

Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde

Editores Chefe

Átila Alexandre Trapé

Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto,
São Paulo, Brasil

Raphael Ritti-Dias

Universidade Nove de Julho, São Paulo, São
Paulo, Brasil

Editores Associados

Alba Camacho-Cardenosa

Universidad de Granada, Granada, Espanha

Adriano Ferreira Akira Hino

Pontifícia Universidade Católica do Paraná,
Curitiba, Paraná, Brasil

André Pereira dos Santos

University of Washington, Seattle, Estados
Unidos

Caroline Brand

Pontifícia Universidad Católica de Valparaíso,
Valparaíso, Chile

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

Inês Amanda Streit

Universidade Federal do Amazonas,
Manaus, Amazonas, Brasil

Júlio Brugnara Mello

Pontifícia Universidad Católica de Valparaíso,
Valparaíso, Chile

Luiz Guilherme Grossi Porto

Universidade de Brasília, Brasília, Distrito
Federal, Brasil

Mara Cristina Lofrano-Prado

California State University – San Bernardi-
no, Estados Unidos

Marcelo Romanzini

Universidade Estadual de Londrina, Brasil

Maria Cecilia Marinho Tenório

University of Illinois Urbana-Champaign,
Estados Unidos

Marta Camacho-Cardenosa

Instituto Maimónides de Investigación
Biomédica de Córdoba – Andalucía,
Espanha

Mathias Roberto Loch

Universidade Estadual de Londrina, Lon-
drina, Paraná, Brasil

Sofia Wolker Manta

Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Sueyla Ferreira da Silva dos Santos
Universidade Federal do Amazonas,
Parintins, Amazonas, Brasil

Valter Cordeiro Barbosa Filho
Instituto Federal do Ceará, Brasil

Editores Assistentes

Jean Lucas Rosa

Sociedade Brasileira de Atividade Física e
Saúde, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Elusa Santina Antunes de Oliveira

Sociedade Brasileira de Atividade Física e
Saúde, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Missão

A Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde (RBAFS) é o periódico oficial da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, de acesso aberto (open access), de avaliação por pares, fluxo contínuo e de caráter multidisciplinar. A missão da RBAFS é de disseminar o conteúdo científico de caráter teórico, empírico e educacional para contribuir no avanço da área de atividade física e saúde.

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,
Bairro Trindade, Florianópolis, Santa
Catarina, Brasil, CEP 88040-900

<http://rbafs.org.br> – 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). As submissões poderão entrar em sistema de avaliação rápida (*fast track*) desde que os(as) autores(as) apresentem justificativa plausível na carta de apresentação.

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
- CEV – Centro Virtual Esportivo

Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde (SBAFS)

Diretoria 2024 – 2026

Christianne de Faria Coelho
Ravagnani

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Presidenta

Jorge Bezerra

Universidade de Pernambuco

Vice-Presidente

Diretora Científica

Daisy Motta Santos

Universidade Federal de Minas Gerais

Primeiro Tesoureiro

Jean Augusto Coelho Guimarães

Universidade de São Paulo

Segundo Tesoureiro

Daniel Rogério Petreça

Universidade de Pernambuco

Primeiro Secretário

Danilo Rodrigues Pereira da Silva

Universidade Federal de Sergipe

Segundo Secretário

Fabricao Cesar de Paula Ravagnani

Instituto Federal de Mato Grosso do Sul

Membros Titulares

Raphael Mendes Ritti Dias

Universidade Nove de Julho

Luís Alberto Gobbo

Universidade Estadual Paulista Júlio de
Mesquita Filho

Edineia Aparecida Gomes Ribeiro

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul

Sueyla Ferreira da Silva dos Santos

Universidade Estadual Paulista Júlio Mes-
quita Filho

Jucemar Benedet

Universidade Federal de Santa Catarina

Roseanne Gomes Autran

Universidade Federal do Amazonas

Gestão de Mídias

Caroline Rezende dos Reis

Instituto Federal de Mato Grosso do Sul



CAMINHANDO PARA UM FUTURO MAIS ATIVO:
DAS CLÍNICAS ÀS INTERVENÇÕES POPULACIONAIS

VI Simpósio de Atividade Física e Saúde da Região Sul

14 e 16 de novembro de 2024
Universidade do Extremo Sul Catarinense,
Criciúma, Santa Catarina

COMISSÃO ORGANIZADORA

Joni Márcio de Farias
Universidade do Extremo Sul
Catarinense
Presidente do SSBAFS

Christianne de Faria Coelho
Ravagnani
Presidente da Sociedade Brasileira de
Atividade Física e Saúde

Priscila Custódio Martins
Universidade do Extremo Sul
Catarinense
Tesoureira

COMISSÃO CIENTÍFICA

Coordenadores
Susana Cararo Confortin
Isabel Oliveira Bierhals
Priscila Custódio Martins
Vanessa Iribarrem Avena Miranda

Membros

Ana Carolina Vitória Grasso

Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen
Henrique Ascari Gonçalves
Lara Barbosa Damazio
Luiza Llantada Coelho
Marcos Bauer Torriani
Nicole Lovison Bastia
Poliana Silveira da Silva
Gonçalves
Sabrina Capra Bertolin
Yuri Santos Siqueira

COMISSÃO DE SECRETÁRIA

Coordenadores
Ricardo Quinaud
Priscila Custódio Martins

Membros

Aline Cristina Vieira de Lima
Leandro de Oliveira Carpes
Marcos Paulo Campos Assis
Maria Antônia Rodrigues Ramos
Marianka Rocha da Luz
Pedro Coelho Pereira

COMISSÃO DE HOSPEDAGEM E INFRAESTRUTURA

Coordenadores
Silvio Ávila Júnior
Tiago Lock

COMISSÃO DE DIVULGAÇÃO

Coordenadora:
Eduarda Valim Pereira
Membros
Álissa Melo Tolfo
Cristiani Rocha Sardá De Martin
Larissa da Silva Dario
Maria Eduarda Westrup
Apolinário
Pedro Coelho Pereira
Rafaela Philippi
Sarah Valentim Américo

COMISSÃO DE ORÇAMENTO E FINANÇAS

Coordenador:
Joni Marcio de Farias
Membro
Erica Tassi Frello

PARCERIA



APOIO



ORGANIZAÇÃO E REALIZAÇÃO





VI Simpósio de Atividade Física e Saúde da Região Sul

AUTORES

Susana Cararo Confortin¹

Isabel Oliveira Bierhals¹

Priscila Custódio Martins¹

Vanessa Iribarrem Avena Miranda¹

Joni Márcio Farias¹

¹ Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, Santa Catarina, Brasil.

Entre os dias 14 e 16 de novembro de 2024, a Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), em Criciúma, Santa Catarina, foi palco do VI Simpósio de Atividade Física e Saúde da Região Sul. O evento reuniu especialistas, pesquisadores, estudantes e profissionais comprometidos com a promoção de uma vida mais ativa e saudável, bem como da prevenção de doenças e agravos, consolidando-se como um marco para a ciência e a prática na região Sul do Brasil.

Com o tema “Caminhando para um futuro mais ativo: da clínica às intervenções populacionais”, o simpósio destacou a importância de integrar os avanços clínicos com estratégias populacionais de promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos. As atividades abordaram temas fundamentais para a atividade física e a saúde coletiva, desde a prevenção de doenças crônicas até a formulação de políticas públicas e intervenções comunitárias.

O evento contou com, aproximadamente, 200 inscritos, oriundos de 7 estados do Brasil (RS, SC, PR, SP, MG, RJ, BA). A programação foi intensa e diversificada, com 12 atividades distribuídas entre palestras, oficinas, mini-cursos e sessões de apresentação de trabalhos nos formatos oral e pôster. O evento contou com a participação de 17 palestrantes e 10 moderadores e possibilitou a apresentação de 120 resumos. A qualidade dos debates e a relevância das pesquisas apresentadas reforçaram o papel da ciência para orientar práticas e intervenções que promovam um futuro mais ativo e saudável.

A Comissão Organizadora expressa seus sinceros agradecimentos à FAPESC, ao CREF-SC e à UNESC, cuja parceria e apoio foram fundamentais para a realização deste evento. Sem a colaboração dessas instituições, o simpósio não teria alcançado o mesmo nível de excelência e impacto científico. Agradecemos também a todos que participaram e contribuíram para o sucesso do simpósio. O conhecimento compartilhado ao longo desses dias certamente fortalecerá as ações de promoção da saúde na região e inspirará novas colaborações e projetos. Que as ideias discutidas se transformem em iniciativas concretas, promovendo o bem-estar das populações e construindo uma sociedade mais ativa e saudável.



Sumário

EIXO 1 – Promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos

- 2 Walk Score da Vila Albertina Um raio-x da mobilidade urbana a partir da visão da periferia
Eduardo P. Brunello
 - 3 Uso de drogas e associação com violência sexual entre adolescentes escolares brasileiros
Ramaiano Fontes Silva, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Lucimara Nunes Ferreira, Iago Oliveira de Souza, Aline Cristina Vieira de Lima, Caroline Lima Cardoso, Susana Cararo Confortin
 - 4 Eficácia dos protetores bucais na prevenção de traumas orofaciais em atletas: revisão de literatura
Ramaiano Fontes Silva, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Lucimara Nunes Ferreira, Iago Oliveira de Souza, Aline Cristina Vieira de Lima, Caroline Lima Cardoso, Susana Cararo Confortin
 - 5 Inserção de práticas culturais locais na promoção da saúde de idosos: Lições aprendidas no interior da Bahia
Iago Oliveira de Souza, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Ramaiano Fontes Silva, Lucimara Nunes Ferreira, Caroline Lima Cardoso, Aline Cristina Vieira de Lima, Susana Cararo Confortin
 - 6 Depressão e Atividade física: evidências em pacientes de um Centro de Atenção Psicossocial
Ione Jayce Ceola Schneider, Bruna Mascarenhas Santos, Bruna Vanti da Rocha, Vanessa Pereira Corrêa, Nicolle Castilho da Silva, Danielle Soares Rocha Vieira
 - 7 Percepção corporal de adolescentes escolares brasileiros
Yuri Santos Siqueira, Susana Cararo Confortin, Marianka Fernandes Rocha da Luz, Luiza Llantada Coelho, Érica Tassi Frello, Ana Clara Roos Fadanelli, Nicole Lovison Bastian, Larissa Da Silva Dario, Maria Antônia Rodrigues Ramos, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
 - 8 Relação entre uso de drogas por adolescentes e amigos para apoio mental
Henrique Ascari Gonçalves, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Luiza Llantada Coelho, Ellen Valeska Santos, Érica Tassi Frello, Larissa da Silva Dario, Yuri Santos Siqueira, Aline Cristina Vieira de Lima, Alissa Melo Tolfo, Susana Cararo Confortin
 - 9 Desigualdade sociais no consumo de alimentos entre gestantes de Criciúma-SC
Gabriela Evaldt Espindola, Fernanda Oliveira Meller, Micaela Rabelo Quadra, Leonardo Pozza dos Santos, Caroline dos Santos Costa, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Maria Vitória Rodrigues Teixeira, Antônio Augusto Schäfer
 - 10 Associação entre uso de drogas e tristeza em adolescentes brasileiros
Érica Tassi Frello, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Luiza Llantada Coelho, Ellen Valeska Santos, Larissa da Silva Dário, Yuri Santos Siqueira, Ana Carolina Vitória Grasso, Ana Clara Roos Fadanelli, Ana Flávia Araújo de Souza, Susana Cararo Confortin
 - 11 Redução de força de preensão manual e incontinência urinária em mulheres mais velhas
Ana Paula Dalberto, Ione Jayce Ceola Schneider
 - 12 Associação entre o uso de drogas e irritabilidade em adolescentes brasileiros
Larissa da Silva Dario, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Luiza Llantada Coelho, Ellen Valeska Santos, Érica Tassi Frello, Yuri Santos Siqueira, Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen, Ana Julia Bressan de Medeiros, Henrique Ascari Gonçalves, Susana Cararo Confortin
 - 13 Tendências de aptidão física de escolares de um município do sul do Brasil entre 2004 e 2017
Luciana Tornquist, Ana Paula Sehn, Nathália Quaiatto Félix, Kamila Mohammad Kamal Mansour, Debora Tornquist, Jane Dagmar Pollo Renner, Cézane Priscila Reuter
 - 14 Associação da violência sexual com o comportamento sedentário em adolescentes brasileiros
Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen, Susana Cararo Confortin, Érica Tassi Frello, Henrique Ascari Gonçalves, Lara Barbosa Damazio, Larissa da Silva Dario, Luiza Llantada Coelho, Vanessa Cândido, Maria Antônia Rodrigues Ramos, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
 - 15 Existe relação entre comportamento sedentário e a violência comunitária?
Maria Antônia Rodrigues Ramos, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Álissa Melo Tolfo, Ana Carolina Vitória Grasso, Ana Clara Roos Fadanelli, Ana Flávia Araújo de Souza, Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen, Ana Julia Bressan de Medeiros, Cristiane Damiani Tomasi, Susana Cararo Confortin
 - 16 Prevalência de uso de cigarro eletrônico em adolescentes escolares brasileiros
Sabrina Capra Bertolin, Susana Cararo Confortin, Lara Barbosa Damazio, Larissa da Silva Dario, Luiza Llantada Coelho, Caroline Lima Cardoso, Maria Antônia Rodrigues Ramos, Marianka Fernandes Rocha da Luz, Nicole Lovison Bastian, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
 - 17 Casos de hipertensão atribuíveis à redução da atividade física durante a pandemia de COVID-19
Natan Feter, Jayne Feter, Eduardo L Caputo, Airton J Rombaldi
 - 18 Tai Chi Chuan no Programa Patos + Saudável: promoção de saúde e do bem estar
Aline Francielle De Magalhães, Erica Geralda Rodrigues, Jéssica Laís de Oliveira Pimenta, Jordano Savio Teixeira, Marilene Rivany Nunes
 - 19 Perfil de saúde e aptidão física de técnico-administrativos do Centro de Desportos/UFSC
Micheli Carminatti, Maria Eduarda Sirydakís, Josefina Bertoli, Isadora Dalla Lana, Lucas Dalla Vecchia Lanzarini, Aline Mendes Gerage da Silva, Rodrigo Sudatti Delevatti, Cíntia de la Rocha Freitas
-

- 20** Associação entre qualidade do sono e multimorbidade em adultos no sul do Brasil
Maria Vitória Rodrigues Teixeira, Antônio Augusto Schäfer, Arthur Lima Barbosa, Samuel Dumith, Fernanda Oliveira Meller
- 21** Interseccionalidades, atividade física e sintomas depressivos em estudantes universitários brasileiros
Debora Tornquist, Eduarda Bitencourt dos Santos, Julia Amaral Teixeira, Maria Eduarda Adornes Guimarães, Jênifer de Oliveira, Gustavo Silveira Oliveira, Carolina Piccolo Carvalho, Isabela Biasi, Aline Josiane Waclawovsky, Felipe Barreto Schuch
- 22** Associação entre saúde mental e qualidade de vida no sul do Brasil
Arthur Lima Barbosa, Fernanda Oliveira Meller, Rafael Zaneripe de Souza Nunes, Abner Delfino dos Santos, Luciane Bisognin Ceretta, Antônio Augusto Schäfer
- 23** Comportamento ativo e preocupação ao atravessar a rua em adultos brasileiros mais velhos
Joaquim Henrique Lorenzetti Branco, Nicolas Weissshahn, Vanessa Pereira Corrêa, Laís Coan Fontanela, Danielle Soares Rocha Vieira, Ione Jayce Ceola Schneider
- 24** Comportamento sedentário e preocupação ao atravessar a rua em adultos brasileiros mais velhos
Joaquim Henrique Lorenzetti Branco, Nicolas Weissshahn, Vanessa Pereira Corrêa, Laís Coan Fontanela, Danielle Soares Rocha Vieira, Ione Jayce Ceola Schneider
- 25** Associação de fatores discriminatórios e percepção de melhora no Centro de Atenção Psicossocial
Eduardo Luis Bordignon Ferrari, Laís Coan Fontanela, Bruna Vanti da Rocha, Vanessa Pereira Corrêa, Nicolle Castilho da Silva, Danielle Soares Rocha Vieira, Ione Jayce Ceola Schneider
- 26** Influência do ambiente alimentar na dieta de adultos e idosos do Sul do Brasil
Heloisa Tibes da Silva Manarin, Maria Eduarda Oliveira Cardoso, Fernanda Oliveira Meller, Leonardo Pozza dos Santos, Camila Dallazen, Antônio Augusto Schäfer
- 27** Tabagismo entre adultos no Sul do Brasil durante a pandemia de COVID-19
Nicolly Ribeiro, Ravena Pavei Jacinto, Fernanda Oliveira Meller, Camila Dallazen, Jaqueline S. Generoso, Gabriela Evaldt Espíndola, Micaela Rabelo Quadra, Luciane Bisognin Ceretta, Antônio Augusto Schäfer
- 28** Uso de álcool e associação com violência sexual entre adolescentes escolares brasileiros
Aline Cristina Vieira de Lima, Susana Cararo Confortin, Poliana Silveira da Silva Gonçalves, Sabrina Capra Bertolin, Yuri Santos Siqueira, Álissa Melo Tolfo, Ana Carolina Vitória Grasso, Ana Clara Roos Fadanelli, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
- 29** Associação entre violência sexual e saúde mental em adolescentes brasileiros
Érica Tassi Frello, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Ana Clara Roos Fadanelli, Ana Carolina Vitória Grasso, Ana Flávia Araújo de Souza, Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen, Ana Julia Bressan de Medeiros, Henrique Ascari Gonçalves, Lara Barbosa Damazio, Susana Cararo Confortin
- 30** Associação entre violência sexual e sintomas de tristeza em adolescentes
Ana Flávia Araújo de Souza, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Larissa da Silva Dario, Luiza Llantada Coelho, Ramaiano Fontes Silva, Maria Antônia Rodrigues Ramos, Marianka Fernandes Rocha da Luz, Nicole Lovison Bastian, Poliana Silveira da Silva Gonçalves, Susana Cararo Confortin
- 31** Qualidade de vida e sintomas depressivos de servidores participantes do projeto “MovimenTAES”
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís, Micheli Carminatti, Josefina Bertoli, Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo, Juliane Bregalda, Aline Mendes Gerage, Rodrigo Sudatti Delevatti, Cíntia de la Rocha Freitas
- 32** Evidências sobre mortalidade de mulheres jovens por causas evitáveis: uma breve revisão da literatura no Brasil
Ian Rabelo Gabriel, Tauana Prestes Schmidt, Bruna Vanti da Rocha, Vanessa Pereira Corrêa
- 33** Os efeitos do exercício físico na gestação
Isabella Aguiar Cardoso, Vitor Piva Vianna, Pedro Bielohoubek, Marcos Paulo Campos Assis, Silvio Avila Junior
- 34** Impacto do exercício físico em pessoas com depressão
Vitor Piva Viana, Isabella Aguiar Cardoso, Pedro Bielohoubek, Marcos Paulo Campos Assis, Silvio Avila Júnior
- 35** Iniquidades socioeconômicas associadas à caminhada no lazer: resultados do estudo EpiFloripa Idoso
Kayky Ferreira Melo, João Vitor Santos da Silva, Eduardo Borsatto Gonçalves, Joel de Almeida Siqueira Junior, Eleonora d’Orsi, Cassiano Ricardo Rech
- 36** Associação entre violência sexual e quantidade de amigos próximos entre adolescentes escolares
Ana Carolina Vitoria Grasso, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Marianka Fernandes Rocha da Luz, Nicole Lovison Bastian, Poliana Silveira da Silva Gonçalves, Sabrina Capra Bertolin, Yuri Santos Siqueira, Aline Cristina Vieira de Lima, Alissa Melo Tolfo, Susana Cararo Confortin
- 37** Associação entre violência sexual e a percepção de valor da vida em adolescentes
Aline Cristina Vieira de Lima, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Ana Julia Bressan de Medeiros, Sabrina Capra Bertolin, Yuri Santos Siqueira, Alissa Melo Tolfo, Ana Carolina Vitória Grasso, Ana Clara Roos Fadanelli, Ana Flávia Araújo de Souza, Susana Cararo Confortin
- 38** Associação entre o tabagismo e a autopercepção da saúde em adolescentes escolares
Wilson Guilherme Nunes Rosa Junior, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Joao Vinicius Debiasi Canarin, Gabrielly Fernandes Viana, Frederico Zanini de Faveri, Davi Menegon de Farias, Gabriela Mariano Felisberto, Joni Márcio de Farias, Susana Cararo Confortin
-

- 39** Associação das barreiras para o aconselhamento sobre atividade física com a prática do modelo 5As
Lucas Gomes Alves, Carmen Arisi Terenzi, Ana Cecilia Alves Cardoso, Kaliane Maia, Sheylane de Queiroz Moraes, Cassiano Ricardo Rech
- 40** Associação entre raça e atividade física em adolescentes escolares
Gabriélly Fernandes Viana, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Frederico Zanini de Faveri, Davi Menegon de Farias, João Vinicius Debiasi Canarin, Wilson Guilherme Nunes Rosa Junior, Joni Márcio de Farias, Susana Cararo Confortin
- 41** Associação entre distribuição de gordura corporal e histórico de quedas em idosos comunitários do Extremo Sul Catarinense
Angélica Lopes, Elaine Cristina Lopes, Laís Coan Fontanela, Tais Cremer Dotto, Heloyse Uliam Kuriki, Danielle Soares Vieira, Núbia Carelli Pereira de Avelar, Ana Lúcia Danielewicz
- 42** Associação entre o uso de drogas e a atividade física em adolescentes escolares
Frederico Zanini de Faveri, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Joni Márcio de Farias, Gabriélly Fernandes Viana, Davi Menegon de Farias, João Vinicius Debiasi Canarin, Wilson Guilherme Nunes Rosa Junior, Susana Cararo Confortin
- 43** Avaliação da capacidade funcional de pacientes acometidos pela COVID-19
Leticia da Silveira Ugioni, Lara Colombo Gomes, Maria Eduarda Rosa Frassão, João Victor Rocha Trombim, Felipe Dal Pizzol, Gabriele da Silveira Prestes
- 44** Associação entre violência sexual e inatividade física em adolescentes brasileiros
Nicole Lovison Bastian, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Poliana Silveira da Silva Gonçalves, Sabrina Capra Bertolin, Yuri Santos Siqueira, Aline Cristina Vieira de Lima, Álissa Melo Tolfo, Ana Carolina Vitória Grasso, Ana Clara Roos Fadanelli, Susana Cararo Confortin
- 45** Associação entre tabagismo e violência sexual entre adolescentes escolares brasileiros
Poliana Silveira da Silva Gonçalves, Susana Cararo Confortin, Aline Cristina Vieira de Lima, Ana Flávia Araújo de Souza, Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen, Ana Julia Bressan de Medeiros, Érica Tassi Frello, Henrique Ascari Gonçalves, Lara Barbosa Damazio, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
- 46** Perfil epidemiológico de crianças com crise febril em um hospital no sul de Santa Catarina
João Pedro Viapiana Paviani, Leonardo Pizzolotto Ferreira, Giselle Guarezi Martins, Vito Longaretti Miraglia
- 47** Benefícios da natureza para a atividade física: revisão de literatura
Laura Baggio Moraes, Giovanna Gattoni, Nicolly Ribeiro, Larissa Chagas Moreira
- 48** Estilo de vida e rastreamento dos cânceres de mama e de colo de útero: Pesquisa Nacional de Saúde 2019
Leticia Schmitz Nacur de Almeida, Renato Claudino, Jhonatan Wellington Pereira Gaia, Marcus Weber, Clarissa Medeiros, Manuela Karloh, Thiago Souza Matias
- 49** Relação da força de preensão manual, força de membros superiores e inferiores em Pacientes pós-COVID-19
Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo, Maria Eduarda de Moraes Sirydakís, Licelli Amante Cardoso, João Marcelo Motta Siqueira, Aline Mendes Gerage, Rodrigo Sudatti Delevatti, Cíntia de la Rocha Freitas
- 50** Relação entre o estado nutricional e risco de depressão em adolescentes
Celita Friedrich, Bruno Nunes de Oliveira, Gabriel Maciel, Kelly Samara da Silva
- 51** Perfil epidemiológico dos pacientes com psoríase de uma cidade do extremo sul catarinense
Giselle Guarezi Martins, Vito Longaretti Miraglia, Leonardo Pizzolotto Ferreira, João Pedro Viapiana Paviani, Bruna Mendes Mello, Marina Rosa Cardoso, Gabriel Zanette Bristol, Juliana Harumi Makiyama, Mateus de Luca, Andresa Lisboa de Sá
- 52** Impacto da pandemia de COVID-19 nas notificações de violência contra a mulher em Santa Catarina
Naomi Tamima Estevam Cipriano, Caroline Prudêncio Cardoso, Cristiane Tomasi Damiani
- 53** Avaliação dos parâmetros de aptidão física de meninas praticantes de futebol de campo
Davi Silva Zanlorensi, Isabelle Portugal Stival, Leonardo Starepravo De Conto, Gustavo Piana, Luana Loss Cabral, Maria Thereza Oliveira Souza, Christian Frøyd, Gleber Pereira
- 54** Comparação da aptidão física entre meninas praticantes de futebol no Brasil e na Noruega
Davi Silva Zanlorensi, Isabelle Portugal Stival, Allan Malewschik Marchiorato França, Eduardo Bodnariuc Fontes, Luana Loss Cabral, Maria Thereza Oliveira Souza, Christian Frøyd, Gleber Pereira
- 55** Interação entre exercício físico e cognição: mecanismos fisiológicos atualizados
Larissa Chagas Moreira, Nicolly Ribeiro, Giovanna Gattoni, Laura Baggio Moraes
- 56** Efeito de um programa de natação para iniciantes sobre eficiência do sono e escores de depressão em idosos multimórbidos
Nando Casagrande Monteiro, Elias de Oliveira Magagnin, Marco Antônio Benavides da Silveira, Luana Piacentini Brunel, Ana Claudia de Oliveira Borba, Roberta da Cruz, Vitória Oliveira Silva da Silva, Karin Martins Gomes, Paulo Cesar Lock Silveira, Luciano Acordi da Silva
- 57** Associação entre o uso de drogas e a consideração sobre a vida valer a pena em escolares de 13 a 17 anos do Brasil
Luiza Llantada Coelho, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Ellen Valeska Santos, Érica Tassi Frello, Larissa da Silva Dario, Yuri Santos Siqueira, Lara Barbosa Damazio, Lucimara Nunes Ferreira, Maria Antônia Rodrigues Ramos, Susana Cararo Confortin

- 58** Notificações de mortalidade por acidentes de trânsito de homens em Criciúma, por grupo etário, no período de 2018 a 2023
Luiza Llantada Coelho, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Marianka Fernandes Rocha da Luz, Érica Tassi Frello, Yuri Santos Siqueira, Cristiane Damiani Tomasi, Susana Cararo Confortin
- 59** Satisfação da imagem corporal de adolescentes escolares brasileiros
Marianka Fernandes Rocha da Luz, Susana Cararo Confortin, Yuri Santos Siqueira, Érica Tassi Frello, Nicole Lovison Bastian, Henrique Ascari Gonçalves, Ana Clara Roos Fadanelli, Luiza Llantada Coelho, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
- 60** Existe relação entre atividade física e a autopercepção de saúde?
Lara Barbosa Damazio, Vanessa Iribarrem Avena Miranda, Ana Flávia Araújo de Souza, Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen, Ana Julia Bressan de Medeiros, Érica Tassi Frello, Henrique Ascari Gonçalves, Larissa da Silva Dario, Luiza Llantada Coelho, Susana Cararo Confortin
- 61** Tratamento restaurador atraumático no âmbito escolar – uma estratégia de promoção de saúde bucal
Poliana Rodrigues Moraes, Cristian Serpa, Joni Marcio de Farias
- 62** Características dos estudos sobre moderadores da atividade física em crianças e adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática
Matheus Taborda, Bruna Ramos, Thamires Gabrielly dos Santos Coco, Paulo Henrique Guerra, Adriano Akira Ferreira Hino
- 63** Existe relação entre atividade física e a violência comunitária em adolescentes?
Álissa Melo Tolfo, Susana Cararo Confortin, Maria Antônia Rodrigues Ramos, Marianka Fernandes Rocha da Luz, Nicole Lovison Bastian, Poliana Silveira da Silva Gonçalves, Sabrina Capra Bertolin, Yuri Santos Siqueira, Aline Cristina Vieira de Lima, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
- 64** Inatividade física e seu impacto na saúde
Bianca Goulart Silvano, Antônio Augusto Schäfer, Samuel de Carvalho Dumith, Micaela Rabelo Quadra, Janis Elfíbio, Fernanda Daminelli Eugênio, Tamara Justin da Silva, Carla Ribeiro Ciochetto, Fernanda Oliveira Meller
- 65** Os benefícios da atividade física no combate a obesidade infantil
Amanda Tonelli, Lara Bertoldi Agostini
- 66** Comportamento de risco entre adolescentes escolares brasileiros
Fernanda Casagrande Velho Mattioli, Susana Cararo Confortin, Luiza Llantada Coelho, Marianka Fernandes Rocha da Luz, Nicole Lovison Bastian, Poliana Silveira da Silva Gonçalves, Sabrina Capra Bertolin, Caroline Lima Cardoso, Lisiane Tuon, Vanessa Iribarrem Avena Miranda
- 67** Apoio social influenciou a atividade física e tempo sedentário em idosos durante pandemia COVID-19?
Júlio César Padilha Bruno, Viviane Nogueira de Zorzi, Eleonora d'Orsi, Cassiano Ricardo Rech
- 68** Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em adultos brasileiros
Matheus Evangelista Sales, Átila Souza dos Santos Menezes, Isabel Oliveira Bierhals
- 69** Atividade física em camundongos pré e durante gestação: ação antígenotóxica na prole com o tratamento à base de frutose nas fêmeas matrizes
Otavio Lúcio Possamai, Marina Lummertz Magenis, Isadora de Oliveira Monteiro, Marcelo Morganti Sant'Anna, Nicollas dos Santos da Silva, Adriani Paganini Damiani, Vanessa Moraes de Andrade
- 70** Associação entre fatores antropométricos e de saúde em adultos da região de Joinville
Marcela Cardoso de Oliveira, Eduarda Eugenia Dias de Jesus, Milena Carvalho, Lucas Berber Stuhr Medicina, Fabricio Faitarone Brasilino, Alexandre Rosa, Ingridy Thais Della Betta Bernardi, Pedro Jorge Cortes Morales
- 71** Exercício físico voluntário modula parâmetros mutagênicos em camundongos alimentados com dieta cafeteria
Maria Laura da Silva Geremias, Giulia Strapazzon, Amanda Gasperin Velho, Gabriela Mezzari Juvêncio, Marcelo Morganti Sant'Anna, Isadora de Oliveira Monteiro, Marina Lummertz Magenis, Nicollas dos Santos da Silva, Otávio Lúcio Possamai, Vanessa Moraes de Andrade
- 72** Promoção da saúde na terceira idade: Um relato de experiência a partir das vivências no estágio obrigatório
Maria Clara Vieira Ferreira
- 73** Avaliação glicêmica e da insulina em camundongos submetidos à dieta cafeteria e exercício físico voluntário
Leticia da Silveira Ugioni, Giulia Strapazzon, Ana Julia Bressan de Medeiros, Marcelo Morganti Sant'Anna, Isadora de Oliveira Monteiro, Marina Lummertz Magenis, Nicollas dos Santos da Silva, Otávio Lúcio Possamai, Luiza Martins Longaretti, Vanessa Moraes de Andrade
- 74** A atividade física nas eleições 2024: Um estudo sobre os prefeituráveis de Curitiba/PR
Gustavo Santos Bomfim, Cristiano Araujo Dias, Temistocles Damasceno Silva
- 75** A atividade física nas eleições 2024: Um estudo sobre os prefeituráveis de Porto Alegre
Julia Estephany de Oliveira dos Santos, Cristiano Araujo Dias, Temistocles Damasceno Silva
- 76** Prevenção do câncer de mama: relato de experiência
Sofia de Stefani Milioli, Maria Eduarda Felisberto de Macedo, Marina Salvaro Sônego
- 77** Efeitos do exercício físico voluntário sobre parâmetros metabólicos e genotóxicos em camundongos alimentados com dieta cafeteria
Marcelo Morganti Sant'Anna, Giulia Strapazzon, Luiza Martins Longaretti, Angela Carolini da Luz Beretta, Isadora de Oliveira Monteiro, Marina Lummertz Magenis, Nicollas dos Santos da Silva, Otávio Lúcio Possamai, Adriani Paganini Damiani, Vanessa Moraes de Andrade

