochoa Avilés
- Tópico: Espaços urbanos e ambiente construído**
- 68 Entorno caminhável e atividade física em bairros de baixo médio e alto nível socioeconômico no Chile  
Jaime Leppe, Bárbara Munizaga
- Tópico: Transporte Ativo**
- 69 Deslocamento ativo de escolares brasileiros e fatores associados  
Alysson Diego Araujo Figueiredo, Claro Luiz Antunes Rangel Junior, Ana Tamires Jardim, Mayara de Oliveira Carvalho, Claudia Vanisse de Brito Costa, Nathália Gabrielly Araújo Mendes, Ana Paula do Nascimento Monteiro, Robson de Lemos Segundo Prazeres, Monica de Almeida Rangel
- 70 Tempo de deslocamento ativo e motorizado em escolares de acordo com a percepção de segurança. Um estudo piloto  
Bruno Bizzozero Peroni, Sofía Fernández Giménez, Enrique Pintos Toledo, Franco de Souza Marabotto, Javier Brazo Sayavera
- 71 Mudanças nos parâmetros de saúde produzidos pelo uso da bicicleta como transporte em uma comunidade universitária  
Alejandro Pliego Rayas, Rubén Celis Rivera
- 72 Melhorando a saúde das mulheres mexicanas e resolvendo problemas complexos de saúde por meio de estratégias de ciclismo e transporte ativo  
Lesly Vejar Renteria, Rodney Reynolds
- Tópico: Intervenções e programas**
- 73 Passeios de bicicleta “Ruta Leones” para promover a atividade física na Universidade de Guadalajara e no estado de Jalisco  
Christian Josué Franco Avalos, Daniel Gómez Aldrete, Edtna Elvira Jáuregui Ulloa, Juan Ricardo López Taylor, Ricardo Alejandro Retano Pelayo, María Georgina Contreras de la Torre
- 74 Análise do Serviço Pereira de Maneira Ativa e Saudável  
Hernan Hurtado Ramirez
- 75 Ruas abertas na América Latina e os impactos na saúde relacionados à atividade física  
Daniel Velázquez Cortés, David Rojas Rueda
- 76 Análise por protocolo do Programa de Dança BAILAMOS-TM sobre atividade física autorreportada e avaliada por dispositivo em idosos latinos dos EUA  
David Xavier Marquez, Guilherme M. Balbim, Susan Aguiñaga, Priscilla Vasquez, Isabela G. Marques, Jaqueline Guzman, Deborah Salvo
- 77 Iniciativa nutricionistas ativos promotores de atividade física e exercício  
Edna Judith Nava González
- 78 Vantagens e limitações do uso do dispositivo FitBit Flex®2 para promover a atividade física na população universitária mexicana  
Edtna Elvira Jáuregui Ulloa, Cristina Ascanio Sandoval, Sara Ramírez Hernández, Víctor Hugo Montejo Lambarén, Saúl Alejandro Gaytán González, Juan R. López Taylor
- 79 Avaliação de capacidades físicas condicionantes durante o programa de intervenção esportiva em universitários de Nutrição  
Esaú Alfredo Castellanos Yáñez, Mariana Isabel Valdés Moreno, Wendy Rodríguez García
- 80 Implementação de um programa de dança sobre condições físicas / antropométricas em jovens com Síndrome de Down Cuenca-Ecuador  
Evelyn Jazmín López Pino
- 81 Processo “Inicio Mis Clases Activamente” e resultados de um programa de aulas fisicamente ativo  
Juliana Kain, Alejandra Ortega, Maria Luisa Garmendia, Paola Marambio, Camila Corvalán, Joanna Rojas, Camila Muñoz, Bárbara Leyton
- 82 Efeitos de um programa de condicionamento físico em adultos inativos focado no aumento da motivação e autoeficácia  
Mabel Aguilar Arroyo, Rubén Celis Rivera, Andrea Partida Ochoa, María Del Pilar Salgado Núñez
- 83 Efeito do exercício físico como intervenção da enfermagem em idosos com fragilidade que frequentam um centro gerontológico  
Lupita Henandez Cruz, María Xóchitl Mendoza Guerrero, Roberto Ramirez Torres, Gabriela Maldonado Muñoz, Edith Araceli Cano Estrada
- Tópico: Políticas públicas**
- 84 Promoção de atividade física e as políticas públicas no combate às desigualdades  
Inacio Crochemore Mohnsam da Silva, Alan Knuth, Gregore Mielke Mathias Loch
- 85 Promoção da atividade física na Colômbia um compromisso do país um modelo para a América Latina  
Nubia Yaneth Ruiz Gomez



---

# APRESENTAÇÕES ORAIS LONGAS

## Sessão 1 | Atividade física na infância

---



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Indicadores de adiposidade e participação em esportes predizem a competência motora durante a infância

## AUTORES

Daniel Queiroz Rocha, Javiera Alarcón Aguil-  
lar, Rodrigo Lima Antunes, Túlio Guilherme  
Guimaraes Martins, Fernanda Soares Cunha,  
Mauro Virgílio Barros Gomes

Universidade de Pernambuco - Brasil.

## CORRESPONDÊNCIA

[efdanielrocha@live.com](mailto:efdanielrocha@live.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):2

**Antecedentes:** A prática de esportes é uma estratégia para a promoção de atividade física e controle da adiposidade durante a infância. Nessa fase, a atividade física promove o desenvolvimento da competência motora, que por sua vez, pode contribuir para o envolvimento futuro na prática de atividade física e nas trajetórias de adiposidade até a vida adulta. **Objetivos:** Analisar a associação entre participação em esportes, indicadores de adiposidade e competência motora durante a infância. **Métodos:** Este é um estudo longitudinal (ELOS-Pré) realizado nos anos de 2012 e 2014 com crianças de 5 a 7 anos que estavam matriculadas em escolas públicas e particulares (Recife, Brasil). A amostra foi constituída por 391 crianças (6,34±0,72 anos). A competência motora foi avaliada pelo Körperkoordinationstest für kinder, considerando a soma total das pontuações das quatro tarefas. Os indicadores de adiposidade avaliados foram à circunferência de cintura (CC), o somatório das dobras cutâneas tricúspita e subescapular (DC) e o índice de massa corporal (IMC). A atividade física foi medida com uso de acelerômetros e operacionalizado pelos minutos em atividade física de intensidade moderada a vigorosa. A participação em esportes foi relatada pelos pais ou responsáveis. Todas as análises utilizaram regressão linear e foram ajustadas por idade, sexo, renda familiar e atividade física. Todas as análises foram realizadas no software Stata 13.0, adotando um  $p < 0,05$ . **Resultados:** Em 2012, somente os indicadores de adiposidade estiveram associados à competência motora (CC = -1,27  $p < 0,01$ ; DC = -1,20  $p < 0,01$ ; IMC = -2,39  $p < 0,01$ ). Após dois anos, CC (= -2,27  $p < 0,01$ ) e IMC (= -4,12  $p < 0,01$ ) mantiveram sua associação com a CM. Enquanto as DC (= -2,29  $p < 0,01$ ) e participar de esportes (= 10,82  $p = 0,02$ ) foram associados a CM em 2014. **Conclusões:** Indicadores de adiposidade estão associados à competência motora. Participação em esportes e o somatório de dobras cutâneas predizem a competência motora após dois anos. **Relevância:** Intervenções na infância devem estimular a participação em esportes e definir estratégias de avaliação e controle/redução da adiposidade para promover o desenvolvimento da competência motora.

**Palavras chave:** Atividade motora, Esportes, Composição corporal.

**Código resumo:** 87



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Atividade física e competência motora como preditores de indicadores de adiposidade durante a infância

## AUTORES

Javiera Alarcón Aguilar, Daniel Queiroz Rocha, Fernanda Soares Cunha, Túlio Guilherme Guimaraes Martins, Rodrigo Lima Antunes, Marcos André Santos Moura, Mauro Virgílio Barros Gomes

Universidade de Pernambuco - Brasil

## CORRESPONDÊNCIA

[profjalarcon@gmail.com](mailto:profjalarcon@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):3

**Antecedentes:** Os indicadores de adiposidade são considerados componentes da composição corporal e um marcador de saúde consistente na infância, além de estar associado à saúde na idade adulta. Diversos estudos investigaram a associação entre indicadores de adiposidade e fatores como a atividade física e a competência motora. No entanto, poucos estudos exploraram essas relações vice-versa, podendo inferir que a exposição à atividade física e a competência motora poderiam prever a adiposidade durante a infância. **Objetivos:** Analisar se a atividade física de intensidade moderada a vigorosa (AFMV) e a competência motora (CM) são preditores dos indicadores de adiposidade após dois anos. **Métodos:** Estudo longitudinal (ELOS-Pré) realizado nos anos de 2012 e 2014. A amostra foi constituída por 391 crianças (6,34±0,72 anos) matriculadas em escolas públicas e particulares (Recife, Brasil). Os indicadores de adiposidade avaliados foram à circunferência de cintura (CC), o somatório das dobras cutâneas tricipital e subescapular (DC) e o índice de massa corporal (IMC). A atividade física foi medida com uso de acelerômetros e operacionalizado pelos minutos em AFMV. A CM foi avaliada pelo Körperkoordinationstest Für Kinder, considerando a soma total das pontuações das quatro tarefas. Foram realizadas três regressões lineares para analisar as associações entre atividade física e competência motora observadas em 2012 e os indicadores de adiposidade expressos em 2014. As análises foram ajustadas pela variação da adiposidade; idade; sexo; renda familiar; pico de velocidade do crescimento e peso ao nascer. As análises foram realizadas no Stata 13.0, adotando um  $p < 0.05$ . **Resultados:** CC apresentou associação negativa com CM ( $= -0,06$ ;  $p < 0,01$ ) e com AFMV ( $= -0,03$ ;  $p = 0,04$ ). DC apresentou associação negativa com CM ( $= -0,09$ ;  $p < 0,01$ ) e com AFMV ( $= -0,04$ ;  $p = 0,02$ ). E o IMC apresentou associação negativa com CM ( $= -0,01$ ;  $p < 0,01$ ) e com AFMV ( $= -0,01$ ;  $p < 0,01$ ). **Conclusões:** CM e AFMV predizem indicadores de adiposidade em crianças após dois anos. **Relevância:** Intervenções na infância devem focar no desenvolvimento de habilidades motoras e no aumento dos minutos de AFMV como estratégia para controle/redução da adiposidade.

**Palavras chave:** Atividade motora, Composição corporal, Criança.

**Código resumo:** 89



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Relação entre aptidão física, estado nutricional e tipo de escola em escolares chilenos

## AUTORES

Mónica Suárez Reyes, Gabriela Salazar Rodríguez

Universidad de Santiago de Chile - Chile.

## CORRESPONDÊNCIA

[monica.suarez@usach.cl](mailto:monica.suarez@usach.cl)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):4

**Antecedentes:** A diminuição da aptidão física e o estado nutricional inadequado são fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Essa associação é menos estudada em crianças, embora esse processo comece nos estágios iniciais. O nível socioeconômico é um dos fatores que influenciam a condição física e o estado nutricional. No Chile, crianças de nível socioeconômico baixo, médio e alto frequentam um dos três tipos de escolas: pública, subsidiada e privada, respectivamente. **Objetivos:** Comparar a aptidão física e o estado nutricional de escolares chilenos de escolas públicas, subsidiadas e privadas. **Métodos:** 1.656 escolares foram avaliados da 1ª à 8ª série do ensino fundamental de escolas públicas, subsidiadas e privadas em Santiago, Chile. A aptidão física foi mensurada pelo teste de caminhada de 6 minutos (TM6M), dinamometria e salto horizontal. A prevalência de sobrepeso/obesidade, níveis de gordura corporal e circunferência da cintura foram utilizados para o estado nutricional. As variáveis foram classificadas em categorias de acordo com os pontos de corte estabelecidos ou em tercís. A porcentagem de escolares em cada categoria foi analisada de acordo com a escola e o sexo, usando o teste do Qui-quadrado para estabelecer relacionamentos. **Resultados:** Nas escolas públicas, há uma proporção maior de crianças classificadas no tercil com menor desempenho dinâmométrico e maior proporção de crianças com valores elevados de circunferência da cintura em comparação com as escolas subsidiadas ou privadas. Nas escolas públicas, há uma proporção maior de meninas classificadas no tercil com o menor desempenho em dinamometria e salto horizontal em comparação às escolas subsidiadas ou privadas. Nas escolas públicas, há também uma proporção maior de meninas classificadas como o maior tercil de gordura corporal, a maior proporção de sobrepeso/obesidade e circunferência da cintura alta. **Conclusões:** O tipo de estabelecimento está relacionado a alguns indicadores de aptidão física e estado nutricional. Os alunos das escolas públicas apresentam pior aptidão física e estado nutricional. Isto é especialmente observado em meninas. **Relevância:** Crianças em idade escolar que frequentam escolas públicas, principalmente meninas, são o grupo mais vulnerável ao desenvolvimento de fatores de risco cardiovascular. As estratégias de promoção da atividade física devem concentrar seus esforços para melhorar a condição física e o estado nutricional desse grupo em particular.

**Palavras chave:** Dinamometria, Obesidade, Excesso de Peso, Fitness.

**Código resumo:** 62





# Percepções de cuidadores latinos sobre a atividade física de meninas em um bairro urbano de baixa renda

## AUTORES

Daisy Yvette Campos Morales, Ana Sofia Ocegueda, Deborah Parra-Medina

University of Texas at Austin - Estados Unidos.

## CORRESPONDÊNCIA

[moralescampos@austin.utexas.edu](mailto:moralescampos@austin.utexas.edu)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):5

**Antecedentes:** O aumento da atividade física (AF) durante a pré-adolescência e a adolescência é fundamental para reverter a epidemia de obesidade. As meninas latinas de 11 a 17 anos apresentam altos níveis de obesidade e são menos ativas que a população adolescente em geral. A Parceria de Atividade Física para Meninas (PG) é uma parceria de pesquisa acadêmica da comunidade que atende às necessidades de meninas adolescentes latinas (de 11 a 14 anos) em uma comunidade urbana e economicamente desfavorecida do Texas. Utilizando uma abordagem participativa baseada na comunidade, obtivemos informações dos cuidadores (latinos/mães, avós e pais) para entender as prioridades e as necessidades de promoção da AF nessa população. **Objetivos:** Este estudo avaliou as percepções dos cuidadores latinos sobre o ambiente do bairro que promove ou inibe a atividade física de meninas latinas. **Métodos:** Cuidadores (16 mulheres e 15 homens) de um bairro urbano no centro-sul do Texas participaram de um dos quatro grupos focais. Moderadores bilingües facilitaram os grupos em inglês e espanhol. Analisamos transcrições das discussões e identificamos temas usando a abordagem da teoria fundamentada. **Resultados:** Os pais expressaram a “necessidade de ter mais cuidado com as meninas” por causa de homens mais velhos, meninos brincando agressivamente e predadores sexuais vivendo no bairro. Além disso, eles identificaram questões ambientais construídas, como locais insuficientes para as meninas brincarem, áreas de alto tráfego e cães de rua. Mães/avós expressaram preocupações semelhantes aos pais e conversaram mais profundamente sobre outras preocupações, como gangues, troca de drogas e violência armada. Essas preocupações de segurança dificultaram aos cuidadores permitir que as meninas estivessem do lado de fora e participassem de atividades físicas ao ar livre. **Conclusões:** Os achados informam o desenvolvimento de programas comunitários de AF para famílias latinas. Esses programas devem fornecer informações aos cuidadores e meninas sobre os recursos e atividades locais disponíveis para a AF. **Relevância:** Relevância para a atividade física e pesquisa em saúde na América Latina ou com populações latino-americanas: as lições aprendidas neste projeto informam nosso conhecimento sobre como os ambientes de vizinhança influenciam os comportamentos de AF em adolescentes latinos dos EUA. Mais especificamente, eles informam como desenvolver programas comunitários de AF para famílias latinas dos EUA que vivem em áreas urbanas de baixa renda, onde essas barreiras ambientais construídas podem existir.

**Palavras chave:** Vizinhança, Atividade física, Adolescentes latinos

**Código resumo:** 27



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Alcançar as Diretrizes de Atividade Física está associado às expectativas dos pais e às brincadeiras ao ar livre para crianças hispânicas do Sul do Texas

## AUTORES

Marisol McDaniel, Deborah Parra-Medina,  
Vanessa Errisuriz

University of Texas at Austin - Estados Unidos.

## CORRESPONDÊNCIA

[marisol.d.mcdaniel@austin.utexas.edu](mailto:marisol.d.mcdaniel@austin.utexas.edu)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):6

**Antecedentes:** As Diretrizes de Atividade Física (AF) para americanos emitidas pelo Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos EUA recomendam que crianças em idade escolar se envolvam em 60 minutos ou mais de AF moderada a vigorosa (AFMV) por dia. Crianças hispânicas são menos propensas a cumprir as diretrizes de AF por uma semana inteira em comparação com crianças brancas não hispânicas. Consequentemente, as crianças hispânicas são desproporcionalmente sobrecarregadas com sobrepeso e obesidade nos EUA. A identificação de fatores associados ao cumprimento das diretrizes da AF é imprescindível para diminuir as disparidades no peso não saudável entre as crianças hispânicas. **Objetivos:** Identificar fatores associados ao cumprimento das diretrizes de AF entre crianças de origem mexicana do Sul do Texas. Discutir como as expectativas dos pais podem influenciar o controle de peso pediátrico. **Métodos:** Os participantes foram 209 crianças com sobrepeso e obesidade e seus responsáveis que concluíram as avaliações de base do estudo Health4Kids em San Antonio, TX. Avaliamos o tempo médio por dia em AFMV na última semana por meio de acelerometria. Dicotomizamos a AFMV como cumprindo ou não as diretrizes de AF. Avaliamos as expectativas dos pais para obter um peso saudável, pontuamos 0 “nada” a 10 “muita certeza”, pontuações maiores significam expectativas mais altas. Também pedimos aos pais que relatassem o número de dias por semana (ou seja, 0 a 7 dias) que seus filhos brincam fora. Regressões logísticas examinaram a relação entre a criança que atende às diretrizes da AF, a expectativa de. Resultados dos pais e o número de dias por semana que a criança brincava fora, controlando a idade e o sexo. **Resultados:** As crianças tinham entre sete e oito anos e eram meninas (51,7%). As crianças, cujos pais acreditavam que seus filhos conseguiriam um peso saudável, eram mais propensas a cumprir as diretrizes da AF (OR=1,20, p=0,05). As crianças, cujos pais se lembraram de um número maior de dias por semana em que seus filhos brincavam ao ar livre, também tinham maior probabilidade de cumprir as diretrizes de AF (OR=1,16, p=0,07). **Conclusões:** As expectativas de. Resultados dos pais para alcançar um peso saudável e o número de dias por semana em que as crianças brincavam ao ar livre foram associadas a crianças que cumpriam as diretrizes da AF. É mais provável que os pais classifiquem seus filhos como capazes de atingir um peso saudável, se os filhos já estiverem ativos. **Relevância:** Intervenções pediátricas de controle de peso para crianças de origem mexicana do Sul do Texas devem promover a confiança dos pais na capacidade de seus filhos alcançarem um peso saudável. Outras pesquisas para explorar associações com o cumprimento das diretrizes de AF podem potencialmente identificar oportunidades de intervenções para promover um peso saudável.

**Palavras chave:** Atividade física, Expectativa dos pais, Crianças.

**Código resumo:** 49



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# APRESENTAÇÕES ORAIS LONGAS

## Sessão 2 | Medição, vigilância e políticas



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Pesquisa sobre atividade física e saúde nas Américas: tendências temporais e principais características

## AUTORES

Andrea Ramírez Varela, Gloria Nino, Shana G. Silva Bruna G.C. da Silva, Cauane Blumenberg, Rafaela C. Martins, Marcelo C. da Silva, Luciana Zaranza, Pedro C. Hallal, Michael Pratt

GoPA - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

an-rami2@uniandes.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):8

**Antecedentes:** A produção científica e a capacidade de pesquisa são identificadas como estratégias para melhorar as políticas públicas de saúde e os programas de atividade física (AF) em diferentes contextos. **Objetivos:** Revisar sistematicamente a literatura avaliando tendências temporais e principais características da atividade física e da saúde nas Américas. Quantificar a pesquisa relacionada à atividade física realizada nas Américas usando dados específicos de cada país e descrever as características dessas publicações. **Métodos:** Uma revisão sistemática foi realizada de junho de 2017 a dezembro de 2018, usando os bancos de dados eletrônicos PubMed, SCOPUS e Web of Knowledge e seguiu as diretrizes do PRISMA. Os termos de pesquisa utilizados foram “atividade física” (título ou resumo) e o nome de cada país em inglês (título, resumo, texto ou afiliação). **Resultados:** No total, 9151 artigos foram incluídos nesta revisão (33 dos 44 países da região contribuíram com pelo menos um artigo) e a taxa de publicação foi de 1,30 artigos por 100.000 habitantes. Os Estados Unidos (1º lugar, contribuindo com 30% do total de publicações no mundo entre 1950-2016), seguidos pelo Canadá (2º) e Brasil (3º), o único país de renda média alta entre os cinco principais países da região com maioria das publicações. Mais de 80% dos estudos tiveram um desenho observacional, sendo a abordagem transversal o desenho mais frequente. Diversas idades foram investigadas por 52,1% dos estudos e uma em cada cinco incluiu apenas crianças e adolescentes. Cerca de 1/3 dos estudos investigaram as consequências da AF nos. Resultados de saúde e o principal foco frequente dessas investigações foram os. Resultados de saúde e a prevalência de AF, enquanto o foco menos frequente foi a política de AF (menos de 5%). Atividade física e doenças cardiovasculares, AF e nutrição e. Métodos de AF foram os tópicos de pesquisa mais comuns. Menos de 20% dos estudos incluíram medidas objetivas de atividade física e 4% dos estudos foram conduzidos como parte de projetos internacionais, incluindo vários países. Não havia informações sobre os países do Caribe. A América era uma das duas regiões com publicações antes de 1980 e o número de estudos aumentou mais rapidamente entre 2000-2010. **Conclusões:** A pesquisa em AF e saúde nas Américas vem crescendo exponencialmente, alcançando um papel importante na produção de conhecimento científico global. **Relevância:** O conhecimento adquirido com a pesquisa em atividade física e saúde na América Latina aumentou significativamente nas últimas décadas, apoiando o desenvolvimento de estratégias de prevenção para reduzir doenças crônicas não transmissíveis.

**Palavras chave:** Pesquisa, Vigilância, Atividade Física, Global, Disseminação.

**Código resumo:** 99



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Precisão dos questionários de atividade física para estimar o gasto energético total em uma amostra de adultos mexicanos

## AUTORES

César Iván Ayala Guzmán, Luis Ortiz Hernández, Ricardo López Solís, Rafael Alejandro Martínez Bolaños, Mariana Tejada Espinosa, Norma Angélica Guarneros Rivera, Erik Gaona Hernández

Universidad Autónoma Metropolitana - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[nutriivan@hotmail.es](mailto:nutriivan@hotmail.es)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):9

**Antecedentes:** Os questionários são uma maneira simples e barata de avaliar a atividade física. Para alguns deles, foram propostos procedimentos para estimar o gasto total de energia (GET). No entanto, na população adulta mexicana, a precisão de tais estimativas é desconhecida. **Objetivos:** Avaliar a capacidade preditiva dos questionários para estimar o GET de uma amostra de adultos mexicanos. **Métodos:** Participaram por conveniência de 115 adultos mexicanos de 18 a 45 anos, com diferentes ocupações, níveis de atividade física, condição física e peso corporal. O GET foi medido por meio de três avaliações: 1) calorimetria indireta em repouso, 2) calorimetria indireta no teste de estresse cardiopulmonar e 3) monitoração da frequência cardíaca em condições de liberdade por uma semana. O GET foi estimado através do relatório de atividades com o questionário Laval, o questionário global de atividade física (GPAQ) e o método Ainsworth (ou seja, equivalentes metabólicos). A correlação e concordância foram estimadas por meio dos coeficientes de Pearson (rp) e intraclasse (ric). A capacidade preditiva foi avaliada com modelos de regressão linear simples, bem como com o critério de informação de Akaike (AIC). **Resultados:** O GET médio medido por calorimetria indireta e monitoramento da frequência cardíaca foi de 2.229,01 ± 577,0 kcal; enquanto a estimativa foi maior no questionário Laval (2.693,8 ± 718,6 kcal) e menor no GPAQ (2189,6 ± 667,0 kcal). A diferença entre a média do GET avaliado e a estimativa baseada nos questionários variou entre 29,1 e 464,7 kcal. A correlação entre os métodos foi moderada com o questionário Laval (rp = 0,593, p = 0,000), mas baixa pelo GPAQ (rp = 0,421, p = 0,000) e pelo método de Ainsworth (rp = 0,479, p = 0,000). Os questionários apresentaram baixa concordância (ric = 0,42 a 0,45, p < 0,05) e capacidade preditiva (R<sup>2</sup> = 17,8% a 35,2%). O intercepto diferiu estatisticamente da origem nos três métodos (α = 946,23 a 1430,48 kcal / d, p < 0,050). O método ideal para estimar o GET foi através do questionário Laval (ΔAIC = 7,44 a 10,23). **Conclusões:** Embora os questionários possam ser usados para classificar as pessoas de acordo com o GET, sua precisão é baixa. **Relevância:** Recomenda-se desenvolver um questionário de estimativa GET mais simples, com menos erro de estimativa e maior capacidade preditiva. O exposto acima pode ser útil para avaliações clínicas e estudos populacionais.

**Palavras chave:** Questionários, Avaliação, Gasto energético, Adultos, Atividade física.

**Código resumo:** 51



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# SAPASEN: Colaboración en la investigación de la actividad física y el comportamiento sedentario en América del Sur

## AUTORES

Danilo Silva, Kabir Prem Sadarangani

Universidade Federal de Sergipe - Brasil

## CORRESPONDÊNCIA

*kabir.sadarangani@gmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):10

La Red Sudamericana de Actividad Física y Comportamiento Sedentario (SAPASEN), fue diseñada para proporcionar evidencia empírica transnacional continua sobre la actividad física y el comportamiento sedentario en América del Sur.

**Palabras clave:** Vigilancia; Actividad física; Sedentarismo.

**Código de resumen:** 170



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Participação de países latino-americanos na iniciativa Matriz Global sobre atividade física de crianças e jovens

## AUTORES

Silvia Alejandra González Cifuentes, Salome Aubert, Mark S. Tremblay

Universidad de Ottawa - Canadá.

## CORRESPONDÊNCIA

[sgonz025@uottawa.ca](mailto:sgonz025@uottawa.ca)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):11

**Antecedentes:** A Matriz Global de Atividade Física de Crianças e Jovens é uma iniciativa global que reúne pesquisadores e especialistas em atividade física (AF) de todo o mundo para desenvolver boletins nacionais sobre AF de crianças e jovens. Essa iniciativa, liderada pela Aliança Global de Crianças Ativas Saudáveis, visa comparar indicadores comuns de AF, informados pelas melhores evidências disponíveis para cada país, seguindo uma metodologia harmonizada. Esta iniciativa está em operação desde 2014. Até o momento, foram produzidas 3 matrizes globais. Apesar das poucas evidências de AF entre crianças e jovens latino-americanos, o número de países latino-americanos envolvidos no projeto Matriz Global aumentou progressivamente desde a primeira versão. **Objetivos:** Os. Objetivos desta análise são descrever a participação dos países latino-americanos na iniciativa Matriz Global ao longo do tempo e destacar os principais. Resultados e lições aprendidas com o envolvimento na iniciativa Matriz Global. **Métodos:** A presente análise é baseada em dados das Matrizes Globais 1.0, 2.0 e 3.0, e em pesquisas periódicas realizadas pela Aliança Global de Crianças Ativas Saudáveis entre os líderes do país. Foi realizada uma análise descritiva e qualitativa das pesquisas. **Resultados:** Desde 2014, 14 boletins sobre atividade física de crianças e jovens foram desenvolvidos por países da América Latina. A participação dos países da América Latina aumentou de dois para sete países, entre 2014 e 2018. Na versão mais recente da Matriz Global, os países da América Latina representavam 14% dos países participantes e envolveram 35 instituições diferentes, incluindo instituições acadêmicas, governamentais e organizações não-governamentais. Pesquisadores e líderes dos países latino-americanos participaram de 38 publicações e participaram de 27 apresentações, incluindo pôsteres e apresentações orais. Os principais benefícios do envolvimento na Matriz Global relatados foram um aumento da conscientização sobre a. Relevância da promoção da AF, o fortalecimento da capacidade de pesquisa em AF, algumas mudanças nas políticas e melhorias nos sistemas de vigilância. No geral, os países da América Latina apresentaram as notas médias mais baixas na Matriz Global 3.0. **Conclusões:** A Matriz Global representa uma oportunidade promissora para advogar pela AF, desenvolver capacidade local e melhorar as políticas e pesquisas de AF para uma região que tem sido sub-representada historicamente na vigilância global da AF. **Relevância:** Este projeto fornece evidências da crise de inatividade física entre crianças latino-americanas em comparação com outras regiões globais e identificou lacunas de pesquisa e oportunidades de capacitação na região.

**Palavras chave:** Crianças, Advocacia, Boletins, Atividade física.

**Código resumo:** 79



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Boletim de notas (Report Card) sobre indicadores de atividade física em crianças e adolescentes equatorianos

## AUTORES

Susana Andrade Andrade Tenesaca, Angelica Ochoa Aviles, Wilma Freire, Natalia Romero Sandoval, Daniel Orellana, Teodoro Contreras Calle, Jose Pillco, Jessica Sacta, Miguel Marti, Silvana Donoso

Universidad de Cuenca - Ecuador.