- 78 Aptidão física e qualidade de vida em idosos: um estudo transversal
Maurício Fagundes Santos, Gabriel Marcelo Luiz, Geiziane Laurindo de Moraes
- 79 A atividade física nas eleições 2024: Um estudo sobre os prefeituráveis de Florianópolis/SC
João Victor Bernardes Cruz Costa, Cristiano Araújo Dias, Temistocles Damasceno Silva

EIXO 2 – Intervenções clínicas e saúde individual

- 81 Relação entre composição corporal e posição dos atletas com a aptidão física no voleibol
Eduarda Eugenia Dias de Jesus, Fabrício Faitarone Brasilino, Alexandre Rosa, Pedro Jorge Cortes Morales
- 82 O treinamento funcional pode causar efeitos positivos nos sintomas depressivos e na cognição de pessoas com Parkinson? Ensaio clínico randomizado
Alicia Garcia Lima, Jéssica Amaro Moratelli, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
- 83 Evidências de intervenções de dança na cognição de pessoas com Parkinson: uma revisão sistemática com metanálise
Priscila Rodrigues Gil, Jéssica Amaro Moratelli, Danielly Yani Fausto, Kettlyn Hames Alexandre, Audrey Alcantara Garcia Meliani, Alicia Garcia Lima, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
- 84 A eficácia do Mat Pilates na cognição, humor e perspectiva do envelhecimento de pessoas com Parkinson: um ensaio clínico randomizado
Audrey Alcantara Garcia Meliani, Jéssica Amaro Moratelli, Kettlyn Hames Alexandre, Julia Beatriz Bocchi Martins, Danielly Yani Fausto, Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães
- 85 Efeitos da fotobiomodulação e restrição de fluxo sanguíneo no treinamento resistido – estudo piloto
Vitor Kinoshita Souza, Eduardo Luis Bordignon Ferrari, Alencar Biz Marques, Heloyse Uliam Kuriki, Alexandre Marcolino, Rafael Inácio Barbosa
- 86 Relato de experiência: promoção de saúde no contexto hospitalar, uma experiência profissional no SUS
Deivid da Silva Sampaio
- 87 Comparação de frequências de exercícios aquáticos na saúde de idosos com multimorbidade
Vitória Oliveira Silva da Silva, Luana Piacentini Brunel, Ana Claudia de Oliveira Borba, Nando Casagrande Monteiro, Kristian Madeira, Luciano Acordi da Silva, Paulo Cesar Lock Silveira
- 88 Impacto de um programa de hidroginástica aeróbia na eficiência e resistência muscular dos membros inferiores em idosos diabéticos
Ana Claudia de Oliveira Borba, Vitória Oliveira Silva da Silva, Ana Luiza dos Santos Escobar, Elias de Oliveira Magagnin, Roberta da Cruz, Nando Casagrande Monteiro, Marco Antônio Benavides da Silveira, Luana Piacentini Brunel, Paulo Cesar Lock Silveira, Luciano Acordi da Silva

- 89 Alterações no estresse oxidativo e cortisol: desfechos na saúde mental e física em nadadores
Vitória Oliveira Silva da Silva, Elias de Oliveira Magagnin, Thiago Geremias dos Santos, Marco Antônio Benavides da Silveira, Ana Luiza dos Santos Escobar, Roberta da Cruz, Lucas Lacerda Della Giustina, Karin Martins Gomes, Paulo Cesar Lock Silveira, Luciano Acordi da Silva
- 90 Avaliação da alta hospitalar na transição do cuidado para domicílio adscritos a uma UBS no Sul Catarinense
Aline Neves Bonetti Meneghel, Muniki de Luca Honorato, Cristiane Damiani Tomasi

EIXO 3 – Promoção de saúde e Educação Física na escola

- 92 Fatores intrapessoais e ambientais relacionados aos níveis de Atividade Física de adolescentes
Rodrigo de Oliveira Barbosa, Gessika Castilho dos Santos, Thais Maria de Souza Silva, Maria Carolina Juvêncio Francisquini, Pedro Henrique Garcia Dias, Gabriel Pinzon, Antonio Stabelini Neto
- 93 Teoria unificada da Atividade Física no contexto da educação física escolar: uma revisão narrativa
Eduarda Eugenia Dias de Jesus, Gislaine Terezinha do Amaral Nienov, Flavia Denuncio Carvalho, Thiago Sousa Matias
- 94 Promoção das práticas corporais e Prevenção da obesidade em adolescentes: um relato de experiência
Nathália de Bona Félix

EIXO 4 – Educação e formação em saúde

- 96 Academia e futebol: Pensando a formação dos professores de Educação Física
Tauan Nunes Maia, Bruno Lima Patricio dos Santos, Edson Farret da Costa Junior, Leandro Gouveia Almeida, Gustavo Bento Ribeiro de Araujo, Fabricio Berenger da Silva, Ana Beatriz Correia de Oliveira Tavares
- 97 Satisfação e frustração das necessidades psicológicas básicas em graduandos de educação física
Ingridy Thais Della Betta Bernardi, Eduarda Eugenia Dias de Jesus, Pedro Jorge Cortes Morales
- 98 Fatores que determinam a adesão e aderência de mulheres na prática de exercício físico
Pedro Jorge Cortes Morales, Daniela Rosentaski, Eduarda Eugenia Dias de Jesus, Arthur Gabriel da Maia Garcia, Alessandra Beatriz Hilario da Costa, Samoel Bonkoski Moraes, Alexandre Rosa, Fabricio Faitarone Brasilino
- 99 Autoconfiança em Praticantes de Escalada
Pedro Jorge Cortes Morales, Arthur Gabriel da Maia Garcia, Daniela Rosentaski, Alessandra Beatriz Hilario da Costa, Alexandre Rosa, Samoel Bonkoski Moraes, Fabricio Faitarone Brasilino, Eduarda Eugenia Dias de Jesus

- 100** Patos + Saudável: prática corporal/atividade física e a promoção de saúde
Aline Francielle De Magalhães, Erica Geralda Rodrigues, Jéssica Laís de Oliveira Pimenta, Helma Cristina Santos, Tais Calazans Correa Carvalho, Jordano Savio Teixeira, Marilene Rivany Nunes
- 101** Profissional de Educação Física na Atenção Primária à Saúde: relato de experiência de matriciamento
Ana Luísa Kuehn de Souza, Jaqueline Teresinha Ferreira
- 102** A atividade física nas eleições de 2022: um estudo sobre os governadores eleitos na Região Sul do Brasil
Stéfany Genesio Palmito, Saú da Silva Souza, Sérgio Donha Yarid, Temístocles Damasceno Silva

EIXO 5 – Tecnologia e Inovação em Saúde

- 104** Padrões de atividade física leve baixa e alta em idosos: resultados do estudo EpiFloripa Idoso
Giuseppe Jaime Cesconetto, João Otávio Diogo Marthins de Araujo, Júlio César Padilha Bruno, Carla Elane Silva dos Santos, Eleonora d’Orsi, Cassiano Ricardo Rech
- 105** Desenvolvimento de um método de avaliação funcional para os membros superiores
Aline Fascin Sasso, Lara Anastacio Francisco, Alexandre Marcio Marcolino
- 106** Efeito da prescrição e monitoramento do treinamento combinado com tecnologia mobile na composição corporal e no desempenho aeróbio de indivíduos sedentários
Karine Pizzolo, Alessandro Miranda Leguir Pereira, Jader Sant’Ana, Fernando Diefenthaler
- 107** Validade de constructo e confiabilidade (teste e reteste) de um Teste de Avaliação Funcional para o membro superior: dados preliminares
Lara Anastácio Francisco, Denise Dal Pont Tomazi, Aline Fascin Sasso, Rafael Inácio Barbosa, Heloyse Uliam Kuriki, Alexandre Marcio Marcolino

RESUMOS EXPANDIDOS

EIXO 1 – Promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos

- 109** Influência do efeito da idade relativa na seleção de jovens atletas de futebol
Paulo Ricardo Rezende Marques, Isabel Oliveira Bierhals, Gustavo Dias Ferreira
- 112** A prática de exercícios físicos e a qualidade de vida dos idosos
Marilene Rivany Nunes, Júnior Sousa Andrade, Kalil Ribeiro Nunes, Léa Poliane Moreira da Silva, Damaris Priscila de Souza Miranda Noronha, Lucas Tadeu Andrade, Erica Geralda Rodrigues, Priscilla Rosa Queiroz Ribeiro, Jéssica Laís de Oliveira Pimenta, Elcimar dos Reis Caixeta

- 116** Satisfação global com a vida e atividade física moderada e intensa: resultados do estudo ELSI-Brasil
Nicolle Castilho da Silva, Vanessa Pereira Corrêa, Eduardo Luis Bordignon Ferrari, Laís Coan Fontanela, Nicolas Kickhofel Weissshahn, Ian Rabelo Gabriel, Danielle Soares Rocha Vieira, Ione Jayce Ceola Schneider
- 120** Atividades sociais organizadas e multimorbidade em adultos mais velhos brasileiros
Vanessa Pereira Corrêa, Nicolas Kickhofel Weissshahn, Nicolle Castilho da Silva, Eduardo Luis Bordignon Ferrari, Bruna Vanti da Rocha, Joaquim Henrique Lorenzetti Branco, Danielle Soares Rocha Vieira, Ione Jayce Ceola Schneider
- 123** Associação entre dor crônica e uso de medicamentos com a força de prensão manual
Eduardo Luis Bordignon Ferrari, Vanessa Pereira Corrêa, Nicolle Castilho da Silva, Laís Coan Fontanela, Ian Rabelo Gabriel, Danielle Soares Rocha Vieira, Ione Jayce Ceola Schneider
- 128** Conhecimento sobre os direitos à saúde e os níveis de atividade física em adultos mais velhos
Nicolas Kickhofel Weissshahn, Joaquim Henrique Lorenzetti Branco, Vanessa Pereira Corrêa, Danielle Soares Rocha Vieira, Laís Coan Fontanella, Eduardo Luis Bordignon Ferrari, Nicolle Castilho da Silva, Ione Jayce Ceola Schneider
- 132** Grupos focais em um CAPS: narrativas sobre polifarmácia e condições de saúde associadas
Nicolle Castilho da Silva, Bruna Vanti da Rocha, Vanessa Pereira Corrêa, Bruna Mascarenhas Santos, Danielle Soares Rocha Vieira, Ione Jayce Ceola Schneider
- 136** Correlatos Individuais da Atividade Física em adultos brasileiros: uma revisão sistemática
Bruna Ramos, Matheus Taborda, Thamires Gabrielly dos Santos Cocco, Paulo Henrique Guerra, Adriano Akira Ferreira Hino
- 139** Composição corporal de crianças e adolescentes asmáticos participantes de um programa de exercício
Álissa Melo Tolfo, Eduarda Valim Pereira, Pedro Coelho Pereira, Rafaela Silveira Passamani, Débora Carla Chong-Silva, Joni Marcio de Farias

EIXO 2 – Intervenções clínicas e saúde individual

- 145** O efeito do *Mat* Pilates na qualidade de vida em mulheres em hormonioterapia para o câncer de mama
Josefina Bertoli, Antonio Cleilson Nobre Bandeira, Cíntia de la Rocha Freitas, Ismael Forte Freitas Júnior
- 149** Treinamento aquático e terrestre na capacidade funcional e Hb1Ac de pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2
Angelica Danielevicz, Larissa Leonel, Ingrid Alessandra Victoria Wolin, Marina Isolde Constantini, Herber Orlando Benitez, Mabel Diesel, Cintia de La Rocha Freitas, Rodrigo Sudatti Delevatti

EIXO 4 – Educação e formação em saúde

154 Projeto Dia Zen: uma intervenção descontraída na rotina dos residentes

Marcos Bauer Torriani, João Pedro Elias Deodato, Caroline Rosso, Hellen Moraes Biehl, Isadora Helena Bento Capelini, Lariza Ragnini, Maria Eduarda Oliveira Cardoso, Susana Cararo Confortin

157 Saúde bucal e pessoas em situação de rua: um manual para profissionais de saúde

João Vinícius Peruchi Woichinevski, João Pedro Castro Elias Deodato, Caroline Pacheco Rodrigues, Caroline Luchtemberg Homem, Eloisa Alves Borges, Júlia Lessa Ribeiro, Shirlene Natividade dos Santos da Silva, Willians Cassiano Longen, Geiziane Laurindo de Moraes, Susana Cararo Confortin

EIXO 5 – Tecnologia e Inovação em Saúde

161 e-SUS Atividade Coletiva: uma ferramenta para a informatização da Atenção Primária à Saúde

Vanessa Pereira Corrêa, João Paulo Lucchetta Pompermaier, Arthur Thives Mello, Catiele Raquel Schmidt, Ianka Cristina Celuppi, Célio Cunha, Jades Hammes, Raul Sidnei Wazlawick, Eduardo Dalmarco



EIXO 1

Promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos



Walk Score da Vila Albertina Um raio-x da mobilidade urbana a partir da visão da periferia

AUTORES

Eduardo P. Brunello

Faculdade de São Paulo (FASP)

eduardo.brunello@goldeletra.org.br

A discussão desse artigo permite visualizar uma demanda crescente, que é o acesso ao lazer e consequente qualidade de vida para uma melhor conscientização por parte da população dos impactos da atividade física regular numa comunidade vulnerável. Através da ferramenta Walk Score, tivemos uma dimensão de como a mobilidade urbana pode ser prejudicada pela constituição de território: seus aclives e declives, suas vielas. O objetivo do trabalho foi direcionar um registro visual de toda a antropometria dessa região da cidade de São Paulo supracitada. A mensuração desse estudo teve como amostra moradores da comunidade praticantes de aulas de ginástica de adultos e frequentadores de grupos de caminhada do bairro. Foi utilizado o método de pesquisa qualitativa, através de entrevistas com os praticantes e anotações juntamente com as imagens do território onde essa comunidade reside a fim de se mensurar a classificação de caminhabilidade, representando a facilidade de acesso às atividades cotidianas que um indivíduo pode encontrar nesse território, como o acesso ao transporte público, facilidades para uso da bicicleta ou comércio próximo. Os resultados foram visualizados com níveis bem altos do indicador denominado “razoavelmente caminhável” – acessível para alguns tipos de pedestres, em algumas horas. Muito além do índice “muito caminhável” – bastante acessível, onde todos podem caminhar.

Palavras-chave: Mobilidade; Lazer; Saúde; Cidadania; Urbanismo.



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





Uso de drogas e associação com violência sexual entre adolescentes escolares brasileiros

AUTORES

Ramaiano Fontes Silva
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Lucimara Nunes Ferreira
Iago Oliveira de Souza
Aline Cristina Vieira de Lima
Caroline Lima Cardoso
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

ramaiano@hotmail.com

A violência sexual entre adolescentes e suas variadas manifestações, é uma grave violação dos direitos humanos e um problema de saúde pública. Estudos indicam que o uso de drogas pode estar associado ao aumento de sua ocorrência, dado que o uso de psicoativos podem resultar em violência, aumentando a vulnerabilidade dos adolescentes. Assim, o objetivo desse estudo foi avaliar a associação entre uso de drogas e violência sexual entre adolescentes. Trata-se de estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2019, com amostra representativa de adolescentes escolares brasileiros (13 a 18 anos). As variáveis analisadas foram a violência sexual (não e sim) e o uso de drogas (nunca usou e já usou). Os dados foram analisados por meio de regressão de Poisson (bruta e ajustada por sexo, idade, raça, tabagismo, consumo de álcool e atividade física). Foram entrevistados 125.123 adolescentes brasileiros (50,9% do sexo feminino), sendo que a prevalência de violência sexual foi 15,5% e de uso de drogas foi de 12,67%. Na análise bruta, o uso de drogas foi associado a violência sexual (RR: 2,08; IC95%: 2,01-2,016). Na análise ajustada, a associação se manteve (RR: 1,43; IC95%: 1,37-1,50), sendo que quem usa drogas apresenta 1,43 vezes mais risco de sofrer violência sexual quando comparado a quem não usa. Conclui-se que existe associação entre uso de drogas e violência sexual. Destaca-se a necessidade de estratégias de prevenção integradas e de políticas públicas para reduzir o uso de drogas e, conseqüentemente, a violência sexual entre adolescentes.

Palavras-chave: Adolescentes; Drogas ilícitas; Violência sexual.



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





Eficácia dos protetores bucais na prevenção de traumas orofaciais em atletas: revisão de literatura

AUTORES

Ramaiano Fontes Silva
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Lucimara Nunes Ferreira
Iago Oliveira de Souza
Aline Cristina Vieira de Lima
Caroline Lima Cardoso
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

ramaiano@hotmail.com

Praticar esportes é uma excelente forma de promover a saúde e o bem-estar. No entanto, a prática de atividade física também pode expor os atletas a riscos e traumas nas estruturas faciais e dentárias. Esse estudo tem como objetivo avaliar os benefícios dos protetores bucais na prevenção de traumas orofaciais e na segurança dos praticantes de atividade física. A pesquisa consiste em uma revisão de literatura, na qual foram analisados 26 artigos científicos em português, inglês e espanhol, selecionados a partir de buscas nas bases de dados Pubmed, Scielo e Medline, para examinar a importância do uso de protetores bucais na prática esportiva. Com base nos trabalhos encontrados, os protetores bucais demonstraram reduzir significativamente o risco de lesões dentárias e orofaciais em praticantes de esportes, principalmente naqueles de maior contato. A adesão ao uso dos protetores bucais variou conforme o tipo de esporte e a conscientização dos atletas sobre os benefícios do dispositivo. Em esportes de contato intenso, principalmente artes marciais, boxe, futebol americano e rugby, a utilização foi mais comum, enquanto em esportes com menor contato físico, como futebol, vôlei e ciclismo, a adesão foi menos frequente. O uso de protetor pode garantir a integridade física e o desempenho dos praticantes de esporte, além de contribuir para a continuidade das atividades esportivas. Conclui-se que os protetores bucais são medidas eficazes na prevenção de lesões orofaciais em atletas. A adoção desses dispositivos podem garantir a integridade física e o desempenho dos praticantes.

Palavras-chave: Odontologia do esporte; Protetores bucais; Traumatismos em atletas.



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





Inserção de práticas culturais locais na promoção da saúde de idosos: Lições aprendidas no interior da Bahia

AUTORES

Iago Oliveira de Souza
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Ramaiano Fontes Silva
Lucimara Nunes Ferreira
Caroline Lima Cardoso
Aline Cristina Vieira de Lima
Susana Cararo Confortin

Centro Universitário Unifc de Feira de Santana

iago.odonto12@gmail.com

Com o processo de envelhecimento da população, as necessidades de saúde da pessoa idosa tornam-se cada vez mais complexas e diversificadas. Nesse sentido, a utilização de aspectos culturais na promoção da saúde da pessoa idosa pode influenciar na melhor qualidade de vida e bem-estar dos mesmos. O presente estudo objetiva explorar como a integração de ações culturais locais contribui para a realização de práticas de saúde entre os idosos em uma cidade no interior da Bahia. Para tal, foi feito um levantamento de informações no acervo pessoal do Centro de Convivência do Idoso Olívia Pamponet em Ipirá/BA, incluindo visitas e rodas de conversa com os participantes e direção do centro da pessoa idosa que incorporaram práticas culturais, como eventos comunitários e tradições locais (Festejo Junino, Capoeira, Samba de Roda, Folclore, Pagode Baiano, Carnaval), para promover a saúde e o bem-estar dos participantes. Tanto adesão quanto a manutenção dos idosos participantes do grupo, indicam que a valorização e integração da cultura local não apenas facilita a comunicação e o engajamento da pessoa idosa, mas também contribui no processo de envelhecimento saudável, no desenvolvimento da autonomia, aumento na participação social e no fortalecimento dos vínculos familiares. Conclui-se que adaptar programas de saúde para refletir as práticas culturais locais é essencial para promover a saúde de maneira mais eficaz e inclusiva, destacando a necessidade de uma abordagem culturalmente sensível nas políticas e práticas de saúde para idosos.

Palavras-chave: Saúde do idoso; Qualidade de vida; Características culturais.



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





Depressão e Atividade física: evidências em pacientes de um Centro de Atenção Psicossocial

AUTORES

Ione Jayce Ceola Schneider
Bruna Mascarenhas Santos
Bruna Vanti da Rocha
Vanessa Pereira Corrêa
Nicolle Castilho da Silva
Danielle Soares Rocha Vieira

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

ione.schneider@ufsc.br

O objetivo do estudo foi investigar a associação entre a prática de atividade física (AF) e o tratamento da depressão no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Trata-se de um estudo de desenho transversal envolvendo pessoas com depressão atendidos pelo CAPS de Araranguá-SC. Dados coletados por meio de entrevistas registradas no RedCap e analisados no Software Stata 16.1. A “prática de atividade física” seguiu a combinação de atividade vigorosa/moderada ≥ 150 minutos por semana proposta pela Organização Mundial da Saúde. A percepção de melhora dos sintomas depressivos a partir do início do tratamento foi avaliada pela Escala de Percepção de Mudança, categorizada em: “melhor que antes”, “sem mudança” e “pior que antes”, sendo as duas últimas agrupadas para a análise dos dados como “sem melhora”. Dos 170 entrevistados, 47,0% tinham diagnóstico de depressão. A maioria eram mulheres (81,2%), entre 40-49 anos (31,2%), sem companheiro (56,2%) e IMC maior ou igual 25 Kg/m². Apenas 25,0% referiram prática regular de AF. Os sintomas depressivos que os pacientes referiram melhora (disposição, qualidade de sono, interesse por atividades de lazer, interesse pela vida e saúde física) mostraram-se significativamente associados à AF, exceto autoconfiança e o apetite. Apesar da prática de AF ser menor no grupo avaliado, quando presente relacionou-se com percepção de melhora da maioria dos sintomas depressivos. A prática de AF pode ser considerada uma estratégia para o manejo dos sintomas em pessoas com depressão, contribuindo positivamente para o processo de reabilitação psicossocial.

Palavras-chave: Depressão; Exercício Físico; Serviços de saúde mental.



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





Percepção corporal de adolescentes escolares brasileiros

AUTORES

Yuri Santos Siqueira
Susana Cararo Confortin
Marianka Fernandes Rocha da Luz
Luiza Llantada Coelho
Érica Tassi Frello
Ana Clara Roos Fadanelli
Nicole Lovison Bastian
Larissa Da Silva Dario
Maria Antônia Rodrigues Ramos
Vanessa Iribarrem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

siqueirayuri_ys@gmail.com

A percepção corporal é a representação mental do próprio corpo, relacionada à sua forma e aparência. Nos jovens, o impacto é mais acentuado, já que estão em uma fase fundamental de desenvolvimento social e suscetíveis a influências negativas em relação à própria imagem. Nessa etapa, a construção da identidade e a aceitação pessoal se tornam desafios, tornando a percepção corporal um fator de risco para a saúde mental dos adolescentes. Dessa forma, o objetivo deste estudo é analisar a percepção corporal de uma população de adolescentes. Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019, com escolares de 13 a 17 anos. A imagem corporal foi verificada através da questão de autoavaliação e atitude em relação ao corpo, com a pergunta 'Em relação ao seu corpo, você se considera?'. Foi utilizada análise descritiva, apresentando as respectivas frequências relativas. Entre os entrevistados, a maioria era do sexo feminino (50,9%), com idade entre 13 e 15 anos (51,8%), 43,8% se identificaram como pardos e 38,2% residem no nordeste. Cerca de 20,5% se sentiam gordos, 24,8% queriam perder peso, 17,1% desejavam ganhar peso, e 14,9% queriam manter o peso. A insatisfação com a percepção corporal é comum entre adolescentes, refletindo a influência da mídia e do ambiente social. Para amenizar esse problema, é importante expor os jovens a representações corporais reais e promover hábitos alimentares saudáveis, além de fortalecer a autoestima e a aceitação.

Palavras-chave: Adolescentes; Escolares; Imagem corporal.



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





Relação entre uso de drogas por adolescentes e amigos para apoio mental

AUTORES

Henrique Ascari Gonçalves
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Luiza Llantada Coelho
Ellen Valeska Santos
Érica Tassi Frello
Larissa da Silva Dario
Yuri Santos Siqueira
Aline Cristina Vieira de Lima
Alissa Melo Tolfo
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

henrique.ascari17@gmail.com

O uso de drogas na adolescência pode influenciar o processo de socialização e formação de amizades, atuando tanto como facilitador dessas relações quanto como motivo para seu término. Assim, torna-se importante a compreensão do envolvimento da utilização de drogas com as relações sociais, para que se desenvolvam métodos mais efetivos de desincentivar o uso destas substâncias. O objetivo do estudo é analisar a associação entre uso de drogas e a presença de amigos para apoio mental. Estudo transversal utilizando dados da Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PeNSE) de 2019, realizada com 159.244 adolescentes brasileiros (13 a 17 anos). O uso de drogas foi investigado por meio da questão “uso de drogas alguma vez na vida” (não e sim), abordando também aspectos de saúde mental, como amizades próximas (nenhum amigo e um ou mais amigos próximos). Dentre os adolescentes, 12,7% usaram drogas alguma vez e 96,7% relataram ter pelo menos um amigo próximo para apoio mental. Na análise bruta, houve associação entre uso de drogas e amigos para apoio mental (OR: 1,45; IC95%: 1,31-1,61). Na análise ajustada, (por sexo, idade, raça, tabagismo, álcool e atividade física), a associação não se manteve. Conclui-se que, apesar da ausência da associação entre uso de drogas e ter amigos para apoio mental, a prevenção do uso de drogas entre adolescentes continua sendo imprescindível, devido às suas consequências para o indivíduo, como a dependência química e a maior suscetibilidade a problemas mentais, e para a comunidade, como o aumento da violência, criminalidade e insegurança.

Palavras-chave: Amigos; Saúde mental; Adolescentes; Uso de substâncias.



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





Desigualdade sociais no consumo de alimentos entre gestantes de Criciúma-SC

AUTORES

Gabriela Evaldt Espíndola
Fernanda Oliveira Meller
Micaela Rabelo Quadra
Leonardo Pozza dos Santos
Caroline dos Santos Costa
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Maria Vitória Rodrigues Teixeira
Antônio Augusto Schäfer

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

gabievaldte@gmail.com

Aspectos socioeconômicos podem afetar o consumo alimentar durante a gravidez, resultando em desigualdades. Este estudo teve como objetivo analisar as desigualdades sociais no consumo de alimentos vegetais integrais (AVI), in natura ou minimamente processados, e alimentos ultraprocessados (AUP) entre gestantes no Sul do Brasil. Foi realizado um estudo transversal com 428 gestantes de 18 anos ou mais, no terceiro trimestre de gestação, atendidas na atenção básica de Criciúma, Brasil, entre abril e dezembro de 2022. As entrevistas ocorreram durante as consultas de pré-natal ou em domicílio. O consumo de AVI e AUP foi avaliado pelo rastreador Nova24h. O risco social foi medido pela cor da pele, renda e escolaridade. O diagrama de Venn foi usado para analisar a influência das variáveis de desigualdade no consumo alimentar, e a regressão de Poisson ajustada por idade foi empregada para comparar grupos de maior e menor risco social. Observou-se que 35% das gestantes apresentaram baixo consumo de AVI, enquanto 13,8% tiveram alto consumo de AUP. Gestantes com maior risco social tiveram maior prevalência de consumo elevado de AUP (29,4%), em contraste com 8,2% nas de menor risco social. Embora não houvesse diferença no consumo de AVI conforme o risco social, gestantes com menor renda e escolaridade, isoladamente, mostraram uma prevalência 1,8 vezes maior de baixo consumo de AVI. Conclui-se que fatores socioeconômicos estão associados a desigualdades no consumo alimentar, ressaltando a necessidade de promover o acesso a dietas saudáveis para melhorar a saúde materna e infantil.