## CORRESPONDÊNCIA

[susana.andrade@ucuenca.edu.ec](mailto:susana.andrade@ucuenca.edu.ec)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):12

**Antecedentes:** A organização Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) concentra-se no desenvolvimento de uma ferramenta de disseminação chamada Report Card, que permite apoio ao monitoramento e vigilância da atividade física em crianças e adolescentes em todo o mundo. **Objetivos:** Descrever o Boletim para crianças e adolescentes equatorianos, especificamente relatar os indicadores de Atividade Física Geral, Participação em esportes organizados, Brincadeiras ativas, Transporte ativo, Comportamentos sedentários, Aptidão física, Família e parceiros, Escola, Comunidade e meio ambiente e governo. **Métodos:** Foi realizada uma revisão da literatura para identificar possíveis fontes de informação e especialistas na área de atividade física no Equador. Foram revisados bancos de dados como SCOPUS, Taylor & Francis, SpringerLink, ScienceDirect, Scielo e Google Scholar; páginas web do governo (Ministérios, SENPLADES, INEC). Foram identificados e convidados um grupo de especialistas (5 da academia e 2 de organizações governamentais), que revisaram a. Relevância das fontes de dados e classificaram os indicadores (seguindo o esquema da AHKGA). Pesquisas nacionais foram as principais fontes de dados usadas para calcular as classificações do boletim de notas. **Resultados:** 32,6% e 55,4% das crianças e adolescentes equatorianos relataram cumprir a recomendação de atividade física (pelo menos 60 min de atividade moderada e vigorosa (AFMV) em pelo menos 4 dos últimos 7 dias) e comportamento sedentário. **Conclusões:** Crianças e adolescentes equatorianos são insuficientemente ativos; portanto, são necessárias intervenções apropriadas ao contexto para reverter esse estado desfavorável. **Relevância:** Apenas 5 países latino-americanos desenvolveram um Report Card, o que é lamentável, considerando que essa ferramenta permite a compilação de lacunas de conhecimento e destaca as necessidades e problemas mais urgentes que os formuladores de políticas devem considerar para promover um estilo de vida Ativo e saudável entre crianças e jovens em cada país.

**Palavras chave:** atividade física, boletim de notas, indicadores.

**Código resumo:** 88



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Estado atual das políticas públicas relacionadas à promoção de Atividade Física na Cidade do México

## AUTORES

Eugen Resendiz, Alejandra Jáuregui de la Mota, Deborah Salvo, Perla Carolina Gris Legorreta

Washington University in St. Louis - USA

## CORRESPONDÊNCIA

eugen@wustl.edu

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):13

**Antecedentes:** Resultados recentes sugerem que a prática de atividade física (AF) no México é determinada por cinco medidas principais do Ambiente Construído (BE): ruas, parques, trânsito, estética e segurança. O objetivo deste estudo foi determinar como o ambiente político da Cidade do México é favorável à vida ativa e como ele pode ser melhorado. **Objetivos:** 1. Identificar os instrumentos de política urbana atualmente válidos na Cidade do México relacionados às cinco principais medidas do BE por meio de uma revisão sistemática da literatura. 2. Analisar o conteúdo dos instrumentos de política pública relacionados às medidas do BE. **Métodos:** Os documentos de política foram identificados por meio de uma análise abrangente e sistemática dos sites oficiais das principais instituições governamentais e ONGs. Os documentos de política foram categorizados em cinco níveis de jurisdição territorial. A análise sistemática do conteúdo para as medidas do BE foi realizada usando o “Inquérito de Coleta de Dados dos Indicadores de Políticas Urbanas”, para avaliar a relação entre política urbana e saúde. Diretrizes internacionais - para ambientes urbanos propícios à atividade - conceitos e palavras-chave foram utilizados para analisar os documentos para 1) presença de ruas e calçadas, 2) presença de Parques, 3) presença e acesso ao transporte público, 4) segurança pública e 5) estética, utilizando o software NVivo 12. **Resultados:** Foram encontrados 79 instrumentos de políticas públicas urbanas; no entanto, a análise de conteúdo pode ser realizada apenas em 41 documentos. A análise mostrou que nenhum dos documentos têm como objetivo explícito a promoção de estilos de vida saudáveis e ativos. Foi encontrado um baixo nível de congruência entre os diferentes níveis governamentais, o que pode dificultar a conformidade dos documentos. Embora a análise de conteúdo revele que as 5 principais medidas do BE estão presentes em vários documentos, há uma falta crítica de especificação técnica, com baixa ou nenhuma definição de projetos, prazos, orçamentos ou planos/métodos de avaliação. **Conclusões:** Este é o primeiro exame aprofundado das políticas urbanas sobre as medidas do BE que influenciam a AF no México. Os resultados sugerem que a falta de especificidade em termos de ações definidas, metas mensuráveis e alocação de recursos resulta na implementação subótima de políticas que podem promover uma vida ativa. **Relevância:** Nossa metodologia pode ser usada para avaliar documentos de política urbana em outros países da América Latina que possuem um sistema político semelhante. Compreender o estado atual da política urbana pode ter impactos que se estendem além da saúde, pois poderiam melhorar a qualidade de vida e o capital social.

**Palavras chave:** Ambiente construído, Saúde Urbana, Política pública, Atividade física, Estilos de vida ativo.

**Código resumo:** 9



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# APRESENTAÇÕES ORAIS LONGAS

## Sessão 3 | Populações vulneráveis e grupos de interesse

---



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Fatores associados ao tempo em atividade física dentro da aula de educação física em adolescentes chilenos

## AUTORES

Nicolas Aguilar Farias, Sebastian Miranda Marquez, Camila Mella Garcia, Constanza Ulloa Lopez, Paula Guarda Saavedra, Marcelo Toledo Vargas, Damian Chandia Poblete

Universidad de La Frontera - Chile.

## CORRESPONDÊNCIA

[nicolas.aguilar@ufrontera.cl](mailto:nicolas.aguilar@ufrontera.cl)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):15

**Antecedentes:** A educação física (EF) desempenha um papel fundamental na realização de atividade física (AF) em crianças e adolescentes. Há evidências limitadas do tempo investido em AF no Chile e na América Latina. Além disso, é necessário entender quais fatores afetam o desempenho da AF na EF. **Objetivos:** Avaliar os fatores associados ao tempo de AF na aula de EF em adolescentes chilenos da cidade de Temuco. **Métodos:** 10 estabelecimentos da cidade de Temuco foram estratificados de acordo com o nível socioeconômico. Em cada um deles, foram selecionados aleatoriamente 2 cursos do 7º e 8º ano. As aulas de EF foram observadas diretamente com o SOFIT: System for Observing Fitness Instruction Time. Este instrumento registra o tempo em diferentes tipos de atividade física, contexto da aula, interação e comportamento do professor na aula. Foi avaliada a associação dos fatores de classe (interação, contexto e comportamento) com o tempo na AF, ajustada de acordo com o sexo do professor com análise multivariada. **Resultados:** No total, foram observadas 94 aulas de educação física. Em média,  $42,0 \pm 16,0\%$  das aulas investem seu tempo em atividades de intensidade moderada a vigorosa (AFMV). As atividades sedentárias são apresentadas em 20,0% da classe, situando-se em 36,1%, caminhando em 29,9% e intensidade vigorosa em 12,1% da classe. Os contextos mais prevalentes foram a prática de habilidades (24,5%) e o jogo (32,0%). Os três aspectos mais prevalentes do comportamento do professor na turma foram instrução 33,0%, organização 25,2% e observação 22,2%. Para cada unidade percentual de tempo investido em administração, o desempenho do MVPA é reduzido em 4,3%. Quando o conteúdo é revisado, uma proporção semelhante é observada (-4,9% do APMV para cada 1% em conteúdo), mas essa atividade era muito rara nas classes de 3,7% observadas. O tempo gasto na demonstração não afetou a APMV. **Conclusões:** O tempo investido na organização da turma é fundamental no processo de entrega, no entanto, estratégias devem ser buscadas para minimizar esses tempos e otimizar a organização para não afetar o tempo de AF das crianças. **Relevância:** O uso de ferramentas padronizadas ajudará a comparar a situação da EF em diferentes países da região. Os tempos investidos em APMV nesta amostra foram mais longos do que os relatados em outros países ao redor do mundo.

**Palavras chave:** SOFIT, Educação Física, Adolescentes.

**Código resumo:** 126



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Determinação da aptidão física após um programa de aconselhamento e exercício em estudantes de nutrição

## AUTORES

Richard Marine Alvarado, Milagros Almonte,  
Montserrat Pena, Sandra Arias

Nutrimed - República Dominicana.

## CORRESPONDÊNCIA

[dr.richardmarine@nutrimed.com.do](mailto:dr.richardmarine@nutrimed.com.do)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):16

**Antecedentes:** A atividade física realizada de forma regular e adequada é muito importante para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. Para promover a adesão à AF, é necessária uma mudança no comportamento do paciente. Isso pode ser alcançado usando. Métodos diferentes, como entrevistas motivacionais, uma forma de aconselhamento. **Objetivos:** Determinar a aptidão física de um grupo de estudantes universitários do curso de nutrição antes e depois de um programa de 3 meses de atividade física e aconselhamento. **Métodos:** Estudo observacional, descritivo e prospectivo, realizado em um grupo de estudantes. Durante três meses, eles participaram de um programa de atividade física moderada e de sessões de entrevistas motivacionais guiadas. Foram determinadas a alteração das variáveis antropométricas e a aptidão física, utilizando diferentes instrumentos. **Resultados:** O grupo que participou foi composto por 25 alunos. As alterações obtidas após o programa de atividade física foram: Índice de Massa Corporal (IMC): -0,59 kg/m<sup>2</sup>; Frequência cardíaca (FC): -0,84 batimentos/min; pressão arterial sistólica (PAS): -9,00 mmHg; pressão arterial diastólica (DAP): -3,00 mmHg; perímetro abdominal: -4,02 cms; flexões/min: 9,56 repetições; abdominais em 30 segundos: 15,96 repetições; flexibilidade 3,45 polegadas. **Conclusões:** O programa de atividade física e aconselhamento realizado produziu mudanças significativas nos valores da aptidão física, por isso consideramos que vale a pena implementar esse tipo de programa nas universidades para reduzir a inatividade física e prevenir doenças crônicas. **Relevância:** Com este estudo, pode-se evidenciar a importância da mensuração da aptidão física das pessoas e da implementação de programas de saúde de curto prazo em populações específicas, como é o caso de estudantes de uma universidade. Desta maneira, podem-se levantar dados dessa população e mostrar o benefício dos programas de atividade física.

**Palavras chave:** Entrevista, Aptidão física, Avaliação, Aconselhamento, Atividade física.

**Código resumo:** 118



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Efeito de uma intervenção de atividade física nos sintomas depressivos em mulheres latinas de baixa renda que vivem na fronteira EUA-México

## AUTORES

Vanessa Errisuriz, Jennifer Salinas, Laura Esparza, Deborah Parra Medina

The University of Texas at Austin - Estados Unidos.

## CORRESPONDÊNCIA

[vlerrisuriz@austin.utexas.edu](mailto:vlerrisuriz@austin.utexas.edu)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):17

**Antecedentes:** A depressão está associada a altos custos sociais e maior debilitação em relação a outras doenças crônicas (por exemplo, diabetes, artrite). As latinas nascidas no exterior, que vivem nos EUA geralmente, apresentam. Resultados mais baixos em saúde mental do que as mulheres de outros grupos raciais/étnicos. Poucos estudos prospectivos examinaram o impacto das intervenções de atividade física (AF) nos sintomas depressivos em populações latinas. **Objetivos:** Este estudo utiliza dados do Enlace, um estudo controlado randomizado, para avaliar o impacto de uma intervenção da AF, com participação em sessões e tempo gasto com AF, nos sintomas depressivos entre mulheres latinas de baixa renda e nascidas no exterior. **Métodos:** Oito centros comunitários de recursos (CRCs) em quatro municípios do sul do Texas foram recrutados e designados aleatoriamente para a intervenção Enlace AF de 16 semanas (4 CRCs) ou um grupo de controle de atenção (4 CRCs). 620 mulheres latinas que moravam em colônias na fronteira EUA-México estavam matriculadas em Enlace (Características = 40 anos, 86% imigrantes mexicanas, 83% sem seguro de vida). Os participantes concluíram avaliações para sintomas depressivos (CES-D 10), dados demográficos e medidas de AF (CHAMPS e acelerometria) pré e pós-intervenção. Regressão stepwise avaliada: 1) efeitos da condição do estudo, comparecimento à sessão, atividade física moderada a vigorosa (AFMV; acelerometria e CHAMPS), sobre sintomas depressivos no acompanhamento de 16 semanas e 2) avaliar se o comparecimento à sessão ou à prática de AFMV (acelerometria) modificou a relação entre a condição do estudo e os sintomas depressivos. Análises controladas para idade basal, IMC e sintomas depressivos. Os gráficos de valor preditivo ajustados examinaram se havia uma relação dose-resposta entre o comparecimento à sessão ou à AFMV (acelerometria) e os sintomas depressivos. **Resultados:** Maior frequência de sessões ( $p = 0,035$ ) e AFMV (acelerometria;  $p = 0,006$ ) foi associada a menores sintomas depressivos no acompanhamento dos grupos de intervenção e controle. A condição do estudo e o CHAMPS AFMV não foram associados a sintomas depressivos no seguimento. A participação na sessão e a AFMV (acelerometria) não modificaram a relação entre a condição do estudo e os sintomas depressivos às 16 semanas. Os gráficos de valor preditivo ajustados indicaram um pequeno efeito de dose para o comparecimento à sessão, mas não à AFMV (acelerometria). Os participantes que participaram de 10 a 12 sessões apresentaram menos sintomas depressivos pré e pós-intervenção. **Conclusões:** As latinas que participaram do Enlace, independentemente da condição do estudo, apresentaram redução dos sintomas depressivos no seguimento. O envolvimento em sessões de educação em grupo, independentemente do conteúdo da sessão, pode apoiar o bem-estar mental entre mulheres latinas de baixa renda. **Relevância:** A pesquisa anterior é principalmente transversal e se concentra em populações clínicas não latinas. Este estudo examina o impacto da AF nos sintomas depressivos entre as latinas estrangeiras de baixa renda, utilizando dados de um ECR. As descobertas ressaltam a importância de se envolver em programas baseados em grupos para aliviar os sintomas depressivos nessa população.

**Palavras chave:** Atividade física, Latinas, Sintomas depressivos, ECR.

**Código resumo:** 54



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# “Meu corpo, meu ritmo, minha voz” Promoção de atividade física entre sobreviventes de câncer de mama. Uma experiência de formação

## AUTORES

María Alejandra Rubio Rojas, María Alejandra Wilches, Carolyn Finck, Sol Angie Romero, Lisa G. Rosas, Oscar Rubiano, Argemiro Alberto Flórez, Jose Gabriel León, Olga L. Sarmiento, Abby C. King

Universidad de Los Andes - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

ma.rubior@uniandes.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):18

**Antecedentes:** Entre as principais preocupações dos programas voltados à promoção da atividade física (AF) entre as sobreviventes do câncer de mama (CM), estão a consistência do programa e a adesão do paciente. **Objetivos:** O objetivo geral deste estudo foi testar um programa comunitário baseado na teoria para promover a AF entre os sobreviventes do CM, dirigido por uma entidade governamental. Nossos. Objetivos específicos foram: 1) projetar e implementar um programa de AF comportamental musicalizado de oito semanas para os sobreviventes do CM; 2) avaliar presença e monitorar a intensidade da AF; 3) avaliar os efeitos do programa na condição física; e 4) avaliar qualitativamente as experiências dos usuários e partes interessadas do programa. **Métodos:** Este estudo quase experimental utilizou uma abordagem simultânea de Métodos mistos, envolvendo: 1) Entrevistas com. Métodos de amostragem intencional conduzidos com partes interessadas multissetoriais, seguindo a estrutura do RE-AIM, para finalizar o conteúdo do programa; 2) Coleta de dados pré e pós através de pesquisas sociodemográficas, medições antropométricas e acelerômetros, teste de caminhada de seis minutos e grupos focais que exploram as motivações dos pacientes e as barreiras percebidas. Foram realizadas 24 sessões de AF três vezes por semana, com duração inicial de 45 minutos, seguidas de aumentos para 60 minutos na última semana. Estratégias derivadas da teoria cognitiva social foram empregadas ao longo do programa. **Resultados:** Entrevistamos 15 pessoas envolvidas com a área da Af e da saúde, que enfatizaram a. Relevância da promoção da área comunitária para os sobreviventes do CM e os desafios de envolver os atores do sistema de saúde na adoção e manutenção de programas. Os participantes do estudo (n = 64) tinham 56 anos (DP = 9,6), de famílias de baixa a média renda (98%), e foram diagnosticados com câncer há 6,2 anos (DP = 5,53). Setenta e sete por cento estavam acima do peso e 56% relataram atender às recomendações da AF. Oitenta e oito por cento dos participantes da intervenção participaram de mais de 50% das sessões. A média de AF moderada a vigorosa (AFMV) durante as sessões variou de 10,9 a 16,0 minutos. Entre as mulheres que participaram de pelo menos 70% das sessões, os medidores de caminhada de 6 minutos aumentaram em média 26 metros (p = 0,02), enquanto no grupo controle diminuíram em média -0,4 metros (p = 0,97). da mesma forma, o consumo de oxigênio aumentou em média 0,8 ml / kg / min no grupo intervenção e não mudou no grupo controle 0,0 ml/kg/min. Os participantes da intervenção relataram receber múltiplos benefícios em relação ao seu bem-estar e fortalecer sua auto-eficácia para superar barreiras ao atendimento à AF. **Conclusões:** Os. Resultados preliminares deste programa de AF co-criado indicam. Resultados positivos para a participação da AF entre os sobreviventes do CM. **Relevância:** “Mi Cuerpo Mi Ritmo Mi Voz” é uma intervenção promissora para promover AF entre os sobreviventes do CM na América Latina, construindo conhecimentos e estratégias de mudança de comportamento. A alta adesão e entrega por uma entidade governamental são fatores relevantes para a sustentabilidade.

**Palavras chave:** Sobreviventes de câncer, Adesão, Atividade física, Mudança de comportamento, Intervenção.

**Código resumo:** 28



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Fragilidade e atividade física leve Região de Maule Chile

## AUTORES

Natalia Bustamante Ara

Universidad Autónoma de Chile - Chile.

## CORRESPONDÊNCIA

natalia.bustamante@uaautonoma.cl

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):19

**Antecedentes:** Chile, com alta expectativa de vida na América Latina, o envelhecimento acelerado projetou um acréscimo de 24% da população idosa em 2030. Os adultos mais velhos (AM) que permanecem fisicamente ativos têm melhores critérios de saúde, função cognitiva e consequências adversas, favorecendo um melhor envelhecimento. A fragilidade, síndrome geriátrica, gera vulnerabilidade a doenças, dependência, incapacidade e morte prematura. Os AM realizam atividades de baixa intensidade durante grande parte do dia e pouco tem sido estudado juntamente com a fragilidade.

**Objetivos:** Analisar a fragilidade e a atividade física de baixa intensidade em idosos da região de Maule, Chile. **Métodos:** Estudo transversal, com pessoas de idades entre 60 e 74 anos, matriculadas entre 2015 e 2017, pertencentes à Cohorte MAUCO. A atividade física (AF) foi avaliada com acelerômetros triaxiais, por 7 dias, considerando  $\geq 3$  dias e  $\geq 10$  horas de uso. A AF de baixa intensidade foi definida em 100-1951 contagens / minutos. A fragilidade foi avaliada de acordo com os critérios de exaustão, perda de peso, fraqueza muscular, lentidão e baixo nível de AF moderada (percentil 20xsexo). Considerou-se frágil ser positivo em critérios  $\geq 3$ , pré-frágil 1-2 e robusto 0. Analisamos fatores associados à fragilidade e variáveis significativas foram incluídas no modelo ajustado multinomial. **Resultados:** Foram analisadas 619 AM, idade  $66,0 \pm 4,5$  anos, 42% homens, 40% afirmaram ser trabalhadores agrícolas e 7% analfabetos. A prevalência de multi-morbidade foi 12% maior nas mulheres,  $p = 0,007$ . A média da AF leve foi de  $5,9 \pm 1,6$  horas / dia. A prevalência de frágil foi de 6%, 48% pré-frágil e 46% robusta. Mulheres, 3 vezes mais frágeis que homens (8,2% vs. 2,3%). Os frágeis apresentaram alta prevalência de pior saúde, diabetes, hipertensão, multi-morbidade, quedas e dificuldade nas atividades da vida diária. O frágil realizou  $5,1 \pm 1,5$  horas/dia, pré-frágil  $5,7 \pm 1,6$  horas/dia e robusto  $6,2 \pm 1,4$  horas / dia de AF leve. **Conclusões:** A fragilidade é dinâmica e evitável, é provável que a população pré-frágil se beneficie de programas de intervenção de acordo com o ambiente para aumentar a AF leve e moderada, uma ferramenta para o envelhecimento ativo-saudável. **Relevância:** Avaliar a fragilidade com indicadores. Objetivos da AF e fatores associados na população latino-americana com baixo nível socioeconômico e agrícola.

**Palavras chave:** Fragilidade, Envelhecimento, Atividade Física.

**Código resumo:** 149



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Exercício físico saúde e envelhecimento - 10 anos de experiência em pesquisa na Universidade de São Paulo-USP

## AUTORES

Átila Alexandre Trapé, Javier Brazo-Sayavera, Jonatas Evandro Nogueira, Elisângela Aparecida Lizzi da Silva, Letícia Ferezin Peticarrara, Jhennyfer Aline Lima Rodrigues, André Jacomini Mourão, Carlos Roberto Bueno Júnior, Anderson Zago Saranz

Universidade de São Paulo USP - Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto EEFERP - Brasil.

## CORRESPONDÊNCIA

[atrape@usp.br](mailto:atrape@usp.br)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):20

**Antecedentes:** No período de 1996-2007, houve um aumento no total de mortes por doenças não transmissíveis no Brasil, embora tenha sido possível observar uma diminuição na mortalidade padronizada por idade. As diferentes políticas públicas implementadas podem ser as responsáveis pela diminuição das mortes por doenças cardiovasculares e respiratórias (Schmidt et al., 2011). Em 2010, com o início das atividades da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto (EEFERP) da Universidade de São Paulo (USP), deu-se continuidade aos interesses em pesquisa que o Brasil vinha desenvolvendo, por meio da implementação de ações relacionadas ao exercício físico, saúde e envelhecimento. As ações tiveram como foco a melhora da aptidão física e a prevenção e o controle dos fatores de risco para doenças cardiovasculares (FRECV). **Objetivos:** Estudar a associação entre a aptidão física, FRECV e aspectos socioeconômicos em idosos. Analisar os efeitos de um programa de extensão baseado no treinamento multicomponente sobre a aptidão física e o FRECV. **Métodos:** Primeiramente, foi realizado um estudo transversal com 213 participantes (idade  $\geq 50$  anos; 76,5% mulheres). Avaliações: questionários, testes motores, antropometria, pressão arterial, glicose e perfil lipídico sanguíneo. Em seguida, um estudo longitudinal com 171 participantes (idade  $\geq 50$  anos; 84,2% mulheres) e intervenção através de treinamento multicomponente (várias habilidades motoras), 2x/semana, 90 min/sessão. Avaliações: o mesmo do estudo transversal adicionou as análises de estresse oxidativo, nitrito e genotipagem. **Resultados:** No estudo transversal, alguns fatores apresentaram melhor associação com a aptidão física e o FRECV: participar de outro tipo de exercício físico além da caminhada; praticar tempo de exercícios físicos (pelo menos seis meses); supervisão (presença de profissional em educação física). Além disso, esses. Resultados foram associados a maior renda e escolaridade. Com relação ao estudo longitudinal, houve uma melhora na condição física e em todos os FRECVs com a influência de algumas variantes genéticas nesse efeito. **Conclusões:** Os melhores. Resultados na aptidão física e FRECV dos participantes foram associados à quantidade de exercícios físicos realizados, tempo de prática de exercícios físicos, supervisão, renda e escolaridade. O treinamento multicomponente promoveu melhorias na aptidão física e o FRECV e variantes genéticas influenciaram esse efeito. **Relevância:** Este projeto proporcionou a produção de conhecimentos relevantes sobre “Atividade Física e Saúde” com uma progressão na complexidade dos estudos. As perspectivas futuras são o desenvolvimento de projetos diretamente nas comunidades.

**Palavras chave:** Aptidão física, Genética, Fatores de risco, Doença cardiovascular, Atividade física,

**Código resumo:** 68



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# APRESENTAÇÕES ORAIS LONGAS

## Sessão 4 | Espaços urbanos e ambiente construído



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Ambiente percebido da vizinhança e caminhada de deslocamento em idosos brasileiros ao longo dos anos

## AUTORES

Francisco Timbó de Paiva Neto, Susana Cararo Confortin, Gabriel Claudino Budal Arins, Ana Carolina Belther Santos, Eleonora Dorsi, Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina - Brasil.

## CORRESPONDÊNCIA

[timbonetto@gmail.com](mailto:timbonetto@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):22

**Antecedentes:** O Brasil apresenta acentuado aumento da população acima de 60 anos. Torna-se importante compreender os motivos que determinam o fato de alguns idosos serem fisicamente ativos e outros não apresentarem tal comportamento. O ambiente construído apresenta potencial significativo para promoção da caminhada de deslocamento, especialmente entre idosos, pela disponibilidade de estruturas seguras e acessíveis. **Objetivos:** Investigar a associação entre os atributos do ambiente percebido da vizinhança e a mudança na caminhada de deslocamento em idosos. **Métodos:** Estudo longitudinal, de base populacional, intitulado “EpiFloripa Idoso”, realizado em 2009/2010 com seguimento em 2013/2014. Utiliza-se a mudança ocorrida na caminhada de deslocamento, obtida pelo questionário internacional de atividade física (IPAQ), entre os dois momentos do estudo (2009/2010 e 2013/2014), sendo considerado ativo o idoso que caminhava ou passou a caminhar 150 minutos ou mais por semana no deslocamento e, insuficientemente ativo o idoso que não caminhava ou passou a caminhar menos de 149 minutos por semana. Como variável independente considerou-se o ambiente percebido avaliado por meio da escala internacional A-NEWS, apenas na linha de base. Foram realizadas análises de regressão logística multinomial para testar as associações. **Resultados:** Participaram do acompanhamento longitudinal 1162 idosos (65,2% mulheres), com média de idade de 73,7 anos ( $\pm 7,12$ ). Idosos que perceberam presença de parques e praças (OR= 2,44; IC95%: 1,70-3,51), calçadas (OR= 1,66; IC95%: 1,03-2,70), faixas de pedestres (OR= 1,69; IC95%: 1,05-2,72), ruas iluminadas (OR= 2,80; IC95%: 1,24-6,33) e segurança para caminhar durante o dia (OR= 1,93; IC95%: 1,14-3,24) apresentaram maiores chances de permanecerem ativos ou passarem a ser ativos na caminhada de deslocamento quando comparados aos seus pares. **Conclusões:** Os idosos que perceberam aspectos do ambiente da vizinhança mais favoráveis à caminhada de deslocamento, apresentaram mais chances de serem ativos. Este estudo apresenta atributos do ambiente associados à caminhada de deslocamento em idosos reforçando a necessidade da criação e manutenção de ambientes favoráveis para esta prática. **Relevância:** A caminhada apresenta benefícios reconhecidos à saúde de idosos, por ser acessível, segura e de baixo custo. Este estudo apresenta aspectos que podem ser considerados para potencializar esta prática a nível populacional e fornece subsídio teórico a intervenções que busquem promoção de mudança de comportamentos relacionados à saúde.

**Palavras chave:** Envelhecimento, Caminhada, Deslocamento.

**Código resumo:** 84



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Ambientes e atividade física em idosos de três cidades da Colômbia: efeitos e mecanismos de mediação

## AUTORES

Diana Isabel Muñoz Rodriguez, Angela Segura Cardona, Beatriz Caicedo Velasquez, Doris Cardona Arango, Catalina Maria Arango Alzate

Universidad CES - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

[dmunoz@ces.edu.co](mailto:dmunoz@ces.edu.co)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):23

**Antecedentes:** As mudanças demográficas, particularmente nas populações latino-americanas, impuseram desafios intersetoriais prioritários. A prática de atividade física (AF) é a estratégia mais econômica para alcançar esses desafios. No entanto, os idosos são a faixa etária mais inativa e os motivos para explicar por que essa pandemia é multifatorial. Embora a Colômbia avance no estudo da AF, este tem se limitado a fatores individuais, em detrimento de outros níveis de influência como o meio ambiente, que é na América Latina um dos mais desafiadores. Os modelos utilizados para desvendar o efeito de fatores multiníveis não tem permitido compreender o papel mediador das características dos indivíduos em relação aos ambientes e AF, e essa pode ser a explicação mais plausível para a compreensão do fracasso das intervenções e promover novas estratégias de saúde pública. **Objetivos:** Determinar os efeitos e os mecanismos de mediação dos ambientes físico e social na realização da atividade física recomendada em idosos de três cidades da Colômbia. **Métodos:** Utilizando uma estrutura de modelos ecológicos sob um desenho transversal, foram selecionados 1463 idosos de três cidades colombianas, selecionados usando técnicas probabilísticas em dois estágios de amostragem. As condições individuais (sociodemográficas, saúde e hábitos, suporte social e ambiente percebido) foram incluídas como “mediadoras” na relação entre o ambiente construído e a AF, por meio de técnicas multiníveis e equações estruturais. **Resultados:** A prevalência de AF foi de 5,5% e os fatores associados foram ambientes intrapessoais, interpessoais e percebidos e construídos. 21% da variabilidade da AF é atribuída às condições ambientais. A estética teve um efeito direto sobre a AF, enquanto o apoio social foi o mediador na relação entre desenho urbano e AF; e não perceber barreiras moderou a relação entre condições sociais e o ambiente percebido com a AF. **Conclusões:** Para incentivar uma maior realização da AF entre os idosos, é necessário um trabalho multissetorial no qual as intervenções nos níveis individual e ambiental convergam, com foco na construção de redes de apoio social e na melhoria do desenho urbano dos bairros para alcançar processos ativos de envelhecimento. **Relevância:** O entendimento da AF a partir de novos determinantes permite redesenhar estratégias que podem ser extrapoladas para contextos latino-americanos e melhorar a capacidade de pesquisa.

**Palavras chave:** Multinível, Envelhecimento, Mediação.

**Código resumo:** 61



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Status sociodemográfico da saúde e mobilidade relacionada ao transporte em ciclistas particulares e usuários de compartilhamento de bicicletas do Chile

## AUTORES

Kabir Sadarangani Khianey, Rodrigo Mora, Ricardo Hurtubia, Margarita Greene, David Martínez Gómez, Carlos Cristi Montero, Nicolás Aguilar Fariás, Sebastián Miranda Marquez

Universidad Diego Portales - Chile

## CORRESPONDÊNCIA

[kabir.sadarangani@gmail.com](mailto:kabir.sadarangani@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):24

**Antecedentes:** O transporte ativo, principalmente o ciclismo, está associado não apenas aos benefícios à saúde, mas também à economia do sistema de saúde, à mitigação das mudanças climáticas e à redução do congestionamento do tráfego e da poluição do ar. No entanto, apenas uma minoria da população o utiliza como um meio de transporte. Devido a isso, várias cidades implementaram sistemas públicos de compartilhamento de bicicletas e ciclovias, promovendo o transporte ativo. **Objetivos:** Explorar as condições sociodemográficas, comportamentais e de saúde e a mobilidade relacionada ao transporte entre ciclistas particulares (PC) e usuários de bicicletas compartilhadas (BSU) de Santiago, no Chile. **Métodos:** Estudo transversal realizado entre maio e setembro de 2018. PC e BSU de três sistemas diferentes responderam a uma pesquisa sobre níveis de atividade física, frequência de ciclismo, hábitos sociais, condições de saúde (diabetes, hipertensão, hipercolesterolemia e excesso de peso) e percepções urbanas. Usuários de bicicletas compartilhadas foram abordados em bairros de alta classe, em aproximadamente 30 pontos nas ciclovias. No entanto, o usuário particular foi abordado durante as paradas no sinal vermelho de trânsito, em bairros de renda média-alta. Além disso, a distância (metros) percorrida foi estimada por geocodificação, determinada pela origem e destino de suas viagens (rotas prováveis), com um valor de referência de 15 km/hora. A regressão logística multivariada foi ajustada para estimar a associação entre excesso de peso e tipo de usuário. **Resultados:** 1305 adultos (62,9% do sexo masculino), com idade média de 33,0 ( $\pm$  10,9) anos, 88,9% cumpriram as recomendações de atividade física. Os usuários de bicicletas compartilhadas representavam 44,7% ( $n = 591$ ) e possuíam maior escolaridade ( $> 12$  anos: 89,5% vs 81,8%) e posse de carro (88,8% vs 61,5%), em comparação com os usuários de bicicleta particular. No entanto, estes últimos tiveram maior frequência de ciclismo ( $> 3$  vezes / semana: 63,3% vs 55,2%), maior distância percorrida (5951,7 vs 5220,8 metros) e seu principal motivo foi pedalar para o trabalho (53,8% vs 49,4%). Além disso, 41,2% dos BSU e 31,0% dos PC relataram que, em vez de andar de bicicleta, optariam pelo transporte privado e público, respectivamente. Por fim, os PCs foram associados a maiores chances de excesso de peso (OR 1,35; IC95% 1,05-1,74) após o controle para dados sociodemográficos. **Conclusões:** Entre os usuários de bicicleta, encontramos um perfil demográfico distinto, sugerindo que usuários de bicicletas compartilhadas têm mais modos de transporte e menor chance de estar acima do peso que os usuários de bicicletas privadas, apesar de estes pedalarem mais frequentemente. **Relevância:** O sucesso de estratégias para promover o uso da bicicleta como meio de transporte depende, por um lado, de conhecer as características de quem a utiliza, facilitando modificações para aumentar a quantidade e a diversidade de usuários. Por outro lado, as avaliações de impacto dessas estratégias devem incorporar a avaliação dos. Resultados, não apenas na quantidade do usuário, mas também em seus efeitos em outras dimensões, como atividade física, saúde e planejamento urbano.

**Palavras chave:** Bicicleta, Compartilhamento de bicicletas, Deslocamento ativo.

**Código resumo:** 26



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Concentrações de material particulado de chumbo e cromo em uma academia próxima a uma via de tráfego de veículos

## AUTORES

Luis Camilo Blanco Becerra, Johan Alexander Álvarez Berrio, Ana María Mosquera, Monigui Yuritza, Alejandra Garavito Gamboa

Universidad Santo Tomas - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

[luis.blanco@usantotomas.edu.co](mailto:luis.blanco@usantotomas.edu.co)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):25

**Antecedentes:** A atividade física gera benefícios à saúde, incluindo a prevenção de doenças cardiovasculares e mentais. Locais fechados, como academias de ginástica, onde essas atividades são realizadas devem atender a condições de deslocamento que permitam que a atividade física alcance os benefícios esperados. A poluição do ar em locais fechados é um dos riscos ambientais mais relevantes, pois expõe as pessoas a contaminantes que podem afetar sua saúde de maneira aguda ou crônica. **Objetivos:** Estabelecer concentrações de material particulado inferior a 10 microns (PM10), de chumbo e cromo nas instalações de uma academia próxima a uma via de tráfego veicular representada por fontes móveis (transporte público e privado) em Bogotá, Colômbia. **Métodos:** Durante um período de 20 dias consecutivos (excluindo sábado e domingo), das 7h às 21h (14 horas), foram realizadas medições de PM10 usando uma bomba de amostragem pessoal de referência GilAir- 3 com filtros de PVC; Os filtros foram analisados em busca de chumbo e cromo em laboratório, utilizando a técnica de plasma indutivamente acoplado/espectrometria de massa (ICP-MS). **Resultados:** As concentrações de PM10 registradas por dia estavam na faixa interquartil de 119 a 238  $\mu\text{g}/\text{m}^3$ , com um valor médio por dia de 188  $\mu\text{g}/\text{m}^3$ ; Os valores de chumbo foram localizados na faixa interquartil de 0,001 a 0,003  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  com uma média diária de 0,002  $\mu\text{g}/\text{m}^3$ , enquanto os níveis de cromo registraram uma faixa interquartil entre 0,31 a 0,58  $\text{ng}/\text{m}^3$ , com uma média de 0,47  $\text{ng}/\text{m}^3$ . **Conclusões:** As concentrações diárias de PM10, chumbo e cromo não excederam os valores estabelecidos pelo Instituto Nacional de Segurança e Saúde Ocupacional (NIOSH), por um período de 8 horas (3000  $\mu\text{g}/\text{m}^3$ , 50  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  e 500.000  $\text{ng}/\text{m}^3$ , respectivamente); no entanto, com exceção do chumbo, os valores recomendados pela Organização Mundial da Saúde são excedidos (50  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  por dia e 25  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  por ano, 0,5  $\mu\text{g}/\text{m}^3$  por ano e 0,25  $\text{ng}/\text{m}^3$  por ano, respectivamente). **Relevância:** Os resultados mostram que as concentrações de poluentes do ar a que as pessoas estão expostas quando realizam atividades esportivas em ambientes fechados como academias, localizadas próximas às faixas de tráfego de veículos, podem levar a diminuir os benefícios da atividade física, os locais que atendem a essas características devem ser realocados ou construídos em locais que não apresentem em seu entorno fontes móveis ou fontes fixas que modifiquem a qualidade do ar interno desses locais.

**Palavras chave:** Chrome, PM10, Atividade física, Exposição, Riscos ambientais.

**Código resumo:** 60



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Desenvolvimento de aplicativos móveis para identificação de locais onde a atividade física é realizada em Bogotá

## AUTORES

María Alejandra Wilches Mogollón, María Isabel Arévalo Robinson, Mario Linares Vásquez, Olga Lucía Sarmiento Dueñas, Diana Higuera Mendieta

Universidad de los Andes - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

ma.wilches529@uniandes.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):26

**Antecedentes:** A identificação de locais onde a atividade física é realizada é essencial para o desenvolvimento de intervenções que promovam a atividade física. Essa identificação realizada por GPS deve ser feita de maneira passivamente para evitar alterar o comportamento dos participantes. No estudo “Transformações urbanas e saúde: o caso do TransMiCable em Bogotá, Colômbia” (TRUST), foi desenvolvido o aplicativo móvel Muévelo que, juntamente com o uso de acelerômetros, identifica locais de atividade física dos participantes e permite a geração de indicadores preciso no cumprimento das recomendações de atividade física. **Objetivos:** Desenvolver um aplicativo móvel para a coleta passiva de informações GPS dos movimentos e locais de interesse dos participantes para identificar locais de atividade física. **Métodos:** O aplicativo móvel Muévelo foi desenvolvido para dispositivos Android, e utiliza o GPS para registrar locais de interesse e movimentos dos participantes divididos em quatro modos: “Caminhada”, “Corrida”, “Bicicleta” e “Transporte motorizado”. O Muévelo tem baixo consumo de bateria usando GPS adaptativo de pesquisa, é leve em termos de espaço ocupado no telefone celular (8,81Mb) e funciona em uma ampla variedade de dispositivos Android. Os dados coletados pelo aplicativo são armazenados em um servidor próprio e alimentam um mecanismo analítico, no qual as validações e análises de informações são realizadas em tempo real. Além disso, foram utilizados acelerômetros GT3X e GT3X+, e foram realizadas pesquisas e o questionário “IPAQ” para coletar informações de atividade física realizadas durante uma semana. **Resultados:** Foram obtidos dados de 447 adultos residentes nas áreas mais pobres de Bogotá. 73% atende às recomendações de atividade física. Os principais locais de atividade incluem transporte, trabalho, parques e casa. Os participantes relataram que o aplicativo é fácil de usar e consome menos bateria do que outros aplicativos com GPS (MOVES). **Conclusões:** O Muévelo, avaliado em população vulnerável de Bogotá, mostrou-se útil para a identificação dos locais onde eles realizam atividade física dos participantes. Ao combinar as informações coletadas pelo aplicativo com as informações de acelerometria e IPAQ, puderam estimar mais e melhores indicadores de atividade física. **Relevância:** O Muévelo, desenvolvido na Colômbia, provou ser útil e fácil de usar em populações vulneráveis, uma vez que inclui aspectos socioculturais, disponibilidade de telefones celulares de gama baixa e coleta passiva de dados. O Muévelo pode facilitar estudos sobre promoção de atividade física na América Latina.

**Palavras chave:** Aplicação Móvel, Acelerometria, Medição.

**Código resumo:** 94



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Abordagens inovadoras para avaliar programas de atividade física baseados na comunidade, os casos da “Ciclovía e Recreovía”, de Bogotá

## AUTORES

Santiago Enrique Cabas Orjuela, María Alejandra Rubio, María Alejandra Wilches, Alberto Flórez, Óscar Rubiano, Edwin Valencia, Benjamin Chrisinger, Lisa Goldman, Olga Lucía Sarmiento, Abby King

Universidad de los Andes - Colombia

## CORRESPONDÊNCIA

se.cabas@uniandes.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):27

**Antecedentes:** Programas comunitários de incentivo à prática de atividade física (AF) são estratégias modificadoras de comportamentos sedentários. A “Ciclovía e a Recreovía” foram implementadas em Bogotá, como oportunidades para aumentar os níveis de AF no lazer. No entanto, os estudos que avaliam a adesão a esses programas são limitados. **Objetivos:** O objetivo deste estudo foi avaliar a aceitação dos programas “Ciclovía e a Recreovía”, compreendendo fatores associados à participação e efeitos no bem-estar. **Métodos:** Este estudo prospectivo incluiu dados quantitativos e qualitativos de 120 usuários da “Recreovía” e 30 da “Ciclovía”. Foram coletados dados de linha de base e acompanhamento, registrando características antropométricas e sociodemográficas, participação autorreferida na AF (usando o International Physical Activity Questionnaire) e AF durante a sua realização (usando acelerômetros). A atividade eletrodérmica dos usuários da “Ciclovía” (EDA), como marcador dos níveis de estresse, foi avaliada. As ondas cerebrais dos usuários da “Recreovía” foram avaliadas para determinar a atenção e a meditação, e suas emoções foram capturadas usando um software de reconhecimento de rosto. O componente qualitativo envolveu o modelo de ciência cidadã Our Voice, no qual os participantes identificam características ambientais que incentivam ou dificultam a participação. A análise dos dados foi realizada para testar a significância estatística das variáveis e os fatores associados à não continuidade do programa da “Recreovía”. Os dados qualitativos foram analisados tematicamente. **Resultados:** Os participantes da “Ciclovía” eram principalmente homens (77%), em média, 36 anos (DP = 12,88) e 53% estavam acima do peso. Os participantes da “Recreovía” eram principalmente mulheres (88%), com média de 49 anos (DP = 14,22) e 66% estavam acima do peso. A taxa de acompanhamento foi de 57% para os participantes da “Ciclovía” e 68% para os participantes da “Recreovía”. 63% da “Ciclovía” e 83% dos participantes da “Recreovía” atendem às recomendações de AF no lazer. AF moderada a vigorosa durante as sessões de “Recreovía” aos domingos representa cerca de 24% do tempo total da sessão. A EDA dos usuários da “Ciclovía” foi registrada em média 1,5 (DP 0,76) horas enquanto participava do programa. Além disso, o código de face dos usuários da “Recreovía” mostrou prevalência de emoções positivas (21% de felicidade) e ondas cerebrais durante a AF relataram 52% de atenção e 57% de meditação. As variáveis associadas à não continuidade na “Recreovía” deveriam ser mais jovens, pouco familiarizadas com as recomendações da AF e não frequentar outros locais dela. Os usuários da “Ciclovía e a Recreovía” destacaram a organização e a qualidade dos programas como facilitadores, enquanto a manutenção limitada das instalações relatada como barreira à prática de AF. **Conclusões:** A alta taxa de resposta alcançada mostra a viabilidade de acompanhar os usuários da “Ciclovía e a Recreovía” ao longo do tempo. **Relevância:** Este estudo exploratório fornece um design adaptável e inovador para avaliar a aceitação de programas semelhantes de AF, por meio de acompanhamento e efeitos na experiência emocional. A América Latina possui vários programas de promoção da saúde baseados na comunidade, com programação gratuita regular, em espaços públicos.

**Palavras chave:** Atividade física, Acompanhamento, Programa de captação, Comunidade, Estudos longitudinais.

**Código resumo:** 32



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



## APRESENTAÇÕES ORAIS BREVES

Tópicos:

Fisiologia

Obesidade e doenças crônicas não transmissíveis

Medição e vigilância

Crianças e adolescentes / Barreiras e facilitadores

Barreiras e facilitadores em adultos

Espaços urbanos e ambiente construído

Transporte Ativo

Intervenções e programas

Políticas públicas





# Análise biomecânica para identificação de riscos em sistemas Shaper de cinco minutos em indivíduos sem condicionamento físico

## AUTORES

Cristian David Guerrero Mendez, Laura Montealegre Montealegre, Brayan Moreno Arevalo, David Lopez Díaz, Sebastián Jaramillo Isaza

Universidad Antonio Nariño - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

[crguerrero69@uan.edu.co](mailto:crguerrero69@uan.edu.co)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):29

**Antecedentes:** América Latina possui a maior porcentagem de população insuficientemente ativos. Quando as atividades físicas são retomadas, geralmente existem doenças osteo-articulares, doenças associadas a fatores fisiológicos, má execução dos movimentos e falta de recomendações precisas para se conseguir um bom gesto motor. Existem diferentes sistemas de treinamento, como o Five Minutes Shaper, que estimulam a atividade física em pessoas que prometem. Resultados em pouco tempo. No entanto, a maioria desses sistemas carece de aval científico que demonstre sua eficácia e indicações claras e relevantes adaptadas para pessoas sem condicionamento físico. **Objetivos:** Usar a análise biomecânica para identificar possíveis riscos à saúde de pessoas que usam sistemas de treinamento abdominal como o Five Minutes Shaper. **Métodos:** 10 indivíduos de meia idade divididos em grupos de acordo com o sexo. Uma máquina do tipo Five Minutes Shaper foi usada em três posições exigentes (baixa, média e alta). Cada indivíduo realizou o exercício por 1 minuto com intervalos de descanso entre os requisitos. Cada movimento foi gravado em vídeo e analisado usando o software Kinovea para determinar variáveis biomecânicas como amplitude, velocidade e aceleração da articulação. As representações gráficas foram construídas usando o MatLab. Análises estatísticas e comparações com valores padrão de amplitude articular foram realizadas para os movimentos realizados. **Resultados:** Em graus baixos e médios de dificuldade, homens e mulheres apresentam amplitude articular estável nos primeiros 10 segundos, após esse período a frequência na realização do exercício é perdida e, conseqüentemente, diminui a amplitude articular, levando a uma má execução do gesto solicitado. Na posição de maior demanda, que é a posição em que a amplitude da máquina é mínima, foi encontrada uma maior perda de amplitude articular, pois esse nível representa um maior esforço muscular e, portanto, um aumento na possibilidade de lesões osteomusculares. **Conclusões:** O uso de sistemas de treinamento pode favorecer e estimular a atividade física na população latino-americana, uma vez que são produtos acessíveis e acessíveis para a maioria da população. No entanto, é altamente recomendável revisar e aconselhar adequadamente sobre os riscos associados ao uso desses tipos de sistemas, pois eles podem facilmente induzir lesões osteomusculares. **Relevância:** Os resultados obtidos neste trabalho permitem construir planos de treinamento, recomendações e protocolos de utilização mais claros, que evitem riscos e problemas de saúde e estimulem o uso adequado desses dispositivos na população latino-americana.

**Palavras chave:** Biomecânica, Riscos, FiveMinuteShaper.

**Código resumo:** 113



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Composição corporal, massa de gordura, massa muscular e consumo máximo de oxigênio em funcionários e professores politécnicos do Equador

## AUTORES

David Orozco Brito, Angel Parreño Urquiza,  
Patricia Rios Guarango, Lorena Yaulema  
Brito, Patricio Chavez Hernandez, Marcos  
Caiza Ruiz

ESPOCH - Ecuador.

## CORRESPONDÊNCIA

[david.orozco@esPOCH.edu.ec](mailto:david.orozco@esPOCH.edu.ec)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):30

**Antecedentes:** Segundo dados da OMS, 60% da população mundial não realiza atividade física necessária para obter benefícios à saúde. **Objetivos:** Estabelecer as mudanças na composição corporal (massa gorda e muscular) e consumo máximo de oxigênio ao aplicar 30 minutos de exercício, 3 dias por semana, durante 3 meses, em funcionários e professores politécnicos de Riobamba no Equador. **Métodos:** Uma amostra de 121 funcionários e professores foi submetida a um programa de atividade física, 3 dias por 3 meses por 30 minutos. Foi realizado um estudo pré e pós-intervenção que avaliou a antropometria por bioimpedância e capacidade aeróbica em esteira ergométrica com o uso de monitores de frequência cardíaca e o protocolo ACSM. A prescrição do exercício utilizou a frequência cardíaca máxima (FCM), as porcentagens de trabalho foram calculadas de 50% a 60% da FCM. **Resultados:** A análise foi realizada com o programa estatístico R, aplicando um T student para amostras pareadas. A massa gorda inicial com a final obteve p 0,87, com melhora de 0,28%. A massa muscular pré e pós-intervenção atingiu p 0,42, com um aumento percentual de 1,35%. O VO<sub>2</sub>máx atingiu um p de 0,06 e um percentual de aumento de 2,45%. **Conclusões:** A massa gorda e a massa muscular permanecem estáveis na amostra, pois o tipo de exercício físico (EF) aplicado melhora a saúde da população, diferentemente da prescrição para redução de peso que leva a uma maior duração do EF e restrição calórica. O VO<sub>2</sub>max sofreu uma alteração percentual entre o pré e pós- intervenção que se traduz em uma melhor capacidade e adaptação do grupo para a execução de um exercício aeróbico. Recomenda-se a realização de um estudo com controle da frequência de execução, pois infere-se que esse parâmetro seria essencial para a obtenção dos. Resultados desejados. A atividade física prescrita, aplicada a funcionários e professores politécnicos, mantém regularidade na composição corporal e no VO<sub>2</sub>máx antes e após a intervenção, no entanto, não são evidenciadas alterações estatisticamente significativas, sendo esta uma fase de adaptação ao exercício e cuja prescrição não implica diretrizes de redução de peso. **Relevância:** A divulgação de. Resultados que demonstrem uma melhoria na aptidão física e sua relação com a saúde motivará novas pesquisas nas populações latino-americanas. Pretende-se promover ações que promovam estilos de vida saudáveis na população.

**Palavras chave:** Exercício físico, Massa gorda, VO<sub>2</sub>máx, Composição corporal.

**Código resumo:** 63



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Impacto na saúde de camundongos Balb/c do método Farklet adaptado durante o consumo de bebidas calóricas comerciais

## AUTORES

Andres Caloso Ruiz, Mayra Olivares Eslava,  
José Luis Gomez Olivares, Noe Salinas  
Arreortua, Rosa María López Durán

UNEVE - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[andres\\_caloso@hotmail.com](mailto:andres_caloso@hotmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):31

**Antecedentes:** Efeito do exercício extenuante no metabolismo da glutamina no músculo esquelético e no fígado de camundongos BALB-c com 12 meses de idade, Santillán Martínez, Alicia, 02/02/2016. A síndrome metabólica (SM) é definida como um conjunto de diferentes alterações metabólicas, relacionadas a doenças degenerativas crônicas, tais como: fígado gorduroso não alcoólico, diabetes, hipertensão, eventos cardiovasculares, alterações nas funções cognitivas, entre outras, geradas devido ao estado oxidativo e inflamatório, causado pelo consumo de bebidas comerciais altamente calóricas, que diminuem a qualidade de vida e a sobrevivência do indivíduo. **Objetivos:** Determinar se o método Fartlek adaptado em camundongos Balb/c submetidos a uma ingestão contínua de bebidas comerciais altamente calóricas melhora seu estado de saúde. **Métodos:** Foram utilizados 30 camundongos Balb/C machos, divididos em 6 grupos, cada um com 5 camundongos. 1) Controle sedentário de água (AS), 2) Controle de água e atividade (AA), 3) Coca-cola sedentária (CS), 4) Coca-cola e atividade (CA), 5) Suco sedentário (SS) Suco e atividade (SA). Os animais foram mantidos a uma temperatura de  $22 \pm 0^{\circ}\text{C}$  com um período claro/escuro (12h x 12h). Os animais tinham livre acesso a comida e bebida. O experimento durou 8 semanas, dividido em duas etapas: a) adaptação e b) exercício físico direcionado. Após 28 dias de ingestão contínua de bebidas comerciais, os grupos AA, CA, SA foram submetidos a um programa de exercício físico direcionado por 4 semanas. **Resultados:** Os níveis de glicose no sangue aumentaram nos grupos CA e SA, a partir da terceira semana de consumo livre de bebidas comerciais altamente calóricas, a ingestão calórica diminuiu no grupo AA, em comparação com CA e SA. Os grupos sedentários aumentaram em peso corporal em comparação aos grupos que foram submetidos ao método farklet adaptado; a partir da aplicação desse método, os parâmetros melhoraram em cada grupo. **Conclusões:** O método Fartlek adaptado em camundongos Balb/c que ingeriram bebidas comerciais de alto teor calórico, melhorou os níveis de glicose e aumentou a ingestão calórica. Embora o peso corporal permaneça estável, em comparação ao grupo que não foi submetido ao protocolo, o que pode ser inferido, o método Fartlek adaptado ajuda a melhorar o estado de saúde perante a ingestão contínua de bebidas comerciais de alto teor calórico. **Relevância:** profissionalizar as ciências do esporte, melhorando a saúde na qualidade de vida da população em geral.

**Palavras chave:** Methodofarklet, Treinamento, Síndrome Metabólica.

**Código resumo:** 148



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Consumo calórico gasto energético e somatótipo de atletas de combate das equipes nacionais da Nicarágua Manágua Nicarágua

## AUTORES

Kenia Páramo Gómez

Comité Olímpico Nicaraguense - Nicaragua.

## CORRESPONDÊNCIA

[kpgnutricion19@gmail.com](mailto:kpgnutricion19@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):32

**Antecedentes:** Venkatraman, Leddy & Pendergast conduziram um estudo para determinar as implicações clínicas do consumo de gordura no status imunológico de ciclistas, soldados e corredores, definindo que muitos atletas consomem aproximadamente 25% menos calorias do que o gasto estimado. Spirito, Garat e Bazán determinaram que haviam diferenças significativas entre a ingestão calórica, o gasto energético e a proporção de adequação ao clube num grupo de jogadoras de hóquei em campo. Ao categorizar o percentual de adequação, observou-se um percentual maior na categoria Inadequado, o que não correspondeu ao gasto energético estimado. **Objetivos:** Descrever as características sociodemográficas, Classificar a composição corporal, Estabelecer consumo calórico e Especificar gasto energético. **Métodos:** A amostra foi composta por 81 atletas; foi realizado um levantamento de características demográficas; consumo calórico baseado no recordatório de 24 horas. A avaliação antropométrica foi realizada pelo método de Heath e Carter e o gasto energético foi determinado pelo cálculo do metabolismo basal pelo método fatorial WHO/FAO, o fator de atividade foi adicionado ao MB obtido de acordo com o nível de atividade física e por fim, foi adicionada a energia gasta por cada atleta em treinamento, obtendo-se assim o GET. O percentual de adequação foi calculado considerando-se adequado para os intervalos entre 90 e 100%, inadequado para déficits nos intervalos abaixo de 90% e inadequado para excesso para os intervalos acima de 110%. Os testes realizados foram medidas de tendência central, frequência e tabelas de contingência. **Resultados:** Dos atletas estudados, 49,4% eram do sexo masculino e 50,6% do feminino, 37,1% apresentavam gordura corporal total aceitável e o somatótipo predominante foi o mesomorfo com 51,9%, o que indica maior desenvolvimento da massa muscular esquelética, o percentual de adequação entre consumo calórico e gasto total de energia foi 88,9% inadequado devido ao déficit. **Conclusões:** A composição corporal da maioria era mesomórfica e com um percentual de gordura corporal total aceitável, o consumo de gramas de carboidratos e proteínas apresentava déficit inadequado de acordo com suas necessidades, o percentual de adequação entre consumo calórico e gasto energético total foi inadequado devido ao déficit. **Relevância:** Para a Nicarágua, do ponto de vista da saúde pública, essa foi a primeira pesquisa realizada sobre nutrição e atividade física, como base para futuras pesquisas sobre a importância de comer corretamente e treinar adequadamente para otimizar o desempenho esportivo.

**Palavras chave:** Consumo calórico, Gasto energético, Esportes de combate, Somatótipo.

**Código resumo:** 66



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Relação entre comportamento sedentário e capacidade respiratória de funcionários universitários administrativos

## AUTORES

María Cristina Enríquez Reyna, Julissa Maythé Loredó Muñiz, Angelly Del Carmen Villarreal Salazar, Olga Liliana Gallardo Tovar, Perla Lizeth Hernández Cortés

Universidad Autónoma de Nuevo León - México

## CORRESPONDÊNCIA

[maria.enriquezryn@uanl.edu.mx](mailto:maria.enriquezryn@uanl.edu.mx)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):33

**Antecedentes:** Funcionários administrativos são caracterizados por várias atividades de mesa durante o dia de trabalho, muitos deles geralmente têm poder de compra, cultura física e motivação para obter recomendações de atividades físicas para a saúde. Isso aumenta a possibilidade de ser ativo e sedentário ao mesmo tempo. A associação entre comportamentos sedentários e capacidade respiratória máxima em população economicamente ativa não foi adequadamente explicada. **Objetivos:** Analisar a associação entre comportamentos sedentários e a capacidade respiratória de funcionários universitários administrativos. **Métodos:** Estudo descritivo correlacional em adultos aparentemente saudáveis com idade entre 30 e 60 anos, sem contraindicação médica para o exercício, que concordaram em participar voluntariamente do estudo. Os acelerômetros ActiGraph® wGT3X foram utilizados no quadril por sete a nove dias, bem como o Questionário de comportamento sedentário e o teste Rockport. Características pessoais e risco cardiovascular foram incluídos no cartão de dados. Análise com estatística descritiva e testes de correlação. **Resultados:** Amostra preliminar de 59 participantes de 41,64 anos (DP=8,17). Quarenta e seis por cento relataram alcançar recomendações de atividade física para a saúde. Todos os participantes relataram mais de 10 horas de comportamento sedentário durante a semana; No fim de semana, as mulheres relataram valores mais baixos que os homens [28,24 horas (DP=5,24) vs. 10,07 (DP=4,87),  $p=0,179$ ]. A capacidade respiratória foi maior nos homens do que nas mulheres [39,84 ml / kg / min (DP = 6,73) vs 30,44 (DP=8,76),  $p<0,01$ ]. Pelo menos três dos dez participantes tinham capacidade respiratória regular ou ruim. Os dias de semana sedentários foram associados ao tempo de fim de semana sedentário ( $r=0,433, p<0,01$ ). A capacidade respiratória foi associada à idade, carga de risco cardiovascular e atividade física moderada a vigorosa ( $r=-0,336, -0,438$  e  $0,400$ , respectivamente,  $p<0,05$ ). Não foi encontrada associação entre comportamentos sedentários e capacidade respiratória ( $p>0,01$ ). **Conclusões:** Os comportamentos sedentários prevalecem entre os funcionários universitários administrativos, durante e no fim de semana. A atividade física moderada a vigorosa aumenta a capacidade respiratória, enquanto que a idade avançada e o risco cardiovascular a diminuem. **Relevância:** O monitoramento e controle dos riscos à saúde associados ao trabalho sedentário é uma questão emergente a ser considerada nas agendas políticas nacionais.