Palavras-chave: Alimentos ultraprocessados; Dieta; Desigualdade em saúde; Gravidez; Estudos transversais.



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





Associação entre uso de drogas e tristeza em adolescentes brasileiros

AUTORES

Érica Tassi Frello
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Luiza Llantada Coelho
Ellen Valeska Santos
Larissa da Silva Dário
Yuri Santos Siqueira
Ana Carolina Vitória Grasso
Ana Clara Roos Fadanelli
Ana Flávia Araújo de Souza
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

ericatassifrello@unesc.net

A adolescência é a fase onde a busca por identidade e pertencimento são influenciadas pelas amizades e ambiente social em que o jovem está inserido. Este é um período de suscetibilidade emocional e a exposição a comportamentos de risco, como o uso de drogas, são formas de lidar com problemas pré-existentes, como ansiedade, tristeza e irritabilidade, porém esse hábito pode trazer consequências ainda maiores à saúde mental. Assim, o objetivo desse estudo é analisar a associação entre uso de drogas e tristeza em adolescentes. Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PeNSE) de 2019, conduzida com 159.244 adolescentes brasileiros entre 13 e 17 anos. Avaliou-se o uso de drogas alguma vez na vida (“Não” e “Sim”), além de aspectos que influenciam na saúde mental dos jovens como o sentimento de tristeza (“Nunca/raramente/às vezes” e “Na maioria das vezes/sempre”), por meio de regressão logística. Percebe-se que 12,7% dos jovens analisados já usaram drogas alguma vez na vida e 30,0% sentem-se tristes na maioria das vezes/sempre. Na análise bruta, houve associação entre uso de drogas e sentir-se triste (OR: 1,82; IC95%: 1,75-1,91). Na análise ajustada, observou-se que os adolescentes que usavam drogas apresentaram 1,29 (IC95%: 1,22-1,36) vezes mais chances de se sentirem tristes. Conclui-se que existe relação entre o uso de drogas e a tristeza em adolescentes. Apoio psicológico e pedagógico são alternativas capazes de minimizar o risco de exposição aos comportamentos de risco e promover o desenvolvimento saudável da adolescência.

Palavras-chave: Adolescentes; Uso de substâncias; Saúde mental; Brasil.



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





Redução de força de prensão manual e incontinência urinária em mulheres mais velhas

AUTORES

Ana Paula Dalberto
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

dalbertoanapaula@gmail.com

O objetivo desse estudo é investigar a relação entre redução da força de prensão manual (FPM) e o relato de incontinência urinária (IU) em mulheres mais velhas. Trata-se de um estudo transversal realizado com 3.621 mulheres de 50 anos ou mais participantes do Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros (ELSI-Brasil), 2015-2016. Foram excluídas as mulheres com incontinência fecal, com incontinência urinária e fecal simultânea, com disfunções cognitivas, que sofreram AVC e que ainda menstruam. O desfecho foi o autorrelato de IU, a exposição foi a FPM (pontos de corte: 16 kg; 16-19,9 kg; 20 kg). Utilizou-se análise descritiva, bivariada e regressão logística bruta e ajustada. As variáveis de ajuste foram faixa etária, raça, escolaridade, renda, situação conjugal, índice de massa corporal, atividade física, tabagismo, etilismo, multimorbidade, histerectomia, reposição hormonal e gestação. A prevalência de IU foi de 6,6% e houve associação com a FPM. A análise ajustada mostra que aquelas com os valores de FPM de 16-19,9 kg tiveram aumento da chance de ocorrência da condição em 54% (IC95%: 1,03-2,29), em relação ao valor 20 kg. Não houve associação naquelas com FPM 16 kg. A FPM tem mostrado associação com uma condição frequente na saúde da mulher, a IU, além de outros desfechos no envelhecimento. A melhora da FPM, que reflete a força muscular global, nessa população pode prevenir o surgimento da IU. O fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico é essencial para a redução dessa condição e manutenção da qualidade de vida em mulheres no envelhecimento.

Palavras-chave: Incontinência urinária; Mulheres; Força da mão; Meia-idade.



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





Associação entre o uso de drogas e irritabilidade em adolescentes brasileiros

AUTORES

Larissa da Silva Dario
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Luiza Llantada Coelho
Ellen Valeska Santos
Érica Tassi Frello
Yuri Santos Siqueira
Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen
Ana Julia Bressan de Medeiros
Henrique Ascari Gonçalves
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

larissadsdario@gmail.com

A adolescência é a etapa caracterizada por intensas transformações biopsicossociais, aumento da independência e autonomia, e adoção de comportamentos de risco, como o uso de substâncias ilícitas, que podem prejudicar a integridade física e mental. Assim, este estudo teve como objetivo analisar a associação entre uso de drogas alguma vez na vida e irritabilidade. Estudo transversal, com 125.123 escolares brasileiros, de 13 a 17 anos, da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019. Foram investigados o uso de drogas alguma vez na vida e a frequência de sentimento de irritabilidade nos últimos trinta dias (nunca/raramente/às vezes e na maioria das vezes/sempre). Foi realizada regressão logística (bruta e ajustada - sexo, idade, raça, fumo, álcool e atividade física) para avaliar a associação. Entre os adolescentes analisados, 12,7% usaram droga alguma vez na vida e 40,2% sentiam-se irritados na maioria das vezes/sempre. Na análise bruta, os que usaram drogas apresentaram 1,73 (IC95%: 1,66-1,81) vezes mais chances de se sentirem irritados na maioria das vezes/sempre quando comparados aos que não usaram drogas. Na análise ajustada, a associação se manteve, sendo que aqueles que usaram drogas alguma vez na vida apresentaram 1,29 (IC95%: 1,22-1,36) vezes mais chances de se sentirem irritados quando comparados aos que não usaram drogas. Portanto, aqueles que usaram drogas em algum momento são mais suscetíveis a distúrbios na saúde mental. Faz-se necessário, a adoção de medidas contra o uso de drogas direcionadas aos adolescentes.

Palavras-chave: Adolescentes; Drogas ilícitas; Saúde mental.



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





Tendências de aptidão física de escolares de um município do sul do Brasil entre 2004 e 2017

AUTORES

Luciana Tornquist
Ana Paula Sehn
Nathália Quaiatto Félix
Kamila Mohammad Kamal Mansour
Debora Tornquist
Jane Dagmar Pollo Renner
Cézane Priscila Reuter

Universidade de Santa Cruz do Sul

luciana.tornquist@yahoo.com.br

Este estudo objetiva verificar a tendência dos índices de aptidão física, no período de 2004 a 2017, em escolares do município de Santa Cruz do Sul-RS. Estudo de tendência com 11.005 escolares de seis a 17 anos ($11,50 \pm 2,78$ anos; 53,3% sexo feminino), recrutados aleatoriamente em 2004, 2008, 2011/2012, 2014/2015 e 2016/2017. A aptidão física foi avaliada segundo manual PROESP-BR, através da avaliação da potência de membros superiores e inferiores, flexibilidade, resistência muscular abdominal, agilidade e velocidade. Modelos de regressão linear foram utilizados, ajustados para sexo e idade. Os anos de avaliação foram utilizados como variável independente, para testar se ao longo do período ocorreram alterações na aptidão física. Os resultados são apresentados em coeficientes não padronizados (B) e intervalos de confiança de 95%. Foi observado um aumento médio a cada período de avaliação nos índices de potência de membros inferiores (B: 0,007; IC95%: 0,003; 0,010) e velocidade (B: 0,069; IC95%: 0,061; 0,077) e uma redução nos índices de flexibilidade (B: 0,172; IC95%: 0,269; 0,076), resistência muscular abdominal (B: 0,890; IC95%: 0,993; 0,787), agilidade (B: 0,029; IC95%: 0,040; 0,018) e potência de membros superiores (B: 0,015; IC95%: 0,024; 0,006). Em conclusão, ao longo do período analisado, os escolares apresentaram melhora no desempenho nas avaliações de potência de membros inferiores e agilidade. Por outro lado, houve redução no desempenho para velocidade, flexibilidade, resistência muscular abdominal e potência de membros superiores.

Palavras-chave: Aptidão física; Criança; Adolescente.



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





Associação da violência sexual com o comportamento sedentário em adolescentes brasileiros

AUTORES

Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen
Susana Cararo Confortin
Érica Tassi Frello
Henrique Ascari Gonçalves
Lara Barbosa Damazio
Larissa da Silva Dario
Luiza Llantada Coelho
Vanessa Cândido
Maria Antônia Rodrigues Ramos
Vanessa Irribarem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

anaareisdorfer@gmail.com

A violência sexual retrata o ato, as tentativas ou insinuações sexuais indesejadas, além da comercialização e exploração da intimidade da vítima. Embora suas consequências imediatas sejam brutais, não se pode ignorar os danos a longo prazo, os quais trazem prejuízos ainda mais graves e complexos. Diante disso, objetiva-se analisar a associação entre a violência sexual e comportamento sedentário. Foi realizado estudo transversal a partir de dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019, conduzida com 159.244 adolescentes brasileiros de 13 a 17 anos. A violência sexual foi avaliada pela questão: “Alguma vez na vida alguém tocou, manipulou, beijou ou expôs partes do seu corpo?”. Enquanto o comportamento sedentário, foi ponderado a partir da questão: “Quantas horas você costuma ficar sentado (assistindo tv, jogando videogame, etc.)?”, categorizando em até 3 horas o comportamento não sedentário e mais de 3 horas comportamento sedentário. As associações foram estimadas por modelos de regressão logística bruta e ajustada. Observou-se prevalência de 15,5% de violência sexual alguma vez na vida e de 54,8% de comportamento sedentário. Na análise bruta, houve associação entre violência sexual e comportamento sedentário (OR: 1,27; IC95%: 1,22-1,32). Na análise ajustada por sexo, idade, raça, tabagismo e álcool, a associação se manteve, sendo que os adolescentes que sofreram violência sexual apresentaram 1,18 (IC95%: 1,13-1,23) vezes mais chance de serem sedentários quando comparados aos que não sofreram. Conclui-se, portanto, que a violência sexual está associada ao comportamento sedentário entre os adolescentes brasileiros.

Palavras-chave: Adolescentes; Violência sexual; Comportamento sedentário.



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





Existe relação entre comportamento sedentário e a violência comunitária?

AUTORES

Maria Antônia Rodrigues Ramos
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Álissa Melo Tolfo
Ana Carolina Vitória Grasso
Ana Clara Roos Fadanelli
Ana Flávia Araújo de Souza
Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen
Ana Julia Bressan de Medeiros
Cristiane Damiani Tomasi
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

mariaantonia.r.amos@gmail.com

O sedentarismo é um fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis e agrava problemas sociais, como desigualdades em saúde, que têm uma relação complexa com a violência comunitária. Esta afeta os determinantes sociais de saúde, piorando condições de vida, como acesso reduzido aos serviços de saúde, escolas e espaços públicos. Este estudo objetiva analisar a associação entre comportamento sedentário e violência comunitária em adolescentes. Foram utilizados dados da Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PeNSE), de 2019, com adolescentes de 13 a 17 anos. Foi estudada a relação entre comportamento sedentário (mais de 3 horas sentado) ou não sedentário (até 3 horas sentado) e a ocorrência de violência comunitária (sim ou não), a partir das análises bruta e ajustada (sexo, idade, raça, tabagismo, álcool). Dos 159.244 estudantes, 54,79% tinham comportamento sedentário e 9,99% relataram sofrer violência comunitária. Na análise bruta, adolescentes sedentários apresentaram chance 14% (OR: 0,86; IC95%: 0,82-0,90) menor de sofrer violência comunitária em relação aos seus pares. Na análise ajustada, essa chance foi de 15% (OR: 0,85; IC95%: 0,81-0,90). O estudo aponta associação entre comportamento sedentário e a violência comunitária, haja vista que os adolescentes não sedentários são mais suscetíveis à violência comunitária quando comparados aos estudantes sedentários. Estudos que avaliem vários comportamentos são importantes para ampliar a discussão dessa associação. Porém, uma hipótese levantada a partir dos resultados desse estudo é que adolescentes sedentários tenham menor exposição a ambientes externos e, conseqüentemente, à violência comunitária.

Palavras-chave: Adolescentes; Violência; Sedentarismo.



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





Prevalência de uso de cigarro eletrônico em adolescentes escolares brasileiros

AUTORES

Sabrina Capra Bertolin
Susana Cararo Confortin
Lara Barbosa Damazio
Larissa da Silva Dario
Luiza Llantada Coelho
Caroline Lima Cardoso
Maria Antônia Rodrigues Ramos
Marianka Fernandes Rocha da Luz
Nicole Lovison Bastian
Vanessa Iribarrem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

sabrinabertolin@unesc.net

A adolescência é um período de transição importante entre a infância e a vida adulta, caracterizado por mudanças em aspectos físicos, sociais e mentais. Durante essa fase, os jovens tornam-se suscetíveis a influências externas, como o uso de cigarros eletrônicos, hábito que tem se tornado cada vez mais frequente entre a juventude. Dessa forma, este estudo tem como objetivo analisar a prevalência de uso de cigarro eletrônico em uma população de adolescentes do Brasil. Foi realizado um estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2019, com amostra representativa de adolescentes escolares brasileiros com idade de 13 a 17 anos. As variáveis analisadas foram as sociodemográficas e o uso de cigarros eletrônicos, e os dados foram tratados por meio de análise descritiva. Dos 125.123 adolescentes, 50,9% eram do sexo feminino, predominantemente composta por jovens de 13 a 15 anos (51,8%), nordestinos (38,2%), com a maioria se identificando como parda (43,8%). Em relação ao uso de cigarro eletrônico, observou-se que 18,0% já fizeram uso. Conclui-se, que o uso de cigarro eletrônico pode ser considerado elevado, visto os prejuízos à saúde que acarreta. Isso ressalta a necessidade de implementar estratégias de prevenção e campanhas direcionadas para reduzir o uso desse produto e garantir que os jovens possam vivenciar essa transição com a menor exposição possível a riscos prejudiciais à saúde.

Palavras-chave: Adolescentes; Cigarro eletrônico; Jovens; Brasil.



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





Casos de hipertensão atribuíveis à redução da atividade física durante a pandemia de COVID-19

AUTORES

Natan Feter

Jayne Feter

Eduardo L Caputo

Airton J Rombaldi

Universidade Federal do Rio Grande do Sul
(UFRGS)

natanfeter@hotmail.com

O estudo objetivou estimar a proporção de casos incidentes de hipertensão atribuíveis à redução da atividade física (AF) durante a pandemia em adultos no sul do Brasil. Foram analisados dados de 2.154 participantes da coorte PAMPA (Estudo Prospectivo sobre a Saúde Mental e Física do Adulto). A prática de AF foi mensurada na onda 1 (junho/2020) considerando dois períodos: semana regular anterior à pandemia (retrospectivo) e a prática de AF na semana anterior à coleta de dados. Participantes com 150 minutos ou mais de AF/semana foram classificados como ativos. A redução da AF foi identificada naqueles categorizados como ativos antes da pandemia e inativos durante a onda 1. Casos incidentes de hipertensão foram identificados através de autorrelato de diagnóstico médico de hipertensão ao longo do acompanhamento. O risco relativo (RR) para hipertensão foi identificado usando regressão de Poisson com variância robusta ajustado para sexo, idade, escolaridade, cor da pele, situação conjugal, renda, índice de massa corporal e presença de diabetes. Entre os participantes incluídos (idade: $37,5 \pm 13,5$ anos; 76% mulheres), identificamos 71 (3,3%) casos incidentes de hipertensão e 598 (28%) tornaram-se inativos fisicamente. Reduzir a AF durante a pandemia foi associado com maior risco para hipertensão (RR: 3,55; IC95%: 1,43; 8,81), em modelo ajustado. Estima-se que 59% dos casos incidentes de hipertensão foram atribuíveis à redução da AF durante a pandemia de COVID-19. Apesar de necessária para controlar a propagação do vírus, a redução da AF durante a pandemia foi associada com maior incidência de hipertensão no sul do Brasil.

Palavras-chave: Exercício; COVID-19; Brasil; Adultos; Estudos de coorte.



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





Tai Chi Chuan no Programa Patos + Saudável: promoção de saúde e do bem estar

AUTORES

Aline Francielle De Magalhães
Erica Geralda Rodrigues
Jéssica Laís de Oliveira Pimenta
Jordano Savio Teixeira
Marilene Rivany Nunes

Centro Universitário de Patos de Minas
(UNIPAM)

alinefranciellemagalbaes@yahoo.com.br

O Tai chi é uma prática integrativa e complementar, composta de exercício calistênico sistemático, que envolve movimentos circulares lentos e rítmicos. Do ponto de vista da Medicina Tradicional Chinesa, a saúde é regida pelo livre fluxo de 'qi' ou 'chi', que é a energia interna do corpo. O Tai Chi enfatiza o uso da 'mente' ou concentração para o controle da respiração e do movimento circular do corpo para facilitar o fluxo de 'qi' para sustentar a harmonia da homeostase do corpo, levando à longevidade. Essa prática demonstrou induzir adaptações cardiovasculares e musculoesqueléticas, com melhora da aptidão cardiopulmonar por meio da otimização da utilização de oxigênio, aumento da força e resistência muscular. Relatar a implementação de aulas de Tai Chi Chuan no Programa Patos + Saudável no município de Patos de Minas – Minas Gerais. Trata-se de um relato de experiência sobre a implantação de aulas gratuitas de Tai Chi Chun a população de Patos de Minas. As aulas de Tai Chin, acontecem 2 vezes na semana, no Parque do Mocambo, com 20 mulheres, na faixa etária de 50 a 70 anos. A aula é iniciada com movimentos de aquecimento, consiste em alongamento e despertar da memória e do corpo após o treino com o Qigong dos animais variando entre a postura do tigre, macaco, serpente, alce, urso. E na sequência os 8 movimentos de postura de Tai Chi Chuan. Percebe-se nas falas das mulheres sentimentos de satisfação, alegria, melhoria do bem-estar e do equilíbrio físico e mental. Assim, percebe-se que a prática de Tai Chi contribui para melhoria da qualidade de vida das mulheres.

Palavras-chave: Prevenção de doenças; Promoção de saúde; Promoção do bem estar; Tai Chi Chuan.



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





Perfil de saúde e aptidão física de técnico-administrativos do Centro de Desportos/UFSC

AUTORES

Micheli Carminatti
Maria Eduarda Sirydakis
Josefina Bertoli
Isadora Dalla Lana
Lucas Dalla Vecchia Lanzarini
Aline Mendes Gerage da Silva
Rodrigo Sudatti Delevatti
Cíntia de la Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

micheli.carminatti@gmail.com

O local de trabalho pode influenciar diretamente no aumento do comportamento sedentário e, consequentemente a saúde dos servidores. Este estudo descritivo, quanti-qualitativo e observacional teve como objetivo identificar o perfil de saúde de 8 servidores técnico-administrativos do Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina, com idade média de $42 \pm 11,16$ anos, dos quais 75% eram homens. Utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), que classificou 50% dos servidores como muito ativos, 37,5% como ativos e 12,5% como insuficientemente ativos. Quanto ao Índice de Massa Corporal (IMC), 62,5% apresentaram peso normal, 25% sobrepeso e 12,5% obesidade grau 1. A relação cintura-estatura revelou que 25% dos participantes têm risco de doenças cardiovasculares ou metabólicas. Para mensuração da pressão arterial, foram feitas 3 medidas em repouso, e a média foi calculada. Observou-se que 50% apresentaram pressão arterial ótima, 12,5% normal, 25% pré-hipertensão e 12,5% hipertensão arterial estágio 1. A força de preensão manual foi classificada como abaixo da média para todos os participantes, com média de $36 \pm 11,55$ kgf para o lado direito e $32 \pm 8,40$ kgf para o esquerdo. A resistência abdominal foi classificada como abaixo da média em 75%, com média de $29 \pm 12,06$ rpm, e a flexibilidade foi classificada acima da normalidade em 50% dos casos, com média de $23 \pm 9,54$ cm. Conclui-se que embora a maioria dos servidores técnico-administrativos apresentem bons níveis de atividade física, há desafios significativos em relação à força muscular, resistência e risco cardiovascular.

Palavras-chave: Perfil de Saúde; Aptidão Física; Saúde do trabalhador.



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





Associação entre qualidade do sono e multimorbidade em adultos no sul do Brasil

AUTORES

Maria Vitória Rodrigues Teixeira
Antônio Augusto Schäfer
Arthur Lima Barbosa
Samuel Dumith
Fernanda Oliveira Meller

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

mariavitoriarteixeira8@gmail.com

Este estudo teve como objetivo avaliar a associação entre qualidade do sono e multimorbidade em adultos. Realizou-se um estudo transversal de base populacional com adultos (≥ 18 anos) de Criciúma-SC e Rio Grande-RS em 2020-21. A variável desfecho foi a multimorbidade considerando a presença de 2 ou mais doenças. A exposição qualidade do sono foi autorreferida e categorizada em muito boa, boa, regular, ruim e muito ruim. Análises brutas e ajustadas usando o teste exato de Fisher e a regressão de Poisson foram realizadas para avaliar a associação entre qualidade do sono e multimorbidade. No total, 2.170 adultos participaram. A maior parte dos indivíduos estudados eram mulheres, com idade ≥ 60 anos e apresentavam cor de pele branca. A porcentagem da população que apresentava multimorbidade foi, aproximadamente, 26%. A prevalência de qualidade do sono ruim ou muito ruim foi de 9,5%. Observou-se associação entre a qualidade do sono e a multimorbidade. A qualidade de sono muito boa foi evidenciada em 16% da população com multimorbidade, enquanto a qualidade do sono muito ruim em mais da metade da população que apresentava multimorbidade (56,5%). Na análise ajustada, os indivíduos que tinham qualidade do sono muito ruim apresentaram uma prevalência 3,24 vezes maior de multimorbidade do que aqueles com qualidade do sono muito boa. Portanto, a má qualidade do sono está associada à prevalência de multimorbidade, sendo necessário promover programas de educação em saúde, para informar a população sobre hábitos benéficos para a melhoria do sono e, conseqüentemente, reduzir a ocorrência de doenças.

Palavras-chave: Multimorbidade; Qualidade do sono; Estudos Transversais.



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





Interseccionalidades, atividade física e sintomas depressivos em estudantes universitários brasileiros

AUTORES

Debora Tornquist
Eduarda Bitencourt dos Santos
Julia Amaral Teixeira
Maria Eduarda Adornes Guimarães
Jênifer de Oliveira
Gustavo Silveira Oliveira
Carolina Piccolo Carvalho
Isabela Biasi
Aline Josiane Waclawovsky
Felipe Barreto Schuch

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

debora.tornquist@bol.com.br

Este estudo transversal, com dados parciais da linha de base do estudo UNILIFE-M, objetivou avaliar a associação das interseccionalidades e atividade física com sintomas depressivos em estudantes universitários brasileiros. Amostra foi composta por estudantes de 16-35 anos, matriculados no primeiro semestre de 2023/2024 de 11 universidades brasileiras. O Índice Jeopardy foi utilizado para avaliar as interseccionalidades e foi composto por sexo, gênero, orientação sexual, etnia e renda. O índice variou de 0 (mais privilegiado) a 5 (mais vulnerável). A atividade física foi avaliada por meio de uma questão do instrumento SMILE. Sintomas de depressão foram investigados pela Escala Transversal de Sintomas do DSM de nível 1 e pelo PHQ-9 (≤ 10 : presença de sintomas). Regressão de Poisson com variância robusta foi utilizada para testar associações. Amostra foi composta por 4.938 estudantes (20,43 \pm 3,76 anos; 60,37% mulheres). Estudantes fisicamente ativos sem marcadores sociais de vulnerabilidade apresentaram menor probabilidade de sintomas depressivos (RP: 0,69; IC95%: 0,52; 0,92) em comparação ao grupo de estudantes inativos e sem marcadores de vulnerabilidade. Estudantes inativos com 1 (RP: 1,28; IC95%: 1,02; 1,62), 2 (RP: 1,68; IC95%: 1,35; 2,08), 3 (RP: 1,90; IC95%: 1,53; 2,36) e 4/5 (RP: 2,10; IC95%: 1,68; 2,62) marcadores de vulnerabilidade e estudantes ativos com 3 (RP: 1,57; IC95%: 1,25; 1,96) ou 4/5 (RP: 1,84; IC95%: 1,45; 2,33) marcadores de vulnerabilidade apresentavam maior probabilidade de apresentar sintomas depressivos comparados a estudantes inativos e sem marcadores de vulnerabilidade. Nossos achados demonstram que interseções de sexo, gênero, sexualidade, posição socioeconômica e etnia e os níveis de atividade física se associam a ocorrência de sintomas depressivos em estudantes universitários. O risco da presença de sintomas se pronuncia ao aumentar a vulnerabilidade, em especial nos estudantes inativos.

Palavras-chave: Saúde Mental; Estudantes; Determinantes Sociais da Saúde; Depressão.



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





Associação entre saúde mental e qualidade de vida no sul do Brasil

AUTORES

Arthur Lima Barbosa
Fernanda Oliveira Meller
Rafael Zaneripe de Souza Nunes
Abner Delfino dos Santos
Luciane Bisognin Ceretta
Antônio Augusto Schäfer

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

arthurlimab@hotmail.com

Os transtornos mentais acometem grande parte da população brasileira sendo relacionados com diversos aspectos, influenciando a qualidade de vida. O objetivo desse estudo foi avaliar a associação entre saúde mental e qualidade de vida de adultos e idosos do sul do Brasil. O método foi um estudo transversal, realizado no ano de 2019, com indivíduos acima de 18 anos residentes, na área urbana, em um município catarinense. O desfecho qualidade de vida foi avaliado através dos domínios: físico, psicológico, relações sociais e ambiente, por meio do Questionário de Qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-Bref). Para as análises utilizou-se Teste t de Student e Regressão linear. Estudaram-se 820 indivíduos. Após ajustes, aqueles que reportaram estresse apresentaram 13,3 pontos a menos no escore do domínio psicológico comparados aos não estressados. Nos que relataram ideação suicida, apresentaram 16,1 pontos a menos no escore do domínio psicológico caso comparados aos que não tinham sintomas. Já os com sintomas depressivos apresentaram 15,3 pontos a menos no escore do domínio físico em comparação com aqueles não depressivos. Todos os domínios de qualidade de vida foram diminuídos pelo estresse, sintomas depressivos e ideação suicida. Portanto, ações em saúde que ampliem a prevenção e promoção da saúde mental são essenciais para o cuidado integral e humanizado da população brasileira.

Palavras-chave: Saúde Mental; Depressão; Qualidade de Vida; Estudos Transversais; Brasil.



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





Comportamento ativo e preocupação ao atravessar a rua em adultos brasileiros mais velhos

AUTORES

Joaquim Henrique Lorenzetti Branco

Nicolas Weissshahn

Vanessa Pereira Corrêa

Laís Coan Fontanela

Danielle Soares Rocha Vieira

Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

joaquim.h.branco@hotmail.com

O objetivo foi investigar a associação entre caminhada e a dificuldade percebida por adultos mais velhos ao atravessar a rua. Foram utilizados dados da segunda onda do ELSI-Brasil, com moradores de áreas urbanas, analisando o tempo de caminhada por dia (acima ou igual a 10 minutos), a frequência de caminhadas na última semana (dias) e a preocupação com a segurança ao atravessar a rua (sim/não). As associações foram avaliadas pelo teste qui-quadrado e regressão de Poisson ajustada por condições sociodemográficas e de saúde, utilizando o software Stata SE 16. A amostra incluiu 6.312 participantes, com predomínio feminino (54,6%) e faixa etária de 50 a 59 anos (48,3%). A prevalência de indivíduos que realizaram 7 dias de caminhada na semana foi de 16,5%, enquanto 38,3% dos participantes não caminharam por pelo menos 10 minutos em nenhum dia. A preocupação ao atravessar a rua foi relatada por 31,0% dos participantes. A proporção de ausência de preocupação foi maior em indivíduos que caminharam 4 dias na semana (76,4%). A regressão ajustada mostrou que indivíduos que caminharam 1 dia por semana apresentaram aumento significativo de 26,0% (IC95%: 1,03-1,55, $p=0,028$) na prevalência de preocupação ao atravessar a rua em comparação com aqueles que não caminharam. Concluiu-se que uma menor frequência de caminhadas semanal está associada a maior preocupação com a segurança ao atravessar a rua. Recomenda-se promover atividades físicas regulares para reduzir essa preocupação considerando a investigação de fatores que possam influenciá-la.

Palavras-chave: Pessoa de Meia-Idade; Idoso; Atividade Física; Mobilidade Urbana.



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





Comportamento sedentário e preocupação ao atravessar a rua em adultos brasileiros mais velhos

AUTORES

Joaquim Henrique Lorenzetti Branco
Nicolas Weissshahn
Vanessa Pereira Corrêa
Laís Coan Fontanela
Danielle Soares Rocha Vieira
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

joaquim.h.branco@hotmail.com

O objetivo foi investigar a associação entre comportamento sedentário e a dificuldade percebida por adultos mais velhos ao atravessar a rua. Utilizou-se dados da segunda onda do ELSI-Brasil, com moradores de áreas urbanas, analisando o tempo sentado em dias úteis e finais de semana (≥ 8 horas) e a preocupação com a segurança ao atravessar a rua (sim/não). As associações foram avaliadas pelo teste qui-quadrado e regressão de Poisson ajustada por condições sociodemográficas e de saúde, utilizando o software Stata SE 16. A amostra incluiu 5.824 participantes, com predomínio feminino (54,9%) na faixa etária de 50 a 59 anos (48,5%). A prevalência de baixo tempo sentado foi de 92% durante a semana e 85,6% no final de semana. A preocupação ao atravessar a rua foi relatada por 30,7% dos participantes. Entre aqueles com elevado tempo sentado, 70,5% não relatou ter preocupação durante a semana e 71,8% no final de semana. O tempo prolongado sentado foi associado positivamente à preocupação em atravessar a rua. A regressão ajustada mostrou que indivíduos com ≥ 8 horas sentados durante a semana apresentam 42% (IC95%: 1,21-1,67, $p < 0,001$) e 47% (IC95%: 1,24-1,76, $p < 0,001$) durante no fim de semana maior probabilidade de relatar preocupação. O tempo prolongado sentado está associado à maior preocupação com a segurança ao atravessar a rua. Estratégias para reduzir o comportamento sedentário são necessárias, além de investigar a influência de fatores sociais, como a percepção de insegurança na vizinhança.