**Palavras chave:** Risco cardiovascular, Aptidão, Comportamento Sedentário, VO<sub>2</sub>máx, Funcionários.

**Código resumo:** 11



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Força isocinética de membros inferiores e força de preensão em relação a marcadores de risco cardiometabólico

## AUTORES

Sebastián Felipe Arango Ramírez, Manuel Alberto Riveros Medina, María Alejandra Carranza Castrillón, Lizeth Tatiana Mercado Ruíz

Universidad Manuela Beltrán - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

sebastian.arango0515@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):34

**Antecedentes:** A incidência e prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como diabetes, pressão alta, entre outras, estão apresentando um aumento exponencial, afetando o estado de saúde da população. Globalmente, de acordo com a OMS, as doenças crônicas não transmissíveis geram mortes de pessoas equivalentes a 41 milhões de pessoas por ano, sendo as doenças cardiovasculares as de maior incidência com 17,9 milhões de pessoas por ano, sendo responsável por 80% das mortes prematuras fatores como tabagismo, sedentarismo, alcoolismo e má alimentação. **Objetivos:** Correlacionar a força isocinética dos membros inferiores e a força de preensão com indicadores de risco cardiometabólico na população adulta sedentária e ativa com idade entre 30-50 anos de Bogotá. **Métodos:** Para o presente estudo de delineamento não experimental, abordagem quantitativa e escopo correlacional, foi realizada amostragem probabilística, randomização simples, aplicado critérios de inclusão e exclusão, classificação de sedentários e ativos por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), até constituir os grupos de intervenção homogênea, típica de estudos experimentais. A amostra final foi de 100 indivíduos (50 sedentários e 50 fisicamente ativos). Com a autorização do comitê de ética institucional e a assinatura prévia do consentimento informado, foi realizada a avaliação clínica (composição corporal, exames de sangue, força de preensão e força isocinética dos membros inferiores). **Resultados:** Padronizaram-se dois grupos de pesquisa, onde foram selecionadas pessoas ativas e sedentárias, considerando a ferramenta IPAQ, obtendo 50 pessoas ativas e 50 pessoas sedentárias. Em relação à correlação das variáveis, foram consideradas as variáveis independentes a força de preensão e a força isocinética dos membros inferiores em comparação com as variáveis morfológicas na população ativa, onde foram observadas correlações indiretas moderadas da força de preensão e da força isocinética dos membros inferiores com o percentual de gordura (ICC=-0,525 a -0,593) ( $p<0,01$ ), correlação direta muito alta com os quilogramas de massa muscular (ICC=0,829 a 0,909) ( $p<0,01$ ) e correlação direta moderada com o perímetro abdominal (ICC=0,454 a 0,541) ( $p<0,01$ ). Em relação aos níveis de preensão e força isocinética dos membros inferiores comparados às variáveis morfológicas da população sedentária, observaram-se correlações indiretas moderadas-baixas da força de preensão e força isocinética dos membros inferiores com percentual de gordura (ICC=-0,310 a -0,526) ( $p<0,01$ ), correlação direta alto-muito alto com quilogramas de massa muscular (ICC=0,750 a 0,811) ( $p<0,01$ ), correlação direta moderada da gordura visceral (ICC=0,461 a 0,636) ( $p<0,01$ ) e correlação direta baixa-moderada com o perímetro abdominal. Posteriormente, avaliou-se a relação da força muscular com variáveis funcionais metabólicas na população ativa identificando correlações inversas muito baixas-baixas com colesterol (ICC=-0,074 a -0,200) ( $p<0,05$ ), correlação inversa baixa com triglicérides (ICC=-0,219 a -0,303) ( $p<0,05$ ), correlação direta moderada baixa com pressão arterial sistólica (ICC=0,386 a 0,493) ( $p<0,01$ ) e correlação direta direta baixo-baixo com pressão arterial sistólica. Finalmente, na correlação da força muscular com variáveis funcionais metabólicas na população sedentária, evidenciou uma correlação direta muito baixa-baixa com colesterol, correlação inversa baixa-moderada com triglicérides (ICC=0,268 a 0,425) ( $p<0,05$ ), baixa correlação direta com pressão arterial sistólica e correlação direta e indireta baixa com pressão arterial diastólica. **Conclusões:** Diante do estudo, podemos concluir que os níveis de força muscular têm estreita relação com as variáveis de composição corporal, como percentual de gordura corporal, IMC, quilogramas de massa muscular, pressão arterial, triglicérides e colesterol total, sendo variáveis relevantes na padronização de técnicas de mensuração objetiva que reconheçam pacientes com distúrbios metabólicos. **Relevância:** A padronização de modelos para a identificação de marcadores de risco cardiometabólico a partir da força muscular torna-se uma ferramenta de detecção precoce da predisposição de doenças crônicas não transmissíveis.

**Palavras chave:** Cardiometabólica, Força de preensão, Força isocinética,

Código resumo: 18



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Efeito do suco de beterraba na glutatona e desempenho de nadadores mestres expostos a estímulos de resistência ao lactato

## AUTORES

Vianney Curiel, Juan Manuel Morales,  
Minerva Ramos, Iza Pérez, Adriana Aguilar,  
Ana Vega, Liliana Olalde, Miriam Aracely  
Anaya

Universidad Autónoma de Querétaro - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[viana.ccjv@gmail.com](mailto:viana.ccjv@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):35

**Antecedentes:** O exercício de alta intensidade induz estresse oxidativo. A adaptação a esse estresse oferece benefícios à saúde e ao desempenho físico. Estudos em humanos e animais mostraram que a resposta ao estresse oxidativo induzido pelo exercício pode ser afetada pelo consumo de alimentos ricos em antioxidantes, como beterraba. **Objetivos:** Avaliar o efeito do consumo de suco de beterraba no desempenho e nos níveis de glutatona reduzida (GSH) de nadadores mestres moderadamente treinados e expostos a estímulos de resistência ao lactato. **Métodos:** Estudo experimental cruzado. Treze nadadores mestres homens e mulheres ( $45,8 \pm 10,2$  anos) completaram dois blocos de treinamento de alta intensidade de uma semana, que incluíram suplementação com 2 porções de 140 ml de suco de beterraba por 8 dias, separadas por um período de lavagem. O desempenho foi avaliado usando um estilo de rastreamento de 6x50m antes e após a suplementação. O tempo e o lactato foram registrados durante o teste. A glutatona total (GSH) foi analisada antes e após a suplementação. **Resultados:** Os nadadores apresentaram IMC médio de  $25,3 \pm 3,1$  kg / m<sup>2</sup>, gordura corporal  $27,3 \pm 5,1\%$ , leucócitos  $5,4 \pm 0,7 \times 10^3$  /  $\mu$ L e hemoglobina  $15,5 \pm 3,1$  g / dL. O lactato no início do teste de desempenho não foi significativamente diferente nos dois grupos ( $p = 0,08$ ), enquanto no final foi menor no GSJB  $13,1 \pm 2,3$  mmol / L em comparação com o GNS  $13,8 \pm 1,9$  mmol / L ( $p = 0,046$ ). O GSJB diminuiu o tempo para nadar 50 metros livre em 4 das 6 repetições do teste de desempenho em 1,56seg ( $p < 0,05$ ) e o GSH foi maior no grupo GNS após os estímulos RLA (4,9 vs. 7,8  $\mu$ M / mL, respectivamente,  $p = 0,045$ ). **Conclusões:** Estes. Resultados sugerem que a suplementação com suco de beterraba favorece adaptações ao exercício, melhorando a tolerância ao lactato durante estímulos de resistência ao lactato em nadadores mestres. da mesma forma, a estimulação do exercício lactato sem o uso de antioxidantes exógenos pode induzir resposta em sistemas antioxidantes endógenos. **Relevância:** Considerando a disponibilidade e acessibilidade de beterrabas ou beterrabas na América Latina, bem como as informações limitadas sobre certos componentes de treinamento aplicados à atividade física e ao envelhecimento. Por um lado, nossos. Resultados mostram os benefícios de incluir estímulos intensos em programas de exercícios para favorecer a resposta antioxidante endógena em pessoas não pertencentes à elite durante o processo de envelhecimento, que também podem ajudar a melhorar os estados inflamatórios induzidos pela obesidade ou estilo de vida sedentário. Por outro lado, é dado apoio ao uso de suco de beterraba no desempenho físico-esportivo de adultos moderadamente treinados.

**Palavras chave:** Beterraba, Atividade física, Antioxidantes, Desempenho físico.

**Código resumo:** 12



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Caracterização da qualidade de vida e condição física em mulheres acima de 45 anos na Recreovia de Bogotá

## AUTORES

Oscar Rubiano Espinosa, Isabel Adriana Sánchez Rojas, Natalia Stephany Morales Eraso, Jaime Orlando Rodríguez Peña, Cristian Ermides Carrillo Ramírez, Edwin Ancizar Valencia Barrera, Edgar Raul Acosta Rodríguez, Pedro Galvis Leal, Manuel Alberto Riveros Medina, Adriana Rocío Gutierrez Galvis

Instituto Distrital de Recreación y Deporte - IDRD - Colombia

## CORRESPONDÊNCIA

orubiano@javeriana.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):36

**Antecedentes:** Na Colômbia, o Departamento Administrativo Nacional de Estatística (DANE-2019) mostra que, para o ano de 2020, haverá cerca de 6.500.000 pessoas com mais de cinquenta anos, representando um crescimento populacional de 39,2%, com Bogotá sendo a cidade com o maior aumento, em busca de promover a saúde dos habitantes de Bogotá. A Recreovia é um programa que promove estilos de vida saudáveis com a prática de atividade física musicalizada em comunidades vulneráveis em Bogotá (IDRD - 2019). **Objetivos:** Analisar as variáveis de condição física com Risco Cardiometabólico. **Métodos:** Estudo transversal descritivo; participaram 221 mulheres de 56,71±10,79 anos. A qualidade de vida (QV) foi avaliada com o questionário WHOQOL-BREF com as variáveis relações físicas, mentais, sociais e meio ambiente. A condição física foi avaliada a partir da relação cintura quadril (CCR), seguindo as diretrizes da Sociedade Internacional para o Avanço da Cinetropometria (ISAK); A força de prensão manual foi avaliada com o dinamômetro analógico Takei 5001, seguindo o protocolo da Sociedade Americana de Terapeutas da Mão (ASHT). A potência do salto foi avaliada com a plataforma OptoGait por meio do salto Squat Juamp (SJ) e do salto contra- movimento (CMJ). O VO<sub>2</sub>máx foi avaliado com o teste de 3 minutos. **Resultados:** A análise estatística foi realizada com o SPSS por meio de medidas de tendência central. Os resultados indicam alta prevalência de percepções positivas de qualidade de vida (QV), saúde física: 88,7%, saúde psicológica: 86,4%, ambiente: 67,9% e relacionamento social: 61,5%. A condição física foi maior na QV (p = 0,34), houve diferenças com a QV (p = 0,003 ep-0,005). A força explosiva foi maior naqueles que perceberam que sua QV era alta. O poder de salto SJ (p, 0,034) e CMJ (p = 0,029) foram significativos. Embora em menor grau, também foram encontradas diferenças entre a força pré-ensil e o perímetro abdominal (p = 0,05). A potência do salto foi observada em SJ (p < 0,001) e em CMJ (p = 0,007) em pessoas com risco cardiometabólico. **Conclusões:** A população avaliada apresenta alta percepção de sua qualidade de vida, além de estar positivamente associada à capacidade de saltar, o CCR, com baixo risco cardiometabólico. Não há evidências de uma relação direta entre força pré- trilateral e risco cardiometabólico, se não estiver associado ao poder de salto e ao CCR. **Relevância:** A qualidade de vida e a condição física em idosos são reduzidas pela presença de DCNT. Recreovia como estratégia de redução de possíveis riscos cardiometabólicos.

**Palavras chave:** América Latina, Promoção da atividade física, Adultos.

**Código resumo:** 8



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Atividade física e imunologia em idosos

## AUTORES

Eugenio Merellano Navarro, Leandra Norambuena Mardones, Alexandra Olate-Briónes, Andres Herrada Hidalgo

Universidad Autónoma de Chile - Chile.

## CORRESPONDÊNCIA

[emerellano@gmail.com](mailto:emerellano@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):37

**Antecedentes:** A deterioração do sistema imunológico associada à idade, denominada imunosenescência, é caracterizada por uma desregulação funcional das células T. Embora afete todos os indivíduos, diferentes fatores ambientais e genéticos afetam a suscetibilidade ou resistência do indivíduo à imunosenescência. Foi demonstrado que a atividade física melhora a autonomia e a funcionalidade em idosos. No entanto, se a atividade física afeta a imunosenescência, ela não foi estudada. **Objetivos:** Analisar as células T do sangue periférico em idosos e correlacionar esses dados com os níveis de atividade física. **Métodos:** Foram recrutados 30 voluntários com 65 anos ou mais e 7 controles jovens. A capacidade funcional foi mensurada por meio da escala "Composite Physical Function (CPF)", além de uma bateria de questionários que incluíram instrumentos de atividade física, condição física, qualidade de vida relacionada à saúde, depressão, histórico médico e dados sociodemográficos. As células T CD4+ e CD8+ virgens periféricas foram analisadas por citometria de fluxo. **Resultados:** As células T virgens diminuíram e os níveis de IL-6 aumentaram com a idade. Curiosamente, existe uma forte correlação negativa entre o número de células T virgens e os níveis de IL-6 em adultos mais velhos, o que sugere uma relação direta entre a redução do grupo de células T virgens e o aumento da inflamação. A atividade física na juventude não afetou a imunosenescência e a inflamação em adultos mais velhos, mas a atividade física aumenta o número de células T virgens e reduz a inflamação nos idosos. **Conclusões:** Os resultados mostraram um número reduzido de células T virgens e níveis mais altos de IL-6 à medida que os idosos envelhecem. Além disso, a forte correlação negativa entre esses parâmetros sugere que as células T virgens podem ter uma atividade supressora direta nos componentes imunes inatos. Além disso, a atividade física durante a velhice pode reduzir a imunosenescência e a inflamação em idosos. **Relevância:** Relevância: a América Latina está passando por uma transição demográfica que está aumentando a expectativa de vida das pessoas. Através dos resultados deste estudo, a atividade física pode modular a resposta imune em idosos.

**Palavras chave:** Atividade física, Idoso, Imunologia, Linfócitos T.

**Código resumo:** 59



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Benefícios da atividade física no sistema imunológico de pacientes com câncer de mama

## AUTORES

Estefania Quintana Mendias

Universidad Autónoma de Chihuahua - México

## CORRESPONDÊNCIA

esquintana@uach.mx

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):38

**Antecedentes:** O sistema imunológico é um dos mecanismos biológicos que mostram maior Relevância no desenvolvimento da carcinogênese e mostra uma resposta imediata ao efeito da atividade física em pessoas saudáveis ou que sobrevivem ao câncer. Em particular, as células Natural Killer (NK) mostram um aumento no sangue periférico em número e em sua atividade citotóxica após minutos de iniciar um esforço físico, sendo a primeira linha de defesa contra as células tumorais. No entanto, ainda existem poucos estudos que analisam o comportamento dessas células nos estágios mais críticos do tratamento, especificamente durante a quimioterapia. **Objetivos:** Avaliar o efeito agudo da atividade física sobre marcadores imunológicos em mulheres saudáveis e com câncer de mama durante o tratamento quimioterápico. **Métodos:** Um estudo quase experimental será realizado para avaliar o efeito agudo do exercício físico nas células NK durante o tratamento quimioterápico. Uma sessão de exercício aeróbico de 30 minutos em esteira em intensidade moderada com medições pré e pós será aplicada. As medições consistirão na extração de uma amostra de sangue antes e imediatamente após a sessão de exercícios para determinar a porcentagem e a atividade citotóxica das células NK. Participarão mulheres clinicamente saudáveis e pacientes com câncer de mama em seu primeiro esquema de quimioterapia. **Resultados:** O estudo está em fase experimental, no entanto, nos Resultados preliminares de quatro indivíduos (dois de cada grupo), pode-se observar um aumento na proporção de células NK e alterações na sua distribuição como resultado de uma única sessão de exercícios aeróbicos. **Conclusões:** Ainda que nenhuma conclusão possa ser estabelecida neste estudo, preliminarmente pode-se observar que o exercício promove um aumento nas células NK no sangue periférico, imediatamente após uma sessão de exercício, independentemente do estado de saúde do indivíduo. **Relevância:** Esses Resultados nos fornecem uma ferramenta para o planejamento de programas de atividade física acessíveis, de baixo custo e com a oportunidade de serem aplicados de maneira massiva, para prevenção e como parte do tratamento oferecido pelas instituições de saúde.

**Palavras chave:** Atividade física, Câncer de mama, Sistema imunológico.

**Código resumo:** 139



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Análise dos benefícios do ballet para gestantes, durante o período gestacional, parto e pós-parto

## AUTORES

Renata Della Enns, Maria Gisele dos Santos

Universidade Federal do Paraná (UFPR) - Brasil

## CORRESPONDÊNCIA

renata.enns@gmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):39

**Antecedentes e objetivo.** Este estudo tem como objetivo analisar, a partir de uma revisão bibliográfica os benefícios que a prática do ballet clássico pode trazer para gestante, tanto durante seu período gestacional quanto no momento do parto e pós-parto, visando tanto bailarinas iniciantes quanto profissionais. **Resultados.** Pesquisas apontam que somente 4,7% das gestantes do Brasil realizam atividade física durante todo o período de gestação, e apenas 12,9% realizam alguma atividade física durante este período. Até 1985 existia um receio quanto a prescrever atividades físicas durante a gravidez, porém hoje já sabemos que a atividade física durante a gestação pode ser extremamente benéfica. Diferente do que muitos ainda hoje acreditam a gestação não se trata de um estado patológico e nem doentio onde a mulher deve permanecer em repouso, mas sim um momento onde ela deve cuidar de si e do seu bem estar. O estudo iniciou-se então primeiramente buscando entender todas as mudanças decorrentes da gravidez no corpo da mulher, sendo estas metabólicas, hormonais, do sistema cardiovascular e respiratório, musculoesqueléticas e do sistema nervoso central. Logo após, foram estudados os benefícios do Ballet Clássico para os seus praticantes, sendo estes benefícios de condicionamento cardiovascular, hormonais, psicológicos, neurais, musculoesqueléticos, metabólicos, de flexibilidade, respiratórios e de consciência corporal. Foi feita então uma correlação entre estes benefícios e as necessidades da mulher durante o período da gestação. Foram estudados também os benefícios da música para o feto, sendo possível perceber através da revisão de literatura que o mesmo já escuta de forma aguçada os sons à sua volta a partir do sexto mês de gestação, conseguindo distinguir sons, reagir a eles e também memorizá-los. **Conclusões.** Concluiu-se assim que a prática do ballet clássico durante o período da gestação pode ser extremamente benéfica, não somente para a mãe, mas também para o seu bebê. Sobre este tema existe uma enorme escassez de literatura, mesmo assim existem escolas de dança que proporcionam esta modalidade para suas alunas, sem o conhecimento sobre os cuidados que devem ser tomados, podendo assim lesionar tanto a mulher quanto seu bebê. Também no mundo profissional muitas bailarinas deixam de engravidar para não parar sua prática e assim perder um pouco do seu desempenho. Relevância. Este trabalho visa ajudar tanto profissionais da dança quanto bailarinas a entenderem melhor a prática do ballet durante este período mágico em suas vidas.

**Palavras-chave:** Ballet, Gestação, Gravidez.



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Avaliação da adesão à dieta e exercício em pacientes com DM e HTA como prevenção de complicações

## AUTORES

Corina Flores Hernández, Azucena Guadalupe Molina Gaxiola, Wendy S. Rochin Sotelo, Noe David Lemini Tirado, Gilberto Perea Olmos, Ma. Guadalupe Díaz Cisneros

DCAT-DCS - Universidad de Guanajuato - México.

## CORRESPONDÊNCIA

*fbcorina@ugto.mx*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):40

**Antecedentes:** Segundo a OMS, as DCNTs ocupam o primeiro lugar em morbimortalidade em mais de 75% do mundo e no México a idade média de mortalidade é de 67,7 anos. Isso ocorre em 90% dos casos, em grande parte devido ao excesso de peso corporal, inatividade física e falta de adesão à dieta. **Objetivos:** Avaliar a adesão à dieta e ao exercício em pacientes com HTA e DM designados ao serviço de Endocrinologia do Hospital General León. **Métodos:** O estudo foi uma comparação transversal, o tamanho da amostra foi calculado no EPIDAT 3.0, com um poder de 95%=75 pacientes. O objetivo da investigação foi explicado e o consentimento informado foi obtido do Hospital e do paciente, Instrumentos (preenchidos entre 20 e 30 minutos): lembrete de 24 horas, questionário para conhecer a adesão à dieta, versão rápida do IPAC, histórico clínico e IMC. Os dados foram analisados no programa Epiinfo. **Resultados:** A idade média foi de 54,01±12,1 anos. 43,10% tinham DM, 31,90% HTA e 25% DM+HTA- A prevalência de IMC>25 foi de 78%. Houve correlação positiva entre falta de adesão à dieta, falta de exercício, ser mulher e sobrepeso e obesidade de 0,80 com  $p \leq 0,001$ , mulheres com sobrepeso 2:1 e obesidade tipo 1 mais que homens (teste de X<sup>2</sup>;  $\leq 0,04$ ). **Conclusões:** A adesão à dieta e ao exercício físico é um problema de saúde pública e desempenha um papel crucial no desenvolvimento da morbimortalidade nos processos de prevenção e controle das DCNT. Os pacientes estão cientes das complicações de sua doença, presume-se que eles teriam boa adesão à dieta e exercício para melhorar a qualidade de vida em saúde; os. Resultados obtidos mostram o contrário, quanto maior o IMC > 25, menor a adesão à dieta e ao exercício com um coeficiente de correlação de 0,90. **Relevância:** Sendo a falta de adesão à dieta e ao exercício em pacientes com comprometimento sistêmico, medidas constantes devem ser implementadas para saber se o paciente realmente adere ou não ao tratamento. Por outro lado, observou-se que, quando isso não ocorre, o paciente se deteriora e isso é mundial, a qualidade de vida em saúde diminui. Por outro lado, todos os estudos se concentram nas medições biomédicas e no biomonitoramento, mas não na intervenção para melhorar e aderir o paciente ao exercício.

**Palavras chave:** Dieta, Exercício, DCNT, Diabetes, Hipertensão.

**Código resumo:** 93



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Atividade física e sua relação com variáveis metabólicas em mulheres adultas da Costa Rica

## AUTORES

Jorge Cervantes Sanabria, Jessenia Hernández Elizondo, David Loría Masís

Universidad de Costa Rica - Costa Rica.

## CORRESPONDÊNCIA

[jcersa3@gmail.com](mailto:jcersa3@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):41

**Antecedentes:** O nível de atividade física gera adaptações para a saúde das pessoas. A medição objetiva da atividade física está cada vez mais disponível nos países da América Latina; portanto, é importante conhecer as relações com outros fatores que também fazem parte da saúde das pessoas latinas, como já tem sido realizado em outras latitudes. **Objetivos:** Determinar a relação entre a porcentagem de tempo sedentário e atividade física baixa, moderada e vigorosa intensidade com variáveis metabólicas da glicemia de jejum e perfil lipídico em mulheres adultas da Costa Rica. **Métodos:** Quarenta e três mulheres adultas foram recrutadas por meio do projeto de ação social ED- 3367 Atividade Física para Prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis da Sede Atlântica da Universidade da Costa Rica. de cada participante foi aferida a altura e peso corporal, uma amostra de sangue em jejum e um acelerômetro ActiGraph wGT3X-BT, que foi colocado no pulso da mão dominante por 6 a 11 dias. **Resultados:** Trinta e uma mulheres (idade =  $43,64 \pm 11,18$  anos, peso =  $74,96 \pm 16,54$  kg) participaram do estudo. Não houve correlação significativa entre os níveis relatados de atividade física e variáveis metabólicas ( $p > 0,05$ ). Durante  $42,73 \pm 9,56\%$  do tempo permaneceram em comportamento sedentário,  $34,79 \pm 5,90\%$  em atividade física leve,  $22,48 \pm 7,44\%$  em atividade física moderada e  $0\%$  de atividade física de vigorosa intensidade. As variáveis metabólicas mostram glicemia de jejum =  $99,38 \pm 10,52$  mg/dL, colesterol total =  $201,45 \pm 45,90$  mg/dL, triglicerídeos =  $165,22 \pm 118,64$  mg/dL, HDL-c =  $45,22 \pm 12,90$  mg/dL e LDL-c =  $122,03 \pm 36,35$  mg/dL. **Conclusões:** O nível de atividade física não está relacionado aos níveis de glicemia de jejum ou à quantidade de lipídios no sangue nas mulheres. **Relevância:** Este estudo é relevante na América Latina, pois se baseia no uso de instrumentos. Objetivos para medir a atividade física e sua relação com mecanismos biológicos.

**Palavras chave:** Acelerometria, Perfil Lipídico, Glicose em Jejum, Mulheres.

**Código resumo:** 23



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Consciência moral do autocuidado e atividade física em crianças obesas

## AUTORES

Ma. de la Cruz Ruiz Jaramillo, Lourdes  
Belize Macías Felipe, Mónica Jazmín Osorio  
Guzmán, Mariana Getsemaní Pérez Lande-  
ros, María Isabel García García, Jorge Luis  
Hernández Arriaga

Hospital General León - México.

## CORRESPONDÊNCIA

maricruiz@gmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):42

**Antecedentes:** Hampson SE e colaboradores analisaram em uma coorte de 2418 indivíduos a associação da consciência aos 10 anos de idade com comportamentos de risco de tabagismo, inatividade física e obesidade e com marcadores de desregulação fisiológica (pressão arterial sistólica e diastólica, lipídicos, glicemia de jejum e proteinúria) aos 50 anos de idade. O nível mais alto de consciência na infância foi associado a menor desregulação e menores comportamentos prejudiciais à saúde na idade adulta. **Objetivos:** Objetivo geral - Analisar a associação entre consciência de autocuidado e nível de atividade física em crianças obesas de 8 a 12 anos do serviço pediátrico do Hospital Geral de León. Objetivos específicos - Descrever os níveis do modelo transteórico em relação à atividade física, o nível de estilo de vida sedentário, a aptidão cardiorrespiratória, a resistência cardiorrespiratória e a associação de cada descritor de atividade física aos níveis do modelo transteórico de mudança. **Métodos:** Estudo prospectivo, transversal, comparativo, realizado no departamento de pediatria do Hospital Geral de León de julho a setembro de 2019. Critérios de inclusão: crianças de ambos os sexos, de 8 a 12 anos de idade, com IMC acima do percentil 95, segundo gráficos do CDC e/ou índice de cintura/tamanho maior que 0,5. Critérios de não inclusão: doença nos últimos 7 dias, contra-indicação para atividade física, atraso no desenvolvimento neurológico, falta de consentimento ou assentimento para participar. Instrumentos: Teste de Harvard para medir a aptidão cardiorrespiratória e a resistência cardiorrespiratória. Modelo transteórico de mudança de Prochaska com a adaptação de Ishii Q et al para avaliar as etapas de ação e pré-ação do questionário de atividade física para crianças (PAQ-C) versão validada em espanhol para identificar estilo de vida sedentário (ponto de corte). **Resultados:** Foram revisadas 26 crianças (16 homens, 10 mulheres), com idade entre 10,4 e 11,5 anos. Havia 19 no estágio pré-ação (73%), 7 no nível de ação (27%) Índice de eficiência física 66±14. O índice de aptidão cardiorrespiratória foi excelente em 13 (50%), muito bom em 5 (19%), bom em 5 (19%), suficiente em 1 (4%) e ruim em 2 (8%). Sedentárias 16 crianças (62%). Escore do PAQ-C nos estágios de pré-ação 2,4±0,6, no estado de ação 3±0,5 (p=0,008, poder 82%). **Conclusões:** O nível de estilo de vida sedentário está associado ao nível de mudança de Prochaska. **Relevância:** Evidência da utilidade de instrumentos para medir objetivamente a atividade física e o nível de consciência do autocuidado em crianças.

**Palavras chave:** Crianças, Obesidade, Capacidade Física, Consciência Moral, Autocuidado.

**Código resumo:** 112



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Efeito de uma intervenção de atenção primária à saúde em adultos mexicanos com excesso de peso. Prova piloto

## AUTORES

María de Jesús Serrano Plata, María Eugenia Álvarez Orozco, Rafael Manjarrez Montes de Oca, Martha Angélica Corona Guadarrama

Universidad Autónoma del Estado de México - México.

## CORRESPONDÊNCIA

*lnmdjssp@gmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):43

**Antecedentes:** Desde 1980, os índices relacionados à obesidade aumentaram a um ritmo alarmante. As estratégias atuais para perder peso ainda são direcionadas para tratamentos de baixo risco, e uma delas é a prática regular de atividade física. É essencial aplicar intervenções de atenção primária à saúde fáceis e acessíveis para toda a população. **Objetivos:** Comparar peso e gordura corporal antes e depois de uma intervenção de atenção primária à saúde em adultos mexicanos com excesso de peso. **Métodos:** Estudo quase-experimental de um grupo com avaliação pré e pós intervenção. Toda a população estudantil e/ou suas famílias de uma Faculdade da Universidade Autónoma do Estado do México foram convidados a participar do programa “Levante-se, ande ou dance”. Pessoas sedentárias com excesso de peso, sem gravidez e sem doenças crônico-degenerativas foram elegíveis. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, as medidas antropométricas foram realizadas seguindo procedimentos padronizados, e sendo repetidas ao final do programa. A intervenção consistiu em fornecer recomendações de atividade física de acordo com critérios nacionais e internacionais por dois meses em sessões presenciais e realizadas individualmente. **Resultados:** A intervenção foi completada por 19 adultos (idade =  $38,7 \pm 12,8$ ), a maioria mulheres (57,9%), com ocupação remunerada (47,4%) e o nível socioeconômico C+. No final dos dois meses de intervenção, os participantes reduziram o peso corporal ( $-0,843 \pm 0,36$  kg,  $p = 0,11$ ). **Conclusões:** As estratégias de atenção primária à saúde são eficazes para perder peso sem alterar drasticamente os hábitos da população. Sugere-se treinar e capacitar profissionais de saúde para empregar estratégias simples e adequadas ao grupo populacional, por meio de opções agradáveis, apropriadas e culturalmente aceitas que facilitem a prática regular de atividade física. **Relevância:** Estudos experimentais e longitudinais envolvendo amostras grandes são necessários para implementar intervenções de atenção primária à saúde.

**Palavras chave:** Atividade física, Excesso de peso, Atenção primária.

**Código resumo:** 130



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Efeito precoce de um programa de exercícios físicos na capacidade funcional de mulheres idosas com dinapenia

## AUTORES

Mariana Romero García, Marcos Galván García, Guadalupe López Rodríguez

Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo - México

## CORRESPONDÊNCIA

nut\_marianaroga@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):44

**Antecedentes:** Durante o envelhecimento, a perda de força muscular (dinapenia), acompanhada por um estilo de vida pouco saudável e sedentarismo, pode desencadear limitações funcionais e dependência. **Objetivos:** Avaliar o efeito precoce de um programa de exercício físico multicomponente sobre a funcionalidade física em mulheres idosas com dinapenia. **Métodos:** Ensaio clínico não randomizado em 59 mulheres >65 anos de idade com dinapenia (sessões semanais FM3 de 45 a 60 minutos). Para a análise dos dados, foram aplicadas medidas de tendência central, média, mediana e desvio padrão. Uma análise estatística foi realizada com testes não paramétricos utilizando o Teste U de Mann-Whitney e Wilcoxon, com valor de p de significância de. **Resultados:** São apresentados. Resultados de 31 mulheres AM do GI e 28 do GC, com idade de 71,6 ( $\pm$  4,47) e 69,58 ( $\pm$  3,60) anos, respectivamente ( $p = 0,162$ ). A FM basal foi de 16,36 kg ( $\pm$  3,24) para o GI e 14,73 kg ( $\pm$  4,18) para o GC ( $p = 0,220$ ); na avaliação intermediária, o GI registrou 17,66 ( $\pm$  3,53) e o GC 14,98 ( $\pm$  2,0) ( $p = 0,035$ ). O delta do SPPB mostrou que o GI obteve +0,36 pts no “Teste de equilíbrio” ( $p = 0,03$ ), -0,86 segundos para “VM em 3m” ( $p = 0,000$ ), -5,04 s para “Levantar da cadeira” ( $p = 0,000$ ), -2,38 segundos para “TUGT” ( $p = 0,000$ ). E +,186 m/s em “VM em 6m” ( $p = 0,000$ ) enquanto o GC relatou +0,14 segundos em “VM em 3m” ( $p = 0,004$ ), +0,29 segundos em “Levantar da cadeira” ( $p = 0,003$ ), +0,205 para “TUGT” ( $p = 0,016$ ) e -0,04 m/s no teste “VM em 6m” ( $p = 0,000$ ). O risco de quedas registrou um aumento de 50% no GC e uma diminuição de 127% no GI. **Conclusões:** Programas de exercícios físicos multicomponentes atrasam o comprometimento funcional e previnem a incapacidade e a dependência na AM. **Relevância:** O programa multicomponente Vivifrail representa uma alternativa para melhorar a capacidade física funcional da AM com dinapenia, melhorando sua qualidade de vida.

**Palavras chave:** Multicomponente, Dinapenia, Capacidade funcional.

**Código resumo:** 133



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Efeitos do programa Fallproof no equilíbrio de idosos em uma fundação geriátrica

## AUTORES

Mónica Delgado Molina, Jonathan Muñoz Luna, Vanessa Bernal Latorre, Luisa Maria Guztines Rosero, Diana Morillo Rodriguez

Universidad Mariana Pasto Colombia - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

[cdelgado@umariana.edu.co](mailto:cdelgado@umariana.edu.co)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):45

**Antecedentes:** Técnica Frenkel versus técnica Fallproof na síndrome de quedas de idosos acima de 65 a 75 anos de um lar de idosos na cidade de Puyo. Avaliação do equilíbrio e da marcha em idosos que participam e não de um programa de exercícios físicos, janeiro de 2014. Efetividade do treinamento de equilíbrio na prevenção de quedas em idosos pertencentes ao grupo de Anos Dourados do Cantão Ambato. **Objetivos:** Determinar os efeitos do programa Fallproof no equilíbrio de idosos de uma Fundação Geriátrica, período 2019. **Métodos:** Foi realizado um estudo com abordagem quantitativa, descritivo, com desenho longitudinal, de coorte prospectivo. A população esteve constituída por 38 idosos institucionalizados na Fundação Geriátrica. Foram selecionados onze idosos que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão, com idades entre 60 e 70 anos. Com o consentimento prévio e informado do representante legal da Fundação, foi realizada a avaliação da caracterização sociodemográfica, realizou-se a pré-avaliação, executou-se o programa de exercícios e, finalmente, a pós-avaliação com escalas de avaliação do equilíbrio (TB, EAF), o que permitiu determinar o risco de quedas em idosos. **Resultados:** Na avaliação do equilíbrio com o EAF, os itens que apresentaram maior significância estatística após a aplicação do exercício foram: esticar para a frente para pegar um objeto na altura dos ombros, caminhar com os pés em tandem, monoposto, salto em distância de dois pés. Encontrando uma associação estatisticamente significativa entre a aplicação do programa Fallproof e as mudanças no equilíbrio. **Conclusões:** Por meio da execução do programa Fallproof, foram obtidos. Resultados comparativos antes e após a aplicação do programa, onde se evidenciou que uma implementação adequada durante o período correspondente e combinada com um programa de exercícios sistematizado e que inclui o trabalho de dupla tarefa melhora as condições de equilíbrio em idosos institucionalizados, reduzindo o número de quedas, devido às adaptações fisiológicas adquiridas pela aplicação do programa. **Relevância:** Ficou evidente que a implementação adequada do programa Fallproof durante o período correspondente e, combinada com um programa de exercícios sistematizado, melhorou as condições de equilíbrio da população a partir das adaptações intrínsecas alcançadas, reduzindo o número de quedas, gerando neles maior facilidade para o desenvolvimento de suas atividades funcionais básicas.

**Palavras chave:** Fallproof, Equilíbrio, Idoso, Quedas.

**Código resumo:** 25



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Perímetro abdominal e coordenação motora de escolares peruanos

## AUTORES

Saulo Andres Salinas Arias, Jessica Pérez Rivera

Universidad Peruana Unión - Perú.

## CORRESPONDÊNCIA

[saulo.salinas@upeu.edu.pe](mailto:saulo.salinas@upeu.edu.pe)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):46

**Antecedentes:** A avaliação do perímetro abdominal (PA) em crianças e adolescentes tem sido reconhecida como o melhor indicador de saúde, sua prevalência na América Latina é de 25%, o México e o Chile têm a maior prevalência. No Peru, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), 2 em cada 10 crianças em idade escolar têm um risco aumentado de pressão arterial. Estudos mostram que quanto maior a PA, maior a dificuldade de coordenação motora (CM) e maior o risco de desenvolver problemas cardiovasculares. O objetivo deste estudo foi determinar a relação entre o PA e o CM de escolares com idades entre 7 e 11 anos de uma parte da floresta peruana. **Objetivos:** Determinar a relação entre a PA e o CM de escolares entre 7 e 11 anos de idade de uma parte da floresta peruana. **Métodos:** Foram avaliadas 1428 crianças em idade escolar (731 homens - 697 mulheres) pertencentes a quatro distritos da selva mais baixa do Peru. Esses escolares foram escolhidos por conveniência. Para avaliar o PA, seguiu-se o protocolo da International Society for the Advancement of Kinanthropometry e foram utilizadas fitas antropométricas da marca Sanny. Para CM, o quociente do motor da bateria KTK. O coeficiente de correlação intraclasse (0,99) e o erro técnico da amostra (0,1). A análise estatística foi realizada no pacote estatístico SPSS 22.0. A correlação foi analisada pelo coeficiente de Rho Spearman. **Resultados:** Dos 1428 escolares; 511 apresentou distúrbio na coordenação; 618 insuficiência na coordenação e 299 boa coordenação. Barranquita e Zapatero tiveram um risco maior de sofrer de problemas cardiovasculares. A relação encontrada foi estatisticamente significativa ( $p = 0,000$ ) inversamente. O coeficiente de correlação foi de  $-0,13$ , ou seja, apresenta baixa correlação. **Conclusões:** Quanto maior o perímetro abdominal, menor a coordenação motora e as mulheres apresentaram maior insuficiência coordenativa. **Relevância:** O projeto abriu um nicho pouco estudado no Peru sobre questões de saúde pública, como a PA a CM.

**Palavras chave:** Perímetro Abdominal, Coordenação Motora, Crianças Em Idade Escolar.

**Código resumo:** 107



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Prescrição em exercício físico para pessoas com insuficiência renal crônica

## AUTORES

Wilder Andres Villamil Parra

Universidad Nacional de Colombia - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

wavillamilp@unal.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):47

**Antecedentes:** Os problemas renais tornaram-se uma das alterações de origem não transmissível com maior impacto na sociedade, afetando qualquer pessoa, independentemente de etnia, gênero, idade ou status socioeconômico. Como diabetes, pressão alta e obesidade, os problemas renais são silenciosos, progressivos e fatais, associados em sua maioria a comportamentos insalubres. Atualmente, esse fenômeno aumenta verticalmente em termos de morbimortalidade, com um impacto crescente em 10% da população mundial. Sabe-se que entre 50 e 60% das mortes nesses pacientes são devidas ao agravamento das alterações cardiovasculares devido ao aumento dos fatores de lesão vascular (HTA, fistulas arteriovenosas, hipertrofia ventricular, dislipidemias, obesidade, hipercalcemia e sedentarismo). **Objetivos:** Estabelecer as tendências para a prescrição de exercício físico em pacientes adultos com insuficiência renal crônica. Determinar os efeitos multissistêmicos do exercício físico em pessoas com doença renal. **Métodos:** Foi realizada uma busca sistemática nas plataformas Pubmed, Embase, Pedro e Scielo. Ensaios clínicos controlados randomizados sobre exercício físico em terapia intensiva foram selecionados. Para a matriz final, qualidade, risco de viés, heterogeneidade dos estudos foram avaliados por dois avaliadores. **Resultados:** Foram identificados 235 estudos, dos quais 23 artigos foram selecionados para formar a matriz de análise quantitativa. Duas tendências principais foram encontradas como estrutura de intervenção; o primeiro sob prescrição de exercício físico individualizado, de acordo com os testes de desempenho físico; e o segundo, através de programas de exercícios intramurais ou hospitalares, de acordo com a condição de saúde da pessoa. **Conclusões:** Embora existam evidências científicas dos benefícios do exercício físico em pessoas com doença renal crônica, os programas de exercício físico são diversos. Os programas de exercício físico devem incluir o treinamento da capacidade cardiovascular, desempenho muscular, mobilidade articular e propriedades de coordenação em geral. Todo programa deve se concentrar em educar o paciente por meio de treinamento, planos de intervenção em casa e estratégias motivacionais com autorrelato. Uma sessão para educação do paciente sobre o papel do exercício físico deve ser alocada. **Relevância:** de acordo com a Sociedade Latino-Americana de Nefrologia e Hipertensão Arterial (SLANHI), há um aumento considerável nas taxas de morbimortalidade por doença renal crônica; associado a estilos de vida pouco saudáveis. Portanto, é necessário estabelecer intervenções que reduzam a incidência e a prevalência de comorbidades metabólicas e cardíacas nesse tipo de pessoa

**Palavras chave:** Doença renal, Exercício físico, Atividade física, Fisioterapia.

**Código resumo:** 92



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Diferenças na composição corporal e nos parâmetros bioquímicos entre praticantes e não praticantes de futebol

## AUTORES

Eliane Aparecida de Castro, Lígia Ribeiro Moscardini, Sílvia Ávalos Hallak, David Ulloa, Paola Barboza, Daniel Santos

Universidad Católica de la Santísima Concepción - Chile.

## CORRESPONDÊNCIA

[eaaparecida@ucsc.cl](mailto:eaaparecida@ucsc.cl)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):48

**Antecedentes:** Os benefícios do exercício físico, utilizados como ferramenta para manter um bom estado de saúde, são altamente documentados na literatura. No entanto, jogadores amadores de futebol geralmente apresentam características e problemas frequentes do estilo de vida sedentário, como níveis excessivos de adiposidade e aumento dos fatores de risco cardiovascular. **Objetivos:** O objetivo deste estudo foi comparar a composição corporal e parâmetros bioquímicos entre praticantes e não praticantes de futebol. **Métodos:** Trinta e oito homens saudáveis foram divididos em dois grupos: praticantes de futebol ( $n = 26$ ;  $22,1 \pm 4,5$  anos) e não praticantes de futebol ( $n = 12$ ;  $22,5 \pm 3,8$  anos). O peso corporal e a estatura foram medidos e o índice de massa corporal (IMC) foi calculado. O percentual de gordura corporal foi obtido pela fórmula de Falkner composta pelas dobras cutâneas triptal, subescapular, suprailíaca e abdominal. O colesterol total (CT), lipoproteína de alta densidade (HDL), lipoproteína de baixa densidade (LDL), lipoproteína de densidade muito baixa (VLDL), glicemia de jejum e proteína C reativa foram medidos por procedimentos padrão. Para comparação da média, foram utilizados os testes T e Mann Whitney, de acordo com a distribuição dos dados. O nível de significância adotado foi de  $p = 0,05$ . **Resultados:** Observaram-se diferenças significativas entre praticantes e não praticantes de futebol, respectivamente, para percentual de gordura ( $14,3 \pm 4,8\%$  vs  $21,2 \pm 7,5\%$ ;  $p = 0,005$ ) e glicemia de jejum ( $82,9 \pm 6,9$  mg / dL vs  $89,8 \pm 8,7$  mg / dL;  $p = 0,005$ ). Não foram observadas diferenças para nenhuma outra variável entre os dois grupos ( $p > 0,05$ ; praticantes de futebol e não praticantes, respectivamente: peso corporal =  $72,8 \pm 9,6$  kg vs  $75,4 \pm 18,2$  kg; estatura =  $1,8 \pm 0,06$  m vs  $1,8 \pm 0,06$  m; IMC =  $22,7 \pm 2,9$  kg / m<sup>2</sup> vs  $24,1 \pm 4,6$  kg / m<sup>2</sup>; CT =  $150,4 \pm 32,8$  mg / dL vs  $157,5 \pm 35,4$  mg / dL; HDL =  $46,6 \pm 8,8$  mg / dL vs  $51,7 \pm 9,6$  mg / dL; LDL =  $88,6 \pm 28,8$  mg / dL vs  $88,2 \pm 26,9$  mg / dL; VLDL =  $15,2 \pm 6,8$  mg / dL vs  $17,6 \pm 11,3$  mg / dL; triglicerídeos =  $76,1 \pm 34$  mg / dL vs  $88,2 \pm 56,6$  mg / dL e proteína C reativa =  $1,6 \pm 1,9$  mg / dL vs  $7,2 \pm 21,7$  mg / dL). **Conclusões:** Os praticantes de futebol apresentaram composição corporal e perfil de glicemia de jejum mais favoráveis do que os não praticantes, embora a glicemia de jejum estivesse em níveis normais nos dois grupos. **Relevância:** A prática de futebol amador pode ajudar a manter níveis adequados de gordura corporal em jovens adultos latino-americanos saudáveis. A influência desse esporte nos parâmetros bioquímicos deve ser avaliada em populações mais velhas, onde o impacto da idade nessas variáveis é maior.

**Palavras chave:** Percentual de gordura, Glicose em jejum, Colesterol, Jogadores, Futebol.

**Código resumo:** 159



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud





# Tempo de televisão: um comportamento sedentário associado a sobrepeso e obesidade em adultos mexicanos

## AUTORES

Diego Orlando Calderon Tabaoda, Cesar Hernandez Alcaraz, Wendy Daniella Rodriguez García Simón Barquera Cervera

Universidad Autónoma de Guerrero - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[diego\\_orlando\\_11@hotmail.com](mailto:diego_orlando_11@hotmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):49

**Antecedentes:** Assistir televisão é o comportamento sedentário mais relatado nos países desenvolvidos e em desenvolvimento. No México, 70% da população está com sobrepeso e obesidade. Estudos anteriores realizados na população mexicana relataram associações entre assistir televisão e obesidade. **Objetivos:** Caracterizar o tempo em frente à televisão por categorias de índice de massa corporal e presença de obesidade abdominal em adultos de três municípios de Morelos. **Métodos:** Foram analisados dados de 1.870 adultos recrutados em um estudo de rastreamento do diabetes e suas complicações em três municípios do estado de Morelos. A altura e a massa corporal foram medidas para calcular o IMC (OMS) e a circunferência da cintura para verificar a presença de obesidade abdominal (IDF). Foi perguntado sobre o tempo médio diário em frente à televisão nos 7 dias anteriores à pesquisa. As opções de resposta foram de “Nada” a “Mais de 9 horas por dia”. A variável foi categorizada em 2 horas como ponto de corte. As proporções de pessoas que assistem televisão por mais de duas horas foram estimadas, por categoria de IMC e pela presença de obesidade abdominal, por meio de modelos de regressão logística multinominais brutos e ajustados. **Resultados:** Dos adultos analisados, 50,5% assistem televisão por mais de duas horas durante a semana ou nos finais de semana. Apenas 19,8% têm peso normal e 11,8 não têm obesidade abdominal. A porcentagem de adultos que assistem televisão por mais de duas horas em qualquer dia da semana é maior em pessoas com sobrepeso e obesidade em comparação com pessoas com peso normal, com tendência estatisticamente significativa. Não foram observadas diferenças de obesidade abdominal. **Conclusões:** Assistir duas horas ou mais de televisão por dia está associado à presença de sobrepeso e obesidade, mas não à obesidade abdominal. **Relevância:** Este estudo fornece evidências na população mexicana sobre a associação entre comportamentos sedentários e sobrepeso e obesidade. No momento, as evidências sobre essa associação são escassas na América Latina.

**Palavras chave:** Sedentário, Obesidade, população mexicana.

**Código resumo:** 171



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# IMC atividade física e força de preensão manual em novos alunos do Bacharelado em Nutrição

## AUTORES

Mariana Echeverria Cruz, Amairany Guadalupe Cimé Canto, Misael Samuel Gómez Paredes, Delia Juliana Sansores España, Rosa Isela Nava Camacho, Rubén Andrés Gutiérrez González, Ramsés Rosado Solís

Universidad Modelo - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[marianaecheverria.cruz@hotmail.com](mailto:marianaecheverria.cruz@hotmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):50

**Antecedentes:** A mudança do ensino médio para a universidade pode representar mudanças no estilo de vida do aluno devido à carga acadêmica envolvida. Isso pode afetar o aumento do índice de massa corporal (IMC) e a diminuição dos níveis de atividade física (Af) e o impacto no seu estado de saúde. Na mesma linha, a força de preensão da mão (FPM) é um preditor precoce de risco cardiometabólico. A força de preensão da mão será determinada pelo tipo de atividade física realizada. **Objetivos:** Avaliar o IMC, a AF e a FPM em estudantes do primeiro ano do curso de Nutrição da Universidade Modelo de Mérida, Yucatan. **Métodos:** O estudo foi observacional, transversal, prospectivo, descritivo, que incluiu uma amostra não probabilística por conveniência de alunos matriculados no primeiro semestre do Bacharelado em Nutrição no período de agosto a dezembro de 2019, sem diagnóstico de doença crônica ou patologias que afetem seus membros, amputações, mulheres não grávidas e que assinaram o termo de consentimento informado. Foram mensurados o peso e a estatura e o IMC foi calculado, a FPM foi avaliada com um dinamômetro Takei 5401 e a atividade física foi determinada usando o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). O IMC foi classificado de acordo com a OMS e a força de preensão de acordo com Bustos-Viviescas (2018). Foi realizada estatística descritiva e correlação de Pearson para análise dos dados, utilizando o software SPSS versão 20. **Resultados:** 5 sujeitos foram incluídos, 65,7% eram mulheres. A idade média foi de  $19,3 \pm 1,4$  anos, altura  $1,60 \pm 0,11$  metros, FPM  $27,9 \pm 11,2$  kg e os minutos médios de AF foram de 600 nos últimos 7 dias. 51,4% tinham IMC normal, 5,1% abaixo do peso e 42,9% estavam acima do peso. Em relação à AF, 5,7% foram baixos, 14,3% moderados e 80% altos. 45,7% apresentavam FPM ruim ou ruim, 20% regular e 34,4% era bom, muito bom ou excelente. Foi encontrada correlação entre a FPM e o peso ( $r = 0,792, p < 0,001$ ), altura ( $r = 0,744, p < 0,001$ ), IMC ( $r = 0,557, p = 0,001$ ), minutos de AF por semana ( $r = 0,441, p = 0,008$ ) e idade dos participantes ( $r = 0,391, p = 0,020$ ). **Conclusões:** Embora 80% dos estudantes relatassem atividade física alta, 45,7% apresentavam deficiência ou falta de FPM e 42,9% apresentavam sobrepeso. **Relevância:** Além da importância da atividade física no IMC, é importante avaliar a FPM como preditor de risco cardiovascular.

**Palavras chave:** IMC, Atividade física, Força preënsil.

**Código resumo:** 50



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**

# Confiabilidade e validade do questionário SIT-Q-7d em espanhol para adultos



## AUTORES

Ana Angélica García García, Susana Andrade, Angélica Ochoa Avilés, Diana Morillo Argudo

Universidad de Cuenca - Ecuador.

## CORRESPONDÊNCIA

[ana.garciag@ucuenca.edu.ec](mailto:ana.garciag@ucuenca.edu.ec)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):51

**Antecedentes:** Medidas confiáveis e válidas de comportamento sedentário são cruciais na pesquisa científica para determinar possíveis riscos à saúde e estabelecer intervenções eficazes. **Objetivos:** Avaliar a confiabilidade e a validade de um questionário auto-relatado para determinar o tempo sedentário e em domínios específicos, em adultos de língua espanhola, com base no SIT-Q-7d (Questionário de comportamento sedentário dos últimos 7 dias). **Métodos:** Um estudo de validação foi realizado em 130 adultos (66 enfermeiros de um hospital e 64 funcionários administrativos de uma universidade) em Cuenca-Ecuador. Foi aplicado o questionário SIT-Q-7d, traduzido para o espanhol e revisado por dois especialistas antes de sua aplicação. Para avaliar a confiabilidade, o questionário foi aplicado em duplicado a 66 enfermeiros, com diferença de três a seis semanas entre a primeira e a segunda aplicação. A confiabilidade teste-reteste dos diferentes itens do questionário foi analisada pelo coeficiente de correlação intraclasse (ICC). Para avaliar a validade, os funcionários administrativos (n = 64) usaram acelerômetros triaxiais Actigraph wGT3X-BT sete dias antes da aplicação do questionário. A concordância entre o critério de validação e o questionário foi avaliada com o coeficiente de correlação de Spearman. **Resultados:** A confiabilidade do teste-reteste para o tempo total sedentário autorreferido foi moderada (ICC = 0,56, IC 95%: 0,25-0,74). O ICC para domínios específicos como: alimentação, transporte, trabalho, em frente à tela (assistindo TV ou usando o computador de maneira não ocupacional) e outras atividades (leitura, tarefas domésticas, ouvindo música) variaram entre 0,32 e 0,77. Os domínios com maior confiabilidade foram: tempo de leitura sedentário (CCI: 0,77, IC 95%: 0,62-0,86) e tempo sedentário ocupacional (CCI: 0,70, IC 95%: 0,50-0,82). O tempo de sono apresentou boa confiabilidade (CCI: 0,70, IC95%: 0,49-0,82). A correlação de Spearman entre o tempo sedentário total referido e o medido pelo acelerômetro foi moderada ( $\rho = 0,31$ ,  $p = 0,04$ ). **Conclusões:** O questionário de autorrelato de comportamento sedentário mostra confiabilidade e validade aceitáveis. Este questionário é útil para obter informações sobre o contexto de comportamento sedentário em adultos de língua espanhola e, especialmente, se você deseja aprofundar o ambiente ocupacional. **Relevância:** Inúmeros questionários estão disponíveis para medir comportamentos sedentários, mas a maioria deles não foi traduzida para o espanhol ou adaptada à realidade latino-americana. Além disso, o questionário SIT-Q-7d está atualmente sendo amplamente utilizado em investigações epidemiológicas, porém poucos estudos analisaram sua validade de critérios.

**Palavras chave:** Sedentário, Questionário, Acelerômetro, Validade, Confiabilidade.

**Código resumo:** 33



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Validade e reprodutibilidade do IPAQ versão longa e MTPAQ em uma subamostra de professoras

## AUTORES

Catalina Medina Garcia, Adriana Monge,  
Edgar Denova Martin Lajous, Ruy López,  
Simón Barquera, Isabelle Romieu

Instituto Nacional de Salud Pública - México.

## CORRESPONDÊNCIA

*catalina.medina@insp.mx*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):52

**Antecedentes:** Como a atividade física é um forte fator de risco para DCNTs e mortalidade, esse fator é medido na maioria das pesquisas de saúde por meio de um questionário. Portanto, é importante conhecer sua reprodutibilidade e validade. **Objetivos:** Os. Objetivos foram determinar a reprodutibilidade e a validade do Questionário de Atividade Física de Professores Mexicanos (MTPAQ) e da versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ-vl) em uma subamostra de professoras mexicanas da coorte de professoras mexicanas (MTC). **Métodos:** No total, 99 professoras de dois estados foram entrevistadas e visitaram o centro de avaliação. As medidas antropométricas e de atividade física foram coletadas. Os níveis de atividade física foram obtidos dos acelerômetros (2 medidas - meses 6 e 34), IPAQ-vl (5 medidas - meses 1, 3, 6, 9 e 12) e o MTPAQ (2 medidas - meses 1 e 36) durante 36 meses. Os acelerômetros foram utilizados por 7 dias consecutivos, no IPAQ-vl a pergunta sobre os níveis de atividade física moderada-vigorosa (AFMV) da última semana divididos em 4 domínios e o MTPAQ pergunta sobre os níveis de AFMV em tempo livre, trabalho e Tempo sentado nos últimos 12 meses. Os minutos/semana do AFMV foram estimados para cada instrumento. Variáveis que não apresentaram distribuição normal foram transformadas por meio de logaritmos. Correlações de Pearson foram feitas para determinar a relação entre os instrumentos. Por fim, foi realizado um ajuste de atenuação das correlações de validação usando o método Willet, et al. **Resultados:** A correlação entre as duas medidas do acelerômetro foi modesta nos minutos/ksemana do AFMV ( $r = 0,64$ ). Foi observada uma correlação modesta entre os minutos AFMV/semana do MTPAQ e o IPAQ-vl (intervalo:  $r = 0,36$  e  $r = 0,64$ ). Os minutos de AFMV/semana da média do MTPAQ e da média do IPAQ-vl apresentaram baixa correlação quando comparados com a média dos minutos de AFMV/semana dos acelerômetros ( $r = 0,21$  e  $r = 0,27$ , respectivamente). No entanto, essa correlação foi maior ao usar a configuração de atenuação ( $r = 0,32$  e  $r = 0,41$ , respectivamente). **Conclusões:** O MTPAQ e o IPAQ-vl são instrumentos confiáveis e pouco válidos em comparação aos acelerômetros. **Relevância:** Nos países latino-americanos, os questionários são os instrumentos mais utilizados para medir a atividade física. Isso ocorre porque. Métodos. Objetivos, como acelerômetros, geralmente são muito caros e pouco acessíveis. Portanto, é importante conhecer a reprodutibilidade e validade desses instrumentos em nossas populações.

**Palavras chave:** Validade, Reprodutibilidade, Mulheres, Questionários, México.

**Código resumo:** 161



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# O instrumento informatizado online de recall de atividades físicas ACT24 e o potencial para uma versão em espanhol

## AUTORES

David Berrigan, Pedro Saint Maurice, Charles E. Matthews

US National Cancer Institute - Estados Unidos;

## CORRESPONDÊNCIA

berrigad@nib.gov

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):53

**Antecedentes:** Há um interesse renovado no uso do tempo em 24 horas e na recuperação da atividade física (AF) online na pesquisa em saúde. Os recalls de vinte e quatro horas podem fornecer estimativas mais precisas do tempo gasto em comportamentos complexos e intermitentes do que os questionários, além de fornecer ricos detalhes contextuais. Esses recursos suportam um interesse recente durante o dia todo, incluindo sono, sedentarismo e AF leve e moderada. **Objetivos:** O objetivo desta apresentação é apresentar as atividades online em inglês recém-atualizadas, concluídas ao longo do tempo em 24 horas (ACT24), habilitadas para smartphones/computadores e recordar o dia anterior, discutindo a tradução e adaptação deste instrumento para uso na América Latina. **Métodos:** Descrevemos a versão atualizada do instrumento ACT24, um estudo de validação passado em 800 idosos americanos. Também relatamos os. Resultados do NORC AmeriSpeak Panel, uma amostra nacionalmente representativa de adultos nos EUA, onde 2.500 participantes concluíram o recall duas vezes durante o outono de 2019. Para completar, os entrevistados selecionaram entre 175 atividades, organizadas em 14 categorias principais, como: “Lazer, relaxamento, atividades sociais”, “Compras, recados e compromissos” e “Ocupação, trabalhando mediante pagamento”. Perguntas adicionais abordaram características demográficas, características do sono, altura e peso. **Resultados:** Os estudos de validação do ACT24 indicam alta validade na estimativa do gasto total de energia em comparação com estimativas baseadas em água duplamente rotulada e estimativas precisas da quantidade de tempo gasto sentado e em diversos comportamentos ativos. Os primeiros. Resultados deste estudo do painel de 2019 incluem respostas válidas contendo 5 ou mais atividades relatadas, em um tempo maior que o de 22 horas dos 75% dos entrevistados, além de 15 a 20 minutos de tempo de conclusão por recall. Planejamos uma série de análises abordando tempo sedentário, AFMV, gasto de energia e caminhada. Uma visão geral desses. Resultados será apresentada na conferência. **Conclusões:** Os recalls do dia anterior são um complemento valioso para perguntas de pesquisa padronizadas e baseadas em dispositivos para medir a quantidade e o tipo de atividade física. Eles são particularmente úteis para avaliar o contexto social e ambiental da AF. Recordações únicas podem produzir estimativas válidas da AF de nível de grupo e várias recordações por pessoa podem produzir estimativas válidas de variações dentro e entre pessoas da AF. Essas ferramentas podem ser muito úteis em países com crescente uso de smartphones e um mix diversificado e mutável de atividades físicas ocupacionais, domésticas, de transporte e de lazer que podem ser difíceis de capturar com outras abordagens. **Relevância:** A apresentação proposta ilustra os avanços nas ferramentas de medição de atividade física que podem ser adaptadas para seu uso nos países americanos.

**Palavras chave:** Tempo de uso, 24 horas, Adaptação.

**Código resumo:** 47



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Adaptação e confiabilidade da ferramenta SOPLAY em estudantes de uma cidade dos Andes equatorianos

## AUTORES

Angélica María Ochoa Avilés, Ana Angélica García García, Rosa Adriana Pintado Vallejo, Mercedes Cárdenas Contreras, Samuel Escandón Dután, María Augusta Hermida Palacios

Universidad de Cuenca - Ecuador.