Palavras-chave: Pessoa de Meia-Idade; Idoso; Comportamento Sedentário; Mobilidade Urbana.



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





Associação de fatores discriminatórios e percepção de melhora no Centro de Atenção Psicossocial

AUTORES

Eduardo Luis Bordignon Ferrari
Laís Coan Fontanela
Bruna Vanti da Rocha
Vanessa Pereira Corrêa
Nicolle Castilho da Silva
Danielle Soares Rocha Vieira
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

dudu27luis@gmail.com

A percepção de melhora reflete o progresso pessoal influenciado por fatores discriminatórios, como características individuais e sociais. O objetivo foi investigar se a exposição a processos discriminatórios por doença ou deficiência impacta a percepção de melhora dos pacientes atendidos no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) em Araranguá-SC. Estudo transversal com 170 entrevistados, registrados no RedCap. A discriminação sofrida no último ano por doença ou deficiência (sim/não) foi investigada pela escala Escala de eventos de vida estressantes. A Escala Mudança Percebida de forma geral e seus domínios (Aspectos de Saúde Física, Aspectos Psicológicos e Sono, Relacionamentos e Estabilidade Emocional) foi utilizada para a melhora a partir do tratamento no CAPS, com alternativas de resposta: “melhor que antes”, “sem mudança” e “pior que antes”, sendo as duas últimas opções agrupadas e denominadas “sem melhora”. A associação das variáveis foi avaliada pelo teste qui-quadrado (p menor que 0,05) no software Stata SE 16. A ausência de relato de discriminação mostrou maior prevalência de melhora geral (38,0%) em comparação aos que relataram discriminação (22,4%; $p=0,051$). Não houve associação entre o relato da discriminação por doença ou deficiência e percepção de melhora com o tratamento ($p=0,077$, $p=0,408$ e $p=0,758$, respectivamente). Os usuários que enfrentaram discriminação por doença ou deficiência apresentaram menor percepção de melhora com o tratamento realizado no CAPS, denotando que a discriminação sofrida interfere no modo como a pessoa com transtorno mental avalia as mudanças ocorridas em sua vida.

Palavras-chave: Vulnerabilidade em Saúde; Saúde Mental; Serviços de Saúde Mental.



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





Influência do ambiente alimentar na dieta de adultos e idosos do Sul do Brasil

AUTORES

Heloisa Tíbes da Silva Manarin
Maria Eduarda Oliveira Cardoso
Fernanda Oliveira Meller
Leonardo Pozza dos Santos
Camila Dallazen
Antônio Augusto Schäfer

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

helomanarinvest@gmail.com

Este estudo tem como objetivo avaliar de que maneira o ambiente alimentar influencia no consumo alimentar da população adulta e idosa e o papel do recebimento nutricional nessa relação. Trata-se de um estudo transversal com dados da pesquisa “Saúde da População Criciúmensis”, realizada em 2019. Foram incluídos indivíduos de 18 anos ou mais da área urbana de Criciúma, com coleta de informações sociodemográficas, comportamentais e de saúde. O consumo regular de alimentos saudáveis e não saudáveis foi a variável dependente, e as variáveis independentes foram os locais de venda de alimentos próximos à residência. Para as análises, utilizou-se Teste Qui-quadrado e Regressão de Poisson. Também foi avaliado o recebimento de orientação nutricional como modificador de efeito. Foram incluídos 820 indivíduos, majoritariamente mulheres (63,8%) e idosos (45%). O consumo de alimentos não saudáveis foi maior entre homens ($p=0,008$), jovens ($p=0,001$), solteiros ($p=0,001$), sem emprego ($p=0,001$), com mais de 12 anos de escolaridade ($p=0,013$) e que não consumiam álcool ($p=0,003$). Indivíduos que residiam próximos a locais de venda de frutas e verduras apresentaram 34% mais probabilidade de consumir alimentos saudáveis (RP: 1,34; IC95% 1,11-1,62). Aqueles que receberam orientação nutricional tiveram maior probabilidade de consumir alimentos saudáveis, independentemente da proximidade a locais de venda. Os achados demonstram que o ambiente alimentar e a assistência nutricional influenciam o consumo alimentar, destacando a importância de políticas públicas que promovam educação e autonomia alimentar para melhorar a saúde da população.

Palavras-chave: Consumo alimentar; Comportamento alimentar; Espaço social alimentar.



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





Tabagismo entre adultos no Sul do Brasil durante a pandemia de COVID-19

AUTORES

Nicolly Ribeiro
Ravena Pavei Jacinto
Fernanda Oliveira Meller
Camila Dallazen
Jaqueline S. Generoso
Gabriela Evaldt Espíndola
Micaela Rabelo Quadra
Luciane Bisognin Ceretta
Antônio Augusto Schäfer

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

niky.ribeiro2001@gmail.com

Este estudo teve como objetivo avaliar o tabagismo durante a pandemia do COVID-19 e seus fatores associados em adultos e idosos no sul do Brasil. Trata-se de um estudo transversal de base populacional realizado nas cidades de Criciúma (RS) e Rio Grande (RS), com indivíduos com 18 anos ou mais, durante a pandemia de COVID-19. A variável desfecho foi o aumento do tabagismo autorrelatado e dentre as variáveis de exposição destaca-se: sexo, idade, cor da pele, escolaridade, atividade física, qualidade da dieta e saúde mental (sintomas depressivos, estresse, sentimentos de tristeza e ideação suicida). Análises brutas e ajustadas, utilizando o teste do Qui-quadrado de Pearson e a regressão de Poisson, foram realizadas para avaliar as associações entre o aumento do tabagismo e as características sociodemográficas, comportamentais e de saúde mental estudadas, considerando um nível de significância de 5%. Um total de 2.170 indivíduos foi estudado. Entre os indivíduos que fumavam (12,1%), 29,7% relataram ter aumentado o consumo de cigarros durante a pandemia de COVID-19. Na análise ajustada, o aumento do tabagismo foi 1,64 vezes maior entre as mulheres (IC95%: 1,06; 2,56) e 3,49 vezes maior entre os indivíduos de 18 a 29 anos (IC95%: 1,73; 7,05). Além disso, indivíduos com sentimentos de tristeza apresentaram uma prevalência 1,69 vezes maior (IC95%: 1,17; 2,44) de aumento do tabagismo. Os achados mostram um aumento significativo do tabagismo durante a pandemia de COVID-19 e destacam grupos populacionais mais vulneráveis a esse desfecho.

Palavras-chave: Tabagismo; Nicotina; Fatores de risco; Pandemia; COVID-19.



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





Uso de álcool e associação com violência sexual entre adolescentes escolares brasileiros

AUTORES

Aline Cristina Vieira de Lima
Susana Cararo Confortin
Poliana Silveira da Silva Gonçalves
Sabrina Capra Bertolin
Yuri Santos Siqueira
Álissa Melo Tolfo
Ana Carolina Vitória Grasso
Ana Clara Roos Fadanelli
Vanessa Iribarrem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

alinedelima01@gmail.com

Adolescência é uma fase de transição marcada por vulnerabilidades e possíveis impactos negativos, que podem gerar consequências duradouras. O uso de álcool é um exemplo de comportamento que pode suscetibilizar os adolescentes a problemas como a violência sexual, que é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como todo ato sexual, tentativa de consumir um ato sexual ou insinuações sexuais indesejadas. Tendo em vista essa problemática, este estudo teve como objetivo analisar a associação entre uso de álcool e violência sexual entre adolescentes. Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2019, conduzida com 159.244 adolescentes escolares brasileiros com idade de 13 a 17 anos. As variáveis utilizadas foram as sociodemográficas, comportamentais e de violência sexual. O desfecho violência sexual foi avaliado através da questão “Alguma vez na vida alguém o(a) tocou, manipulou, beijou ou expôs partes do corpo contra a sua vontade?”. Foram realizadas análises brutas e ajustadas (idade, sexo e raça) através da regressão de Poisson. A prevalência de violência sexual foi de 14,6%. Observou-se, que adolescentes que já utilizaram álcool apresentaram 2,3 (IC95%: 2,1-2,5) vezes mais chance de sofrer violência sexual, após ajuste por sexo, idade e raça. Conclui-se a necessidade de reavaliação das maneiras de conscientização dos perigos deste comportamento de risco a fim da diminuição dos casos de violência sexual.

Palavras-chave: Adolescentes; Violência; Comportamento de risco.



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





Associação entre violência sexual e saúde mental em adolescentes brasileiros

AUTORES

Érica Tassi Frello
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Ana Clara Roos Fadanelli
Ana Carolina Vitória Grasso
Ana Flávia Araújo de Souza
Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen
Ana Julia Bressan de Medeiros
Henrique Ascari Gonçalves
Lara Barbosa Damazio
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

ericatassifrello@unesc.net

A violência sexual pode causar impactos em adolescentes, afetando principalmente seu desenvolvimento emocional e psicológico, em especial por ser uma fase com intensas mudanças. Jovens que sofreram violência sexual possuem risco elevado de desenvolver depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático, caracterizando uma saúde mental comprometida. O objetivo desse estudo é analisar a associação entre a violência sexual e sentimento de preocupação em adolescentes. Trata-se de estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2019, com escolares de 13 a 17 anos. Os entrevistados foram questionados se haviam sofrido violência sexual pelo menos uma vez na vida (“Não” e “Sim”) e a saúde mental por meio do sentimento de preocupação nos últimos 30 dias (“Nunca, raramente, às vezes” e “Na maioria das vezes, sempre”). Foi realizada regressão logística (bruta e ajustada) para as análises dos dados. Entre os adolescentes, 15,5% relataram ter sofrido violência sexual e 55% responderam se sentem frequentemente preocupados. Observou-se que adolescentes que sofrem violência sexual apresentaram 40% (OR: 1,40; IC95%:1,35-1,46) mais chances de possuírem sentimento de preocupação na maioria das vezes/sempre, após ajuste para sexo, idade, raça, tabagismo, álcool e atividade física. Conclui-se que jovens que sofreram violência sexual possuem maiores chances de se sentirem preocupados. Assim, é evidenciada a necessidade do combate à violência sexual, além da criação de ambientes seguros para as vítimas.

Palavras-chave: Violência sexual; Saúde mental; Adolescentes.



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





Associação entre violência sexual e sintomas de tristeza em adolescentes

AUTORES

Ana Flávia Araújo de souza
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Larissa da Silva Dario
Luiza Llantada Coelho
Ramaiano Fontes Silva
Maria Antônia Rodrigues Ramos
Marianka Fernandes Rocha da Luz
Nicole Lovison Bastian
Poliana Silveira da Silva Gonçalves
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

anaflavia.garopaba@hotmail.com

A violência sexual é um grave problema de saúde pública, especialmente entre adolescentes, com consequências para a saúde mental desses indivíduos, podendo comprometer seu desenvolvimento social e mental. O objetivo desse estudo é analisar a associação entre violência sexual e sentimento de tristeza em adolescentes. Trata-se de estudo transversal com 159.244 adolescentes (13 e 17 anos) participantes da Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PENSE) de 2019. A violência sexual (Não e Sim) e o sentimento de tristeza (Nunca, raramente/às vezes e na maioria das vezes/ sempre) foram analisados por meio de regressão logística (bruta e ajustada). Foi verificado que 29,9% dos adolescentes relataram sentir-se tristes na maioria das vezes/sempre e 15,5% indicaram terem sido vítimas de violência sexual. Na análise bruta, houve associação entre violência sexual e tristeza (OR: 2,64; IC95%: 2,54-2,75). Após ajustes para sexo, idade, raça, tabagismo, consumo de álcool e uso de drogas, os adolescentes vítimas de violência sexual apresentaram 1,90 (IC95%: 1,82-1,99) vezes mais chances de se sentirem tristes quando comparado aos que não sofreram violência. Conclui-se que a exposição à violência sexual está associada ao sentimento de tristeza entre adolescentes, sendo necessário implementar estratégias de prevenção, intervenção e suporte psicológico para diminuir os impactos negativos na saúde mental dos adolescentes.

Palavras-chave: Violência sexual; Saúde mental; Adolescentes.



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





Qualidade de vida e sintomas depressivos de servidores participantes do projeto “MovimenTAES”

AUTORES

Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Micheli Carminatti
Josefina Bertoli
Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo
Juliane Bregalda
Aline Mendes Gerage
Rodrigo Sudatti Delevatti
Cíntia de la Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

dudasirydakís@hotmail.com

Fatores no ambiente laboral podem influenciar a qualidade de vida (QV) e os sintomas depressivos. Objetivou-se verificar a QV e os sintomas depressivos de servidores técnico-administrativos (TAES) do Centro de Desportos (CDS) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Trata-se de um estudo transversal, que avaliou oito participantes do projeto de extensão MovimenTAES, programa de exercícios supervisionados ofertado aos TAES do CDS/UFSC. Foi aplicada anamnese, mensuradas a estatura e massa corporal, para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), e Relação Cintura-Estatura (RCE). Também foi realizada a aferição da Pressão Arterial (PA), para identificar possíveis riscos cardiovasculares. Foram avaliados os valores de QV e sintomas depressivos, por meio do Whoqol-Bref e do Patient Health Questionnaire – 9 (PHQ9), respectivamente. Os resultados foram obtidos utilizando média e desvio padrão, a partir dos escores dos questionários. A média de idade foi de $42 \pm 11,16$ anos (maioria homens), 62,5% eram ativos fisicamente, o IMC médio foi $24 \pm 4,47$ kg/m² (peso normal), a RCE média foi $0,49 \pm 0,07$ cm (baixo risco cardiometabólico) e as médias de PA Sistólica e Diastólica, respectivamente foram 130 ± 18 e 73 ± 15 mmHg. A média da QV geral foi de 75 ± 25 pontos (quanto mais próximo de 100, melhor a QV). Observou-se que o domínio físico da QV apresentou a menor média ($61 \pm 6,71$). A média do PHQ9 foi de $3,5 \pm 1,72$ pontos, classificando-os em “sem sintomas depressivos”. Sugere-se que os bons resultados alcançados possam estar relacionados com o projeto MovimenTAES, destacando a importância de programas no ambiente laboral voltados à saúde do trabalhador.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Sintomas Depressivos; Saúde do trabalhador.



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





Evidências sobre mortalidade de mulheres jovens por causas evitáveis: uma breve revisão da literatura no Brasil

AUTORES

Ian Rabelo Gabriel
Tauana Prestes Schmidt
Bruna Vanti da Rocha
Vanessa Pereira Corrêa

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

ianrabelo2011@hotmail.com

O objetivo do estudo foi sintetizar as evidências sobre a mortalidade de mulheres jovens no Brasil por causas evitáveis. Foi realizada uma busca na base de dados Biblioteca Virtual da Saúde em dezembro, utilizando os termos: [(mortalidade) OR (óbito) OR (causas de morte) OR (mortalidade por causas evitáveis) AND (mulheres)]. Foram incluídos 30 estudos. A mortalidade materna foi analisada nas principais cidades brasileiras, com causas evitáveis como doenças hipertensivas, infecção puerperal e aborto. Essas mortes, em grande parte, poderiam ser prevenidas com pré-natal adequado e intervenções durante a gestação. O aborto apresenta números elevados, com 10% das mulheres entrevistadas na Pesquisa Nacional do Aborto relatando terem realizado o procedimento até os 40 anos, destacando a vulnerabilidade de certos grupos. O acompanhamento pré-natal adequado é consenso na detecção precoce de doenças, especialmente a hipertensão. A infecção puerperal também é considerada evitável, mas depende de melhor infraestrutura e gestão de saúde. Outros estudos abordam a mortalidade de mulheres jovens fora do contexto materno, mostrando causas evitáveis como doenças cardiovasculares e câncer de mama, além de elevadas taxas de mortes por acidentes e violência. Pode-se concluir que os estudos apontam limitações relacionadas à coleta de dados sociodemográficos, que são essenciais para compreender as iniquidades em saúde e seu impacto na mortalidade feminina por causas evitáveis no Brasil.

Palavras-chave: Mortalidade materna; Doenças transmissíveis; Doenças cardiovasculares.



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



Os efeitos do exercício físico na gestação



AUTORES

Isabella Aguiar Cardoso
Vitor Piva Vianna
Pedro Bielohoubek
Marcos Paulo Campos Assis
Silvio Avila Junior

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

isaacardoso295@unesc.net

O exercício físico é um dos principais elementos para a manutenção de um estilo de vida saudável na gestação. Apesar disso, atualmente ainda existe uma grande desinformação sobre a prática de exercícios físicos na gestação e os cuidados que a envolvem, levando muitas gestantes a optarem por estilos de vida mais sedentários. A prática de exercícios físicos leves a moderados na gravidez, pode propiciar diversos benefícios físicos e psicológicos tanto na gestante quanto no feto, além de ser uma ótima preparação para o parto. Vale ressaltar que a prática deve ser sugerida pelo médico ou obstetra que acompanha a gestação, prescrita e acompanhada por um profissional de educação física e que alguns aspectos precisam ser levados em conta como idade, curso gestacional, se era uma mulher ativa ou não e histórico médico. O presente estudo é uma revisão bibliográfica, realizada com os marcadores: Gestação e Exercício, no PubMed e na ScienceDirect. Após a coleta dos artigos e devida seleção, os resultados apontam que exercícios mais eficazes e recomendados são pilates, ginástica, ioga, caminhada e, principalmente, os aquáticos por terem uma ação termorreguladora e protegerem as articulações. Desse modo, os exercícios possuem um papel fundamental no combate e na redução de complicações que podem surgir através do sedentarismo ou da própria gestação, como dores, pré-eclâmpsia, ganho excessivo de peso, diabetes mellitus gestacional, duração do parto, parto prematuro e depressão pós-parto, quando prescritos de acordo com as individualidades de cada gestante.

Palavras-chave: Sedentarismo; Gravidez; Feto; Individualidades.



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





Impacto do exercício físico em pessoas com depressão

AUTORES

Vitor Piva Viana
Isabella Aguiar Cardoso
Pedro Bielohoubek
Marcos Paulo Campos Assis
Silvio Avila Júnior

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

vitorviana62@gmail.com

Estima-se que 15% da população mundial tenha que lidar todos os dias com a depressão que pode ocorrer em qualquer indivíduo em qualquer faixa etária e mediante diferentes fatores sociais, econômicos ou biológicos. Seus sintomas incluem retardo motor, distúrbios do sono, alteração no apetite e dores físicas diversas, afora de demais implicações sociais e psicológicas. A doença é a mais associada ao suicídio e tende a ser recorrente e crônica. O tratamento é feito com medicamentos e acompanhamento psicológico e a aderência é essencial dado que uma interrupção abrupta pode aumentar o risco de cronificação da depressão. A prática do exercício físico vem sendo utilizada como coadjuvante no tratamento dos efeitos do transtorno neurológico. Foi feita uma revisão bibliográfica no PubMed e Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações utilizando palavras-chave como: Exercício e depressão, além do operador booleano AND. Os resultados encontrados mostraram que a prática de exercícios aeróbicos ou anaeróbicos, foi, em alguns casos, positiva para a melhora do quadro clínico em pacientes depressivos, principalmente ao ser feita de forma intensa e sendo considerado uma solução não farmacológica por alguns autores. Entretanto, outros consideram que ainda há lacunas sobre o tema proposto, sendo necessário um maior aprofundamento nos estudos. Portanto, por mais que haja algumas evidências sobre os benefícios do exercício físico, ainda não há estabelecido o mecanismo entre a depressão e o exercício físico, indicando necessidade de mais pesquisas abordando o assunto para a compreensão de seus efeitos práticos para assim serem aplicados por profissionais.

Palavras-chave: Depressão; Exercício Físico; Transtornos mentais.



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





Iniquidades socioeconômicas associadas à caminhada no lazer: resultados do estudo EpiFloripa Idoso

AUTORES

Kayky Ferreira Melo
João Vitor Santos da Silva
Eduardo Borsatto Gonçalves
Joel de Almeida Siqueira Junior
Eleonora d'Orsi
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

kaykydynamico@gmail.com

O objetivo é analisar as iniquidades socioeconômicas associadas à caminhada no lazer em idosos de Florianópolis, SC. Trata-se de uma análise transversal com dados da terceira onda da Coorte EpiFloripa Idoso (2017-2019). A prevalência de caminhada no lazer (≥ 150 min/sem) foi verificada por meio do Internacional Physical Activity Questionnaire (IPAQ). Para estimar as iniquidades socioeconômicas foi calculado o índice de risco múltiplo incluindo as variáveis sexo, escolaridade, renda e cor da pele. Regressão Logística Binária foi utilizada para testar as associações entre exposição (índice de risco múltiplo) e desfecho (caminhada no lazer). Participaram do estudo 1.290 idosos (61,6% mulheres) e a prevalência de ativos na caminhada no lazer foi de 16,6% (IC95%: 14,7-18,7). O índice de risco múltiplo variou entre zero e seis pontos e foi inversamente proporcional à caminhada no lazer ($p < 0,001$). O índice zero representado pelos homens, de cor de pele branca, com mais de nove anos de estudo e alta renda apresentou maior prevalência de ativos (16,0%) quando comparado ao índice seis representado por mulheres, não brancas, menor escolaridade e menor renda (6,9% de ativos). Além disso, essas mulheres possuem 78,0% menor chance de ser fisicamente ativa quando comparadas aos homens do índice zero (OR=0,22; IC95%: 0,11-0,43). Conclui-se que iniquidades socioeconômicas, incluindo sexo, escolaridade, renda e cor da pele influenciam à caminhada no lazer de idosos. Considerar a redução destas iniquidades em programas de atividade física que incluam a caminhada no lazer podem ser estratégias promissoras para promover a saúde da população idosa de forma equitativa.

Palavras-chave: Envelhecimento; Caminhada; Lazer; Fatores socioeconômicos.



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





Associação entre violência sexual e quantidade de amigos próximos entre adolescentes escolares

AUTORES

Ana Carolina Vitoria Grasso
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Marianka Fernandes Rocha da Luz
Nicole Lovison Bastian
Poliana Silveira da Silva Goncalves
Sabrina Capra Bertolin
Yuri Santos Siqueira
Aline Cristina Vieira de Lima
Alissa Melo Tolfo
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

anavitoriagrasso@gmail.com

A violência sexual tem aumentado no Brasil, causando diversas consequências para o futuro das vítimas, como isolamento social e problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão. Essas experiências deixam marcas profundas no desenvolvimento, resultando em dificuldades permanentes em áreas como relações interpessoais, o que afeta negativamente seu envolvimento social. O objetivo do estudo foi analisar a associação entre a violência sexual e a existência de amigos para apoio mental. Estudo transversal realizado com 159.244 adolescentes entre 13 a 17 anos da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019. A violência sexual (Sim” ou “Não”) e a quantidade de amigos para apoio mental (“Nenhum amigo” ou “1 ou mais amigos próximos”) foram avaliadas, sendo realizada regressão logística (bruta e ajustada - sexo, idade, raça, fumo, álcool e atividade física). Dentre os adolescentes, 15,52% relataram ter sofrido violência sexual em algum momento de sua vida. Na análise bruta, houve associação entre a violência sexual e amigos para apoio mental (OR: 0,66; IC95%: 0,61-0,72). Na análise ajustada, aqueles que sofreram violência sexual apresentaram 33% (OR: 0,67; 0,61-0,73) menos chance de contar com amigos para apoio emocional em comparação com aqueles que não sofreram violência. Conclui-se que a violência sexual interfere nas relações sociais dos adolescentes, desequilibrando sua rede de apoio. Há necessidade de campanhas voltadas para ajudar os jovens na identificação da violência sexual, além da criação de um sistema de apoio para as vítimas, para que sofram o mínimo de consequências possíveis.

Palavras-chave: Violência; Adolescência; Amigos.



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





Associação entre violência sexual e a percepção de valor da vida em adolescentes

AUTORES

Aline Cristina Vieira de Lima
Vanessa Iribarem Avena Miranda
Ana Julia Bressan de Medeiros
Sabrina Capra Bertolin
Yuri Santos Siqueira
Alissa Melo Tolfo
Ana Carolina Vitória Grasso
Ana Clara Roos Fadanelli
Ana Flávia Araújo de Souza
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

alineedelima01@gmail.com

A violência sexual impacta o desenvolvimento emocional e psicológico dos adolescentes. Embora seja conhecida que essa experiência pode levar a transtornos como depressão e ansiedade, a relação entre a violência sexual e a percepção de que a vida “vale a pena” ainda é pouco explorada. O objetivo do estudo foi analisar a associação entre violência sexual e o sentimento de que a vida vale a pena em adolescentes. Trata-se de um estudo transversal envolvendo adolescentes de 13 a 17 anos da Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PENSE) de 2019. Foram avaliadas a percepção de valor da vida nos últimos 30 dias (nunca/raramente/às vezes e na maioria das vezes/sempre), refletindo diferentes níveis de satisfação e esperança. Essa percepção se refere à avaliação subjetiva dos adolescentes sobre sua qualidade de vida, influenciada por experiências pessoais e traumas. Também foi avaliada a violência sexual (não e sim). Os resultados mostraram que 15,5% dos adolescentes afirmaram ter sofrido violência sexual e 19,4% disseram que a vida “vale a pena” na maioria das vezes ou sempre. Na análise ajustada por sexo, idade, raça, tabagismo e atividade física, os adolescentes que sofreram violência sexual tiveram 1,92 (IC95%: 1,84-2,00) vezes mais chances de considerar que a vida “vale a pena”, em comparação com aqueles que não sofreram violência. Resultados evidenciam graves consequências emocionais da violência sexual e ressaltam a necessidade de priorizar medidas que promovam a saúde mental e o bem-estar dos adolescentes afetados.

Palavras-chave: Saúde mental; Uso de substâncias; Comportamento de risco; Vulnerabilidade social.



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





Associação entre o tabagismo e a autopercepção da saúde em adolescentes escolares

AUTORES

Wilson Guilherme Nunes Rosa Junior
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Joao Vinicius Debiasi Canarin
Gabrielly Fernandes Viana
Frederico Zanini de Faveri
Davi Menegon de Farias
Gabriela Mariano Felisberto
Joni Márcio de Farias
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

wilsongnrjunior@gmail.com

O tabagismo na adolescência é um fator de risco que pode afetar negativamente a autopercepção de saúde. Durante essa fase de crescimento e desenvolvimento, a exposição precoce pode provocar uma série de efeitos indesejáveis. O objetivo do estudo é analisar a associação entre tabagismo e a autopercepção de saúde. Foi conduzido estudo transversal utilizando dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2019, com 159.244 adolescentes brasileiros de 13 a 17 anos. A autopercepção de saúde (regular, muito bom/bom e muito ruim/ruim) e o tabagismo (Não e sim) foram avaliados usando modelos de regressão logística multinomial (bruta e ajustada – sexo, idade, raça, álcool). A prevalência de autopercepção de saúde muito boa/boa foi de 69,0% e 5,5% muito ruim/ruim. Na análise bruta, observou-se associação entre tabagismo e autopercepção de saúde. Na análise ajustada, os adolescentes que fumavam apresentaram 25% (IC95%: 0,72-0,78) menos chances de ter percepção boa/muito boa e 44% (IC95%: 1,34-1,55) mais chances de ter percepção ruim/muito ruim em comparação aos não fumantes. Os resultados evidenciaram associação entre o tabagismo e a autopercepção de saúde entre adolescentes brasileiros. Assim, jovens que fumam apresentam maiores chances de relatar autopercepção negativa em comparação àqueles que não fumam. Tais resultados reforçam a necessidade de intervenções preventivas focadas nas reduções do tabagismo entre os jovens.

Palavras-chave: Dependência de nicotina; Saúde do adolescente; Autopercepção de Saúde.



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





Associação das barreiras para o aconselhamento sobre atividade física com a prática do modelo 5As

AUTORES

Lucas Gomes Alves
Carmen Arisi Terenzi
Ana Cecilia Alves Cardoso
Kaliane Maia
Sheylane de Queiroz Moraes
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

lucasgoal1992@gmail.com

O objetivo deste estudo foi analisar a associação da percepção de barreiras para o aconselhamento sobre atividade física (AF) com a prática do modelo 5As na Atenção Primária à Saúde (APS). Trata-se de um estudo observacional, realizado com profissionais da APS de Florianópolis-SC que realizavam o aconselhamento sobre AF. Por meio de questionário autorreferido, os profissionais descreveram as barreiras para aconselhar AF. O modelo 5As foi utilizado para analisar as estratégias utilizadas no aconselhamento. Os profissionais foram questionados a respeito de nove estratégias que representavam as etapas do modelo (perguntar, avaliar, aconselhar, auxiliar, acompanhar). Para análise, considerou-se a execução de ao menos uma estratégia de cada etapa. Os dados foram analisados por meio do teste de qui-quadrado ou exato de fisher, com nível de significância de 95%. Participaram 587 profissionais (85,4% mulheres). Destes, 85,2% perceberam alguma barreira para o aconselhamento, sendo a “falta de tempo” e “falta de conhecimento” as mais prevalentes. Profissionais que percebiam alguma barreira desenvolviam menos as etapas de “avaliar” (54,1% vs 73,5%; $p = 0,003$), “auxiliar” (17,8% vs 37,7%; $p < 0,001$) e “acompanhar” (17,0% vs 37,9%; $p < 0,001$). A percepção da “falta de tempo” associou-se significativamente ao menor desenvolvimento das etapas de “auxiliar” (12,9% vs 23,1%) e “acompanhar” (12,3% vs 23,5%). Além disso, aqueles que percebiam a “falta de conhecimento” realizavam menos o “avaliar” (47,8% vs 61,2%) e “acompanhar” (15,0% vs 22,6%). Assim, os achados sugerem que estratégias que diminuam a percepção dessas barreiras podem ser relevantes na implementação do modelo 5As como estratégia de aconselhamento à AF.