## CORRESPONDÊNCIA

[angelica.ochoa@ucuenca.edu.ec](mailto:angelica.ochoa@ucuenca.edu.ec)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):54

**Antecedentes:** Um estilo de vida ativo e saudável deve começar cedo. Nos últimos anos, a inatividade física entre as crianças aumentou em todo o mundo, como resultado, doenças crônicas não transmissíveis matam 41 milhões de pessoas por ano, o equivalente a 71% de todas as mortes no mundo. As escolas são locais-chave para promover a atividade física, pois as crianças passam longos períodos nelas; é crucial compreender se o ambiente construído na escola incentiva ou limita a atividade física. **Objetivos:** Avaliar a confiabilidade da adaptação de ferramenta digital para a observação direta da atividade física e das características ambientais associadas a situações específicas de jogo livre em escolas andino-equatorianas que frequentadas meninos e meninas. **Métodos:** O estudo foi realizado em duas escolas urbanas localizadas em Cuenca-Ecuador em 2018. Foi aplicada uma ferramenta internacional Sistema de Observação de Atividades Lúdicas e de Lazer em Jovens (SOPLAY). No total, foram observadas 54 áreas diferentes das escolas, ao longo de duas técnicas diferentes: manual e digital. Dois observadores independentes aplicaram as duas técnicas simultaneamente nas áreas-alvo selecionadas. A estrutura do SOPLAY foi validada transculturalmente, usando as normas baseadas em consenso para a seleção de instrumentos de medida de saúde (COSMIN). A consistência inter-examinadores para cada método de coleta de dados foi testada pelos coeficientes kappa e coeficientes de correlação intraclasse (ICC). Os Resultados de ambos os. Métodos foram comparados. **Resultados:** Para a versão digital, os acordos interobservadores dos coeficientes kappa para as cinco variáveis contextuais (acessibilidade, usabilidade, presença de supervisão, presença de atividade organizada e fornecimento de equipamentos) variaram de 96,4% a 100%, enquanto a versão manual foi de 96,7% a 99,7%. Além disso, para o gasto total de energia, as correlações intraclasse atenderam a critérios aceitáveis nos dois. Métodos (Digital: 0,99, IC 95%: 0,99-0,99; Manual: 0,98, IC 95%: 0,98-0,99). Resultados semelhantes foram encontrados para o gasto energético de meninas e meninos, separadamente. **Conclusões:** Ambos os. Métodos tiveram uma confiabilidade interavaliadores muito boa, mas a versão digital apresentou melhores. Resultados. Portanto, poderia ser uma alternativa substituir o uso de papel e economizar recursos na coleta e análise de dados. **Relevância:** Foi obtida uma metodologia confiável para a cidade de Cuenca (Ecuador), que poderia garantir. Conclusões cientificamente válidas não apenas para esta cidade, mas também para outras com características semelhantes, no Equador e na América Latina.

**Palavras chave:** Ferramenta SOPLAY, Adaptação, Crianças, Atividade Física.

**Código resumo:** 141



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Comparação entre Realização, Intensidade e Preferência de Atividade Física entre os gêneros em Três Escolas do Sabana Centro 2018-2019

## AUTORES

Karold Tatiana Chacón Garnica, María José España Pineda

Universidad de la Sabana - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

karold.chacon@umisabana.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):55

**Antecedentes:** Segundo a Pesquisa Nacional de Situação Nutricional (ENSIN) da Colômbia, há uma diferença de 13,4% entre o cumprimento das recomendações de atividade física em crianças entre 13 e 17 anos, sendo maior nos homens (18,7%) do que nas mulheres (7,6%). Esses dados são preocupantes porque a igualdade de gênero deve ser garantida e, assim, impedir o desenvolvimento de doenças crônicas em crianças em idade escolar. **Objetivos:** Objetivo Geral - Comparar os parâmetros de atividade física realizados entre meninas e meninos de três escolas de Sabana Centro, 2018-2019. Objetivos específicos - Medir os hábitos de vida saudáveis por meio da Ferramenta para medir a estratégia de hábitos de estilo de vida em saúde em crianças em idade escolar (HM-HVS- ESC) entre a quarta e a sexta séries de três escolas de Sabana Centro, 2018-2019. Analisar os padrões de realização, intensidade e preferência da Atividade Física por gênero nos Três Colégios de Sabana Centro, 2018-2019. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo comparativo transversal, em que foi aplicada uma ferramenta para medir a estratégia de hábitos de vida em saúde em escolares (HM-HVS-ESC) validada na Colômbia por Carvajal et al. em 2018, em 537 meninos e meninas da quarta, quinta e sexta séries de três escolas da região de Sabana Centro, na Colômbia. Levando em consideração a realização, intensidade e preferência da Atividade Física, fazendo uma comparação entre os gêneros. **Resultados:** Na distribuição por gênero, 55% eram homens e 45% mulheres. 92% das meninas e 90% dos meninos praticam algum tipo de atividade física, principalmente em idades entre 8 e 12 anos. O tipo de atividade física, entre 8 e 9 anos, está associado à rotina diária e, dos 9 aos 12 anos, está associado às atividades competitivas em homens e mulheres. **Conclusões:** Essa comparação permite afirmar que não há diferenças entre a realização de atividade física entre meninos e meninas participantes do estudo, embora seja evidente que os meninos praticam atividades esportivas e de competições, e as meninas praticam atividades esportivas, artísticas e associadas à rotina. **Relevância:** Analisar as semelhanças e/ou diferenças dos parâmetros de atividade física em escolares de três escolas colombianas, a fim de garantir um nível de bem-estar equilibrado no presente e no futuro dos escolares.

**Palavras chave:** Atividade física, Gênero, Escola.

**Código resumo:** 132



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Prevalência de comportamentos de riscos à saúde entre mulheres universitárias da cidade de Brasília-Brasil

## AUTORES

Luciana Monteiro Zaranza, Mayara Parente Vinnie Souza Soares, Leonardo Contiero Chagas, Milenne Spinola da Silva, Divina Marcia Oliveira Soares, Esther Silva Oliveira, Juliana Toledo Oliveira, Suelene Andrade da Silva Montalvão, Andrea Ramirez Varela

Centro Universitário do Distrito Federal - Brasil.

## CORRESPONDÊNCIA

lucianazaranza@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):56

**Antecedentes:** As doenças crônicas não transmissíveis se tornaram a principal causa de morte e deficiência para mulheres em quase todos os países do mundo, nos países de baixa e média renda, inclusive o Brasil, onde as mulheres apresentaram altas taxas de mortalidade para doença cardiovascular, isquêmica do coração e cerebrovascular. Assim, ações de promoção da saúde em todas as regiões do mundo contribuirá para uma melhor qualidade de vida. **Objetivos:** Analisar a prevalência de comportamentos de riscos entre mulheres universitárias; e determinar a associação entre a prática de atividade física e os hábitos de vida saudáveis. **Métodos:** Estudo transversal com uma amostra representativa de 1.500 mulheres universitárias da região centro-oeste do Brasil. O estudo utilizou um questionário autoaplicável sobre hábitos de vida relacionados à saúde durante o ano de 2017. Todas as questões foram obtidas através do inquérito sobre a Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas (VIGITEL). A regressão logística e análise de correspondência múltipla foram utilizadas. **Resultados:** As mulheres apresentaram idade entre 20 e 29 anos (n=965 / 64,3%), não atingiram a recomendação de 150 minutos ou mais de atividade física moderada por semana (n=727 / 48,4%), usavam álcool (n=986 / 65,7%), e tiveram excesso de peso (n=508 / 33,8%). Participantes fisicamente ativas consumiram mais frutas (p <0,01), salada (p<0,01) e vegetais/verduras (p<0,01), enquanto participantes fisicamente inativas consumiram mais refrigerantes (p = 0,05), carne com gordura visível (p = 0,04) e leite com gordura (0,04). As mulheres fisicamente inativas também apresentaram maior prevalência de diabetes mellitus (p<0,01), colesterol elevado (p<0,01) e dislipidemia (p = 0,04). **Conclusões:** As universitárias apresentaram alta prevalência de fatores de risco e de doenças crônicas, as quais poderiam ser prevenidas em parte se a recomendação de atividade física fosse atingida. Há uma necessidade de implementação de políticas públicas de saúde para promover a prática de estilos de vida saudáveis e diminuir os fatores de risco para as DCNT na população jovem de universitárias no Brasil. **Relevância:** O conhecimento sobre o comportamento de saúde no ambiente universitário irá alertar os estudantes para a importância em realizar mais atividade física, diminuindo assim, os riscos à saúde.

**Palavras chave:** Epidemiologia, Universitárias, Promoção da saúde, Atividade física.

**Código resumo:** 106



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud





# Atividade física, horas de sono, dieta e tempo em frente à tela entre adolescentes na Cidade do México

## AUTORES

Gabriela Argumedo Garcia, Fiona Gillison,  
Thomas Curran, Martyn Standage

University of Bath – UK.

## CORRESPONDÊNCIA

[gabriela.argumedo@bath.edu](mailto:gabriela.argumedo@bath.edu)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):57

**Antecedentes:** Uma dieta saudável, horas adequadas de sono, nível adequado de atividade física e tempo limitado em frente à tela contribuem para a saúde dos adolescentes. No México, há evidências de que uma alta proporção de adolescentes leva estilos de vida com risco de obesidade. **Objetivos:** O objetivo deste estudo é apresentar os. Resultados parciais de um grande estudo transversal, incluindo: (1) descrever atividade física, dieta, tempo em frente à tela e comportamentos de sono em adolescentes de 13 a 15 anos na Cidade do México; (2) identificar a proporção que atende às recomendações das diretrizes para a saúde. **Métodos:** Uma amostra de 172 adolescentes que frequentam cinco escolas secundárias na Cidade do México participou do estudo. Os participantes completaram uma pesquisa on-line para medir o tempo e a dieta da tela e usaram um acelerômetro (ActiGraph GT3X e GT3X+) por sete dias para monitorar o sono e a atividade física. Uma estatística descritiva foi calculada. **Resultados:** Dados válidos do acelerômetro foram obtidos, a partir de 131 participantes. Os dados do acelerômetro mostraram M = 46,33 minutos por dia em atividade física moderada a vigorosa (AFMV) e M = 8,1 horas de sono ininterrupto por noite. Os participantes relataram M = 6,7 horas por dia de tempo em frente à tela e um consumo frequente de alimentos ricos em energia e açúcar (suco M = 4,54 porções por semana, refrigerante M = 3,97, batatas fritas, M = 3,00, doces M = 3,72, frituras M = 2,62). da mesma forma, foi relatado um consumo frequente de alimentos de baixa energia e baixo teor de açúcar (verduras M = 4,50, verduras M = 5,03, verduras M = 5,70, frutas = 6,08, alternativas de carne M = 4,75). Uma grande proporção de participantes não acumulou 60 minutos de AFMV por dia (77,2%) e excedeu duas horas de tempo de tela por dia (99,1%). Os 37,8% dos participantes dormiram menos de 8 horas por noite e apenas 3,7 dormiram 10 ou mais horas por noite. **Conclusões:** Os comportamentos no estilo de vida precisam ser melhorados entre os adolescentes mexicanos. **Relevância:** Dada a alta prevalência de obesidade entre crianças e adolescentes que vivem na região da América Latina, é essencial estudar comportamentos de saúde relacionados ao peso, a fim de encontrar estratégias para lidar com esses comportamentos. Os Resultados deste estudo se somam à literatura na avaliação de comportamentos de movimento, usando dados de acelerômetros entre adolescentes residentes em um país latino-americano.

**Palavras chave:** Atividade física, Tempo de tela, Sono, Dieta.

**Código resumo:** 136



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Diferenças de sexo na associação entre tempo sentado e padrões alimentares Um inquérito na Cidade do México de 2015

## AUTORES

Cecilia Isabel Oviedo Solís, César Hernández Alcaraz, Néstor Alonso Sánchez Ortiz, Nancy López Olmedo, Alejandra Jáuregui, Catalina Medina, Simón Barquera

Centro de Investigación en Nutrición y Salud  
Instituto Nacional de Salud Pública - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[cioviedo@outlook.com](mailto:cioviedo@outlook.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):58

**Antecedentes:** Comportamentos sedentários, como o tempo sentado, podem comprometer a saúde das populações, substituindo o tempo gasto em atividade física e também associar a maus comportamentos alimentares, como lanches. Isso pode contribuir para um padrão alimentar não saudável e essa associação pode diferir entre homens e mulheres. **Objetivos:** Avaliar a associação do tempo sentado com os padrões alimentares e se essa associação é diferente entre homens e mulheres adultos residentes da Cidade do México. **Métodos:** Utilizamos dados de uma pesquisa representativa em toda a cidade, realizada entre maio e junho de 2015 na Cidade do México. As informações autorreferidas sobre minutos/dia de tempo sentado foram coletadas usando a versão curta do International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). As informações alimentares foram coletadas usando um questionário de frequência alimentar e os padrões foram construídos por análise de agrupamento. A associação entre tercis sentado minutos/dia e padrões alimentares foi avaliada com modelos logísticos multinomiais multivariáveis. As interações foram testadas quanto ao tempo de sentar e sexo. **Resultados:** Foram identificados padrões alimentares de fast food, dietas rigorosas e dietas de base, sendo que houve maior consumo de de fast food e menor de dietas rigorosas (38,4% vs. 26,0%). O fast food e as dietas de base tiveram uma maior contribuição para a energia total de alimentos com alta densidade de energia (ou seja, cereais açucarados, alimentos à base de milho, tortilhas de milho, legumes). O padrão da dieta rigorosa foi caracterizado pela maior contribuição de alimentos saudáveis (ou seja, laticínios sem açúcar, oleaginosas, vegetais). Embora não tenha sido observada associação com toda a amostra, homens e mulheres, no tercil mais alto do tempo sentado, apresentaram menor (RRR = 0,17) e maior (RRR = 5,87) probabilidade relativa de ter uma dieta de base e não uma dieta rigorosa, respectivamente. **Conclusões:** Comportamentos sedentários, como o tempo sentado, contribuem de maneira diferenciada para padrões alimentares não saudáveis em homens e mulheres que vivem em contextos urbanos, como a Cidade do México. **Relevância:** Não há nenhum trabalho anterior sobre essas associações na população mexicana. Ambos, comportamentos sedentários e dietas pouco saudáveis estão, provavelmente, contribuindo para a epidemia de obesidade e doenças crônicas em cidades latino-americanas como a Cidade do México.

**Palavras chave:** Tempo sentado, Padrões alimentares, Sexo.

**Código resumo:** 78



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Relação entre indicadores de atividade física e desempenho acadêmico em escolares de 49 países, Estudo Ecológico

## AUTORES

William Xavier Rivera Villa

Universidad de Cuenca - Ecuador.

## CORRESPONDÊNCIA

[william.rivera@ucuenca.edu.ec](mailto:william.rivera@ucuenca.edu.ec)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):59

**Antecedentes:** A relação entre AF e desenvolvimento cognitivo foi estabelecida em estudos com amostras populacionais, no entanto, a magnitude dessa relação não considerou outros fatores influentes a nível nacional. **Objetivos:** Avaliar a relação entre desempenho acadêmico com as variáveis de aptidão física, escola, atividade física geral, jogo ativo e esporte organizado em nível nacional por meio de um estudo ecológico. **Métodos:** Os dados foram obtidos por meio do relatório da Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA), iniciativa que auxilia no monitoramento e vigilância da AF. Especificamente foram avaliadas as variáveis de Aptidão Física, Escola, Atividade Física Geral, Jogo Ativo, Esporte Organizado e Atividade Física. Quanto às notas sobre o desempenho acadêmico, estas foram obtidas a partir dos testes do PISA, que é um estudo comparativo que avalia os resultados dos sistemas educacionais. Modelos de regressão linear e gráficos de dispersão foram aplicados para avaliar a relação entre o desempenho acadêmico com os indicadores AHKGA. **Resultados:** Foram incluídas informações de 49 países, principalmente países desenvolvidos. O desempenho acadêmico mostrou relação direta com a variável escolar ( $\beta = 141,19$ ), ou seja, enquanto os indicadores de aplicação de políticas públicas em atividade física melhorarem, os escores dos testes do PISA também melhorarão. Enquanto para as variáveis atividade física geral, aptidão física, jogo ativo, esporte organizado, aparentemente não há relação linear com o desempenho acadêmico. **Conclusões:** É evidente que, no nível do país, o desempenho acadêmico é definido por qualquer política, fatores organizacionais (por exemplo, infraestrutura, responsabilidade pela implementação de políticas) ou fatores do aluno (por exemplo, opções de atividade física com base na idade, gênero ou etnia) no ambiente escolar que pode influenciar as oportunidades de atividade física e a participação de crianças e jovens. **Relevância:** Este estudo ajuda a entender a relação entre diversas variáveis da Atividade Física com o desempenho acadêmico, este é um dos poucos estudos na América Latina e, além de ser um tópico inovador, pode servir de base para estudos prospectivos sobre as diversas variáveis que podem melhorar o desempenho acadêmico em crianças latino-americanas.

**Palavras chave:** Desempenho Acadêmico, Atividade Física, Relacionamento.

**Código resumo:** 127





# Significados sobre a atividade física em escolares de 8 a 12 anos

## AUTORES

Luisa Fernanda Moscoso Loaiza

Fundación Universitaria Sanitas - Colombia -  
Colômbia.

## CORRESPONDÊNCIA

lfmoscosol@unal.edu.co

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):60

**Antecedentes:** A atividade física em crianças ocorre em diversos contextos, como clubes esportivos, atividades organizadas por adultos e brincadeiras informais; o que leva a que os determinantes da atividade física sejam diferentes para cada contexto. Na Colômbia, o cumprimento das recomendações de atividade física em crianças entre 5 e 12 anos de idade é baixo; em média, apenas 31,1% praticam algum tipo de atividade física, sendo maior a proporção de realização em crianças do sexo masculino (35,8%) em relação ao sexo feminino (26%). Os determinantes do processo de adoção de comportamentos saudáveis em crianças têm sido estudados com base nas percepções dos pais, omitindo a percepção dos filhos. **Objetivos:** Reconhecer os significados expressos pelos escolares de 8 a 12 anos, em relação à experiência de adoção dos comportamentos saudáveis de atividade física. **Métodos:** Estudo qualitativo, utilizando a Teoria Visual Fundamentada, sob a metodologia de Corbin e Strauss, onde foram analisados dados resultantes do método de entrevistas em profundidade e dados visuais a partir de desenhos. Participaram 66 crianças de três escolas de Bogotá-Colômbia. **Resultados:** A categoria intitulada “Realizo movimentos e tenho cuidados porque sou feliz e compartilho com os outros”, reúne os aspectos positivos que as crianças identificam após a prática de atividade física, onde a relação de mão dupla estabelecida entre movimento e saúde, na qual o movimento ocorre como resultado de um ótimo estado de saúde, pois através disso o corpo é fortalecido, especificamente os músculos, ossos e coração. No nível mental, o movimento ajuda a concentração, gerando relaxamento ao distrair e libertando a mente das preocupações, porque gera sentimentos e emoções positivas, como felicidade, alegria e o bom gosto e prazer pela atividade realizada. **Conclusões:** O estabelecimento de comportamentos saudáveis em crianças em idade escolar entre 8 e 12 anos, em relação à atividade física, é um processo que ocorre graças à interação social da criança com o ambiente. **Relevância:** Esta pesquisa oferece ferramentas para a prática da enfermagem escolar, que os enfermeiros devem fortalecer participando não apenas na solução dos problemas cotidianos associados à saúde das crianças, mas também na promoção da atividade física.

**Palavras chave:** Saúde da Criança, Comportamento, Atividade Física, Enfermagem.

**Código resumo:** 150



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Influência sociocultural na atividade física e no comportamento sedentário de crianças em idade escolar: análise de um caso fronteiriço

## AUTORES

César Corvos Hidalgo, Milca Sosa, Héctor Azpiroz, Carlos Ferreira, Juan Viñas, Átila Trapé, Javier Sayavera

Universidad de la República - Uruguai.

## CORRESPONDÊNCIA

[upel.fisiologia@yahoo.com](mailto:upel.fisiologia@yahoo.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):61

**Antecedentes:** Atualmente, alguns determinantes do microambiente podem estar associados ao nível de atividade física dos jovens. Poucos estudos têm analisado os determinantes socioculturais que influenciam o nível de atividade física em jovens (Jaeschke et al., 2017). É importante destacar a singularidade de cidades fronteiriças como Rivera (Uruguai) e Santana do Livramento (Brasil) que compartilham o mesmo espaço, mas com normas e culturas diferentes, considerando os níveis de prática de atividade física durante o tempo livre em adultos de ambos países são semelhantes (Chrochemore et al., 2014; Brazo-Sayavera et al., 2018). O nível de atividade física e o comportamento sedentário do mais jovem seriam condicionados pelo país em que residem nos primeiros anos de vida? Destacando que o nível de atividade física em jovens pode diminuir a prevalência de doenças crônicas na vida adulta (Fernandes e Zanesco, 2010). Em relação ao comportamento sedentário em escolares do Uruguai, existem poucos estudos, representando um desafio para o país em termos de produção de conhecimento. **Objetivos:** Analisar o tempo de atividade física e comportamento sedentário em escolares de acordo com o país de nascimento. **Métodos:** Foram selecionados 69 escolares de 6 a 10 anos de uma instituição privada de Rivera (Uruguai), cujo país de nascimento fosse Brasil ou Uruguai. Foi utilizado o questionário SAYCARE para relatar a quantidade de tempo em minutos de atividade física e comportamento sedentário. Os minutos diários de atividade física e comportamento sedentário foram analisados pelo teste de Mann-Whitney. **Resultados:** 30% dos participantes nasceram no Brasil. Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas no tempo médio diário de atividade física, dependendo do país de nascimento (89,01±75,29 vs. 101,13±61,02 minutos; Brasil e Uruguai, respectivamente). No entanto, foram observadas diferenças significativas no tempo médio diário das atividades de comportamento sedentário (95,95±41,27 vs. 69,46±38,21 minutos; Brasil e Uruguai, respectivamente). **Conclusões:** Os escolares do presente estudo nascido no Brasil apresentaram menor tempo diário de atividade física e significativamente mais tempo de atividades de comportamento sedentário do que os escolares nascidos no Uruguai. **Relevância:** Essas descobertas, além de adicionar nova informação sobre esse assunto na região, podem ser relevantes para as regiões da América Latina que têm fronteiras abertas

**Palavras chave:** Infância, Determinantes, Saúde.

**Código resumo:** 71



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Iniciativa comunitária com enfoque de gênero na atividade física em estudantes de uma telesecundaria do estado de Puebla

## AUTORES

Blanca Hernández Cruz, Margarita Márquez Serrano, Edtna Jauregui Ulloa, Santiago Henao Morán, Alejandra Jiménez Aguilar

Instituto Nacional de Salud Pública - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[fiblan@gmail.com](mailto:fiblan@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):62

**Antecedentes:** Inúmeros benefícios à saúde são atribuídos pela Atividade Física (AF); no entanto, a maioria da população em todo o mundo não atende às recomendações mínimas de AF referentes à sua idade e é na adolescência quando se tende a diminuir a Prática de AF, afetando mais mulheres que homens. No México, o mesmo padrão é seguido, já que a maioria da população estudantil entre 10 e 14 anos não atende à recomendação de 60 minutos diários de AF. **Objetivos:** Projetar, implementar e avaliar uma iniciativa para promover a atividade física com uma abordagem de gênero em estudantes de uma telesecundaria do estado de Puebla. **Métodos:** Estudo quase-experimental, abordagem mista e avaliação pré-pós iniciativa no mesmo grupo. A iniciativa foi projetada usando a metodologia Mapeamento de Intervenção (MI) e com base na Teoria Social Cognitiva. Foram avaliados o conhecimento, a autoeficácia, a expectativa de. Resultados, o gênero determinante na AF e a AF realizada na última semana na população estudantil. **Resultados:** Os. Resultados mostram que as estudantes apresentam baixa condição física, enquanto a maioria dos estudantes está em uma área de boas condições físicas. No caso da autoeficácia, foi encontrada diferença estatisticamente significativa ( $P < 0,05$ ). A expectativa de. Resultados e o questionário semanal de AF para adolescentes (PAQ-A) mostraram tendência a aumentar após a iniciativa, no entanto, não foi estatisticamente significativa. Em relação ao determinante gênero, o grupo participante inicialmente considerou que a AF deveria ser escolhida de acordo com o gênero e que os homens deveriam praticá-la mais, enquanto no final consideraram que deveria ser escolhida de acordo com o gosto e que é importante que ambos os gêneros a realizem. **Conclusões:** Coloca-se que a escola é um local ideal para promover AF na população adolescente e que a metodologia IM permite realizar uma iniciativa adaptada às necessidades da população. Além disso, é possível afirmar que os determinantes gênero e local de residência devem ser considerados para futuros programas ou intervenções que promovam a AF. **Relevância:** Demonstra-se a importância de realizar estudos mistos na promoção da AF e no desenho de iniciativas usando ferramentas sólidas como o IM, que permitem que a iniciativa seja adaptada de acordo com as necessidades da população. Além disso, evidencia-se que a abordagem de gênero é essencial no desenvolvimento de iniciativas e que seu número nas comunidades rurais deve ser aumentado.

**Palavras chave:** Atividade física, Mapeamento de intervenções, Autoeficácia, Gênero, Comunidade rural.

**Código resumo:** 124



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Barreiras e oportunidades estruturais para educação física de qualidade nas escolas primárias e secundárias do México

## AUTORES

Armando G. Olvera, Selene Pacheco Miranda, Emanuel Orozco Núñez, Alejandra Jáuregui de la Mota

Escuela de Salud Pública de México-Instituto Nacional de Salud Pública - México.

## CORRESPONDÊNCIA

*ciny40@insp.mx*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):63

**Antecedentes:** A aula de educação física (AEF) é o momento ideal para promover a atividade física (AF) entre crianças e adolescentes durante o horário escolar. Apesar dos benefícios da AF para a saúde, o desempenho acadêmico e a prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis, cerca de 80% das crianças e 35% dos adolescentes no México são fisicamente inativos. **Objetivos:** Identificar barreiras e oportunidades estruturais para a educação física de qualidade nas escolas primárias e secundárias do Sistema Nacional de Educação no México. **Métodos:** Realizamos um estudo qualitativo utilizando entrevistas semiestruturadas e grupos focais com tomadores de decisão do Ministério da Educação e Saúde e do Conselho Nacional de Cultura Física e Esporte (CONADE); e atores locais envolvidos no desenho e implementação das AEF em três estados do México. Realizamos análise de conteúdo com o software ATLAS.ti. **Resultados:** Foram identificadas as seguintes barreiras estruturais e oportunidades para AF. Barreiras: No nível nacional, as ações do CONADE se concentram no desenvolvimento do esporte e não são articuladas com a AEF, os gerentes das escolas geralmente priorizam outras atividades e/ou assuntos sobre o AEF. Na região sudeste, há predominância de falantes de língua e costumes indígenas e costumes na região. Oportunidades: O Ministério da Saúde tem experiência para promover AF no ambiente escolar, o CONADE possui materiais e equipamentos para promoção da atividade física e as direções das escolas controlam e lideram os Conselhos Técnicos da Escola e podem determinar os. Objetivos e as formas para a melhoria nas escolas. **Conclusões:** As barreiras identificadas denotam um quadro complexo para a educação física no México. No entanto, as oportunidades existentes podem ser maximizadas com estratégias de advocacia e campanhas de comunicação social para posicionar os benefícios da EF entre meninas, meninos e adolescentes. **Relevância:** Para nosso conhecimento, é o primeiro estudo a caracterizar as barreiras e oportunidades estruturais para a EF em nível nacional na América Latina. Os resultados podem levar à identificação de oportunidades para fortalecer a EF na região.

**Palavras chave:** Educação física, Atividade física, Educação básica.

**Código resumo:** 52



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Barreiras e facilitadores da atividade física em crianças pequenas que vivem na pobreza no México

## AUTORES

Ana Lilia Lozada Tequeanes

Instituto Nacional de Salud Pública - México.

## CORRESPONDÊNCIA

*cinys20@insp.mx*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):64

**Antecedentes:** Os primeiros 5 anos de vida apresentam forte relação com o desenvolvimento físico e mental na vida adulta. No entanto, no México não há informações sobre atividade física (AF) em crianças em idade pré-escolar. **Objetivos:** Explorar as barreiras e facilitadores para a prática de AF e comportamento sedentário em crianças pequenas (0 a 5 anos) que vivem em condições de pobreza no México. **Métodos:** Entrevistas semiestruturadas com mães ou cuidadoras de crianças. **Resultados:** A maioria das entrevistadas referiu a AF como algo saudável. Foi relatado falta de tempo para interagir com a criança para promover AF e desconhecimento das recomendações e benefícios sobre AF na infância (nível individual). Falta de guias para promover a AF em seus filhos e diferenças entre atividades fisicamente ativas entre meninos e meninas (nível sociocultural). No nível ambiental, a falta de espaços acessíveis, gratuitos e seguros para a AF infantil foi documentada. Por fim, os comportamentos sedentários apresentaram relação com as características de personalidade da criança e ao uso de tecnologias (como telefones celulares e tablets), já que estes são percebidos como parte do treinamento do seu filho no futuro. **Conclusões:** São necessários esforços em diferentes níveis, para modificar a inatividade física das crianças e destacar a importância de promover a AF desde os primeiros anos de vida. **Relevância:** Conhecer e entender o contexto sociocultural da prática de atividade física de crianças pequenas que vivem na pobreza no México contribui para o desenvolvimento e aprimoramento de intervenções focadas na promoção da prática de atividade nessa população.

**Palavras chave:** Atividade física, Pré-escolar, Qualitativa, Pobreza, México.

**Código resumo:** 154



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Desconforto psicológico e atividade física em mulheres

## AUTORES

Melissa Isabel Sigala Chavarría, Luis Eduardo Aguirre Rodríguez, Manuel Salvador Gonzalez Fernandez

Centro universitario de la costa - México

## CORRESPONDÊNCIA

[melissa\\_sigala@hotmail.com](mailto:melissa_sigala@hotmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):65

**Antecedentes:** atividade física é a via obrigatória de obter maiores níveis de satisfação com a imagem corporal e auto-estima global, assim como a maior responsabilidade pelo próprio corpo; em ativo como em não ativo, existe a insatisfação corporal. Eles apresentam numerosos sintomas somáticos, ansiosos e depressivos. **Objetivos:** Estimar o valor da atividade física em mulheres como fator protetor do sofrimento psicológico. **Métodos:** O presente estudo é uma pesquisa quantitativa, descritiva e transversal, aplicada em uma população de mulheres adultas. **Resultados:** 6% das mulheres participantes têm um IMC com peso insuficiente (peso menor que o correspondente à altura), 46% possuem uma medição normal, 25% indicam excesso de peso e 6% têm obesidade. As pontuações médias mostradas para os níveis de atividade física correspondem principalmente a 40% da categoria de ativos, seguida de moderadamente ativa sendo 35%. 72% das mulheres pesquisadas consideram não praticar bastante atividade física esportiva. Dentro das classificações de sofrimento psíquico avaliadas pela escala de Kessler, descobrimos que o menor percentual (11%) é de baixo desconforto, a percepção moderada se eleva (29%) e atinge seu valor mais alto (35%) na classificação de alto grau de desconforto, o nível muito alto de desconforto apresenta uma porcentagem menor em relação ao grau anterior (25%). **Conclusões:** Três quartos do grupo estudado são classificados como fisicamente ativos e moderadamente ativos, deixando uma parte da população categorizada inativa, coincidindo muito com Franco-Arévalo, de la Cruz-Sánchez e Feu, (2017), que em seu estudo eles descobriram que três quartos das mulheres que observavam praticam constantemente atividade física. do ponto de vista teórico, a atividade física atua como fator de proteção contra o sofrimento psíquico; neste estudo, pretendeu-se observar as duas variáveis, embora os. Resultados descritivos indiquem que, apesar da existência de um alto nível de atividade física, o sofrimento psicológico persiste, o que nos permite assumir que a relação positiva entre esses dois existe. **Relevância:** As mulheres praticam atividade física por valores relacionados à superação de desafios pessoais, imagem corporal, saúde e socialização. Mudanças significativas nos níveis de ansiedade e depressão também são evidentes, depois de expostas a imagens que fornecem estereótipos de beleza feminina; portanto, há um foco no desconforto psicológico obtido em mulheres que praticam atividade física intensa ou moderada sem se sentirem satisfeitas com a quantidade de AFD que eles executam.