Palavras-chave: Aconselhamento; Atividade Física; Atenção Primária à Saúde.



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





Associação entre raça e atividade física em adolescentes escolares

AUTORES

Gabriélly Fernandes Viana
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Frederico Zanini de Faveri
Davi Menegon de Farias
João Vinicius Debiasi Canarin
Wilson Guilherme Nunes Rosa Junior
Joni Márcio de Farias
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

gabyfviana@hotmail.com

A atividade física é considerada um pilar fundamental de saúde e apresenta-se como uma forma de melhorar a qualidade de vida, principalmente, nos adolescentes, visto seu papel importante no desenvolvimento das habilidades motoras. Além disso, possui variáveis e fatores que influenciam na sua realização, sendo a raça um determinante importante na prática de atividade física. O objetivo do estudo foi analisar a associação entre raça e atividade física. Trata-se de estudo transversal, com 159.244 adolescentes, de 13 a 17 anos, da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2019. A atividade física total autorreferida foi avaliada como inativos (menos de 150 minutos por semana) e ativos (mais de 150 minutos semanais). A raça foi categorizada em brancos, pretos, pardos e indígena/amarelo. As associações entre essas variáveis foram analisadas por regressão logística (bruta e ajustada – sexo, idade, fumo, álcool). A prevalência da atividade física foi de 54,4%. Na análise bruta, houve associação entre todas as categorias de raça e atividade física. Na análise ajustada, apenas a raça negra manteve-se associada, sendo que esses apresentaram 7% (OR: 0,93; IC95%: 0,88-0,98) menos chances de serem fisicamente ativos em comparação aos de raça branca. Conclui-se, que existe relação entre a raça negra e atividade física em adolescentes, principalmente devido as características socioeconômicas desiguais que existem entre adolescentes negros. Com isso, faz-se necessário implantar políticas de promoção da atividade física voltadas, especialmente, para a população negra, levando em consideração os diferentes contextos sociais, além de medidas que estimulem o livre acesso e diminuam a desigualdade.

Palavras-chave: Atividade física; Raça; Adolescentes.



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





Associação entre distribuição de gordura corporal e histórico de quedas em idosos comunitários do Extremo Sul Catarinense

AUTORES

Angélica Lopes
Elaine Cristina Lopes
Laís Coan Fontanela
Taís Cremer Dotto
Heloyse Uliam Kuriki
Danielle Soares Vieira
Núbia Carelli Pereira de Avelar
Ana Lúcia Danielewicz

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

gelifachinello@gmail.com

As quedas são comuns na população acima de 60 anos; aumentam a mortalidade e estão associadas a diversos desfechos adversos à saúde da população idosa, requerendo o uso de instrumentos de rastreamento facilmente aplicáveis, tais como os indicadores antropométricos para estimar a associação com a ocorrência de quedas. O objetivo do estudo foi verificar a associação entre a distribuição de gordura e histórico de quedas em idosos comunitários. Trata-se de um estudo transversal com idosos comunitários de 60 anos ou mais, de ambos os sexos, selecionados aleatoriamente do Sistema de Atenção Básica do município Balneário Arroio do Silva/SC. O histórico de quedas foi avaliado através do autorrelato e a distribuição de gordura corporal por meio da relação circunferência de cintura e estatura. Idosos com relação maior ou igual a 0,5 foram classificados com aumento da gordura abdominal. As análises descritivas e teste Qui-quadrado de Pearson foram realizadas pelo software Stata (14.0). Considerou-se o nível de significância de 5%. Foram avaliados 62 idosos, 60,3% homens e 57,1% na faixa etária entre 60 a 69 anos. Do total, 38,5% (IC95% 24,3; 48,3) tiveram ao menos uma queda no último ano. Dentre os idosos com aumento na gordura abdominal, 22 (40,0%) relataram queda no último ano, sendo esta associação estatisticamente significativa ($p=0,03$). Houve associação entre aumento na gordura abdominal e histórico de quedas nos idosos avaliados.

Palavras-chave: Idoso; Antropometria; Composição corporal; Acidentes por quedas.



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





Associação entre o uso de drogas e a atividade física em adolescentes escolares

AUTORES

Frederico Zanini de Faveri
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Joni Márcio de Farias
Gabriélly Fernandes Viana
Davi Menegon de Farias
João Vinicius Debiasi Canarin
Wilson Guilherme Nunes Rosa Junior
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

fredericodefaveri@gmail.com

O uso de drogas entre adolescentes é uma questão preocupante que afeta o bem-estar físico e mental dessa população. Todavia, a atividade física apresenta benefícios aos adolescentes, como melhora da saúde cardiovascular, promoção de hábitos saudáveis e socialização. O objetivo deste estudo é analisar a associação entre o uso de drogas e a atividade física. Foi conduzido um estudo transversal utilizando dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2019, com 159.244 adolescentes brasileiros de 13 a 17 anos. A atividade física foi classificada inativos (menos de 150 minutos de atividade física por semana) e ativos (150 minutos ou mais semanais). O uso de drogas alguma vez na vida (Não e Sim) foi avaliado como exposição principal. As associações entre essas variáveis foram analisadas usando modelos de regressão logística (bruta e ajustada – sexo, idade, raça, fumo, álcool). A prevalência de atividade física foi de 54,4%. Na análise bruta, houve associação entre o uso de drogas e atividade física (OR: 1,12; IC95%: 1,06-1,17). Na análise ajustada, os que usaram drogas apresentaram 12% (IC95%: 1,06-1,19) mais chances de serem fisicamente ativos em comparação àqueles que não usaram. Conclui-se que há associação entre o uso de drogas e a atividade física, com adolescentes que usaram drogas apresentando maior probabilidade de praticar exercícios. Entretanto, não foi possível confirmar que o uso de drogas leva diretamente a essa prática, sendo necessários mais estudos. Assim, é importante incentivar a atividade física entre adolescentes, independentemente do uso de drogas, para promover hábitos saudáveis.

Palavras-chave: Atividade física; Drogas; Adolescentes.



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





Avaliação da capacidade funcional de pacientes acometidos pela COVID-19

AUTORES

Leticia da Silveira Ugioni
Lara Colombo Gomes
Maria Eduarda Rosa Frassão
João Victor Rocha Trombim
Felipe Dal Pizzol
Gabriele da Silveira Prestes

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

leticiaugionimed@gmail.com

A pandemia de COVID-19 trouxe desafios à saúde pública global, resultando em complicações como danos pulmonares crônicos, conhecidos como “síndrome pós-COVID”. Essas sequelas pulmonares associam-se com o comprometimento, além da saúde respiratória, da capacidade funcional e da aptidão física, prejudicando a mobilidade e a qualidade de vida dos pacientes. O estudo avaliou a capacidade funcional de pacientes acometidos pela COVID-19, 6 meses após alta hospitalar, em um município do sul do Brasil. A pesquisa, de coorte prospectiva, incluiu 38 participantes, com idade média de 57,3 anos, sendo 78,9% homens. O tempo médio de hospitalização foi de 14,6 dias, com 65,8% dos pacientes necessitando de cuidados intensivos e 18,4% de ventilação mecânica. Após 6 meses, o índice de massa corporal médio foi de 32,2 e 20,0% apresentaram hipertensão arterial. No teste de caminhada de 6 minutos, houve redução significativa ($p < 0,001$) na saturação de oxigênio e aumento da frequência cardíaca após o exercício, indicando comprometimento funcional. Os participantes percorreram, em média, 420,7 metros. Não foram encontradas diferenças significativas no desempenho entre pacientes de enfermarias e de unidades de terapia intensiva. Contudo, as mulheres apresentaram pior desempenho no teste em termos de número de voltas, distância e tempo, quando comparadas aos homens ($p = 0,002$, $p = 0,003$ e $p = 0,006$, respectivamente). O estudo conclui que, seis meses após a alta, os pacientes apresentam significativa redução na capacidade funcional, especialmente as mulheres, evidenciando a necessidade de acompanhamento e reabilitação a longo prazo para melhorar sua qualidade de vida.

Palavras-chave: COVID-19; Sequelas pulmonares; Capacidade funcional; Reabilitação.



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





Associação entre violência sexual e inatividade física em adolescentes brasileiros

AUTORES

Nicole Lovison Bastian
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Poliana Silveira da Silva Gonçalves
Sabrina Capra Bertolin
Yuri Santos Siqueira
Aline Cristina Vieira de Lima
Álissa Melo Tolfo
Ana Carolina Vitória Grasso
Ana Clara Roos Fadanelli
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

nicolelovison.bastian@gmail.com

A violência sexual configura sério problema de saúde pública que resulta não só em prejuízos imediatos como lesões corporais e transmissão de doenças sexualmente transmissíveis, mas também em consequências a longo prazo, como transtornos psiquiátricos e dificuldades em relacionamentos interpessoais. Durante a adolescência, esses danos são ainda mais notórios por se tratar de um período já inerente a tantas mudanças. Assim, o estudo teve como objetivo analisar a associação entre violência sexual e inatividade física em adolescentes. Foi realizado um estudo transversal a partir de dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2019, conduzida com 159.244 adolescentes brasileiros de 13 a 17 anos. A violência sexual foi avaliada a partir da seguinte questão: “Alguma vez na vida alguém tocou, manipulou, beijou ou expôs partes do seu corpo?”. Já a avaliação da inatividade física levou em consideração ser inativo (<150 minutos por semana) e ativo (≥150 minutos por semana). As associações foram estimadas por modelos de regressão logística bruta e ajustada. Verificou-se a prevalência de 15,5% de violência sexual alguma vez na vida e de 45,4% de inatividade física entre os entrevistados. Na análise bruta, os adolescentes que sofreram violência apresentaram 21% (IC95%: 1,16-1,25) mais chances de serem inativos fisicamente quando comparados aos que não sofreram. Na análise ajustada por sexo, idade, raça, tabagismo e álcool, a associação não se manteve. Logo, pode-se concluir que sofrer violência sexual não está associado à inatividade física entre os adolescentes brasileiros.

Palavras-chave: Adolescentes; Violência sexual; Inatividade; Atividade física.



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





Associação entre tabagismo e violência sexual entre adolescentes escolares brasileiros

AUTORES

Poliana Silveira da Silva Gonçalves
Susana Cararo Confortin
Aline Cristina Vieira de Lima
Ana Flávia Araújo de Souza
Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen
Ana Julia Bressan de Medeiros
Érica Tassi Frello
Henrique Ascari Gonçalves
Lara Barbosa Damazio
Vanessa Irribarem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

obs.poliana@gmail.com

O uso de substâncias como tabaco, álcool e outras drogas é um potencializador para resultados que ameaçam a saúde física e mental, com consequências para toda a vida. O tabagismo, em particular, é um dos principais causadores de mortes evitáveis no mundo. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a cada dez fumantes nove começam antes dos 18 anos. Além disso, o tabaco está entre os comportamentos de risco associado a violência, dentre elas a violência sexual. Assim, o objetivo deste estudo é avaliar a associação entre tabagismo e violência sexual em escolares brasileiros. Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2019, com escolares brasileiros, de 13 a 17 anos. A violência sexual foi avaliada por meio da pergunta: “Alguma vez na vida alguém manipulou, tocou, beijou ou expôs partes do seu corpo contra a sua vontade?”. Enquanto o tabagismo foi verificado com o questionamento “Experimentou cigarro alguma vez na vida?”. As associações foram estimadas por modelos de regressão de Poisson bruta e ajustada. Dos 125.123 escolares avaliados, 26,1% experimentaram cigarro alguma vez na vida e 15,5% sofreram violência sexual alguma vez na vida. Os resultados mostram que adolescentes que experimentaram cigarro alguma vez na vida apresentam risco 2,6 (IC95%: 2,5-2,8) vezes maior de sofrer violência sexual em comparação aos não fumantes. O estudo conclui que o tabagismo está associado a maior risco de violência sexual em adolescentes brasileiros.

Palavras-chave: Adolescentes; Fumo; Violência sexual; Comportamentos de risco.



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





Perfil epidemiológico de crianças com crise febril em um hospital no sul de Santa Catarina

AUTORES

João Pedro Viapiana Paviani
Leonardo Pizzolotto Ferreira
Giselle Guarezi Martins
Vito Longaretti Miraglia

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

jppaviani@hotmail.com

A crise febril pode ser definida como um episódio convulsivo desencadeado por um quadro febril, que ocorre em crianças de 6 meses até 6 anos de idade, excluindo outras afecções. O presente estudo tem como objetivo avaliar o perfil clínico e epidemiológico em crianças admitidas com crise febril em um hospital no município de Criciúma/SC. Estudo retrospectivo transversal com 86 pacientes, de 6 meses a 6 anos de idade, admitidos com crise febril, utilizando coleta de dados de prontuários eletrônicos durante o período de 2021 a 2023. Nas variáveis sociodemográficas analisadas, foi possível verificar que a idade média dos indivíduos era de $25,78 \pm 14,49$ meses, sendo 58,1% dos indivíduos do sexo masculino. Quanto as variáveis clínicas, no estado de admissão, 73,3% dos indivíduos foram admitidos pós crise febril, sendo que destes, 64% não apresentaram presença de estado pós-ictal. A crise do tipo simples representou 77,9% dos casos, e a complexa, 22,1%. Referente a etiologia, 58,1% demonstraram-se infecciosa, 3,5% de causa vacinal e 38,4% de outras causas. A temperatura média na admissão foi de $37,93 \pm 0,95^\circ\text{C}$, com uma duração média de 4 minutos (0 – 30min). Com isso, é possível concluir que os achados do estudo podem ser benéficos tanto para os profissionais da saúde, pois garantem mais conhecimento da doença no contexto local, quanto aos familiares dos pacientes, uma vez que, na maioria dos casos, trata-se de um perfil clínico benigno e autolimitado, o que pode atenuar a preocupação referente ao quadro.

Palavras-chave: Febre; Convulsões; Pediatria; Epidemiologia.



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





Benefícios da natureza para a atividade física: revisão de literatura

AUTORES

Laura Baggio Moraes
Giovanna Gattoni
Nicolly Ribeiro
Larissa Chagas Moreira

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

laurabaggiom@hotmail.com

Este estudo de revisão investiga os benefícios da prática de atividade física em ambientes naturais, analisando como a interação com a natureza impacta na motivação e nos aspectos físicos e mentais dos praticantes. Foi realizada uma revisão da literatura em bases de dados acadêmicas, abrangendo publicações entre 2008 e 2017, registrados no Google Acadêmico, Lilacs e Scielo e agrupados em quatro categorias: atividades físicas e exercícios físicos, atividades físicas ao ar livre, influência da atividade física ao ar livre na qualidade de vida, relevância do educador físico nas atividades ao ar livre. Os resultados indicam que se exercitar em espaços públicos com áreas verdes, além de ser um meio de fácil acesso e sem custos financeiros, promove a interação social e o lazer, aliados a redução significativa do estresse presente na rotina da população, sendo uma prática agradável que modera a ansiedade, irritabilidade e depressão. Além disso, esses locais minimizam a poluição do ar, sonora e visual produzidas nos centros urbanos, fazendo com que as pessoas retornem à natureza e se beneficiem com esse contato, fortalecendo a relação homem e meio ambiente. Ademais, o papel de direcionamento do educador físico em avaliar a atividade física mais apropriada para cada objetivo e condição de saúde do praticante, evita consequências como lesões musculoesqueléticas e promove maior adesão e motivação ao hábito. Conclui-se que integrar a natureza às rotinas de atividade física potencializa os benefícios para a saúde física e mental, incentivando um estilo de vida mais saudável e ecológico.

Palavras-chave: Atividade física; Natureza; Motivação; Adesão.



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





Estilo de vida e rastreamento dos cânceres de mama e de colo de útero: Pesquisa Nacional de Saúde 2019

AUTORES

Leticia Schmitz Nacur de Almeida
Renato Claudino
Jhonatan Wéllington Pereira Gaia
Marcus Weber
Clarissa Medeiros
Manuela Karloh
Thiago Souza Matias

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

renatuss416@hotmail.com

Os fatores de estilo de vida podem estar associados com a prevenção dos cânceres de mama e de colo de útero. Diante disso, o presente estudo buscou investigar a associação entre o estilo de vida e a realização dos exames de mamografia e Papanicolau em uma amostra brasileira. Este estudo transversal utilizou de análise secundária dos dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2019. As variáveis independentes foram: comportamento alimentar, atividade física, comportamento sedentário e uso de substâncias. As variáveis dependentes foram rastreamentos para cânceres de mama e colo uterino. Foram utilizados o two-step cluster e teste de Rao-scott Qui-Quadrado para a análise dos dados. Três clusters foram encontrados em 48.074 mulheres: “Sinergicamente em risco (SR)” (10,16%), “Mais saudáveis, mas inativas (SI)” (63,39%) e “Ativas, mas bebem (AB)” (26,46%). A mamografia e o exame colpocitológico não foram realizados na frequência adequada por 41,44% (IC 95% 40,26 - 42,63) e 18,53% (IC 95% 17,88 - 19,20), respectivamente. Os clusters SI (Papanicolau, OR = 1,27; IC 95% 1,11 - 1,46; Mamografia, OR = 1,42; IC 95% 1,20 - 1,66) e o cluster AB (Papanicolau, OR = 1,56; IC 95% 1,32 - 1,84; Mamografia, OR = 1,83; IC 95% 1,49 - 2,24) possuem maior probabilidade de realizar os rastreamentos adequadamente, comparados ao cluster menos saudável (SR). Mulheres com estilos de vida mais saudáveis podem preocupar-se mais ou possuir maiores oportunidades para o rastreamento dos cânceres de mama e colo de útero.

Palavras-chave: Estilo de vida; Papanicolau; Mamografia; Rastreamento.



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





Relação da força de prensão manual, força de membros superiores e inferiores em Pacientes pós-COVID-19

AUTORES

Bárbara Carlin de Ramos do Espírito Santo
Maria Eduarda de Moraes Sirydakís
Licelli Amante Cardoso
João Marcelo Motta Siqueira
Aline Mendes Gerage
Rodrigo Sudatti Delevatti
Cíntia de la Rocha Freitas

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

barbaracarlin8@gmail.com

A força muscular (FM) é crucial para a recuperação da funcionalidade em qualquer cenário de reabilitação. Este estudo teve como objetivo avaliar a correlação entre a força de prensão manual (FPM) e a FM de membros superiores e inferiores em pacientes pós internação por COVID-19. Estudo transversal, com 40 adultos, de ambos os sexos, com idade média de 52 ± 12.93 anos, que apresentaram internação por COVID-19, com quadro moderado a grave. A FPM foi medida com um dinamômetro Carci (CEFISE, SP), com o paciente sentado e o braço a 90° . A força dos flexores e extensores de joelho/cotovelo, foi avaliada com o paciente sentado/deitado em uma maca com joelhos/cotovelos a 90° . Para tanto, foi utilizado o dinamômetro portátil (microFET2 HHD), em que foram realizadas três tentativas, no lado dominante, registrando-se o maior valor. Para verificar a associação entre a FPM e FM dos flexores e extensores de joelho/cotovelo, foi calculada a correlação de Pearson. As análises foram realizadas no software RStudio (4.4.1). A FPM apresentou uma correlação moderada com a força dos flexores de cotovelo ($r = 0,65$) e uma correlação forte com a força dos extensores de cotovelo ($r = 0,76$), indicando uma relação significativa entre a capacidade de geração de força dos membros superiores e a FPM em pacientes pós internação por COVID-19. Os resultados sugerem que a FPM pode ser um indicador útil da força muscular dos membros superiores nessa população específica, destacando a importância de intervenções de reabilitação direcionadas para a recuperação global da função muscular.

Palavras-chave: Força muscular; Síndrome de COVID-19 pós-aguda; Membros superiores.



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





Relação entre o estado nutricional e risco de depressão em adolescentes

AUTORES

Celita Friedrich
Bruno Nunes de Oliveira
Gabriel Maciel
Kelly Samara da Silva

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

celitafriedrich@gmail.com

Examinar a associação entre o estado nutricional e risco de depressão em adolescentes do ensino médio de Florianópolis. Este estudo analisa dados transversais de 2022 do projeto ELEVA. O peso corporal e a altura foram aferidos e o índice de massa corporal calculado com base na curva de crescimento proposta pela Organização Mundial da Saúde. Adolescentes ($n = 768$, média de idade: 16,37 anos) responderam a Escala de Depressão do Center for Epidemiologic Studies para avaliação dos sintomas depressivos. O teste de qui-quadrado foi realizado para verificar se há associação entre o estado nutricional (baixo peso/peso adequado versus sobrepeso/obesidade) e risco de depressão (alto risco versus normal). Os resultados mostram que 47% (IC 95%: 44%, 51%) dos adolescentes apresentam alto risco de depressão. Quanto ao estado nutricional, 25% (IC 95%: 22%, 28%) apresentam sobrepeso ou obesidade. No entanto, não foi observada associação entre sintomas depressivos com adolescentes que apresentaram sobrepeso e obesidade. Apesar de não haver uma relação significativa entre sobrepeso/obesidade e sintomas depressivos nos adolescentes avaliados, a alta prevalência de risco de depressão ressalta a necessidade da implementação de estratégias mais eficazes para a promoção da saúde mental entre os adolescentes dessa faixa etária.

Palavras-chave: Adolescentes; Sintomas depressivos; Índice de Massa Corporal.



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





Perfil epidemiológico dos pacientes com psoríase de uma cidade do extremo sul catarinense

AUTORES

Giselle Guarezi Martins
Vito Longaretti Miraglia
Leonardo Pizzolotto Ferreira
João Pedro Viapiana Paviani
Bruna Mendes Mello
Marina Rosa Cardoso
Gabriel Zanette Bristot
Juliana Harumi Makiyama
Mateus de Luca
Andresa Lisboa de Sá

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

guarezigi@gmail.com

A psoríase é definida como uma doença inflamatória crônica e recorrente, caracterizada por hiperplasia epidérmica, aceleração no ciclo evolutivo dos queratinócitos e ativação imune inadequada. Destarte, o presente estudo tem como objetivo avaliar o perfil clínico e epidemiológico dos pacientes com psoríase atendidos no ambulatório de dermatologia de uma universidade localizada na cidade de Criciúma/SC. O estudo retrospectivo transversal contou com 19 portadores de psoríase que receberam atendimento em ambulatório de dermatologia no período de julho de 2022 a julho de 2023, por meio da coleta de dados secundários obtidos a partir de prontuários eletrônicos. Foram avaliadas variáveis sociodemográficas, comorbidades e referentes à doença em questão. Verificou-se que a idade média dos indivíduos era de $49,37 \pm 16,07$ anos, sendo 68,42% mulheres, 52,63% utilizavam medicações tópicas, 42,10% sistêmicas e 5,26% imunobiológicas; 68,42% possuíam acometimento de áreas especiais da doença, sendo desses 38,46% ungueal, 38,46% em face, 53,84% em couro cabeludo e 7,69% em regiões genitais, ressaltando que alguns sendo as regiões não exclusivas. Desses, já 68,42% possuíam, pelo menos, uma comorbidade associada, sendo 23,07% rinite alérgica, 7,69% obesidade, 46,15% hipertensão arterial sistêmica, 30,76 diabetes melitus tipo 2, 30,76% depressão, 15,38% artrite psoriática, 15,38% hipercolesterolemia e 38,45% outras doenças. Conclui-se que o estudo é de grande valia para a comunidade científica e local, ao reconhecer as particularidades dos pacientes com psoríase e facilitar a adoção de medidas individualizadas para o seu melhor manejo clínico.

Palavras-chave: Psoríase; Dermatologia; Epidemiologia; Brasil.



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





Impacto da pandemia de COVID-19 nas notificações de violência contra a mulher em Santa Catarina

AUTORES

Naomi Tamima Estevam Cipriano
Caroline Prudêncio Cardoso
Cristiane Tomasi Damiani

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

naomiestevam@gmail.com

Essa pesquisa buscou analisar as notificações de violência contra a mulher em Santa Catarina e o impacto da pandemia de COVID-19 sobre estas taxas. Trata-se de um estudo quantitativo que utilizou os dados da Diretoria de Vigilância Epidemiológica registrados através do SINAN, sendo incluídas notificações de mulheres entre 20 e 64 anos, de 2015 a 2020, registradas no estado de Santa Catarina, organizadas por raça, tipo de violência e faixa etária. As variáveis quantitativas foram apresentadas com frequência absoluta e relativa. A população utilizada para o cálculo das taxas de notificação foram as projeções populacionais disponibilizadas pelo IBGE para os referidos anos. Evidenciou-se uma crescente nas notificações entre os anos de 2015 e 2019, seguida por uma queda significativa no ano de 2020, delta = -54,0 em relação ao ano anterior. A macrorregião que mais realiza investigações é a Sul, bem como identifica-se o predomínio de notificações na faixa etária de 20 a 34 anos e em mulheres autodeclaradas como brancas. Ademais, o tipo de violência mais frequente foi a violência física. Os dados obtidos apontam para uma redução da notificação dos casos de violência no período pandêmico, atrelado à dificuldade de acesso aos serviços de saúde pelo distanciamento social, bem como a situação de estresse pelo cenário social, econômico e de saúde apresentado. Evidencia-se ainda, a importância da notificação compulsória dos casos de violência, uma vez que a caracterização das ocorrências permite a criação de políticas públicas para seu enfrentamento.

Palavras-chave: Violência contra a mulher; COVID-19; Isolamento Social.



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





Avaliação dos parâmetros de aptidão física de meninas praticantes de futebol de campo

AUTORES

Davi Silva Zanlorensi
Isabelle Portugal Stival
Leonardo Starepravo De Conto
Gustavo Piana
Luana Loss Cabral
Maria Thereza Oliveira Souza
Christian Frøyd
Gleber Pereira

Universidade Federal do Paraná (UFPR)

davi.zanlorensi@ufpr.br

A prática regular de esportes pode influenciar positivamente em diferentes aspectos do desenvolvimento infantil, como em parâmetros de aptidão física. Nesse sentido, o objetivo desse estudo foi de verificar a influência do treinamento de futebol nos parâmetros de aptidão física de meninas do programa de futebol FutDELAS UFPR. Foram incluídas 86 meninas de 9 a 15 anos, que treinavam 2x/semana, 2 horas por treino, com variação no tempo de treinamento de 0 a 8 meses. Foram realizadas medidas antropométricas (massa corporal e estatura), flexibilidade (banco de Wells), potência de membros inferiores (teste do salto horizontal), agilidade (teste T modificado) e velocidade (teste de 20 metros). As avaliações foram realizadas em novembro de 2023 (A1) e em maio de 2024 (A2). Para análise estatística, foi aplicado um modelo linear misto para determinar as diferenças entre grupos, utilizando as avaliações (A1 vs A2) como efeito fixo para as variáveis dependentes massa corporal, estatura, flexibilidade, agilidade, potência de membros inferiores e velocidade, tendo os dados corrigidos pela idade e pelo tempo de treino. Os dados foram apresentados em diferença estimada e erro padrão. A flexibilidade aumentou significativamente no A2 comparado ao A1 ($6,58 \pm 2,01\text{cm}$; IC95%: 2,63 – 10,52; $p = 0,002$). O mesmo ocorreu para a potência de membros inferiores, com A2 significativamente maior do que A1 ($10,57 \pm 45,06\text{cm}$; IC95%: 0,64 – 20,5; $p = 0,002$). Não foram observadas diferenças na agilidade ($-0,13\text{s} \pm 0,31$; $p = 0,67$) e velocidade ($0,069\text{s} \pm 0,09$; $p = 0,48$). Baseado nos resultados observados, conclui-se que o treinamento de futebol foi eficaz para melhorar os parâmetros de flexibilidade e de potência de membros inferiores nas meninas avaliadas.

Palavras-chave: Esporte; Qualidade de vida; Parâmetros físicos; Promoção da saúde; Brasil.



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





Comparação da aptidão física entre meninas praticantes de futebol no Brasil e na Noruega

AUTORES

Davi Silva Zanlorensi
Isabelle Portugal Stival
Allan Malewschik Marchiorato França
Eduardo Bodnariuc Fontes
Luana Loss Cabral
Maria Thereza Oliveira Souza
Christian Frøyd
Gleber Pereira

Universidade Federal do Paraná (UFPR)

davi.zanlorensi@ufpr.br

O objetivo desse estudo foi comparar a aptidão física entre meninas praticantes de futebol no Brasil e na Noruega. Foram incluídas no estudo 33 meninas com 10 anos de idade praticantes de um projeto de futebol no Brasil ($n = 18$) concomitante a um projeto de futebol na Noruega ($n = 15$). Para comparar a aptidão física foram realizados o teste T modificado para avaliar agilidade, o teste do salto horizontal para avaliar potência de membros inferiores e o teste de 20 metros para avaliar velocidade. Os testes foram aplicados em momentos distintos em cada país, porém com a mesma ordem e protocolo em cada avaliação. Após um aquecimento de 10 minutos, foram realizadas 3 tentativas para cada teste, com um intervalo de 2-5 minutos entre cada teste e 1 minuto entre cada tentativa. Para análise estatística, foi aplicado um modelo linear misto para determinar as diferenças entre grupos, utilizando os grupos (Brasil x Noruega) como efeito fixo para as variáveis dependentes agilidade, potência de membros inferiores e velocidade. No salto horizontal, as meninas norueguesas ($155,2 \pm 25,5$ cm) apresentaram resultados significativamente melhores que as brasileiras ($123,1 \pm 15,2$ cm; $p = 0,001$). O mesmo ocorreu para a agilidade, no qual as norueguesas ($8,5 \pm 1,0$ s) foram significativamente mais rápidas do que as brasileiras ($10,7 \pm 1,4$ s; $p = 0,001$). Os resultados foram similares entre grupos somente para a velocidade (Brasil: $4,1 \pm 0,4$ s; Noruega: $3,9 \pm 0,3$ s; $p = 0,12$). Diferentes formas de incentivo à prática e a relação com atividades físicas e esportes desde a infância, além de fatores socioeconômicos, podem explicar as diferenças na aptidão física entre os países.

Palavras-chave: Atividade física; Habilidades Motoras; Exercício Físico; Desempenho Físico.



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





Interação entre exercício físico e cognição: mecanismos fisiológicos atualizados

AUTORES

Larissa Chagas Moreira
Nicolly Ribeiro
Giovanna Gattoni
Laura Baggio Moraes

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

larissachmoreira@unesc.net

Este estudo tem como objetivo compreender os mecanismos fisiológicos que promovem a melhora cognitiva por meio do exercício físico, e como o seu oscilante estímulo pode interferir em tais alterações nas diferentes idades populacionais. O estudo trata-se de uma revisão de literatura, contendo artigos que relacionam os impactos da atividade física na cognição. Os artigos analisados utilizaram desde exames de imagem (eletroencefalogramas, imunohistoquímica por imunofluorescência e ressonância magnética), testes cognitivos e estudos comparativos entre grupos, para analisar as disparidades entre indivíduos que se exercitavam regularmente, e indivíduos sedentários. De acordo com a hipótese testada, fez-se o uso de diferentes estímulos na atividade realizada, tais como a intensidade e duração – os quais resultaram em achados singulares. No procedimento com o uso de ressonância magnética antes e imediatamente após uma sessão de exercício físico moderado, revelou-se um aumento de 20% no fluxo sanguíneo regional cerebral, aumentando o aporte nutricional. Em relação ao aumento dos neurotransmissores, grupos sujeitos a condições de temperatura diferentes (39°C e 35°C), causadas pelo exercício físico, mostraram diferença nas concentrações de um marcador sanguíneo de rompimento da permeabilidade da barreira hematoencefálica, o qual facilita o ingresso das catecolaminas no sistema nervoso central. Em relação aos efeitos crônicos como adaptações em estruturas cerebrais e plasticidade cerebral, foi evidenciado um padrão de ativação cerebral superior nos indivíduos ativos fisicamente, quando comparados aos pares sedentários. O artigo conclui a positiva influência da atividade física na cognição, e demonstra suas hipóteses justificativas por meio dos estudos já realizados e descritos na literatura.

Palavras-chave: Cérebro; Cognição; Exercício físico.



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





Efeito de um programa de natação para iniciantes sobre eficiência do sono e escores depressão em idosos multimórbidos

AUTORES

Nando Casagrande Monteiro

Elias de Oliveira Magagnin

Marco Antônio Benavides da Silveira

Luana Piacentini Brunel

Ana Claudia de Oliveira Borba

Roberta da Cruz

Vitória Oliveira Silva da Silva

Karin Martins Gomes

Paulo Cesar Lock Silveira

Luciano Acordi da Silva

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

nandocasamont@gmail.com

A multimorbidade afeta cerca de 25% da população idosa no Brasil, sendo um desafio para a saúde pública. Atividades como natação e hidroginástica são recomendadas para idosos devido aos benefícios psicofisiológicos. No entanto, há dúvidas sobre o impacto de diferentes programas aquáticos na eficiência do sono e depressão em idosos multimórbidos. Objetivo: Avaliar o efeito de um programa de natação para iniciantes na eficiência do sono e nos escores de depressão em idosos multimórbidos. O estudo envolveu 42 idosos, sendo 38 mulheres e 4 homens multimórbidos em um programa de natação num estudo randomizado, dividido entre 2 grupos de 21 pessoas de (67,5 ± 7,5) anos. Usaram-se a Escala de Pittsburgh e a Escala de Depressão de Beck. O protocolo de exercícios foi adaptado às necessidades dos participantes e a intervenção durou 12 semanas. Antes da intervenção, a eficiência do sono no grupo controle (G1) era (16,5 ± 1,8) e nos exercitados (G2) (14,19 ± 1,7). Após, G1 apresentou (15,9 ± 1,2) e G2 (7,87 ± 1,9), com resultados (p = 0,851) (G1) e (p = 0,021) (G2). Nos escores de depressão, G1 tinha (13,5 ± 2,1) antes e (12,6 ± 2,6) após, e G2 (11,33 ± 2,9) antes e (5,71 ± 2,6) após, com resultados (p = 0,887) (G1) e (p = 0,045) (G2). A natação mostrou eficácia na redução dos escores de depressão e melhora na eficiência do sono em idosos multimórbidos, sugerindo ser uma intervenção valiosa para a saúde mental dessa população.

Palavras-chave: Exercício Físico; Idosos; Multimorbidade.



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





Associação entre o uso de drogas e a consideração sobre a vida valer a pena em escolares de 13 a 17 anos do Brasil

AUTORES

Luiza Llantada Coelho
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Ellen Valeska Santos
Érica Tassi Frello
Larissa da Silva Dario
Yuri Santos Siqueira
Lara Barbosa Damazio
Lucimara Nunes Ferreira
Maria Antônia Rodrigues Ramos
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

luiza73llc@gmail.com

Nota-se que o uso de drogas faz parte da busca por alívio de sintomas de sofrimento mental e emocional advindos de um processo de adoecimento. Dessa forma, este trabalho analisa a associação entre uso de drogas e considerar que a vida vale a pena. Trata-se de estudo transversal conduzido com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2019, no qual participaram escolares de 13 a 17 anos de escolas públicas e particulares de cidades do Brasil. Foram avaliados o uso de drogas (nunca e já usou alguma vez/usa) e se a vida vale a pena (nunca/raramente/às vezes e na maioria das vezes/sempre). Foi realizada regressão logística (bruta e ajustada - sexo, idade, raça, fumo, álcool e atividade física). Foram avaliados 125.123 adolescentes, destes, 12,7% fizeram uso de drogas alguma vez na vida e 19,4% referiram que a vida vale a pena na maioria das vezes/sempre. Na análise ajustada, observou-se que os adolescentes que já utilizaram drogas alguma vez na vida possuem 1,39 (IC95%: 1,31 - 1,47) vezes mais chance de considerar que a vida vale a pena comparado com adolescentes que nunca fizeram o uso de substâncias. Portanto, o estudo mostra que, embora o uso de drogas seja geralmente visto como um fator de risco, quando se trata sobre considerar que a vida vale a pena tem-se que aqueles que experimentaram substâncias tendem a relatar uma visão mais otimista sobre a vida. O que pode sugerir que alguns jovens buscam alívio emocional por meio dessas substâncias.

Palavras-chave: Usuários de Drogas; Saúde mental; Adolescentes.



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





Notificações de mortalidade por acidentes de trânsito de homens em Criciúma, por grupo etário, no período de 2018 a 2023

AUTORES

Luiza Llantada Coelho
Vanessa Iribarrem Avena Miranda
Marianka Fernandes Rocha da Luz
Érica Tassi Frello
Yuri Santos Siqueira
Cristiane Damiani Tomasi
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

luiza73llc@gmail.com

Os homens são identificados como o grupo de maior risco para o envolvimento em acidentes de trânsito, frequentemente associados a comportamentos de risco como alta velocidade e condução de veículo sob efeito de álcool. Assim, objetiva-se analisar a distribuição dos óbitos por acidente de trânsito em homens, por grupo etário. Estudo com os dados secundários de óbitos resultantes de acidentes de trânsito, em homens de 15 a 59 anos, ocorridos de 2018 a 2023, em Criciúma (Santa Catarina), que foram coletados do Sistema de Informações sobre Mortalidade (SIM). Seguindo a classificação da CID-10, Capítulo XX (Códigos V00-V99), as análises foram realizadas por meio da frequência absoluta de notificações de violência contra homens, por faixa etária e ano de notificação. Observou-se que a maior frequência de óbitos por acidentes ocorreu na faixa etária que compreende os 20 aos 29 anos, em 2018 (45,5%), 2020 (33,3%) e 2022 (45,5). Em 2019, a maior proporção de acidentes ocorreu na faixa etária de 30 a 39 anos (30,4%). Em 2021 e 2023 a maior proporção foi no grupo etário de 40 a 49 anos (30,0% e 35,3%, respectivamente). A variação na frequência de óbitos por acidentes de trânsito não segue um padrão específico em relação à faixa etária. Isso combinada com a mudança no perfil etário das notificações de acidentes, requer uma investigação minuciosa para identificar as causas subjacentes a esse cenário, uma vez que muitos dos fatores de risco associados a esses óbitos são modificáveis e exigem estratégias de prevenção e de educação.

Palavras-chave: Acidentes de trânsito; Mortalidade; Saúde do homem.



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





Satisfação da imagem corporal de adolescentes escolares brasileiros

AUTORES

Marianka Fernandes Rocha da Luz
Susana Cararo Confortin
Yuri Santos Siqueira
Érica Tassi Frello
Nicole Lovison Bastian
Henrique Ascari Gonçalves
Ana Clara Roos Fadanelli
Luiza Llantada Coelho
Vanessa Iribarrem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

mfr@unesc.net

A adolescência é uma fase marcada por intensas transformações biológicas e psicossociais, sendo um período crítico para a formação da imagem corporal. Ao mesmo tempo em que favorece a construção de uma visão sobre o próprio corpo, a influência do ambiente em que vive e muito fortemente da mídia, impactam diretamente a sua autopercepção. A autoavaliação negativa e a discrepância entre a forma corporal percebida pelo indivíduo e a que ele considera ideal, tem sido associada a problemas como baixa autoestima e qualidade de vida reduzida. Nessa perspectiva, o objetivo desse estudo foi analisar a satisfação de estudantes do Brasil, com relação a sua imagem corporal. Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019, realizada com 125.123 escolares com idades entre 13 e 17 anos. Foram realizadas análises descritivas com variáveis sociodemográficas e de satisfação corporal. Da amostra, 51,8% possuíam idade entre 13 e 15 anos, 50,9% eram do sexo feminino, cerca de 43,8% declararam-se pardo e 38,2% eram da região Nordeste do Brasil. Em relação a satisfação com a sua imagem corporal, a maior parte dos entrevistados (64,7%) mostraram-se muito satisfeitos, seguidos pelos muito insatisfeitos (23,9%) e daqueles que declararam ser indiferentes (11,4%). Apesar da maioria dos adolescentes brasileiros entrevistados apresentarem satisfação com sua imagem corporal, uma parcela significativa demonstrou insatisfação. Esse dado ressalta a importância da promoção de políticas de saúde pública e ações educativas direcionadas para os adolescentes, para assim fomentar uma visão mais equilibrada sobre o corpo e prevenir problemas futuros.

Palavras-chave: Adolescentes; Imagem corporal; Brasil.



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





Existe relação entre atividade física e a autopercepção de saúde?

AUTORES

Lara Barbosa Damazio
Vanessa Irribarem Avena Miranda
Ana Flávia Araújo de Souza
Ana Gabriela Reisdorfer Lauxen
Ana Julia Bressan de Medeiros
Érica Tassi Frello
Henrique Ascari Gonçalves
Larissa da Silva Dario
Luiza Llantada Coelho
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

lara_damazio@hotmail.com

A autopercepção de saúde pode ser influenciada por fatores como idade, raça, gênero, atividade física, entre outros aspectos. O objetivo do estudo é analisar a associação da atividade física com a autopercepção de saúde. Estudo transversal com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar de 2019, com escolares brasileiros de 13 e 17 anos. Foram analisadas as variáveis de atividade física total (inativo - <150 minutos por semana e ativo - ≥ 150 minutos por semana) e autopercepção de saúde (regular, muito bom/bom e muito ruim/ruim). Foram entrevistados 125.123 adolescentes, destes, 54,6% eram ativos fisicamente, 69,0% consideravam sua saúde como muito boa/boa e 5,5% muito ruim/ruim. Na análise bruta, observa-se associação da atividade física com a percepção boa/muito boa (OR: 1,49; IC95%: 1,44 - 1,53) e ruim/muito ruim (OR: 0,87; IC95%: 0,82 - 0,93). Na análise ajustada por sexo, idade, raça, tabagismo e consumo de álcool, as associações se mantiveram. Os ativos fisicamente apresentaram 29% (IC95%: 1,25 - 1,34) mais chances de ter percepção boa/muito boa; e 10% (OR: 0,90; IC95%: 0,84 - 0,96) menos chances de percepção ruim/muito ruim quando comparados aos inativos. Conclui-se que, há associação entre a atividade física e a autopercepção de saúde. Diante disso, nota-se a importância da prática de atividade física visto que além de melhorar a condição física, melhora autoestima e saúde mental, resultando em uma percepção mais positiva de saúde.

Palavras-chave: Atividade física; Autopercepção; Saúde do adolescente; Brasil.



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





Tratamento restaurador atraumático no âmbito escolar – uma estratégia de promoção de saúde bucal

AUTORES

Poliana Rodrigues Moraes

Cristian Serpa

Joni Marcio de Farias

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

pollyrmoraes@gmail.com

O Tratamento Restaurador Atraumático (TRA), configura-se como um programa onde os fundamentos filosóficos se sustentam em pilares como as restaurações dos elementos dentários, empregando instrumentos manuais de mínima intervenção, com enfoque em procedimentos educativos, preventivos e terapêuticos. Metodologia simples e eficaz que pode ser empregada em qualquer ambiente sem a exigência de aparatos tecnológicos sofisticados. O objetivo foi evidenciar a viabilidade dessa estratégia em uma unidade escolar no município de Criciúma. Foram avaliados estudantes do 1º ao 4º ano, cujos dentes apresentavam cáries cavitadas em estágio intermediário aptas à utilização de instrumentos manuais e permitindo o acesso tanto pela oclusal quanto pela proximal. A estratégia teve início no segundo semestre de 2022, com a identificação de 40% dos estudantes afetados por cáries, e alcançou o segundo semestre de 2024 com uma redução para 28,11%, aplicando com êxito os preceitos do TRA. Conclui-se que o TRA é uma estratégia eficaz e viável para o manejo de cáries em escolares com redução significativa na prevalência de cáries, evidenciando o impacto positivo do TRA. O sucesso deste programa sinaliza seu potencial de expansão para outros contextos, contribuindo de forma relevante para a melhoria da saúde pública, especialmente em comunidades com menor oportunidade de acesso. Recomenda-se, as ações educativas e preventivas reforçam a importância de práticas integradas e acessíveis à promoção da saúde bucal e qualidade de vida de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Tratamento dentário restaurador atraumático; Políticas de saúde pública; Promoção da saúde em ambiente escolar.



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





Características dos estudos sobre moderadores da atividade física em crianças e adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática

AUTORES

Matheus Taborda
Bruna Ramos
Thamires Gabrielly dos Santos Coco
Paulo Henrique Guerra
Adriano Akira Ferreira Hino

Pontifícia Universidade Católica do Paraná
(PUCPR)

matheus.taborda@pucpr.edu.br

O presente estudo teve por objetivo descrever as variáveis analisadas nos estudos sobre os possíveis moderadores da prática de atividade física em crianças e adolescentes brasileiros. Estudo de revisão sistemática, registrado no PROSPERO (CRD42021258588), aprovado e financiado pelo CNPq (processo 443193/202007). Em novembro de 2021, buscas foram realizadas em nove bases de dados eletrônicas. Foram considerados critérios de elegibilidade: I) estudos observacionais conduzidos no Brasil com crianças e adolescentes; II) que tenham testado associação entre qualquer exposição e atividade física; III) estudos que apresentaram análise de moderação. Após a extração dos dados foram identificadas as variáveis utilizadas como potenciais moderadoras entre qualquer variável de exposição e a prática de atividade física. Foram identificados 6.921 títulos não duplicados entre as bases de dados. Após os processos de avaliação, 43 artigos responderam adequadamente aos critérios de inclusão e compuseram a síntese descritiva. A maioria dos artigos apresentou delineamento transversal (97,7%), com amostras compostas de maneira probabilística (100%). Dentre esses artigos, 90,7% utilizaram o sexo como potencial moderador da atividade física, os outros 9,3% utilizaram os seguintes moderadores: área urbana e rural (4,7%), maturação e nível socioeconômico (2,3% cada). Um total de 286 variáveis foram extraídas destes estudos, sendo 32,5% variáveis com características ambientais, 23,8% psicossociais, 23,1% sociodemográficas, 15,7% comportamentais e 4,9% com características de saúde. A variável sexo foi a moderadora mais estudada dentre os estudos. Indica-se a importância de analisar outras possíveis variáveis moderadoras da atividade física, bem como descrever os resultados das associações encontradas.

Palavras-chave: Moderação; Atividade Física; Crianças; Adolescentes; Brasil.



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





Existe relação entre atividade física e a violência comunitária em adolescentes?

AUTORES

Álissa Melo Tolfo
Susana Cararo Confortin
Maria Antônia Rodrigues Ramos
Marianka Fernandes Rocha da Luz
Nicole Lovison Bastian
Poliana Silveira da Silva Gonçalves
Sabrina Capra Bertolin
Yuri Santos Siqueira
Aline Cristina Vieira de Lima
Vanessa Iribarrem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

alissa.melotolfo@unesc.net

A adolescência é um período importante do desenvolvimento, no qual a prática de atividade física é fator essencial para aquisição de hábitos saudáveis. Entretanto, a violência comunitária pode influenciar negativamente, reduzindo o acesso seguro a espaços que oferecem a prática de exercícios. Assim, objetivou-se analisar a associação da atividade física com a violência comunitária em adolescentes. Estudo transversal, com alunos de 13 a 17 anos da Pesquisa Nacional de Saúde dos Escolares (PeNSE), 2019. Foi avaliada a relação entre a atividade física total [inativo (<300 minutos por semana) e ativo (≥ 300 minutos por semana)] e se já sofreu violência comunitária a partir da questão “Nos últimos 30 dias, quantas vezes você deixou de ir a escola porque não se sentia seguro no caminho de casa para a escola ou da escola pra casa?” (não e sim). Para as análises dos dados foi utilizada regressão logística (bruta e ajustada). Entre os adolescentes, 28,07% eram ativos e 9,72% já sofreram violência comunitária. Na análise bruta, os adolescentes ativos apresentaram 17% (IC95%: 1,11 - 1,23) mais chance de sofrer violência comunitária em relação aos inativos. Na análise ajustada, por sexo, idade, raça, tabagismo, álcool e tempo sentado, os adolescentes que eram ativos apresentaram 21% (IC95%: 1,14 - 1,28) mais chances de sofrer violência comunitária. Conclui-se que adolescentes ativos têm maior chance de sofrer violência comunitária em comparação aos inativos. É necessário promover políticas públicas que busquem diminuir a exposição dos estudantes a essa violência, promovendo ações para aumentar a segurança dos adolescentes na comunidade.

Palavras-chave: Atividade física; Exposição à violência; Adolescentes.



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





Inatividade física e seu impacto na saúde

AUTORES

Bianca Goulart Silvano
Antônio Augusto Schäfer
Samuel de Carvalho Dumith
Micaela Rabelo Quadra
Janis Elfbio
Fernanda Daminelli Eugênio
Tamara Justin da Silva
Carla Ribeiro Ciochetto
Fernanda Oliveira Meller

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

biancagsil@outlook.com

A prática regular de atividade física é fundamental para a saúde, reduzindo injúrias e doenças. Durante a pandemia, a baixa adesão aos exercícios contribuiu para o aumento de comportamentos de risco à saúde. O objetivo desse estudo foi avaliar a atividade física e sua associação com a saúde em adultos e idosos. Trata-se de um estudo transversal de base populacional realizado durante a pandemia de Covid-19, com idosos e adultos maiores de 18 anos, residentes urbanos de dois municípios do Sul do Brasil. Os desfechos avaliados foram a qualidade de sono, qualidade da dieta, percepção de saúde, tabagismo, consumo de álcool, sintomas depressivos, estresse, sentimento de tristeza e ideação suicida. O questionário IPAQ avaliou a prática insuficiente de atividades físicas. Foram feitas análises da associação entre a inatividade física e os desfechos estudados através de Regressão de Poisson. Um total de 2.170 indivíduos foram estudados, dos quais 59,7% eram mulheres e 31,2% idosos. A prevalência de inatividade física foi de 75,3% (IC95% 73,46;77,10). O estudo constatou que indivíduos sedentários apresentaram maior prevalência de má qualidade de sono (RP = 1,08, IC95% 1,03;1,13) pior qualidade da dieta (RP = 1,11, IC95% 1,06;1,17) e pior percepção de saúde (RP = 1,13, IC95% 1,07;1,18), além de maior prevalência de tabagismo e sintomas depressivos. Durante a pandemia de Covid-19, a inatividade física foi associada a diversos desequilíbrios fisiológicos. As análises ressaltam a relevância da prática regular de exercícios, não apenas para a saúde individual e qualidade de vida, mas também para a prevenção da sobrecarga do sistema de saúde.

Palavras-chave: Atividade física; Saúde; Estudos transversais.



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





Os benefícios da atividade física no combate a obesidade infantil

AUTORES

Amanda Tonelli

Lara Bertoldi Agostini

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

tonelliamanda@unesc.net.

A obesidade é um distúrbio metabólico, inflamatório crônico e de acúmulo excessivo de gordura corporal. Na infância, o ganho de peso pode ocorrer sem aumento proporcional da estatura e da idade óssea, tornando a obesidade um fator de risco para doenças na vida adulta. Combater essa condição desde cedo é essencial. O exercício físico é fundamental para melhorar a saúde, o bem-estar psicossocial e a composição corporal, além de reduzir comorbidades associadas ao excesso de peso. Objetivava-se revisar a literatura sobre os benefícios da atividade física para combater a obesidade infantil. Este estudo foi realizado nas bases de dados PubMed e Scielo, utilizando-se os descritores “obesidade infantil” e “exercício físico” em publicações científicas entre 2019 e 2024, sendo selecionados 6 e descartado 1 por não atender os critérios de inclusão. Os principais benefícios do exercício físico são aumento da massa muscular esquelética, ganho de força, propriocepção e diminuição de gordura. A combinação de treinamento aeróbico e de resistência é eficaz na redução da composição corporal e na melhoria da saúde metabólica em crianças obesas, com a recomendação de pelo menos três sessões de 60 minutos por semana. Dessa maneira, o exercício pode ser a principal ferramenta para atenuar os danos associados à doença. Além disso, brincadeiras ativas devem ser incentivadas para controlar o ganho de peso a longo prazo, usando movimentos corporais que aumente o gasto de energia. Em suma, o exercício físico mostra-se capaz de promover adaptações positivas na obesidade infantil.

Palavras-chave: Exercício físico; Obesidade infantil; Distúrbio metabólico; Comorbidades; Composição corporal.



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





Comportamento de risco entre adolescentes escolares brasileiros

AUTORES

Fernanda Casagrande Velho Mattioli
Susana Cararo Confortin
Luiza Llantada Coelho
Marianka Fernandes Rocha da Luz
Nicole Lovison Bastian
Poliana Silveira da Silva Gonçalves
Sabrina Capra Bertolin
Caroline Lima Cardoso
Lisiane Tuon
Vanessa Iribarrem Avena Miranda

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

fcvelbomat@gmail.com

Os comportamentos de risco (CR) à saúde dos adolescentes são precursores de condições futuras de adoecimento, tanto físico quanto mental. A Organização Mundial da Saúde aponta que os principais CR estão relacionados às doenças crônicas não transmissíveis, destacando-se o consumo regular de tabaco e álcool, sedentarismo e a dieta inadequada. Esses comportamentos na adolescência estão relacionados à busca por independência, identidade e aceitação. Além disso, o CR também acontece nas relações sexuais sem proteção e ações que comprometem a integridade do adolescente como lesões acidentais e a violência. Este estudo teve como objetivo caracterizar os comportamentos de risco entre adolescentes brasileiros. Trata-se de um estudo transversal, com dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, 2019, com amostra de adolescentes brasileiros, com idade de 13 a 18 anos. Foram realizadas análise descritiva das variáveis sociodemográficas e comportamentais. Dos 125.123 escolares entrevistados, 50,9% eram do sexo feminino, 51,8% tinham de 13 a 15 anos, 43,8% eram de raça parda e 38,2% eram da região Nordeste. Em relação aos CR, 21,5% fumavam, 63,9% consumiram álcool alguma vez na vida, 12,6% usaram drogas, 18,8% usaram cigarro eletrônico, 40,8% não usaram preservativo na última relação sexual. O estudo apontou os principais CR nos adolescentes participantes desta pesquisa. Medidas preventivas ao CR devem ser consideradas visto as consequências que o CR gera na adolescência e seu futuro e se torna indispensável o olhar integrado ao adolescente, envolvendo pais, escola e profissionais.

Palavras-chave: Adolescentes; Comportamento; Risco.



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





Apoio social influenciou a atividade física e tempo sedentário em idosos durante pandemia COVID-19?

AUTORES

Júlio César Padilha Bruno
Viviane Nogueira de Zorzi
Eleonora d'Orsi
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

juliocesarpadilhabrunoo@gmail.com

A pandemia de COVID-19 trouxe desafios à população idosa, reduzindo a atividade física e aumentando o comportamento sedentário. Este estudo analisa a associação entre a percepção de apoio social pré-pandemia com a prática de atividade física moderada a vigorosa (AFMV) e o tempo sedentário durante a pandemia em idosos. Foram utilizados dados longitudinais da terceira (2017-2019) e quarta (2021-2022) onda do Estudo de Coorte EpiFloripa Idoso, com uma amostra de 309 participantes (≥ 60 anos) de ambos os sexos de Florianópolis, SC. A prática de AFMV foi mensurada pelo Questionário Internacional de Atividade Física, categorizando os idosos como ativos (≥ 150 min/sem) ou inativos (≥ 150 min/sem), e o tempo sedentário foi classificado em 3h, 3-6h e ≥ 6 h/dia. O apoio social foi avaliado utilizando a Escala de Apoio Social (MOS), cujo escore foi categorizado em tercís: baixo, médio e alto apoio social. A associação entre apoio social com a prática de AFMV e o tempo sedentário foi analisada utilizando o teste qui-quadrado, com significância de 0,05 no software Stata 14. Participaram do estudo 309 idosos (69,4% mulheres; 49,5% entre 70 e 79 anos). Não encontrou-se associação entre o apoio social com a prática de AFMV antes e durante a pandemia ($p < 0,05$). Observou-se uma prevalência significativamente menor de tempo sedentário ≥ 6 h/dia durante a pandemia entre as pessoas idosas com alto apoio social pré pandemia ($p < 0,05$). Este estudo ressalta a necessidade da implementação de intervenções específicas que promovam maior apoio social em contextos de isolamento social.

Palavras-chave: Apoio social percebido; Atividade física; Comportamento sedentário; Pessoas idosas; Envelhecimento; Pandemia.



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





Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em adultos brasileiros

AUTORES

Matheus Evangelista Sales
Átila Souza dos Santos Menezes
Isabel Oliveira Bierhals

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

matheusales1945@unesc.net

O ganho de peso tem apresentado tendência crescente na população mundial, tornando-se um grave problema de saúde pública. O objetivo do estudo foi estimar a prevalência de excesso de peso e sua associação com fatores sociodemográficos e comportamentais. Estudo transversal com dados do inquérito Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), de 2023, com amostra de 21.690 indivíduos maiores de 18 anos. Destes, 20.031 possuíam informação de peso e altura e compuseram a amostra do estudo. Excesso de peso foi considerado quando o IMC era igual ou superior a 25 kg/m². Como variáveis independentes foram incluídas sexo, idade, cor da pele, escolaridade, tabagismo, consumo de bebida alcoólica e inatividade física. Análise de associação foi realizada por regressão logística bruta e ajustada. Um total de 62% da amostra apresentou sobrepeso. Após ajuste, homens (OR=1,19; IC95%: 1,04-1,36; p=0,012), indivíduos de 50-59 anos (OR=2,90; IC95%: 2,31-3,63; p=0,001), de cor da pele preta (OR=1,39; IC95%: 1,11-1,75; p=0,017) e que referiram hábito de ingestão de bebida alcoólica (OR=1,21; IC95%: 1,05-1,39; p=0,007) tiveram maior chance de apresentar excesso de peso. É necessário promover políticas públicas que incentivem a prática de hábitos de vida saudáveis, sobretudo para garantir qualidade de vida e saúde à população brasileira, bem como para mitigar a possível sobrecarga dos serviços de saúde.

Palavras-chave: Excesso de peso; Estudos transversais; Fatores de risco; Adultos.



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





Atividade física em camundongos pré e durante gestação: ação antigenotóxica na prole com o tratamento à base de frutose nas fêmeas matrizes

AUTORES

Otávio Lúcio Possamai
Marina Lummertz Magenis
Isadora de Oliveira Monteiro
Marcelo Morganti Sant'Anna
Nicollas dos Santos da Silva
Adriani Paganini Damiani
Vanessa Moraes de Andrade

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

otaviolucio2004@gmail.com

Avaliar se a prática de exercício físico voluntário, associada ao consumo de frutose desde o período pré-gestacional até o período gestacional, causam alterações genotóxicas nas proles de fêmeas matrizes. Foram utilizadas 70 camundongos Swiss fêmeas com 21 dias de idade, que receberam frutose (20%) na garrafa de hidratação e/ou praticaram exercício físico voluntário (EFV) por 8 semanas (pré-gestacional). Após 8 semanas de tratamento, elas foram subdivididas aleatoriamente em 7 grupos experimentais e acasaladas com o macho por 7 dias. Os grupos foram: G1 - Água; G2 - Água + EFV; G3 - Água + EFV/Água; G4 - Frutose; G5 - Frutose + EFV; G6 - Frutose + EFV/Água + EFV; G7 - Frutose + EFV/Água. Após o período de lactação, os filhotes foram separados por sexo nos 7 grupos experimentais de acordo com o sexo e os tratamentos realizados nas fêmeas. Os filhotes foram eutanasiados aos 60 dias de idade para avaliação genética do sangue e do hipocampo, através do ensaio cometa. Na avaliação da prole, tanto no sangue quanto no hipocampo, observou-se uma diminuição nos danos ao DNA nos grupos FRU+EFV, FRU+EFV/Água+EFV e FRU+EFV/Água em relação ao grupo FRU ($p < 0,05$). Conclui-se que o EFV foi capaz de modular o dano ao DNA causado pela frutose materna no hipocampo e no sangue da prole (machos e fêmeas). Dessa forma, este trabalho demonstra que os hábitos alimentares e físicos da gestação, em modelo animal, influenciou na saúde das proles.