**Palavras chave:** Transtorno, Corpo, Mulher.

**Código resumo:** 102



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Explorando o papel do apoio social nos níveis de atividade física de mulheres peruanas

## AUTORES

Kathleen Trejo Tello, Miranda Badolato,  
Elizabeth High, Lauren Nelson

College of Charleston, Department of Health and  
Human Performance - Estados Unidos.

## CORRESPONDÊNCIA

mcinvaleke@cofc.edu

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):66

**Antecedentes:** A epidemia global da obesidade está afetando desproporcionalmente os países de baixa e média renda (PBMR), incluindo os da América Latina. A mudança demográfica resultou em uma diminuição da atividade física e um aumento da prevalência de excesso de peso na população peruana. Mulheres em idade fértil, nas regiões urbana e costeira, são consideradas o grupo de maior risco para obesidade no Peru, com 55,7% em sobrepeso ou obesidade. As redes sociais podem ser usadas como uma fonte confiável e valiosa de informações e serviços de saúde em países de baixa e média renda e podem fornecer um ponto de intervenção eficaz para influenciar positivamente comportamentos relacionados à saúde, como atividade física. **Objetivos:** Este estudo procurou examinar a relação entre apoio social ao exercício e atividade física de mulheres peruanas, a fim de determinar o potencial de utilização das redes sociais de mulheres como estratégia para promover a atividade física. **Métodos:** Este estudo transversal foi parte de um estudo maior que examinou a influência das redes sociais nos riscos de doenças crônicas de adultos peruanos. Os agentes comunitários de saúde realizaram entrevistas domiciliares com 573 mulheres em três comunidades rurais da região norte-costeira do Peru. A versão em espanhol de Sallis, apoio social para escalas de exercícios foi usada para avaliar o apoio social de familiares e amigos para exercícios. A atividade física foi autorreportada usando a versão resumida do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). O IMC e a gordura corporal foram avaliados usando bioimpedância modelo Tanita BF350. **Resultados:** Das 573 mulheres que participaram do estudo, 41,9% estavam acima do peso, 39,4% eram obesas e 37,0% eram fisicamente inativas. O apoio de amigos para escores de exercícios foi maior que o apoio familiar ( $M = 0,77$ ,  $DP = 0,83$ ). As correlações de Spearman indicaram que o apoio social de amigos estava positivamente associado ao aumento da atividade física entre as mulheres,  $r_s(571) = 0,371$ ,  $p < 0,05$ . O apoio familiar não foi associado à atividade física das mulheres entre todas as mulheres; no entanto, entre as participantes obesas, o apoio social das recompensas familiares,  $r_s(224) = 0,285$ ,  $p < 0,05$  foi positivamente associado à atividade física. **Conclusões:** Ao contrário dos achados anteriores em populações hispânicas, entre as mulheres peruanas, as redes de amizade influenciaram significativa e positivamente um comportamento de saúde, atividade física, enquanto as relações familiares não. Os resultados sugerem que o envolvimento de influências sociais fora da família imediata pode ser crucial para o planejamento de um programa eficaz de atividade física baseado em rede social. **Relevância:** Intervenções utilizando redes de amizade de mulheres podem ser eficazes na promoção da atividade física e na prevenção de doenças crônicas relacionadas em mulheres peruanas. Essas intervenções de baixo custo e potencial impacto podem ser adequadas para comunidades com recursos limitados.

**Palavras chave:** Atividade Física, Apoio Social, América Latina.

**Código resumo:** 173



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Inclusão na natureza como fator potencial para promover atividade física e reduzir o comportamento sedentário

## AUTORES

María José Molina Cando, Samuel Escandon Dutan, Ana García García, Mario Alvarez, Franklin Ramón, Susana Andrade, Angélica Ochoa Avilés

Universidad de Cuenca - Ecuador.

## CORRESPONDÊNCIA

[maria.molinac24@ucuenca.edu.ec](mailto:maria.molinac24@ucuenca.edu.ec)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):67

**Antecedentes:** A inclusão com a natureza tem sido relacionada à saúde e bem-estar. Apesar de ser um continente megadiverso, não existem estudos na América Latina que tenham avaliado a relação entre atividade física (AF) e comportamento sedentário (CS) com inclusão na natureza. **Objetivos:** Avaliar a associação entre AF e CS com inclusão com a natureza em escolares equatorianos. **Métodos:** Foi realizado um estudo transversal em escolares de 9 a 12 anos que frequentaram 20 escolas em Cuenca-Ecuador entre outubro de 2018 e março de 2019. Os níveis de AF (IPAQ-C), o CS (excluindo atividades em horário escolar, iHealth), satisfação com a vida (escala 5-25), inclusão com a natureza (escala 1-7), peso, altura, idade, sexo e tipo de escola (pública/privada). A relação entre inclusão com a natureza com AF (dicotomizada por sua mediana) e o CS foi avaliada por meio de modelos de regressão logística e linear ajustados para idade, sexo, tipo de escola, satisfação com a vida e escores Z do índice de massa corporal (IMC). **Resultados:** Participaram 1.028 crianças (52% eram meninas, 51% frequentaram escolas públicas e 35% estavam acima do peso ou obesas), com idade média de 10,4±1,2 anos. As crianças obtiveram um escore moderado de AF (2,7±0,5) e gastaram uma média de 293±158 min./dia em atividades sedentárias, das quais 212±139 min./dia incluíram atividades de tela. O nível de satisfação com a vida e inclusão com a natureza dos estudantes de Cuenca foi de 18,6±4,5 e 4,4±1,8, respectivamente. AF e CS foram fortemente associados à inclusão na natureza. Para cada unidade de aumento na escala de inclusão com a natureza, o tempo de tela diminuiu em 6,7 minutos (IC95%: -11,62 - 1,79 p<0,01) e a probabilidade de realizar níveis mais altos de AF aumenta em 26% (OR:1,26; C95%:1,15 - 1,38; p<0,001). **Conclusões:** Os resultados sugerem que a conexão com a natureza desempenha um papel importante e independente no nível de AF e CS. **Relevância:** Este é o primeiro estudo sobre o assunto em escolares residentes na América Latina; pode servir de base para estudos prospectivos e para desenhar estratégias que promovam a conexão com a natureza, com múltiplos benefícios para a saúde das crianças e o meio ambiente

**Palavras chave:** Atividade Física, Sedentarismo, Natureza, Crianças, Ecuador.

**Código resumo:** 20



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Entorno caminhável e atividade física em bairros de baixo médio e alto nível socioeconômico no Chile

## AUTORES

Jaime Leppe, Bárbara Munizaga

Universidad Del Desarrollo - Chile.

## CORRESPONDÊNCIA

[jleppe@udd.cl](mailto:jleppe@udd.cl)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):68

**Antecedentes:** O ambiente construído é descrito como um importante componente estrutural na promoção da atividade física na população, portanto, um ambiente que facilite a caminhada pode influenciar o nível de atividade física da população. **Objetivos:** Determinar a correlação entre a percepção do ambiente e o nível de atividade física em bairros de baixo médio e alto nível socioeconômico (NSE) de Santiago do Chile. **Métodos:** Foi realizado um acompanhamento, quatro anos após, de uma subamostra do estudo de meio ambiente e atividade física realizado no ano de 2014 (n=1231). Foram utilizados instrumentos de avaliação seguindo o modelo do estudo IPEN- América Latina. Foi utilizado o NEWS-A para avaliar a “caminhabilidade” do entorno e GPAQ (domínio de deslocamento e tempo livre). **Resultados:** Participaram 296 pessoas de três bairros de Santiago do Chile, NSE alto (n = 66), NSE médio (n = 100) e NSE baixo (n = 130). A idade média foi de 48±14 anos, 60% eram mulheres e o IMC médio foi de 27±4,3 kg/m<sup>2</sup>. A pontuação do NEWS-A foi de P50=273 AIQ= 240-345, segundo o bairro NEWS-A P50=248 (NSE baixo), P50=275 (NSE médio) e P50=296 (NSE alto), diferenças estatisticamente significantes (p<0,01). A atividade física no domínio deslocamento foi P50=100 AIQ=0-300 minutos/semana e no domínio do tempo livre foi P50=0 AIQ=0- 180 minutos/semana. de acordo com o bairro, o tempo em minutos/semana no domínio de deslocamento foi P50=100 (NSE baixo), P50=90 (NSE médio) P50=105 (NSE alto) sem diferenças estatisticamente significativas (p=0,91). A atividade física no domínio de tempo livre foi P50=0 (NSE baixo), P50=0 (NSE médio) P50=80 (NSE alto) minutos/semana, diferença estatisticamente significativa para NSE alto (p=0,017). Não há correlação entre ambiente e tempo de atividade física na dimensão deslocamento ou tempo livre, desagregada por comunidade, sexo ou idade (p<0,05). **Conclusões:** A percepção do entorno é maior de acordo com o NSE do bairro. O tempo de deslocamento e o tempo livre não se correlacionam com a percepção do ambiente, embora o tempo de atividade física do tempo livre seja maior em comunidades de NSE alto. Os tempos de atividade física nos domínios de deslocamento e tempo livre são baixos para obter benefícios à saúde de acordo com os critérios da OMS. **Relevância:** Avaliar a consistência das evidências com outras regiões do mundo devido às características particulares do desenho urbano, político, cultural e social da nossa região.

**Palavras chave:** Meio Ambiente, Atividade Física, Ambientes Caminháveis.

**Código resumo:** 22



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Deslocamento ativo de escolares brasileiros e fatores associados

## AUTORES

Alysson Diego Araujo Figueiredo, Claro Luiz Antunes Rangel Junior, Ana Tamires Jardim, Mayara de Oliveira Carvalho, Claudia Vanisse de Brito Costa, Nathália Gabrielly Araújo Mendes, Ana Paula do Nascimento Monteiro, Robson de Lemos Segundo Prazeres, Monica de Almeida Rangel

FAMENE - Brasil.

## CORRESPONDÊNCIA

[alysson.f.araujo@gmail.com](mailto:alysson.f.araujo@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):69

**Antecedentes:** Baixos níveis de atividade física e altos índices de sobrepeso e obesidade em escolares são fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, diante disto, o deslocamento ativo pode ser considerado como estratégia para melhorar o nível de atividade física e condições de saúde nesta população. **Objetivos:** O objetivo do pesquisa foi avaliar se existe associação entre deslocamento ativo com o tipo de escola, idade e sexo. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal cujos dados são provenientes da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE- 2012) e amostra de 109.104 escolares de ambos os sexos das capitais brasileiras. Utilizou-se um modelo de regressão Logística Binária para análise de associação, assumindo um nível de significância de  $p < 0,05$  (5%) e intervalo de confiança de 95%, ajustado por sexo, tipo de escola (pública ou privada) e idade. **Resultados:** Ter menos de 12 anos aumentou em 2,27 vezes a chance de deslocamento ativo, ao passo que, com avanço da idade, as chances de se deslocar ativamente diminui (OR 1,37;  $p < 0,001$  para 17 anos). Ser do sexo masculino aumenta em 1,06 vezes a chance de fazer deslocamento ativo comparado as meninas, bem como ser de escola pública aumenta em 2,31 vezes. **Conclusões:** Diante disso, conclui-se que houve associação entre o deslocamento ativo para escola em relação ao sexo, idade e tipo de escola. **Relevância:** O estudo demonstra importância da execução de atividade física e seus benefícios para os alunos de escolas públicas e privadas, bem como, os fatores que influenciam em sua execução, de modo a desenvolver estratégias que estimulem a população a ser fisicamente ativa.

**Palavras chave:** Ambiente, Percepção, Atividade Física, Adolescente, Escolares.

**Código resumo:** 135



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Tempo de deslocamento ativo e motorizado em escolares de acordo com a percepção de segurança. Um estudo piloto

## AUTORES

Bruno Bizzozero Peroni, Sofía Fernández Giménez, Enrique Pintos Toledo, Franco de Souza Marabotto, Javier Brazo Sayavera

Instituto Superior de Educación Física -  
Universidad de la República - Uruguai.

## CORRESPONDÊNCIA

bbizzozero@isef.edu.uy

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):70

**Antecedentes:** A forma de deslocamento influencia o nível de atividade física (AF), associado ao estilo de vida. É um comportamento que pode ser modificado e um meio acessível para aumentar os níveis habituais de AF dos jovens (Delisle Nyström et al., 2019). O boletim uruguaio de classificações sobre AF em crianças e adolescentes (Brazo-Sayavera et al., 2018) destaca que são necessárias mais informações sobre transporte ativo, especialmente em crianças em idade escolar. Permitiria a identificação e implementação de políticas de segurança pública e condicionamento ambiental para favorecer o transporte ativo. **Objetivos:** Analisar o tempo de transporte ativo e motorizado em escolares de um centro privado de Rivera (Uruguai) com base na percepção de segurança no trânsito. **Métodos:** Neste estudo, 66 escolares (47% meninas) foram selecionados em uma instituição privada em Rivera (Uruguai). O questionário SAYCARE foi utilizado para relatar a quantidade de tempo em minutos de transporte. O tempo que eles costumavam viajar de veículo a motor e o tempo usado para viajar a pé ou de bicicleta foram registrados. O tempo gasto andando ou andando de bicicleta foi adicionado, criando uma nova variável chamada “transporte ativo”. Com a pergunta “Não é seguro caminhar ou correr pelas ruas da minha casa devido ao trânsito?” a percepção de segurança no trânsito foi avaliada. Uma análise descritiva do tempo utilizado foi realizada com base na resposta à pergunta sobre percepção de segurança. **Resultados:** O tempo gasto em viagens habituais foi maior em veículos a motor do que em transporte ativo, independentemente da percepção de segurança no trânsito ( $p < 0,01$ ). Aqueles que perceberam que o bairro era seguro para o tráfego passavam três vezes mais tempo por dia viajando de veículo a motor do que tempo em transporte ativo. E aqueles que perceberam que o bairro não era seguro para o tráfego passaram quase quatro vezes mais tempo viajando diariamente no transporte motorizado do que no transporte ativo. **Conclusões:** Este estudo reflete a primeira análise sobre o tempo de transporte ativo e motorizado em escolares do Uruguai. Os resultados indicaram que o tempo de transporte motorizado foi maior em comparação com o tempo de transporte ativo, independentemente da percepção de segurança no trânsito. Esses achados devem ser confirmados com uma amostra maior e mais representativa, incluindo outras variáveis relacionadas ao transporte ativo. **Relevância:** Um contexto é estabelecido sobre o assunto no Uruguai, promovendo mais pesquisas e diferentes estratégias de intervenção.

**Palavras chave:** Atividade Física, Saúde, Ambiente Construído.

**Código resumo:** 65





# Mudanças nos parâmetros de saúde produzidos pelo uso da bicicleta como transporte em uma comunidade universitária

## AUTORES

Alejandro Pliego Rayas, Rubén Celis Rivera

ITESO - México

## CORRESPONDÊNCIA

[apliego@iteso.mx](mailto:apliego@iteso.mx)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):71

**Antecedentes:** A falta de atividade física tornou-se um problema de saúde pública em todo o mundo. O uso da bicicleta é uma forma alternativa de transporte e pode ser uma ferramenta para aumentar a atividade física diária com os benefícios que ela pode produzir. **Objetivos:** Discutir as mudanças nos parâmetros de saúde produzidos pelo aumento da atividade física decorrente do uso da bicicleta como transporte. **Métodos:** Os critérios de inclusão foram: Ser membro ativo do ITESO. Realizar menos de 1 hora de atividade física/semana. Não ser ciclista profissional ou amador, nem usar a bicicleta como meio de transporte. Não estar em tratamento para perder peso. Nenhum medicamento para tratar hipertensão, diabetes mellitus ou dislipidemias. Os participantes realizaram as seguintes avaliações: determinação do peso corporal, Medida da altura, circunferência da cintura, circunferência do quadril, razões cintura-quadril e cintura-altura, medida da porcentagem de gordura corporal, frequência cardíaca em repouso e esforço, pressão arterial em repouso e esforço, teste de esforço em bicicleta, percepção subjetiva do esforço, medição objetiva do esforço. A bicicleta foi utilizada como transporte por 8 semanas, sem prescrição de distância, nem tempo mínimo ou máximo, nem de velocidade, nem de frequência de uso, nem de um determinado tipo de bicicleta. **Resultados:** Participaram 10 pessoas (3 alunos, 3 professores e 4 funcionários) entre 25 e 57 anos de idade. 2 eram mulheres e 8 homens. 4 voluntários perderam peso, 7 reduziram o percentual de gordura corporal, 5 diminuíram a circunferência da cintura, 4 melhoraram a razão cintura/quadril e 5 melhoraram a razão cintura/altura, mesmo sem alterações na dieta em nenhum deles a pedido expresso do pesquisador. Em 3 houve reduções na pressão arterial em repouso e em 7 na pressão de estresse. 5 participantes melhoraram sua capacidade física. Em relação ao esforço, todos apresentaram queda nos parâmetros. Objetivos da medida, bem como na percepção subjetiva. **Conclusões:** A bicicleta como transporte representa uma boa alternativa para aumentar a atividade física diária e seu uso produz mudanças favoráveis nos parâmetros de saúde. **Relevância:** Os Resultados de estudos como este podem contribuir para a promoção da mobilidade urbana não motorizada nas cidades da América Latina, aumentando a atividade física da população e produzindo melhorias em sua saúde.

**Palavras chave:** Atividade física, Bicicleta, Transporte ativo.

**Código resumo:** 162





# Melhorando a saúde das mulheres mexicanas e resolvendo problemas complexos de saúde por meio de estratégias de ciclismo e transporte ativo

## AUTORES

Lesly Vejar Renteria, Rodney Reynolds

University College London - UK.

## CORRESPONDÊNCIA

lesly\_vejar@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):72

**Antecedentes:** A Cidade do México (CDMX) tem desafios complexos de saúde que afetam desproporcionalmente as mulheres. Os formuladores de políticas globais de saúde consideram estratégias práticas de Transporte Ativo (AT) que podem abordar com êxito ameaças complexas à saúde, como poluição do ar, obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares (CVD). O ciclismo, o foco deste artigo e uma forma de AT, oferecem vários benefícios para as mulheres mexicanas, bem como para a população em geral, e aborda os desafios de saúde mencionados. No México e no mundo, vários fatores inibem a participação das mulheres no ciclismo. As evidências internacionais identificam cinco barreiras de captação de ciclistas: segurança e percepção de risco, acessibilidade, fatores ambientais, contexto cultural e fatores pessoais. Poucas pessoas pedalam na CDMX (1,4%), onde existe uma diferença de gênero distinta entre os ciclistas. As evidências indicam que as mulheres da CDMX fazem 22% do total de viagens de bicicleta na cidade. No entanto, essa estatística obscurece as atitudes das mulheres mexicanas sobre o ciclismo e as barreiras que as tornam relutantes em incorporar o ciclismo em suas rotinas diárias. **Objetivos:** escrever e analisar as lacunas na literatura sobre fatores e barreiras que afetam o comportamento de ciclismo das mulheres da CDMX. Oferecer recomendações baseadas em evidências para estratégias de adoção de ciclismo na Cidade do México. Considerar iniciativas mexicanas e latino-americanas que incentivaram com sucesso o ciclismo como estratégia de saúde. **Métodos:** Usamos a teoria de mudança de comportamento “COM- B” para descrever e analisar fatores que limitam e promovem o ciclismo feminino. Identificamos e adaptamos as recomendações internacionais para a adoção do ciclismo no contexto do México e aplicamos suposições sobre os padrões de viagem das mulheres mexicanas para analisar as estratégias de AT e o ciclismo. **Resultados:** Dados fornecidos são ambíguos sobre os comportamentos de ciclismo das mulheres da Cidade do México, sendo que nossa análise contrasta evidências e literatura internacionais com os dados disponíveis da CDMX. Identificamos áreas de preocupação específicas: (1) pesquisas de mobilidade e ciclismo que não registram dados adequados sobre as características pessoais dos usuários. (2) Estudos de transporte público de gênero / sexo que não incluem ciclismo. **Conclusões:** Os formuladores de políticas da Cidade do México devem basear-se em estratégias de transporte ativo e técnicas específicas de mudança de comportamento, em combinação com a análise comparativa de dados internacionais e nacionais do ciclismo para as mulheres, a fim de incentivar a sua adoção. Essas intervenções são importantes, uma vez que as atividades de ciclismo e AT podem abordar uma série de problemas agudos complexos de saúde que afetam a cidade e, desproporcionalmente, as mulheres e suas famílias. **Relevância:** As evidências mostram que as iniciativas mexicanas e latino-americanas incentivaram com sucesso o ciclismo como estratégia de saúde, mas não incluíram ou consideraram suficientemente mulheres ciclistas. Não houve consideração também em como as estratégias de AT podem enfrentar os desafios multidimensionais da saúde.

**Palavras chave:** Atividade física, Saúde da mulher, Transporte ativo.

**Código resumo:** 39



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Passeios de bicicleta “Ruta Leones” para promover a atividade física na Universidade de Guadalajara e no estado de Jalisco

## AUTORES

Christian Josué Franco Avalos, Daniel Gómez Aldrete, Edna Elvira Jáuregui Ulloa, Juan Ricardo López Taylor, Ricardo Alejandro Retano Pelayo, María Georgina Contreras de la Torre

Universidad de Guadalajara - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[cfranco9691@gmail.com](mailto:cfranco9691@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):73

**Antecedentes:** No estado de Jalisco, estratégias foram criadas e desenvolvidas para promover o transporte ativo para combater a inatividade física. Uma dessas estratégias tem sido a construção de ciclovias. Tendo como referência a comunidade da Universidade de Guadalajara, ciclovias estratégicas foram construídas entre os módulos para sua conexão. Várias intervenções surgiram na comunidade universitária, como o programa “Pedalando para sua saúde” na União de Tula, o programa PROA da Escola de Engenharia Matute Remus e o programa Al CUCiénega de bicicleta, para citar alguns. **Objetivos:** Geral: Promover a atividade física por meio do uso de bicicletas na Comunidade Universitária da Universidade de Guadalajara e na comunidade geral do Estado de Jalisco. Específico: Promover o uso de transporte não motorizado (bicicleta) como meio de transporte ativo e ecológico. Promover o vínculo da comunidade com o meio ambiente por meio de atividades físicas ao ar livre. **Métodos:** Trata-se de um estudo de intervenção para a promoção da atividade física que consistiu na realização de uma série de passeios de bicicleta realizados em 10 municípios de 4 regiões diferentes do estado de Jalisco, alguns acompanhados por feiras de saúde para onde foram realizadas atividades recreativas e esportivas ao ar livre para a promoção estilos de vida saudáveis. **Resultados:** O estudo contou com a participação de aproximadamente 6900 pessoas de 10 municípios de 4 regiões diferentes do estado de Jalisco, pertencentes ao Sistema de Ensino Básico, Sistema de Ensino Médio, Sistema de Ensino Superior e comunidade em geral do estado de Jalisco. **Conclusões:** Observou-se que um programa de passeios de bicicleta parece demonstrar que eventos dessa natureza ajudam na promoção e realização de atividades físicas, além de promover o uso de bicicletas como meio ativo de transporte e conectar comunidades por meio da prática de atividade físico-esportiva. Além de posicionar a comunidade da Rede Universitária como principal promotora de atividade física no estado de Jalisco. **Relevância:** O programa Ruta Leones fornece as ferramentas e os fundamentos para o desenvolvimento de uma política pública de mobilidade ativa e estilos de vida saudáveis no estado de Jalisco.

**Palavras chave:** Atividade física, Bicicleta, Passeio de bicicleta.

**Código resumo:** 169



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Análise do Serviço Pereira de Maneira Ativa e Saudável

## AUTORES

Hernan Hurtado Ramirez

Ministerio del Deporte - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

*hernan.hb@gmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):74

**Antecedentes:** A Colômbia em nível mundial tem se caracterizado como líder no desenvolvimento e implementação de programas para a promoção de atividade física com modelos comunitários que provaram ser custo-eficazes, como as “Vías Activas y Saludables VAS”, por esse motivo, é importante realizar uma avaliação e monitoramento desses programas para gerar processos de influência política e melhoria contínua com instrumentos validados. **Objetivos:** Avaliar o cumprimento dos indicadores do Selo de Qualidade das Bicis da Vía Activa y Saludables VAS Pereira. Implementar os indicadores do Selo de Qualidade das Bicis na Vía Activa y Saludables VAS Pereira. Determinar o nível de conformidade com os indicadores do Selo de Qualidade das Bicis e os critérios de boas práticas da Vía Activa y Saludables VAS Pereira. Descrever os Resultados da avaliação da Vía Activa y Saludables VAS Pereira. **Métodos:** Dedutivo, um modelo geral de avaliação foi adotado e aplicado na Vía Activa y Saludables VAS Pereira. **Resultados:** Foram cumpridos 19 de 19 indicadores de qualidade e uma pontuação de 7 foi obtida em termos de critérios de boas práticas. Foi implementado um novo indicador que é o cálculo da área em metros quadrados, que serve para determinar a quantidade de espaço público habilitado para a promoção da atividade física. **Conclusões:** O VAS de Pereira por meio de sua oferta de serviços se torna um bem intangível da cidade, que faz parte de sua gama de atividades para o aproveitamento do tempo livre. Realizando um cálculo do tempo em minutos médios anuais por semana, identificou-se que o VAS de Pereira contribui em média 265 minutos por semana como uma oportunidade para realizar atividade física, o que contribui significativamente para o cumprimento das recomendações em atividades físicas propostas pela OMS, o que significa que as pessoas que frequentam a VAS têm mais minutos para obter benefícios em saúde, bem-estar e qualidade de vida. **Relevância:** s VAS são programas reconhecidos como estratégia promissora de acordo com a classificação do Guia Útil de Intervenções para Atividade Física no Brasil e na América Latina, contribuindo consideravelmente para a adoção de comportamentos saudáveis, aumentando o capital social e a qualidade de vida das pessoas beneficiárias (Sarmiento e outros, 2010). de acordo com o exposto, é importante realizar a avaliação do serviço das VAS, com procedimentos baseados em evidências científicas.

**Palavras chave:** Monitoramento, Atividade física, Custo-benefício, Vías Activas.

**Código resumo:** 73





# Ruas abertas na América Latina e os impactos na saúde relacionados à atividade física

## AUTORES

Daniel Velázquez Cortés, David Rojas Rueda

Instituto Nacional de Salud Pública campus Tlalpan - México.

## CORRESPONDÊNCIA

*dvc.velazquez@gmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):75

**Antecedentes:** A prevalência de atividade física (AF) insuficiente na América Latina é de 39%, a região mais alta do mundo. Para melhorar a AF nas cidades latino-americanas, várias intervenções foram promovidas, como ruas abertas (RA). RA são ruas temporariamente livres de carros, reaproveitadas para atividades de lazer e atingiram rapidamente 77 cidades da América Latina até 2019. **Objetivos:** Quantificar por meio de morbidade, mortalidade e DALYS, o impacto da rua aberta relacionada à AF entre 15 cidades da América Latina. **Métodos:** Uma Avaliação Quantitativa do Impacto na Saúde foi usada para estimar as mortes anuais, incidência de doenças (cardiopatia isquêmica (DIC), acidente vascular cerebral isquêmico, diabetes tipo 2 (DM2), câncer de cólon, câncer de mama e demência), anos de vida ajustados pela incapacidade (DALYs) e valores econômicos (sobre mortalidade), relacionados à AF. Dados demográficos e de saúde de cada cidade e país foram coletados de registros oficiais e publicações científicas. Os dados do sistema operacional foram coletados por meio de uma pesquisa de sistema operacional das autoridades da rede Americas Open Street. Dois cenários principais foram quantificados. Cenário 1: estimando os impactos na saúde da RA relatados por cada autoridade da cidade. Cenário 2: um cenário hipotético baseado na maior proporção relatada de usuários de RA entre as cidades (13% da população da cidade, como em Bogotá). **Resultados:** No cenário 1, o benefício estimado foi de 1101 mortes anuais evitadas devido ao incremento da AF, um impacto econômico anual de US \$ 1.575 milhões e uma redução anual de 3.070 DALYs. Entre os desfechos de morbidade, a demência teve o maior número de casos anuais evitados, 155 (IC95% 65 - 265), seguida pela DIC com 105 (IC95% 39-178), DM2 com 49 (IC95% 9 - 82), acidente vascular cerebral isquêmico com 20 (IC95% 0 - 42), câncer de cólon com 4 (IC95% 3 - 12) e câncer de mama com 2 (IC95% 0,4 - 4). No cenário de comparação 2, os benefícios estimados podem subir para 8.293 mortes anuais evitadas, com um impacto econômico anual de US \$ 12.928 milhões de dólares e uma redução anual de 21.021 DALYs. Em termos de tipo de AF, os mais beneficiados foram ciclistas (1.648 DALYs), seguidos por pedestres (359 DALYs). **Conclusões:** Ruas abertas na América Latina podem fornecer importantes benefícios econômicos à saúde relacionados à AF. Nas cidades onde elas já existem, o aumento do número de eventos, quilômetros e duração pode resultar em um número maior de usuários, em AF relacionado ao RA e em benefícios à saúde. **Relevância:** Ruas abertas podem ser usadas como uma ferramenta de promoção e prevenção da saúde em ambientes urbanos, especialmente nas áreas e países, onde a inatividade física tem uma incidência mais alta.