Palavras-chave: Frutose; Lactação; Atividade Física; Hipocampo.



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





Associação entre fatores antropométricos e de saúde em adultos da região de Joinville

AUTORES

Marcela Cardoso de Oliveira
Eduarda Eugenia Dias de Jesus
Milena Carvalho
Lucas Berber Stuhr Medicina
Fabricio Faitarone Brasilino
Alexandre Rosa
Ingridy Thais Della Betta Bernardi
Pedro Jorge Cortes Morales

Universidade do Estado de Santa Catarina
(UDESC)

marcelacdo17@gmail.com

A avaliação de fatores antropométricos e de saúde em diferentes populações é fundamental para identificar padrões que influenciam na prevenção de doenças crônicas. O objetivo deste estudo foi verificar as associações entre fatores antropométricos e de saúde em homens e mulheres da região de Joinville/SC. Este estudo transversal faz parte do projeto Centro de Atividades Físicas (CAF), com dados coletados de 137 participantes, sendo 83 do sexo feminino ($43,67 \pm 12,01$) e 54 do sexo masculino ($41,25 \pm 14,48$ anos). Foram coletados os seguintes dados antropométricos (peso, estatura, circunferência do quadril) e de saúde (glicemia, pressão arterial). Não houve normalidade dos dados (Shapiro-Wilk). Foi analisada a diferença entre os sexos (teste de Wilcoxon) e as correlações (Spearman) por meio do software R Studio ($p < 0,05$). Não houve diferença significativa nas variáveis investigadas entre os sexos ($p < 0,05$). Contudo, houve diferença significativa na pressão arterial diastólica ($p = 0,009$) e no IAC ($p < 0,001$) entre os sexos. Nos homens, a glicemia correlacionou com o peso ($r = 0,335$; $p = 0,013$) e com o IMC ($r = 0,279$; $p = 0,040$). Nas mulheres, o IAC correlacionou-se com a pressão arterial sistólica ($r = 0,217$; $p = 0,048$) e diastólica ($r = 0,305$; $p = 0,004$). Além disso, ambos os sexos apresentaram correlação significativa entre o IMC e a circunferência do quadril ($r = 0,681$; $p < 0,001$). Esses achados indicam que fatores como idade e composição corporal afetam as medidas de saúde de maneiras específicas para cada sexo; sendo que para os homens houve uma influência direta desses fatores na saúde metabólica; e nas mulheres, foi observado que a composição corporal pode ter um impacto mais significativo nos parâmetros cardiovasculares.

Palavras-chave: Glicemia; Pressão Arterial; Composição Corporal.



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





Exercício físico voluntário modula parâmetros mutagênicos em camundongos alimentados com dieta cafeteria

AUTORES

Maria Laura da Silva Geremias
Giulia Strapazzon
Amanda Gasperin Velho
Gabriela Mezzari Juvêncio
Marcelo Morganti Sant'Anna
Isadora de Oliveira Monteiro
Marina Lummertz Magenis
Nicollas dos Santos da Silva
Otávio Lúcio Possamai
Vanessa Moraes de Andrade

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

marialauraslg@gmail.com

Avaliar o efeito da prática de exercício físico voluntário sobre parâmetros mutagênicos em camundongos alimentados com uma dieta cafeteria. O estudo foi realizado com 60 camundongos machos Swiss (20-30 g), com 30 dias de idade. O desenho experimental consistiu em 18 semanas de experimento e foi composto por 6 grupos, de 10 ou 30 animais, organizados da seguinte forma: grupo Dieta Padrão (DP; n = 10), grupo Dieta Padrão + Exercício Físico Voluntário (DP + EFV; n = 10), grupo Dieta Cafeteria + Exercício Físico Voluntário (DC + EFV; n = 10) e grupo Dieta Cafeteria (DC; n = 30). O grupo DC, nas últimas 4 semanas para o término do experimento, foi ainda subdividido em 3 grupos: DC (n = 10), DP (n = 10) e DP + EFV (n = 10), totalizando os 6 grupos do estudo. Para avaliar a mutagenicidade nos grupos, foi retirada a medula óssea do fêmur dos animais e realizado o Teste de Micronúcleos. O número médio de eritrócitos policromáticos micronucleados (EPCMn) individual é utilizado como medida de toxicidade na medula óssea. Dentre os resultados, observa-se que a Dieta Cafeteria é mutagênica. Além disso, a alteração para a Dieta Padrão, e ainda, associada ao Exercício Físico Voluntário, tem efeito antimutagênico. Portanto, os resultados sugerem que o EFV demonstrou efeitos antimutagênicos, potencializando o seu efeito quando associado a dieta padrão, em relação a este modelo de indução de obesidade.

Palavras-chave: Obesidade; Atividade física; Dieta cafeteria; Teste de Mutagênese.



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





Promoção da saúde na terceira idade: Um relato de experiência a partir das vivências no estágio obrigatório

AUTORES

Maria Clara Vieira Ferreira

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

mariaclaravieiraferreira18@gmail.com

A atividade física na terceira idade é fundamental para promover saúde e um envelhecimento saudável. Ela melhora mobilidade, força e equilíbrio, além de prevenir complicações do sedentarismo, contribuindo para a qualidade de vida. A prática regular de exercícios está associada à redução de doenças crônicas e ao fortalecimento da saúde mental, sendo essencial para manter a vitalidade. Relatar a experiência de estágio no Projeto Mais Saúde, uma iniciativa de 11 anos gerida pelo Departamento Municipal de Esportes (DME) de Sombrio/SC. O projeto visa promover saúde e qualidade de vida entre idosos, alinhado às reformas no sistema de saúde brasileiro com a criação do SUS. As atividades físicas foram realizadas com idosos sob supervisão de um profissional de Educação Física. As práticas incluíram caminhadas, ginástica localizada, alongamentos e esportes adaptados, ocorrendo de segunda a sexta-feira no Complexo Multiuso Deldi Garcia. Participaram, em média, 50 idosos entre 60 e 80 anos. A percepção de melhora foi obtida diretamente dos participantes, que relataram maior disposição, redução de dores e melhor bem-estar geral. A intervenção apresentou resultados positivos significativos, com melhorias em mobilidade, força, equilíbrio e saúde mental. O projeto reafirma o compromisso com a promoção da saúde e um estilo de vida ativo. No entanto, foram observados desafios como a inclusão de mais participantes e a necessidade de maior apoio estrutural, fatores essenciais para garantir a continuidade e expansão do projeto, atendendo aos objetivos de saúde e qualidade de vida propostos.

Palavras-chave: Idoso; Saúde; Envelhecimento.



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





Avaliação glicêmica e da insulina em camundongos submetidos à dieta cafeteria e exercício físico voluntário

AUTORES

Leticia da Silveira Ugioni
Giulia Strapazzon
Ana Julia Bressan de Medeiros
Marcelo Morganti Sant'Anna
Isadora de Oliveira Monteiro
Marina Lummerz Magenis
Nicollas dos Santos da Silva
Otávio Lúcio Possamai
Luiza Martins Longaretti
Vanessa Moraes de Andrade

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

leticiaugionimed@gmail.com

Avaliar o efeito do exercício físico voluntário (EFV) sobre parâmetros bioquímicos em camundongos alimentados com dieta cafeteria. O estudo foi realizado com 60 camundongos machos Swiss, com 30 dias de idade e consistiu em 18 semanas de experimento. Os animais foram divididos em grupos: Dieta Padrão (DP; n = 10), DP + Exercício Físico Voluntário (DP + EFV; n = 10), Dieta Cafeteria + EFV (DC + EFV; n = 10) e DC (n = 30). O grupo DC, nas últimas 4 semanas para o término do experimento, foi subdividido em 3 grupos: DC (n = 10), DP (n = 10) e DP + EFV (n = 10), totalizando 6 grupos do estudo. O EFV foi realizado com uma roda de corrida voluntária. Foram realizadas duas coletas de sangue (14ª e 18ª semanas) para dosar glicemia de jejum e resistência à insulina, através do Teste de Tolerância à Insulina. Os animais alimentados com DC diferiram do grupo DP ($p < 0,05$), pois desenvolveram valores maiores de glicemia de jejum e resistência insulínica. Os grupos que sofreram intervenção apresentaram glicemia inferior aos que consumiram DC durante todo o experimento, porém a resistência à insulina não foi revertida ($p < 0,05$). Concluiu-se que o EFV foi eficiente para reduzir a glicemia de jejum, elevada pela DC, mas não foi capaz de reduzir a resistência insulínica, sugerindo que mais tempo de exercícios poderia resultar na reversão desse parâmetro. Esses achados ressaltam a importância da atividade física como intervenção na prevenção e tratamento da obesidade e suas complicações.

Palavras-chave: Atividade física; Glicemia; Resistência à insulina; Obesidade.



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





A atividade física nas eleições 2024: Um estudo sobre os prefeituráveis de Curitiba/PR

AUTORES

Gustavo Santos Bomfim
Cristiano Araujo Dias
Temistocles Damasceno Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
(UESB)

202420524@uesb.edu.br

O objetivo deste estudo foi investigar a atenção dada à atividade física no plano de governo (PG) dos dez candidatos a prefeito de Curitiba/PR, com base nas eleições municipais de 2024. Trata-se de uma pesquisa documental, exploratória e quanti-qualitativa. O estudo foi delineado por meio dos pressupostos teóricos da Ciência Política. Os PGs dos candidatos foram coletados no site do Tribunal Superior Eleitoral, inicialmente selecionou as menções referente ao descritor “saúde” e posteriormente as menções de “atividade física”, levando-se em consideração as menções à saúde. A organização e o tratamento dos dados foram delineados baseados na análise de conteúdo com o auxílio do software Nvivo12. Em relação à análise dos dados elencou-se o cálculo da frequência absoluta e relativa das menções ao tema investigado a partir dos dados brutos das menções ao descritor “saúde”. Apenas três PGs evidenciam a atividade física como proposta da saúde: MOBILIZA (n = 01); PSD (n = 03) e SOLIDARIEDADE (n = 01). Segundo os dados brutos das menções “saúde”, as propostas para atividade física representam 10,34% no PSD, 5% no SOLIDARIEDADE e 4,17% no MOBILIZA. As menções referem-se ao aumento de campanha de educação em saúde e incentivo à prática de atividade física. Conclui-se que a baixa atenção à temática, corrobora com um paradigma voltado à doença, no cuidado biomédico e no desconhecimento do fator protetor à saúde pela prática de atividade física. Elenca-se necessário a ampliação do conhecimento sobre o tema e investigação nas demais agendas governamentais.

Palavras-chave: Promoção da saúde; Agenda de prioridades em saúde; Atividade física.



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





A atividade física nas eleições 2024: Um estudo sobre os prefeituráveis de Porto Alegre

AUTORES

Julia Estephany de Oliveira dos Santos
Cristiano Araujo Dias
Temistocles Damasceno Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
(UESB)

202410525@uesb.edu.br

O objetivo deste estudo foi investigar a atenção dada à atividade física no plano de governo (PG) dos oito candidatos a prefeito de Porto Alegre/RS, com base nas eleições municipais de 2024. Trata-se de uma pesquisa documental, exploratória e quanti-qualitativa. O estudo foi delineado por meio dos pressupostos teóricos da Ciência Política. Os PGs dos candidatos foram coletados no site do Tribunal Superior Eleitoral, inicialmente selecionou as menções referente ao descritor “saúde” e posteriormente as menções de “atividade física”, levando-se em consideração as menções à saúde. A organização e o tratamento dos dados foram delineados baseados na análise de conteúdo com o auxílio do software Nvivo12. Em relação à análise dos dados elencou-se o cálculo da frequência absoluta e relativa das menções ao tema investigado a partir dos dados brutos das menções ao descritor “saúde”. Apenas dois partidos PDT e UP mencionaram atividade física. Segundo os dados brutos das menções “saúde”, as propostas para atividade física representam 2,5% no PDT e 1,33% no UP. As menções referem-se à atividade física como fator de proteção e promoção de saúde. Outras menções indiretas, sem o descritor “atividade física”, mas com pautas similares foram encontradas nos PGs do PRTB, PT e UP, todas com o mesmo entendimento das menções já relatadas. Conclui-se, que apesar da baixa atenção ao incentivo para promoção da atividade física, todas estão em consonância com a Política Nacional de Promoção da Saúde. Posteriormente, é importante analisar como o tema foi abordado nas agendas legislativas e administrativas.

Palavras-chave: Promoção da saúde; Agenda de prioridades em saúde; Exercício físico.



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



Prevenção do câncer de mama: relato de experiência



AUTORES

Sofia de Stefani Milioli

Maria Eduarda Felisberto de Macedo

Marina Salvaro Sónego

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

sofiadesmilioli@gmail.com

O câncer de mama é uma das neoplasias mais prevalentes entre as mulheres brasileiras, e seu diagnóstico tardio impacta diretamente as chances de cura e a mortalidade. Este relato tem como objetivo descrever como a prevenção do câncer mamário foi abordada em um encontro realizado na Unidade Básica de Saúde da Boa Vista, envolvendo mulheres e acadêmicos de medicina, durante o 2º semestre de 2023. O evento contou com a participação de 22 mulheres com idades entre 50 e 80 anos. Durante esse encontro presencial, foram discutidos os benefícios do diagnóstico precoce, além de esclarecer as dúvidas das participantes sobre a temática. A atividade foi conduzida por discentes de medicina, por meio de uma roda de conversa, na qual os estudantes explicaram sobre a importância da investigação do câncer de mama e da realização da mamografia anualmente. Além disso, as mulheres relataram suas experiências pessoais sobre o rastreamento da neoplasia, incluindo o hábito de consultas regulares e a presença de algum sinal ou sintoma, como nódulos. A temática escolhida para o evento despertou grande interesse tanto entre os discentes quanto entre os participantes, considerando que se trata de um assunto fundamental na área médica e relevante para a população feminina. Por fim, percebe-se que o encontro foi essencial para conscientizar as mulheres sobre a importância da prevenção e do rastreio do câncer, a fim de descobrir a doença em estágio inicial e, assim, possibilitar o tratamento precoce, que apresenta altas taxas de remissão do tumor.

Palavras-chave: Neoplasias da mama; Mulheres; Prevenção; Mamografia; Doença.



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





Efeitos do exercício físico voluntário sobre parâmetros metabólicos e genotóxicos em camundongos alimentados com dieta cafeteria

AUTORES

Marcelo Morganti Sant'Anna
Giulia Strapazzon
Luiza Martins Longaretti
Angela Carolini da Luz Beretta
Isadora de Oliveira Monteiro
Marina Lummertz Magenis
Nicollas dos Santos da Silva
Otávio Lúcio Possamai
Adriani Paganini Damiani
Vanessa Moraes de Andrade

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

marcelo@webinstruir.com.br

O exercício físico voluntário tem sido utilizado em estudos pré-clínicos como estímulo de atividade física em roedores, demonstrando efeitos positivos na saúde. Entretanto, se desconhece seus efeitos em parâmetros metabólicos e genotóxicos em animais alimentados com dieta cafeteria. Este estudo teve como objetivo avaliar os efeitos do exercício físico voluntário (EFV) sobre parâmetros metabólicos (índice de adiposidade corporal) e genotóxicos (dano ao DNA) em camundongos alimentados com dieta cafeteria (DC). O estudo foi realizado com 60 camundongos machos Swiss (20-30g), com 30 dias de idade e consistiu em 18 semanas de experimento. Os animais foram divididos nos seguintes grupos: Dieta Padrão (DP; n = 10), DP + Exercício Físico Voluntário (DP + EFV; n = 10), Dieta Cafeteria + EFV (DC + EFV; n = 10) e DC (n = 30). O grupo DC, nas últimas 4 semanas antes do término do experimento, foi subdividido em 3 grupos: DC (n = 10), DP (n = 10) e DP + EFV (n = 10), totalizando 6 grupos do estudo. O índice de adiposidade corporal foi menor nos grupos DC + EFV, DC | DP + EFV e DC | DP quando comparados ao grupo DC ($p < 0,05$). Em relação ao teste de ensaio cometa, o dano ao DNA no sangue foi menor nos grupos que realizaram o EFV quando comparados ao grupo DC. Concluímos que a realização do EFV pelos camundongos foi antígenotóxico, sendo capaz de modular o dano ao DNA causado pela DC, e reduziu o índice de adiposidade corporal.

Palavras-chave: Atividade Física; Dieta cafeteria; Genotoxicidade; Metabolismo.



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





Aptidão física e qualidade de vida em idosos: um estudo transversal

AUTORES

Maurício Fagundes Santos
Gabriel Marcelo Luiz
Geiziane Laurindo de Moraes

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

fagstos@unesc.net

O objetivo do estudo foi verificar os níveis de aptidão física e qualidade de vida de idosos em um bairro de Criciúma. Foi realizado um estudo transversal com abordagem quantitativa para traçar o perfil dos idosos. Os dados foram coletados por meio de uma anamnese abordando aspectos sociodemográficos, saúde e prática de exercícios físicos. Instrumentos como WHOQOL-bref para Qualidade de Vida, testes de dinamometria manual e lombar, Banco de Wells e o protocolo GDLAM foram aplicados para avaliar a aptidão física. Dos 27 idosos, a maioria era mulheres (81,4%) com idade entre 60 e 70 anos (81,4%). A prevalência de hipertensão foi alta (85,1%), baixa taxa de praticantes de exercícios físicos (59,2%) e obesidade grau I (40,7%). Os testes de dinamometria manual (mão esquerda 54,5%, mão direita 63,6%) foram muito fracos para mulheres, assim como para homens (mão direita 80%, mão esquerda 80%). Na dinamometria lombar, mulheres tiveram resultado mediano (36,3%) e homens baixo (60%). A flexibilidade foi baixa em mulheres (50%) e boa em homens (40%). Quanto à qualidade de vida, os domínios mostraram índices: físico regular (51,8%), psicológico bom (59,2%), relação social boa (51,8%) e meio ambiente regular (48,1%). No GDLAM, os scores foram fracos em todos os testes: C10 (40,7%), LPS (74%), LPDV (51,8%), LCLC (70,3%) e Índice de GDLAM - IG (74%). Apesar da qualidade de vida satisfatória, a aptidão física dos idosos estudados é predominantemente fraca ou muito fraca, indicando a necessidade de intervenções para melhorar sua condição física e promover hábitos de vida mais ativos.

Palavras-chave: Envelhecimento; Aptidão Física; Qualidade de Vida; Idoso.



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





A atividade física nas eleições 2024: Um estudo sobre os prefeituráveis de Florianópolis/SC

AUTORES

João Victor Bernardes Cruz Costa
Cristiano Araújo Dias
Temistocles Damasceno Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
(UESB)

202410584@uesb.edu.br

O objetivo deste estudo foi investigar a atenção dada à atividade física no plano de governo (PG) dos nove candidatos a prefeito de Florianópolis/SC, com base nas eleições municipais de 2024. Trata-se de uma pesquisa documental, exploratória e quanti-qualitativa. O estudo foi delineado por meio dos pressupostos teóricos da Ciência Política. Os PG dos candidatos foram coletados no site do Tribunal Superior Eleitoral, inicialmente selecionou as menções referente ao descritor “saúde” e posteriormente as menções de “atividade física”, levando-se em consideração as menções à saúde. A organização e o tratamento dos dados foram delineados baseados na análise de conteúdo com o auxílio do software Nvivo12. Em relação à análise dos dados elencou-se o cálculo da frequência absoluta e relativa das menções ao tema investigado a partir dos dados brutos das menções ao descritor “saúde”. Nenhum dos PG teve menção sobre atividade física como proposta da saúde. Existem indícios, na análise qualitativa, de abordagem do tema de forma indireta, nos PGs do PP (n = 01), PSDB (n = 01) e PSOL (n = 01). As menções indiretas referem-se à implantação de espaços apropriados, centros de convivência para prática de atividade física e foco no esporte e lazer em cumprimento dos objetivos de desenvolvimento Sustentável (ODS). Dessa forma é notório a falta de atenção para promoção da atividade física, demonstrando uma dissonância com a Política Nacional de Promoção da Saúde. É essencial examinar as agendas administrativa e legislativa para entender como o tema é abordado no planejamento governamental após as eleições.

Palavras-chave: Promoção da saúde; Agenda de prioridades em saúde; Exercício físico.



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





EIXO 2

Intervenções clínicas e saúde individual



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





Relação entre composição corporal e posição dos atletas com a aptidão física no voleibol

AUTORES

Eduarda Eugenia Dias de Jesus
Fabrício Faitarone Brasilino
Alexandre Rosa
Pedro Jorge Cortes Morales

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

eduardaeugenia3@gmail.com

O estudo objetivou comparar a Aptidão Física de atletas jovens de Voleibol sobre as variáveis de Composição Corporal e os tipos de posições. O referido estudo (transversal) obteve a participação de 25 atletas de base Associação Vôlei Joinville, sendo todos os atletas (masculino) com idade de 15 (44%) e 16 (56%) anos. Desses atletas, as posições são: Central (n=4), Libero (n=3), Levantador (n=4), Oposto (n=6) e Ponteiro (n=8). As variáveis coletadas de Aptidão Física foram: Velocidade e Saltos Vertical e Horizontal. Para a Composição Corporal foram coletados Peso e Estatura para o cálculo do Índice de Massa Corporal e Dobras Cutâneas (Tríceps e Subescapular) para o %G. Foi utilizado o software R Studio para a análise descritiva e ANOVA One-Way ($p < 0,05$). Para verificar a normalidade, foi aplicado o teste de Shapiro-Wilk. Esse estudo teve o parecer do Comitê de Ética em Pesquisa da Univille (nº 5.161.461). Foi encontrado que a posição Central e Oposto tende a ter maiores médias para os valores de Salto Vertical ($p=0,003$). Com base na Composição Corporal, o grupo de atletas com IMC (kg/m^2) classificado como "Normal" possui valores maiores de Velocidade do que os atletas com "Sobrepeso" ($p=0,008$). Os atletas com %G classificados como "Ótimo" têm valores maiores de Salto Horizontal do que os atletas com "Moderadamente Alto" ($p=0,04$). Conclui-se que, atletas de voleibol que atuam na posição de central ou oposito e possuem composição corporal dentro da classificação "normal" e "ótima" apresentam melhor aptidão física, quando comparados a outras posições e classificações de saúde.

Palavras-chave: Voleibol; Composição Corporal; Aptidão Física; Adolescente.



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





O treinamento funcional pode causar efeitos positivos nos sintomas depressivos e na cognição de pessoas com Parkinson? Ensaio clínico randomizado

AUTORES

Alicia Garcia Lima
Jéssica Amaro Moratelli
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina
(UDESC)

alicia.academico@gmail.com

Este estudo teve como objetivo investigar os efeitos de uma intervenção de treinamento funcional nos sintomas depressivos e na cognição de pessoas com Parkinson. Foi realizado um ensaio clínico randomizado de dois braços, com 39 pessoas com doença de Parkinson ($64,08 \pm 10,1$ anos). Os participantes foram alocados de forma aleatória em grupo intervenção ($n = 20$) e grupo controle ($n = 19$). A coleta de dados foi baseline (pré-intervenção) e pós-intervenção, avaliadas às características pessoais e clínicas, a cognição com o Montreal Cognitive Assessment (MoCA) e os sintomas depressivos com o Inventário de Depressão de Beck (BDI). Para análise estatística foi realizado uma estatística descritiva (média, desvio padrão e porcentagem) e análises inferenciais comparativas entre os resultados do grupo intervenção versus controle, além de comparações pré e pós intragrupo pelos testes Anova two-way com medidas repetidas e comparação de Sydak. O presente ECR foi registrado na base de dados correspondente (RBR-6ckggn). Os resultados apontaram uma alta taxa de aderência dos participantes à intervenção de 81,6%. Pode-se observar que o grupo intervenção alcançou melhoras intragrupo na cognição ($p = 0,035$) e nos sintomas depressivos ($p = 0,038$), e intergrupo apenas nos sintomas depressivos ($p = 0,013$). No grupo controle foi observado um aumento dos sintomas depressivos ($p = 0,033$). Sendo assim, constata-se que um programa de treinamento funcional aplicado durante 12 semanas, com frequência semanal de duas vezes e com duração de 60 minutos, pode ser um tratamento complementar seguro para a melhora nos sintomas depressivos e na cognição em pessoas com Parkinson.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Depressão; Cognição; Exercício físico.



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





Evidências de intervenções de dança na cognição de pessoas com Parkinson: uma revisão sistemática com metanálise

AUTORES

Priscila Rodrigues Gil
Jéssica Amaro Moratelli
Danielly Yani Fausto
Kettlyn Hames Alexandre
Audrey Alcantara Garcia Meliani
Alicia Garcia Lima
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina
(UDESC)

pri.gil@hotmail.com

A dança é uma estratégia complementar no tratamento da doença de Parkinson. Este estudo teve como objetivo analisar as evidências da intervenção de dança e descrever seus efeitos na cognição de Pessoas com Parkinson. Tem registro no PROSPERO (CRD42023474696), com buscas realizadas de forma eletrônica em cinco bases de (Embase, PubMed Central®, ScienceDirect, Scopus Elsevier e Web of Science), dos últimos 10 anos, nos idiomas inglês, português e espanhol. O risco de viés foi realizado pela escala de colaboração Cochrane, com Risk of Bias (RoB2) revisada para estudos randomizados e Risk of Bias for non-randomized studies of interventions (ROBINS-I). Onze estudos foram incluídos na revisão e metanálise. As modalidades de dança foram: dança, dança-fisioterapia, dançaterapia, dança folclórica da Sardenha, samba brasileiro, tango e treinamento de dança. As intervenções variaram de 5 a 16 semanas e de uma a três vezes por semana com intensidade progressiva na sua maioria. O risco de viés dos estudos variou de “baixo” a “moderado”. Os instrumentos para avaliar a função cognitiva foram heterogêneos. A metanálise apresentou alta heterogeneidade ($I^2 = 90\%$; $p=0,001$), porém na análise de subgrupo os resultados foram mais homogêneos: randomizados ($I^2 = 0\%$; $p=0,52$) e não randomizados ($I^2 = 32\%$; $p=0,21$). Na análise do gráfico de funil, os estudos ficaram de forma dispersa, sugerindo viés de publicação. Conclui-se que as práticas de dança apresentaram grande heterogeneidade em relação às modalidades no total e mais homogêneos nos subgrupos de randomização, porém, todos os estudos sugerem benefícios da dança nos aspectos cognitivos.

Palavras-chave: Dança; Cognição; Doença de Parkinson; Exercício.



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





A eficácia do Mat Pilates na cognição, humor e perspectiva do envelhecimento de pessoas com Parkinson: um ensaio clínico randomizado

AUTORES

Audrey Alcantara Garcia Meliani
Jéssica Amaro Moratelli
Ketilyn Hames Alexandre
Julia Beatriz Bocchi Martins
Danielly Yani Fausto
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães

Universidade do Estado de Santa Catarina
(UDESC)

audreyfloripa@gmail.com

Analisar a eficácia de 12 semanas de intervenção de Mat Pilates na cognição, estado de humor e perspectiva do envelhecimento de pessoas com Parkinson. Ensaio clínico randomizado de dois braços, envolvendo 23 indivíduos diagnosticados com doença de Parkinson ($61,7 \pm 7,5$ anos), alocados em dois grupos: grupo intervenção com Mat Pilates ($n = 11$) e grupo controle ($n = 12$). A coleta de dados foi realizada em dois momentos, no período baseline e após a intervenção. Foram avaliadas as características sociodemográficas e clínicas, além de variáveis como cognição, estado de humor e perspectiva do envelhecimento. Os resultados demonstraram melhoras no grupo de intervenção para a cognição ($p = 0,028$) e felicidade ($p = 0,010$). No grupo controle, houve piora nos subdomínios de humor: depressão ($p = 0,004$), confusão ($p = 0,026$) e fadiga ($p = 0,047$). As comparações intergrupos revelaram piora para o grupo controle em fadiga ($p = 0,005$) e depressão ($p = 0,033$) e melhoras no grupo de intervenção em raiva ($p = 0,028$) e felicidade ($p = 0,023$). O Mat Pilates mostrou-se uma opção terapêutica complementar não farmacológica eficaz e segura para pessoas com Parkinson, promovendo melhorias significativas na cognição, no estado de humor, com a redução da raiva e significativo aumento da felicidade.

Palavras-chave: Doença de Parkinson; Exercício corpo-bente; Cognição; Estado de humor; Envelhecimento.



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





Efeitos da fotobiomodulação e restrição de fluxo sanguíneo no treinamento resistido – estudo piloto

AUTORES

Vitor Kinoshita Souza
Eduardo Luis Bordignon Ferrari
Alencar Biz Marques
Heloyse Uliam Kuriki
Alexandre Marcolino
Rafael Inácio Barbosa

Fundação Universidade Federal de Ciências da
Saúde de Porto Alegre (UFCSPA)

vitor.souza@ufcspa.edu.br

O treinamento com restrição de fluxo sanguíneo (TRFS) e a fotobiomodulação (FBM) são técnicas utilizadas para ganho de desempenho muscular durante o treinamento resistido (TR). O presente trabalho tem o objetivo de avaliar os efeitos da combinação entre o TRFS e a FBM. Oito voluntários homens, idade média de 22 anos, realizaram um protocolo de TRFS para bíceps braquial em ambos os braços, com carga de 20% da repetição máxima (RM), duas vezes por semana por quatro semanas. A FBM foi aplicada antes de cada sessão com área de radiação de 71,25cm², potência de 672mW, tempo de 90s, energia de 90J e fluência 0,84J/cm². O braço que recebeu a FBM foi randomizado previamente as sessões, assim, a amostra foi dividida em dois grupos (TRFS e TRFS+FBM). A avaliação da força muscular foi realizada através de teste de RM e dinamometria isométrica manual de flexão de cotovelo para a variável pico de força isométrica muscular de bíceps braquial. A variável diâmetro do braço foi obtida por perimetria. As diferenças estimadas para ambos os grupos foram verificadas através do teste two-way ANOVA. Os resultados demonstraram diferença estatística para ambos os grupos na comparação entre os valores pré e pós intervenção relacionados as variáveis de força muscular ($p < 0,05$), porém, sem diferença para diâmetro do braço. Entre grupos, nenhuma variável apresentou diferença. Conclui-se que a combinação das técnicas aparenta ser uma conduta significativa para o ganho de força muscular durante o TR, sem gerar perda de diâmetro muscular apesar da baixa carga utilizada.