**Palavras chave:** Ruas abertas, Atividade física, América Latina, DALYs.

**Código resumo:** 168



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Análise por protocolo do Programa de Dança BAILAMOS-TM sobre atividade física autorreportada e avaliada por dispositivo em idosos latinos dos EUA

## AUTORES

David Xavier Marquez, Guilherme M. Balbim, Susan Aguiñaga, Priscilla Vasquez, Isabela G. Marques, Jaqueline Guzman, Deborah Salvo

University of Illinois at Chicago - Estados Unidos.

## CORRESPONDÊNCIA

marquezd@uic.edu

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):76

**Antecedentes:** Os latinos são o grupo étnico que mais cresce entre os idosos nos Estados Unidos. No entanto, eles estão envolvidos em níveis mais baixos de atividade física (AF). **Objetivos:** Testar o impacto do programa de dança BAILAMOS-TM nos níveis de AF em idosos latinos. **Métodos:** Idosos latinos foram randomizados em um grupo de dança ou educação em saúde (ES). Para a análise por protocolo aqui apresentada, foram incluídos participantes com frequência  $\geq 75\%$  nas aulas de dança e ES, respectivamente. A amostra analítica final foi de 145 participantes (dança = 63, ES = 82). O grupo de dança participou de quatro meses de dança latina (Merengue, Bachata, Cha Cha Cha, Salsa), duas vezes por semana, durante 1 hora por sessão. O grupo ES participou das aulas uma vez por semana, durante 2 horas por sessão, durante os quatro meses. Os participantes preencheram o questionário CHAMPS PA e usaram um acelerômetro ActiGraph® modelo GT3X+ por sete dias consecutivos no punho não dominante. Os dados foram válidos, se o participante usasse por pelo menos 10 horas por dia, durante três dias. Os pontos de corte do punho foram propostos por Kamada (2016) (AF moderada a vigorosa (AFMV)  $\geq 7500$  counts por minuto). Realizamos um modelo misto de interceptação fixa ( $p < 0,05$ ), ajustando as covariáveis iniciais de idade, sexo, educação, renda e estado de saúde. O tamanho do efeito  $d$  de Cohen foi calculado. **Resultados:** A AFMV autorreferida aumentou significativamente ( $t(1, 120) = 3,2, p = 0,002$ ) da linha de base (Dança:  $M = 140,81 \pm 211,35$ ; HE:  $M = 115,48 \pm 182,65$ ) para o mês 4 (Dança:  $M = 29,11 \pm 20,45$ ; HE:  $M = 23,21 \pm 18,27$ ), mas nenhuma interação grupo\*tempo foi demonstrada ( $t(1, 121) = 1,33, p = 0,19, d = 0,22$ ). A AF total no lazer (AFTL) aumentou significativamente da linha de base (Dança:  $M = 280,50 \pm 285,35$ ; HE:  $M = 360,71 \pm 361,05$ ) para o mês 4 (Dança:  $M = 579,72 \pm 346,10$ ; HE:  $M = 500,34 \pm 483,04$ ), com uma interação significativa do grupo\*no tempo ( $t(1, 121) = 2,16, p = 0,03, d = 0,33$ ). A AFMV avaliada por acelerômetro não aumentou significativamente da linha de base (Dança:  $M = 24,43 \pm 22,67$ ; HE:  $M = 22,51 \pm 17,91$ ) para o mês 4 (Dança:  $M = 29,11 \pm 20,45$ ; HE:  $M = 23,21 \pm 18,27$ ) e não houve interação do grupo\*no tempo ( $t(1, 112) = 1,53, p = 0,13, d = 0,43$ ). **Conclusões:** O programa de dança BAILAMOS-TM mostrou um impacto positivo na AFTL autorreportada em latino-americanos mais velhos, mas esse impacto não foi observado na AF avaliada por dispositivo (efeito moderado). A extensão em que os idosos dos países latino-americanos se envolvem na dança deve ser explorada. **Relevância:** Este estudo foi realizado em latinos mais velhos dos EUA.

**Palavras chave:** Dança, Idosos, Atividade física.

**Código resumo:** 165



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso Latinoamericano de Investigación en Actividad Física y Salud**



# Iniciativa nutricionistas ativos promotores de atividade física e exercício

## AUTORES

Edna Judith Nava González

UANL - México

## CORRESPONDÊNCIA

[nutriologaparatusalud@gmail.com](mailto:nutriologaparatusalud@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):77

**Antecedentes:** Existem programas de educação e condicionamento físico que melhoram a saúde, demonstrando como modelar comportamentos saudáveis e fortalecer o vínculo médico-paciente. É necessário motivar e otimizar as condições físicas atuais dos profissionais de saúde, com programas de atividade física e recreação que levam ao benefício de aumentar sua qualidade de vida, desempenhando um papel de influenciar os outros. **Objetivos:** Inspirar nutricionistas a se exercitar regularmente como forma de melhorar a saúde, convocando reuniões para realizar diferentes tipos de atividades físicas por 12 sessões por ano, com a motivação de ser um promotor de atividade física. **Métodos:** Pesquisa de campo com convite aberto para 10 rotinas de diferentes exercícios e atividades físicas ao ar livre: caminhada, ioga, pilates, dança, ginástica, corrida, corrida, peso corporal, escalada nas colinas; dirigido por nutricionistas para profissionais de saúde, familiares e pacientes, em locais seguros, divertidos e gratuitos. Todo primeiro ou segundo domingo do mês, eram feitas chamadas para participar dos parques da cidade para ativação liderada por profissionais de saúde especializados. **Resultados:** foram escolhidos 5 parques do centro da cidade, acessíveis a vários tipos de transporte público, com trilhas para pedestres e adequados para bicicletas ou patins; conectados pelas principais avenidas, calçadas e vias de acesso, com estacionamento e agendamento no ponto de encontro da manhã (8:00 ou 9:00 horas). Participaram 22 nutricionistas, 1 estudante de medicina, 5 instrutores em 10 sessões, alcançando a motivação para iniciar e continuar a atividade física e o exercício através das redes sociais e em um grupo fechado no Facebook. Desafios dos participantes: horário, local, transporte, dia da semana. **Conclusões:** Com a conclusão deste projeto, o sucesso de convocar nutricionistas e profissionais de saúde aumentará a motivação de serem promotores de atividade física e exercício, o que permitirá que mais nutricionistas participem do projeto e desempenhem um papel integral na inspirar outras pessoas a refletir que o exercício é uma maneira divertida de se manter saudável. O uso de vários. Métodos para influenciar e incentivar outros nutricionistas a se exercitar mais reconhecerá como geradores de movimento e recreação, liderando pelo exemplo, que poderiam ser adaptados e replicados em outros lugares. **Relevância:** Desenvolvimento do programa de convite de um nutricionista para seus colegas para transformá-lo em movimento nacional.

**Palavras chave:** Exercício, Motivação, Atividade Física.

**Código resumo:** 46



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Vantagens e limitações do uso do dispositivo FitBit Flex<sup>®</sup>2 para promover a atividade física na população universitária mexicana

## AUTORES

Edtna Elvira Jáuregui Ulloa, Cristina Ascanio Sandoval, Sara Ramírez Hernández, Víctor Hugo Montejo Lambarén, Saúl Alejandro Gaytán González, Juan R. López Taylor

Universidad de Guadalajara - México.

## CORRESPONDÊNCIA

[edtna.jauregui@hotmail.com](mailto:edtna.jauregui@hotmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):78

**Antecedentes:** A população mexicana é reconhecida por índices relevantes de inatividade física. A promoção de estilos de vida mais ativos pode ser influenciada pelo uso de dispositivos eletrônicos para monitorar a atividade física. Existem poucos estudos locais que fornecem dados a esse respeito. **Objetivos:** Avaliar vantagens e limitações do uso do dispositivo FitBit Flex<sup>®</sup>2, para a promoção de atividade física na população universitária mexicana. **Métodos:** O estudo é um projeto de intervenção de contato mínimo de 12 semanas para promover a atividade física com um grupo intervenção vs não intervenção. A amostra, composta por 58 universitários, estudantes e trabalhadores (22 homens e 36 mulheres; entre 18 e 47 anos), registrou-se voluntariamente em três campus da Universidade de Guadalajara. O dispositivo FitBit Flex<sup>®</sup>2 foi utilizado durante a intervenção. Mensagens semanais foram enviadas via WhatsApp, para promover melhoras nos componentes: caminhada, tempo sentado, sono, atividade física moderada e alimentação. No início e no final da intervenção, os estágios de mudança de comportamento na atividade física foram avaliados, utilizando um questionário baseado em Prochaska. Por fim, as vantagens e limitações do uso do dispositivo foram avaliadas por meio de um questionário proposto por Tully. Os dados foram analisados pelo teste de McNemar. **Resultados:** Após o uso do dispositivo, os participantes melhoraram sua preparação para a mudança de comportamento em comparação aos controles, mas não foi significativo ( $p = 0,387$ ). 83% dos participantes demonstraram grande interesse nos dados obtidos, em relação à caminhada, sono e monitoramento de atividade física. 17% preferiram monitorar seus dados de atividade física mais que suas informações nutricionais. As dificuldades relatadas foram recarregar o aparelho (40%) e registrar o consumo de bebidas e alimentos (67%). **Conclusões:** A forma imediata do acesso às informações monitoradas foi uma vantagem do dispositivo. As limitações foram associadas às características do registro de hábitos alimentares e à duração da bateria. Novos estudos são sugeridos utilizando dispositivos com características que evitem as limitações encontradas neste estudo, bem como o aumento da amostra e a intervenção, uma vez que o uso de um dispositivo eletrônico para promover atividade física por 12 semanas não foi suficiente para gerar mudanças significativas nos comportamentos para a atividade física. **Relevância:** O uso desses dispositivos é um elemento que pode contribuir para promover a atividade física de maneira mais acessível e prática, o que pode impactar tanto no nível individual quanto na comunidade.

**Palavras chave:** Contato mínimo, FitBit Flex 2, Universitários, Atividade Física.

**Código resumo:** 170



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Avaliação de capacidades físicas condicionantes durante o programa de intervenção esportiva em universitários de Nutrição

## AUTORES

Esaú Alfredo Castellanos Yáñez, Mariana Isabel Valdés Moreno, Wendy Rodríguez García

Universidad Nacional Autónoma de México - México.

## CORRESPONDÊNCIA

castellanos\_esau@hotmail.com

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):79

**Antecedentes:** No marco curricular estratégico da carreira em Nutrição, a promoção de hábitos de higiene e saúde relacionados à atividade física, nutrição e transdisciplinaridade tem sido proposta. Foi demonstrado que a incorporação de programas de treinamento melhora o desempenho atlético; nesse sentido, sugere-se a implementação do modelo de planejamento percentual-horizontal em universitários matriculados da FES Zaragoza. **Objetivos:** Avaliar a mudança nas habilidades biomotoras – capacidades condicionantes do rendimento em universitários, após o programa de intervenção esportiva por 6 meses. **Métodos:** Coorte prospectiva de universitários do curso de Nutrição (n = 31). Testes de campo foram coletados para avaliar as capacidades condicionantes: força de resistência de membros inferiores, agilidade, potência de salto horizontal, resistência aeróbica e velocidade de deslocamento. O programa SPSS versão 21.0 foi utilizado para a análise estatística. As comparações dos grupos foram feitas por meio do teste t-student para amostras relacionadas ou Wilcoxon, conforme apropriado. Um valor de p <0,05 foi considerado para determinar a significância estatística. **Resultados:** Os resultados indicam uma melhora no desempenho de potência com o teste de salto (basal 146 ± 25 cm, final 154 ± 3,4 cm, p = <0,001), velocidade de deslocamento em 30 metros (basal 6 ± 0,72 s, final 5,8 ± 0,6 s, p = 0,028), número de agachamentos em 60 segundos (basal 46 ± 8 repetições, final 53 ± 7 repetições, p = <0,001), agilidade com o teste “T” (basal 12 ± 1,4 segundos, final 10,5 ± 1,2 segundos, p = <0,001) e VO2Max (basal de 33,6 ± 6,4 ml/kg/min, final 35,1 ± 7,1 ml/kg/min, p = 0,008). **Conclusões:** Os dados sugerem uma melhora nas capacidades: velocidade de deslocamento, resistência de força, potência anaeróbica aláctica, agilidade e VO2Max após 1 sessão semanal estruturada e supervisionada, por 6 meses contínuos. Por esse motivo, propõe-se a continuidade do programa e o aumento do número de sessões que promovem estilos de vida saudáveis no quadro curricular transdisciplinar do curso de Nutrição. **Relevância:** Promoção de atividades físico-esportivas estruturadas e sistematizadas em ambientes universitários, como parte do plano curricular, com formação integral sob a promoção de estilos de vida saudáveis e o fluxo de conhecimento esportivo para nutrição e vice-versa.

**Palavras chave:** Treinamento, Universitários, Habilidade Biomotora, Desempenho.

**Código resumo:** 166



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud



# Implementação de um programa de dança sobre condições físicas / antropométricas em jovens com Síndrome de Down Cuenca-Ecuador

## AUTORES

Evelyn Jazmín López Pino

Universidad de Cuenca - Ecuador.

## CORRESPONDÊNCIA

[jazmin.lopez@ucuenca.edu.ec](mailto:jazmin.lopez@ucuenca.edu.ec)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):80

**Antecedentes:** A importância da investigação da obesidade e problemas de saúde causados pela falta de atividade física, principalmente em jovens com Síndrome de Down, tem sido evidenciada, sendo uma população sedentária com tendência a sobrepeso e obesidade. **Objetivos:** Analisar os efeitos da implementação de um programa de dança popular nas condições físicas e antropométricas em jovens com Síndrome de Down na U.E.E. Agustín Cueva Tamariz em Cuenca. **Métodos:** Estudo experimental que avaliou 21 jovens, 13 homens (41,9%) e 8 mulheres (25,8%) com síndrome de Down de 12 a 18 anos. Para o programa de dança utilizou-se o método de demonstração foi e, para o IMC, envergadura, circunferência cintura-quadril, foi aplicado o método descrito pela OMS. **Resultados:** Antes do programa, as mulheres apresentavam 66,67% e os homens 58,34% com sobrepeso e obesidade; depois, as mulheres diminuíam para 44,44% e os homens para 50%. Inicialmente, as mulheres apresentavam 100% de péssimas condições físicas (FC muito ruim) e 4,76% de péssimas condições físicas (péssimas); homens 91,67% de (FC muito ruim) e 4,76% de (FC ruim) de acordo com o método longo. Pelo método curto, as mulheres atingiram 88,89% de (CFpobre) e 11,11% de (CFp média); os homens atingiram 66,67% (CFpobre), 25% (CFp média) e 8,33% (CFbom). Então, pelo método longo, diminui para 50,00% de (FC muito ruim), 25,00% de (FC ruim) e 25,00% de (FC média); as mulheres mantiveram 100% de (FC muito pobre). Pelo método curto, os homens caem para 16,67% (CFpobre), 33,33% (CFp média), aumentando para 50,00% (CFbom); nas mulheres foi reduzido para 66,67% (CFpobre) e aumentou para 33,33% (CFp médio). **Conclusões:** de acordo com os valores do IMC, mais da metade dos participantes apresentava sobrepeso e obesidade. É possível que a avaliação do sobrepeso e obesidade em pessoas com síndrome de Down exija um ajuste nos valores normais atribuídos ao IMC das crianças. Pode-se avaliar e controlar a saúde, massa magra, composição corporal e aptidão física por meio de atividade física constante em jovens com Síndrome de Down, mas são necessárias pesquisas profundas nessa área para caracterizar as medidas antropométricas deste população em diferentes áreas e regiões do país. **Relevância:** Os estudos mostram os benefícios da atividade física diária, ajudam a prevenir/reduzir o sobrepeso/obesidade, melhorando a qualidade de vida e reduzindo os problemas de saúde crônicos característicos da sua condição.

**Palavras chave:** Atividade Física, Saúde, Síndrome de Down, Excesso de Peso, Obesidade.

**Código resumo:** 35



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**





# Processo “Inicio Mis Clases Activamente” e resultados de um programa de aulas fisicamente ativo

## AUTORES

Juliana Kain, Alejandra Ortega, Maria Luisa Garmendia, Paola Marambio, Camila Corvalán, Joanna Rojas, Camila Muñoz, Bárbara Leyton

INTA U de Chile - Chile

## CORRESPONDÊNCIA

[jkain@inta.uchile.cl](mailto:jkain@inta.uchile.cl)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):81

**Antecedentes:** “Lições Fisicamente Ativas” (LAF) são intervenções escolares nas quais as crianças realizam breves sessões de atividade física (AF) durante as aulas regulares. Eles podem ser incorporados ao currículo, e, geralmente são bem aceitos pelos educadores, visto que demonstraram aumentar a AF e o aprendizado. Em 2017, desenvolvemos e testamos um programa LAF chamado “Inicio mis clases activamente” (IMCA) para alunos do primeiro ano do Chile. Os professores realizam todos os dias jogos associados ao currículo de 7 disciplinas no início da primeira aula, com o objetivo de envolver as crianças em sessões de 15 minutos de AFMV. **Objetivos:** Avaliar o processo e os Resultados do IMCA. **Métodos:** Inicialmente, projetamos 240 cartões (incluindo um jogo cada) com a colaboração de professores de educação física e professores regulares e antropólogos, considerando os jogos mais populares e avaliando-os com grupos focais. Eles foram testados em alunos da primeira série de 16 escolas, em Santiago. Professores de educação física avaliaram o tempo e a viabilidade da implementação de cada jogo. Determinamos barreiras e facilitadores para a implementação usando entrevistas semiestruturadas, aplicadas a 14 professores, não pertencentes às 16 escolas. Em 8 escolas (n = 556 alunos), comparamos o tempo de AFMV na escola (com acelerômetros) na linha de base e 4 meses depois (em dias com e sem IMCA) nas mesmas crianças, usando teste de proporções. **Resultados:** O conjunto final inclui 120 cartões. O IMCA foi implementado 50% das vezes, com uma duração média de 14 min (DP: 5). Mais de 90% das vezes, os professores se sentiram competentes para conduzir os jogos, as crianças entenderam as instruções e gostaram da atividade. Os principais facilitadores incluíram: professores praticando AF, apoio do diretor e funcionários da escola e jogos sendo conduzidos dentro da sala de aula. As principais barreiras foram a carga horária dos professores e a indicação para a realização do IMCA durante a 1ª aula. Comparando o AFMV no acompanhamento (dia escolar com IMCA) com o AFMV de base (sem IMCA), aumentou 1,5 e 1,2 pontos percentuais em meninos e meninas, respectivamente. **Conclusões:** O conjunto de cartas (jogos) é muito apreciado por professores e alunos e é viável de implementar. Resultados preliminares sugerem que esses jogos são eficazes no aumento da AFMV durante o período escolar, embora sejam necessários acompanhamentos mais longos para avaliar a validade desses achados. **Relevância:** O LAF estão sendo cada vez mais implementados. O IMCA pode ser adaptado para ser aplicado em crianças chilenas que frequentam outras séries, bem como em crianças de outros países da América Latina.

**Palavras chave:** Lições ativas, Processo, Barreiras, Facilitadores,. Resultados.

**Código resumo:** 37



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Efeitos de um programa de condicionamento físico em adultos inativos focado no aumento da motivação e autoeficácia

## AUTORES

Mabel Aguilar Arroyo, Rubén Celis Rivera,  
Andrea Partida Ochoa, María Del Pilar  
Salgado Núñez

ITESO - México

## CORRESPONDÊNCIA

[mabelaguilar@iteso.mx](mailto:mabelaguilar@iteso.mx)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):82

**Antecedentes:** A aliança benéfica entre atividade física e saúde foi comprovada. Apesar dos esforços internacionais, a inatividade física no mundo é alarmante. São necessárias intervenções que incentivem estilos de vida mais ativos na população inativa. **Objetivos:** Analisar os efeitos de um programa que busca favorecer a motivação e a autoeficácia para a atividade física em adultos inativos. **Métodos:** Foi criado um programa de condicionamento físico moderado, com apoio psicológico de grupo, com base nos postulados da Teoria da Autodeterminação (TAD) e da Teoria Social Cognitiva (TSC). Trata-se de um estudo pré-experimental, com grupo experimental e controle, com avaliação inicial e final. A amostra foi incidental, não probabilística, composta por 9 funcionários de uma universidade particular de Guadalajara, Jalisco, matriculados no programa. A idade média foi de 41 anos (DP + - 1,09). Os instrumentos foram: Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), Escala de Autoeficácia para Atividade Física e Questionário de Regulação do Comportamento do Exercício (BREQ-3). Foram realizadas medidas da cintura, percentual de gordura, flexibilidade, e a resistência cardiovascular utilizando o teste de Rockport. A análise dos Resultados foi realizada com o pacote estatístico SPSS versão 25, com análise comparativa entre as fases pré e pós de ambos os grupos, utilizando o teste não paramétrico de Wilcoxon, com critérios de probabilidade associados de 0,05 ou menos e, inter-análises. grupos nas duas fases, com o teste Kolmogorov-Smirnov apresentando as mesmas condições na pré-fase. **Resultados:** Houve diferenças significativas nas fases pré e pós do grupo experimental em motivação intrínseca, regulação integrada e autoeficácia para a realização de exercício físico programado. O grupo controle não apresentou diferença significativa em nenhum dos componentes de autoeficácia ou motivação. Houve melhorias na aptidão cardiovascular, flexibilidade, circunferência da cintura e percentual de gordura em mais de 60% dos participantes. **Conclusões:** A seleção da TSC trabalhou para mobilizar determinantes pessoais e sociais que aumentaram da auto-eficácia para participar do programa. Enquanto o TAD permitiu implementar estratégias que aumentaram os dois componentes motivacionais mais próximos do comportamento autodeterminado. **Relevância:** O estudo permitiu conhecer os determinantes mais importantes em pessoas inativas. Além de reconhecer a aplicação prática de variáveis das teorias de mudança comportamental, que conseguiram aumentar as ferramentas cognitivo-comportamentais nos usuários do programa, realizar atividades físicas em estágios mais autodeterminados.

**Palavras chave:** Adultos Inativos, Mudança Comportamental, Autodeterminação, Autoeficácia, Mudança Comportamental.

**Código resumo:** 40



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



**1er Congreso  
Latinoamericano  
de Investigación  
en Actividad Física y Salud**



# Efeito do exercício físico como intervenção da enfermagem em idosos com fragilidade que frequentam um centro gerontológico

## AUTORES

Lupita Henandez Cruz, María Xóchitl  
Mendoza Guerrero, Roberto Ramirez Torres,  
Gabriela Maldonado Muñoz, Edith Araceli  
Cano Estrada

Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo -  
México.

## CORRESPONDÊNCIA

*lupita\_bc1@hotmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):83

**Antecedentes:** A fragilidade representa um problema atual e futuro da saúde pública que requer atenção imediata. Estudos demonstraram uma prevalência de síndrome de fragilidade de 7% na população mexicana. Em 2019, um estudo concluiu que o programa de exercícios físicos é capaz de reverter o status de limitação funcional e fragilidade. **Objetivos:** Determinar o efeito do exercício físico como intervenção da enfermagem em idosos com fragilidade que frequentam um centro gerontológico. **Métodos:** Estudo quantitativo, quase experimental, prospectivo e longitudinal. O questionário FRAIL aplicado à população de 25 idosos do centro gerontológico “Esperança de viver” na área urbana de Tetepango Hidalgo foi utilizado como instrumento de coleta de dados. Foram realizadas medidas antropométricas (circunferência do braço, panturrilha e cintura), determinando a massa muscular, além de utilizar o teste de levantar e ir cronometrado para quantificar o tempo de caminhada em segundos. **Resultados:** A prevalência de fragilidade foi de 80% em idosos antes da intervenção. Os critérios de fragilidade mais frequentes de acordo com o questionário FRAIL foram: cansaço, incapacidade de subir escadas e dificuldade para caminhar, a partir deste resultado foi implementada a intervenção da enfermagem focada no exercício físico. Após a intervenção, a prevalência é de 4% para pacientes frágeis e 64% para pacientes pré-frágeis. 16% dos idosos apresentaram diminuição da massa muscular de acordo com a medida correspondente à circunferência da panturrilha. Essas medidas têm forte correlação com a circunferência do braço ( $p < 0,01$ ). Houve diferença significativa no tempo medido de caminhada ( $p < 0,001$ ). **Conclusões:** O exercício físico é a melhor forma de intervenção em idosos com fragilidade e também contribui para a melhoria da força muscular, estabilidade e resistência aeróbica de idosos. No entanto, é necessário estender o período de intervenção para manter os benefícios oferecidos pelo programa de exercícios. Pelo contrário, os idosos costumam ter movimentos lentos da marcha. **Relevância:** Os benefícios do exercício físico para idosos são relevantes para evitar, reduzir ou reverter problemas físicos, psicológicos e sociais que acompanham o processo de envelhecimento, além de ser um hábito saudável para proteger o bem-estar do idoso e, assim, evitar a sedentarismo na população mexicana de idosos. O aumento da força e da massa muscular é uma estratégia realista para manter o status funcional e a independência dos idosos.

**Palavras chave:** Exercício físico, Idoso, Fragilidade.

**Código resumo:** 45



Este trabalho está licenciado com uma Licença  
Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.



# Promoção de atividade física e as políticas públicas no combate às desigualdades

## AUTORES

Inacio Crochemore Mohnsam da Silva, Alan Knuth, Gregore Mielke Mathias Loch

Universidade Federal de Pelotas - Brasil.

## CORRESPONDÊNCIA

[inacio\\_cms@yahoo.com.br](mailto:inacio_cms@yahoo.com.br)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):84

**Antecedentes:** Embora tenhamos evidências de benefícios à saúde de diferentes constructos de atividades físicas, que tipos de práticas devem ser priorizadas em ações de promoção desse comportamento ainda precisam ser mais discutidas no contexto de países de renda média e baixa. **Objetivos:** O presente ensaio propõe uma reflexão a algumas formas vigentes de promoção de atividade física, propondo visibilidade às práticas corporais e atividades físicas de lazer e suas desigualdades. **Métodos:** Trata-se de um ensaio teórico. O cenário atual de (aumento das) desigualdades é apresentado e discutido à luz de duas teorias: a Hipótese da Equidade Inversa e a Lei dos Cuidados Inversos. Ainda, apresenta-se as razões éticas e práticas para o enfrentamento destas desigualdades destacando a pertinência das políticas públicas neste contexto. **Resultados:** A Hipótese da Equidade Inversa busca compreender como as desigualdades tendem a se estabelecer em indicadores de saúde, partindo de aumento esperado das desigualdades quando surgem inovações em saúde que atingem inicialmente (e majoritariamente) os mais privilegiados social e economicamente. Já a Lei dos Cuidados Inversos destaca que a disponibilidade de uma atenção adequada em saúde tende a variar inversamente com a necessidade da população. Nesse sentido, ao relacionar as teorias e a promoção de práticas corporais/atividade física, visando não ampliar as desigualdades de acesso a tais práticas, o presente ensaio defende a ampliação das políticas públicas no contexto atual. **Conclusões:** Conclui-se que são as políticas públicas, a vinculação com o SUS e com seus princípios em ações de outros setores como os de infraestrutura das cidades e esporte e lazer, que precisam ser compreendidas como prioridade. É nessa perspectiva que acreditamos em um avanço de ações de promoção das práticas corporais/atividade física contextualizada socialmente, e que sejam capazes de priorizar àqueles que mais necessitam. **Relevância:** A Relevância do presente ensaio é fazer uma chamada para reflexão sobre as formas vigentes de promoção de atividade física, muitas vezes descontextualizadas socialmente, e de fazer uma defesa das políticas públicas voltadas para quem mais precisa.

**Palavras chave:** Equidade, Ensaio, Promoção de saúde.

**Código resumo:** 44





# Promoção da atividade física na Colômbia um compromisso do país um modelo para a América Latina

## AUTORES

Nubia Yaneth Ruiz Gomez

: Ministerio del Deporte - Colombia.

## CORRESPONDÊNCIA

[ruizgomeznubiaya@gmail.com](mailto:ruizgomeznubiaya@gmail.com)

Rev Bras Ativ Fis Saude 26(suppl 3):85

**Antecedentes:** O aumento da carga de doenças devido ao aumento dos níveis de inatividade física no mundo está gerando consequências negativas que afetam a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas. Em países como a Colômbia e de acordo com os dados da Pesquisa Nacional de Situação Nutricional da Colômbia de 2015, ficou evidenciado que 51,3% dos colombianos na idade adulta cumprem as recomendações globais em atividade física (AF), que são acumular pelo menos 150 minutos de AF moderada por semana ou 75 minutos de AF vigorosa no mesmo período de tempo. **Objetivos:** Fortalecer e incentivar a criação de programas que incentivem a prática regular de atividade física e a promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis (HEVS). Isso para melhorar o bem-estar e a saúde da população colombiana, apoiando as iniciativas geradas pelas entidades esportivas estaduais e municipais que permitem favorecer o acesso da população a uma oferta com cobertura e qualidade. **Métodos:** Dedutivo, descritivo. **Resultados:** 1.400.000 atendimentos para as pessoas em 2019. Foi feito um investimento de cerca de 2,2 milhões de dólares. Implementação do programa HEVS em 292 municípios e 31 estados da Colômbia. **Conclusões:** O Governo da Colômbia implementou o Programa Nacional HEVS há 11 anos, com mais de 16 milhões de beneficiários nesse período. As estratégias baseadas em evidências científicas são: grupos regulares e não regulares de AF (sessões comunitárias de AF), aconselhamento a instituições ou organizações, aconselhamento domiciliar, eventos em massa, rotas ativas e saudáveis (Ciclovias), ações para promover o HEVS e como ação transversal o trabalho intersetorial. A prevalência de atividade física no lazer aumentou de 19,9% para 23,5% da população colombiana. A Colômbia apresenta um modelo de trabalho em rede por meio da união de esforços nacionais e territoriais. Alianças foram geradas com a academia, em nível nacional e internacional para produzir informações valiosas para a tomada de decisões na implementação de ações para promover o HEVS na Colômbia por meio do Sistema Nacional de Treinamento, buscando deixar capacidade instalada nos líderes, que possa dar escalabilidade para o programa HEVS. **Relevância:** Apresentar um modelo de política pública para a região da América Latina e, assim, compartilhar boas práticas para a promoção da atividade física.

**Palavras chave:** Atividade física, Escalabilidade, Promoção de HEVS, Políticas públicas.

**Código resumo:** 85