Palavras-chave: Restrição de Fluxo Sanguíneo; Fotobiomodulação; Treinamento Resistido.



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





Relato de experiência: promoção de saúde no contexto hospitalar, uma experiência profissional no SUS

AUTORES

Deivid da Silva Sampaio

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

deividsilsam@gmail.com

Relatar a experiência profissional na promoção de saúde dentro do Sistema Único de Saúde (SUS), integrando a equipe multiprofissional de reabilitação de um hospital no Paraná. A atividade física é abordada como um direito fundamental, impactando o desenvolvimento humano e a qualidade de vida. A resolução do CONFEF nº 391/2020 define as prerrogativas do Profissional de Educação Física na área hospitalar, incluindo intervenção, recuperação, reabilitação e cuidados paliativos. No ambiente hospitalar, predominam abordagens biomédicas, desconsiderando fatores determinantes da saúde. As atribuições incluem plantões de 12 horas, com foco em patologias, critérios de atendimento e dados clínicos. Durante um ano, acompanhei pacientes em diversos setores, monitorando prontuários e avaliando critérios de inclusão no programa de reabilitação. O atendimento multiprofissional, embora esporádico, envolveu colaboração com fisioterapeutas em casos de mobilidade reduzida. A experiência hospitalar, desafiadora e formativa, complementou a formação acadêmica, resultando em maior competência e determinação na promoção de saúde. A educação física é recente neste nicho e enfrenta desafios na conquista de espaço e entendimento de suas funções. Somos facilitadores no restabelecimento das condições físicas dos pacientes. Apesar do programa ser multiprofissional, a atuação era interprofissional, com cada equipe focando em suas especialidades. Profissionais da atenção primária, como eu, buscam tratar o paciente de forma holística, considerando a pessoa além da comorbidade. A atuação hospitalar é complexa, mas transformadora, proporcionando segurança para atender diversas demandas.

Palavras-chave: Promoção de saúde; SUS; Reabilitação; Atividade física; Educação física; Hospital.



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



Comparação de frequências de exercícios aquáticos na saúde de idosos com multimorbidade



AUTORES

Vitória Oliveira Silva da Silva
Luana Piacentini Brunel
Ana Claudia de Oliveira Borba
Nando Casagrande Monteiro
Kristian Madeira
Luciano Acordi da Silva
Paulo Cesar Lock Silveira

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

silvadasilva.vi@gmail.com

Os exercícios aquáticos promovem um trabalho muscular de baixo impacto, ativando os sistemas cardiorrespiratório e muscular com menor risco de lesões. Este estudo teve como objetivo comparar os efeitos dos exercícios aquáticos intervalados de alta intensidade, realizados em diferentes frequências, sobre parâmetros de saúde mental, autonomia funcional e eficiência muscular em idosos com multimorbidade. Trata-se de um estudo clínico randomizado com 56 idosos, idade ($70,81 \pm 5,54$ anos; $67,26 \pm 4,69$ anos), predominantemente mulheres (50), que apresentavam multimorbidade (depressão, hipertensão e diabetes - no mínimo duas dessas patologias) e estavam com esquema vacinal completo contra COVID-19. Os participantes foram alocados em dois grupos: G1 (1x/semana) e G2 (2x/semana), e participaram de um programa de exercícios aquáticos durante 12 semanas. Os resultados mostraram uma melhora significativa em todos os parâmetros avaliados no G2 em comparação ao G1, indicando que a frequência de 2x por semana foi mais eficaz. Concluímos que a prática regular de exercícios aquáticos intervalados de alta intensidade (8-10 PSE e 80 a 90% da FC_{máx}), com volume moderado (40 min) e frequência semanal de 2x por semana, contribui de forma significativa para a melhora da saúde mental, autonomia funcional e eficiência muscular em idosos com multimorbidade, ressaltando a importância de estratégias que incentivem essa prática.

Palavras-chave: Exercício Físico; Saúde mental; Idosos; Multimorbidade; Eletromiografia.



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





Impacto de um programa de hidroginástica aeróbia na eficiência e resistência muscular dos membros inferiores em idosos diabéticos

AUTORES

Ana Claudia de Oliveira Borba
Vitória Oliveira Silva da Silva
Ana Luiza dos Santos Escobar
Elias de Oliveira Magagnin
Roberta da Cruz
Nando Casagrande Monteiro
Marco Antônio Benavides da Silveira
Luana Piacentini Brunel
Paulo Cesar Lock Silveira
Luciano Acordi da Silva

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

anaclaudiaoborba@gmail.com

A Federação Internacional de Diabetes (IDF) estima que uma em cada cinco pessoas entre 65 e 69 anos tenha diabetes mellitus tipo 2 (DM2). Exercícios aquáticos, como a hidroginástica, são essenciais para o manejo da doença, mas há dúvidas sobre seu impacto na capacidade muscular e funcional de idosos com diabetes. Este estudo analisou os efeitos da hidroginástica em idosos portadores de DM2, focando em parâmetros avaliados por eletroneuromiografia e em exercícios físicos. Realizou-se um estudo clínico randomizado com 42 idosos, divididos em dois grupos: grupo controle (G1) e grupo de diabéticos (G2), com 21 participantes cada. Os critérios de inclusão foram: a) ter DM2; b) ser maior de 60 anos; c) ter indicação médica para exercícios aquáticos; d) possuir baixa renda; e e) não ter participado do projeto no semestre anterior. Os participantes passaram por avaliações de autonomia funcional usando a bateria de testes de Rikli e Jones, 48 horas antes e após a intervenção. O programa de hidroginástica teve duração de 12 semanas, com sessões de 40 minutos, duas vezes por semana. O grupo G2 apresentou uma redução significativa na atividade eletromiográfica (EMG) após a atividade ($59,29 \pm 25,5$ RMS) em comparação aos valores pré-atividade ($142,56 \pm 24,3$ RMS), com diferença significativa ($p=0,001$). Além disso, o número médio de repetições de agachamentos aumentou de $13,9 \pm 2,4$ para $24,8 \pm 1,7$ ($p=0,039$). O grupo G1 não apresentou alterações significativas. A hidroginástica demonstrou impacto positivo na eficiência e resistência muscular de idosos diabéticos, sendo uma importante estratégia de reabilitação.

Palavras-chave: Hidroginástica; Diabetes; Idosos.



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





Alterações no estresse oxidativo e cortisol: desfechos na saúde mental e física em nadadores

AUTORES

Vitória Oliveira Silva da Silva
Elias de Oliveira Magagnin
Thiago Geremias dos Santos
Marco Antônio Benavides da Silveira
Ana Luiza dos Santos Escobar
Roberta da Cruz
Lucas Lacerda Della Giustina
Karin Martins Gomes
Paulo Cesar Lock Silveira
Luciano Acordi da Silva

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

silvadasilva.vi@gmail.com

Nadadores de alto rendimento frequentemente enfrentam estresse oxidativo, fisiológico e mental, que pode impactar negativamente sua saúde física e desempenho, gerando um ciclo vicioso. Este estudo teve como objetivo analisar marcadores oxidativos, fisiológicos e psicológicos, em nadadores durante uma semana pré-competitiva. Participaram do estudo sete atletas, com idades entre 13 e 14 anos, peso ($61 \pm 1,2$ kg) e altura (165 ± 5 cm). Foram realizadas coletas sanguíneas e testes físicos e mentais em quatro dias: basal 1, pós-treino 1, pós-treino 2 e basal 2. Durante o final de semana anterior à coleta basal 2, os atletas competiram. A análise estatística foi realizada utilizando ANOVA one-way com teste post hoc Bonferroni ($p < 0,05$) no software SPSS versão 20.0. Resultados: Os marcadores de estresse oxidativo mostraram diminuição nos níveis de sulfidril e glutatona (GSH) nos dias pós-treino 1 e 2 em comparação aos valores basais ($p < 0,05$). Observou-se um aumento nos níveis de DCF nos dias pós-treino ($p < 0,05$). Fisiologicamente, o cortisol e o lactato sanguíneo apresentaram elevações significativas ($p < 0,05$). Psicologicamente, a ansiedade elevou-se nos dias pós-treino em relação ao nível basal ($p < 0,05$). A força da cintura escapular reduziu nos dias pós-treino 1 e 2 em comparação aos valores basais ($p < 0,05$). Os marcadores bioquímicos fisiológicos e psicológicos estão alterados, possivelmente relacionados à carga de treinamento e à competição. Este ciclo descompensado pode impactar o desempenho e a saúde mental e física dos atletas, representando um risco à saúde a longo prazo.

Palavras-chave: Natação; Estresse Oxidativo; Ansiedade; Estudantes.



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





Avaliação da alta hospitalar na transição do cuidado para domicílio adscritos a uma UBS no Sul Catarinense

AUTORES

Aline Neves Bonetti Meneghel
Muniki de Luca Honorato
Cristiane Damiani Tomasi

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

alinebonettimenegbel@gmail.com

Os cuidados de transição são ações com a finalidade de assegurar a coordenação e a continuidade dos cuidados aos indivíduos em transferência entre diferentes serviços ou níveis de complexidade de cuidados. O objetivo do estudo foi avaliar a perspectiva dos pacientes sobre a transição do cuidado (TC) na alta hospitalar. Trata-se de resultados preliminares de um estudo transversal, realizado com pacientes em alta hospitalar adscritos a uma unidade de saúde, que utilizou o questionário validado para o Brasil, Care Transitions Measure (CTM-15), dividido em quatro segmentos: preparação para autogerenciamento, entendimento sobre medicações, preferências asseguradas e plano de cuidado. Foram coletados dados demográficos: idade, sexo, escolaridade, tipo de residência, renda familiar e alimentação. Nossos resultados mostram que a média de idade dos 15 participantes foi 70 anos, 53,3% dos pacientes tinham como escolaridade o ensino médio incompleto/completo e 73,3% dos participantes eram do sexo feminino. O escore geral do CTM-15 foi de 73,2 ($\pm 8,25$). Quanto aos segmentos avaliados, verificou-se o menor escore referente ao plano de cuidado, 69,2 ($\pm 10,5$), seguido por entendimento sobre medicações, 69,5 ($\pm 22,2$), e preferências asseguradas, 70,0 ($\pm 11,2$). O maior valor foi preparação para o autogerenciamento, 72,0 ($\pm 11,2$). A TC é um processo complexo que envolve múltiplos desafios, nossos resultados evidenciam o plano de cuidado com grande desafio para estabelecer um TC do hospital para domicílio com qualidade na realidade estudada.

Palavras-chave: Alta hospitalar; Atenção primária; Cuidado de transição.



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





EIXO 3

Promoção de saúde e Educação Física na escola



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





Fatores intrapessoais e ambientais relacionados aos níveis de Atividade Física de adolescentes

AUTORES

Rodrigo de Oliveira Barbosa
Gessika Castilho dos Santos
Thais Maria de Souza Silva
Maria Carolina Juvêncio Francisquini
Pedro Henrique Garcia Dias
Gabriel Pinzon
Antonio Stabelini Neto

Universidade Federal De Santa Catarina

rodrigo.oli.barbos@gmail.com

A prática regular de atividade física (AF) está associada com inúmeros benefícios à saúde. No mundo, 81% dos adolescentes não cumprem as recomendações de AF, o que torna necessário investigar os principais fatores associados a prática de AF para elaboração de estratégias mais efetivas. O objetivo foi relacionar os fatores intrapessoais e ambientais com os quantis de AF dos adolescentes. Foram avaliados 617 estudantes (12-15 anos), da cidade de Jacarezinho, PR. A prática de AF foi mensurada por meio do Physical Activity Questionnaire (PAQ-A). Para avaliação dos fatores intrapessoais (motivação autônoma e autoeficácia) e ambientais (suporte dos pais e percepção do ambiente), foram utilizados o Questionário de Regulação Comportamental, o Questionário de Aspectos Sociocognitivos e o Questionário de Fatores Ambientais Associados à AF, respectivamente. Foi utilizado o teste de regressão quantílica, ajustado em múltiplos quantis (5º ao 95º), com nível de significância de $p < 0,05$. A motivação autônoma se destacou como fator positivo em relação à AF em todos os quantis (50º - $B = 0,21$). Já o suporte dos pais foi significativo para as meninas, em todos os quantis analisados (50º - $B = 0,29$), para os meninos nos quantis 20º ($B = 0,14$), 30º ($B = 0,18$), 40º ($B = 0,18$), 80º ($B = 0,22$) e 90º ($B = 0,22$). Por outro lado, a autoeficácia mostrou-se negativamente relacionada com a prática de AF (50º - $B = -0,14$) desses adolescentes. Os resultados sugerem a importância da motivação autônoma e suporte dos pais na prática de AF em adolescentes, principalmente nas meninas. Intervenções devem criar estratégias para promover um ambiente motivador e maior envolvimento dos pais.

Palavras-chave: Jovens; Incentivos; Apoio social; Ambiente de vizinhança; Atividade física.



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





Teoria unificada da Atividade Física no contexto da educação física escolar: uma revisão narrativa

AUTORES

Eduarda Eugenia Dias de Jesus
Gislaine Terezinha do Amaral Nienov
Flavia Denuncio Carvalho
Thiago Sousa Matias

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

eduardaeugenia3@gmail.com

As oportunidades e o desejo de se movimentar das pessoas somam-se ao papel central que a Educação Física Escolar (EFE) pode oferecer ao desenvolvimento dos alunos; o movimento e o corpo merecem protagonismo. A Teoria Unificada da Atividade Física (TUAF) sugere que as pessoas carregam essências para suportar Atividade Física (AF), como sentir, explorar, transformar e conectar. O objetivo deste estudo foi investigar a relação entre essas essências e as dinâmicas das aulas de EFE. Esta pesquisa é uma revisão narrativa, baseada na Scale for the Assessment of Narrative Review Articles (SANRA). Os critérios de inclusão foram: estudos em EFE (ensino fundamental e médio), com crianças e adolescentes, publicados em qualquer idioma, com abordagem qualitativa ou quantitativa. Foram identificados estudos nas bases SciElo, ERIC e LILACS, usando a estratégia PEO. Os descritores incluíram termos como “Population” (Child) OR (Student); “Exposure” (Physical Education) OR (Physical Activity) OR (Sports); e “Outcome” (Feeling) OR (Emotion) OR (Satisfaction). Dos 28 estudos, 14 foram selecionados, totalizando 10.172 participantes (média de 14 anos). As essências foram observadas a partir dos resultados apresentados. Nesse sentido, “Sentir” estava relacionada a sentimento/emoção (prazer, satisfação, frustração). “Explorar” era relativo ao desafio e pertencimento. “Transformar” estava associada a melhorias no aprendizado, mas também desinteresse devido as dificuldades. “Conectar” era referente à percepção corporal, natureza e colegas. Percebeu-se que essas essências estão presentes nas aulas de EFE. Sugere-se que os professores insiram essas essenciais da AF como forma de suportar necessidades psicológicas básicas; aumentar a motivação e o engajamento nas aulas.

Palavras-chave: Exercício Físico; Escolas; Habilidades Motoras.



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





Promoção das práticas corporais e Prevenção da obesidade em adolescentes: um relato de experiência

AUTORES

Nathália de Bona Félix

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

nathydbona@gmail.com

O conceito de educação em saúde está vinculado à promoção da qualidade de vida e à prevenção de doenças. Este estudo teve como objetivo relatar as experiências vivenciadas de uma aluna do curso de Educação Física com os estudantes do 1º ano do Ensino Médio, em um trabalho realizado na disciplina de Educação Física e Saúde. Utilizou-se a metodologia mista, para este trabalho. As atividades foram organizadas em pequenas oficinas abordando os temas relacionados a alimentação, prevenção de doenças, e qualidade de vida. A aluna em questão abordou os temas: Promoção das práticas corporais, da atividade física e do lazer; Prevenção da obesidade em adolescentes. Realizou-se avaliação antropométrica para o cálculo do Índice de Massa Corporal com o intuito de verificar se os estudantes estavam dentro dos parâmetros indicados, o que indicou que a maioria dos alunos estavam dentro da média recomendada. Após o teste, foram realizadas perguntas sobre as práticas corporais dos alunos, no qual todos relataram que praticavam atividades físicas no tempo livre. Para finalizar, foram entregues cartilhas sobre a prática adequada de atividades e exercícios físicos recomendados pela Organização Mundial de Saúde, além de uma exposição sobre o tempo adequado de atividades físicas para esta faixa etária. A experiência obtida durante a ação realizada, foi de extrema importância, pois irá contribuir positivamente para a futura formação profissional da aluna em destaque, podendo ser utilizada posteriormente nas suas aulas. Esta ação direta com os estudantes, possibilitou à aluna, uma compreensão aprofundada das realidades e desafios enfrentados pelos adolescentes.

Palavras-chave: Saúde; Qualidade de Vida; Atividades Físicas.



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





EIXO 4

Educação e formação em saúde



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





Academia e futebol: Pensando a formação dos professores de Educação Física

AUTORES

Tauan Nunes Maia
Bruno Lima Patricio dos Santos
Edson Farret da Costa Junior
Leandro Gouveia Almeida
Gustavo Bento Ribeiro de Araujo
Fabricio Berenger da Silva
Ana Beatriz Correia de Oliveira Tavares

Instituto Federal do Rio de Janeiro (IFRJ)

tauan.maia@ifrj.edu.br

O Projeto Academia e Futebol é um programa financiado pelo Ministério do Esporte e possui três eixos de atuação. O primeiro é a criação de núcleos com aulas de futebol para crianças e jovens; o segundo é a oferta de cursos e seminários a professores e estudantes de educação física; o terceiro diz respeito à realização de pesquisas e produção acadêmica tendo futebol como objeto central. No IFRJ o projeto acontece em três unidades: Campus Duque de Caxias, Niterói e São Gonçalo. Neste contexto, este trabalho objetiva analisar a realização dos cursos, que também nos servem de retroalimentação para pensarmos o direcionamento de atividades futuras. Como metodologia utilizou-se os formulários de inscrição, somados à observação participante. Foram ofertados 3 minicursos de formação inicial, com dois dias de duração cada, com abordagens teóricas e práticas, cujas temáticas foram: Iniciação ao futsal; Futebol na perspectiva do esporte escolar; e Preparação de goleiros. Os cursos contaram com um total de 395 participantes. Verificamos que o público foi majoritariamente composto por homens de 19 a 23 anos, estudantes da graduação, de instituições privadas. Constatou-se também maior público nas atividades online quando comparadas às práticas. Todavia, o maior número de interações e diálogos se deu na parte prática. Pode-se observar que os participantes se mostraram satisfeitos com os conteúdos apresentados, e que boa parte não havia tido contato com os conteúdos apresentados nos cursos. Conclui-se que os cursos foram importantes na formação de quem visa atuar e já atua com futebol e futsal.

Palavras-chave: Atividades de lazer; Educação Física e treinamento; Futebol.



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



Satisfação e frustração das necessidades psicológicas básicas em graduandos de educação física



AUTORES

Ingridy Thais Della Betta Bernardi
Eduarda Eugenia Dias de Jesus
Pedro Jorge Cortes Morales

Universidade Federal Do Paraná (UFPR)

ingridy_db@hotmail.com

Às Necessidades Psicológicas Básicas (NPB), incluem Autonomia, Competência e Vínculo Social, que podem gerar satisfação (prazer) ou frustração (culpa). Em sala de aula, é essencial considerar esses fatores para evitar o descontentamento nos estudos. Por isso, o presente estudo buscou verificar os níveis de satisfação e frustração das NPB em graduandos do curso de Educação Física (EF) da Universidade da Região de Joinville/SC. Esse estudo transversal envolveu 100 graduandos em EF (21,78±2,52 anos), matriculados em 2022 em uma Universidade de Santa Catarina (todas as fases). Utilizou-se um questionário validado para investigar a satisfação e a frustração das NPB, com 24 questões fechadas (Escala Likert). Análises estatísticas descritivas (média e desvio padrão) e inferencial (Teste de Wilcoxon para amostras independentes) foram empregados. Entre os 53 alunos sexo masculino e 47 sexos feminino, observou-se que a necessidade de competência (2,34±0,70; p=0,008) e vínculo social (2,34±0,72; p=0,0001) para satisfação apresentaram médias significativamente maiores no sexo feminino. A necessidade de competência para frustração foi maior no sexo masculino (3,34±0,90; p=0,03). Não houve significância nas médias para autonomia (p>0,05). O sexo feminino apresentou maior satisfação nas necessidades de competência e vínculo social, indicando uma percepção positiva em relação às suas habilidades e socialização no curso, quando comparado com o sexo masculino.

Palavras-chave: Autodeterminação; Formação acadêmica; Bem-estar psicológico



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





Fatores que determinam a adesão e aderência de mulheres na prática de exercício físico

AUTORES

Pedro Jorge Cortes Morales
Daniela Rosentaski
Eduarda Eugenia Dias de Jesus
Arthur Gabriel da Maia Garcia
Alessandra Beatriz Hilario da Costa
Samuel Bonkoski Moraes, Alexandre Rosa
Fabricio Fatarone Brasilino

Universidade da Região de Joinville

pedromorall@gmail.com

As mulheres enfrentam barreiras como falta de tempo, apoio social, segurança, acesso a instalações e normas de gênero na prática de atividade física (AF) que diferem das enfrentadas pelos homens. Este estudo teve como objetivo identificar os fatores que determinam a adesão e aderência de mulheres na prática de AF em uma academia da região de Joinville/SC. Participaram do estudo 203 mulheres (33,42±8,67 anos), que responderam um questionário adaptado de Morales (2002), contendo 28 questões sobre Adesão e Aderência para AF. Além da estatística descritiva foi feito uma correlação dos dados (Spearman), considerando p valor < 0,05 significativo. Na percepção delas, a AF proporciona bem-estar e tranquilidade (40%), diminuição da ansiedade (28%) e depressão (15%). Elas praticam AF pela estética (37%), saúde (26%) e porque gosta (22%). A motivação para continuar praticando é pelos objetivos (39%), prazer (16%) e apoio social (11%). Além disso, o estado civil (ser solteira) correlacionou com a idade (33,42±8,67) anos ($r=0,423$, $p<0,05$) e viver “às vezes estressadas” correlacionou negativa com “vivem bem em casa” ($r=-0,375$, $p<0,05$). Com base nisso, consideramos que além da saúde e estética (motivação externa), a preocupação com a saúde mental também se fez presente nas mulheres que praticam musculação regularmente. Para isso, é essencial promover programas de suporte específicos para mulheres, como forma de incentivar a participação feminina em AF e melhorar sua saúde de modo geral.

Palavras-chave: Saúde; Atividade Física; Gênero; Percepção; Motivação.



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





Autoconfiança em Praticantes de Escalada

AUTORES

Pedro Jorge Cortes Morales
Arthur Gabriel da Maia Garcia
Daniela Rosentaski
Alessandra Beatriz Hilario da Costa
Alexandre Rosa
Samoel Bonkoski Moraes
Fabricio Faitarone Brasilino
Eduarda Eugenia Dias de Jesus

Universidade da Região de Joinville

pedromorall@gmail.com

A escalada é uma atividade que exige não apenas preparo físico, mas também habilidades psicológicas, como autoconfiança, devido à natureza desafiadora e imprevisível do esporte. Este estudo visa investigar os níveis de autoconfiança entre praticantes de escalada no Brasil. Caracteriza-se como um estudo transversal. A amostra foi composta por 34 praticantes brasileiros de escalada, sendo 7 mulheres (20%) e 27 homens (80%), com idade média de 40,12±9,54 anos. Foram incluídos praticantes com pelo menos três meses de experiência em qualquer região do país. O instrumento utilizado foi a Escala de Autoeficácia Geral Percebida (Escala de Likert), disponibilizada via Google Forms utilizando a estratégia snowball, pela qual os participantes indicam novos respondentes, o que pode ter influenciado a baixa adesão feminina na pesquisa. Os dados foram analisados no SPSS 20.0 com medidas de tendência central e dispersão, e as correlações foram testadas com Spearman ($p \leq 0,05$). Os resultados mostraram que os participantes apresentaram escore alto (4,22±0,42) para autoeficácia (mínimo 2,9 e o máximo 5,0). As correlações significativas incluíram: “resolver problemas difíceis” com “resolver dificuldades” ($r=0,67$; $p \leq 0,05$); assim como “lidar com situações imprevistas” correlacionou com “lidar acontecimentos inesperados” ($r=0,64$; $p \leq 0,05$) e com “manter-me calmo ao enfrentar dificuldades” ($r=0,64$; $p \leq 0,05$). Com base nisso, compreende-se a importância de considerar a autoconfiança em atividades de escalada, pois pode impactar a saúde mental e o desempenho, auxiliando no controle emocional, resolução de problemas, enfrentamento de imprevistos e dificuldades, o que aumenta a confiança dos praticantes.

Palavras-chave: Escalada; Autoconfiança; Atividade física.



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





Patos + Saudável: prática corporal/atividade física e a promoção de saúde

AUTORES

Aline Francielle De Magalhães
Erica Geralda Rodrigues
Jéssica Laís de Oliveira Pimenta
Helma Cristina Santos
Tais Calazans Correa Carvalho
Jordano Savio Teixeira
Marilene Rivany Nunes

Centro Universitário de Patos de Minas
(UNIPAM)

alinefranciellemagalhaes@yahoo.com.br

A prática corporal/atividade física orientada pelo Profissional de Educação Física (PEF) contribui para prevenção de doenças, promoção de saúde e bem estar. Relatar a experiência de implantar ações de prática corporal/ atividade física com vista a promoção de saúde e bem-estar a população de Patos de Minas - Minas Gerais. Trata-se de um relato de experiência sobre a implantação de um programa de prática corporal/ atividade física no município supracitado. Em 2022 foi criado o Programa Patos + Saudável destinado a implantação de grupos de prática corporal/atividade física, por quatro PEF. Os participantes dos grupos são homens e mulheres acima de 60 anos. Atualmente existem 1.141 participantes com predominância de 80% de mulheres. São realizadas atividades de alongamento, exercícios aeróbicos, exercícios fortalecimento muscular, exercício localizados, caminhada orientada e circuito funcional. Estas atividades são realizadas em 20 lugares pré-estabelecidos, incluindo orla da Lagoa Grande, Orla da Lagoinha, Parque do Mocambo, duas academias da saúde e outros. Além destas os PEF também realizam consulta para avaliar estado de saúde e nutricional. No ano de 2024 foram realizadas 1.350 práticas corporais/ atividades físicas e 1.994 consulta do PEF. O projeto Patos + saudável está sendo um sucesso visto que o mesmo está ativo há 2 anos, e apresenta adesão contínua. Percebe-se na produtividade o número significativo de atividades, e de participantes, e nas falas dos destes os sentimentos de satisfação e bem-estar.

Palavras-chave: Atividade física; Prática corporal; Prevenção de doenças; Promoção de saúde; Promoção do bem estar.



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





Profissional de Educação Física na Atenção Primária à Saúde: relato de experiência de matriciamento

AUTORES

Ana Luísa Kuehn de Souza
Jaqueline Teresinha Ferreira

Universidade Federal Do Rio De Janeiro (UFRJ)

analuisaks@gmail.com

O matriciamento é um processo de construção compartilhada que considera dimensões técnico pedagógicas e assistenciais. O objetivo foi relatar a experiência com atividades de apoio matricial desenvolvidas por uma Profissional de Educação Física (PEF) na Atenção Primária a Saúde (APS) junto a um programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família (RMSF) em um Centro de Saúde no Rio de Janeiro/RJ. Relato de experiência do período de março de 2021 a março de 2022. As atividades de apoio matricial foram planejadas para que os profissionais de saúde presentes nas ações se sintam capacitados para realizar aconselhamento para a prática de atividade física (AF). Reuniões voltadas para o apoio matricial foram formalmente realizadas com equipes mínimas de saúde, com Agentes Comunitários de Saúde, com alunos de uma residência de medicina de família e comunidade e RMSF. Entretanto em interconsultas, discussão de casos e momentos informais como encontros de corredor e almoços entre profissionais, mostraram potencial para a realização do matriciamento. Da mesma forma, foi desenvolvido material educativo com foco em informações para a qualificação dos profissionais quanto à temática da AF na APS. Desafios existiram perante a vinculação da PEF somente como prescritora de exercícios, tornando-se importante ocupar espaços para realização do matriciamento em uma atuação para além de grupos de AF. Como conclusão, as ações de apoio matricial ampliaram o diálogo e trouxeram reflexão sobre a AF na APS, contribuindo para a educação continuada dos profissionais envolvidos.

Palavras-chave: Sistema Único de Saúde; Atenção Primária à Saúde; Atividade Física.



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





A atividade física nas eleições de 2022: um estudo sobre os governadores eleitos na Região Sul do Brasil

AUTORES

Stéfany Genesio Palmito
Saú da Silva Souza
Sérgio Donha Yarid
Temístocles Damasceno Silva

Centro Universitário de Patos de Minas
(UNIPAM)

stefanygenesio4268@gmail.com

O objetivo do estudo foi analisar a atenção dada à atividade física nos planos de governo dos candidatos ao cargo de chefe do Poder Executivo Estadual dos estados que compõe a região Sul do Brasil, nas eleições de 2022. Trata-se de uma pesquisa documental, exploratória e qualitativa. Os planos de governos foram coletados no site do Tribunal Superior Eleitoral. Sendo assim, utilizou-se o descritor: “saúde” e “atividade física” para coleta de dados. A organização e o tratamento dos dados foram delineados por meio da análise de conteúdo com o auxílio do software Nvivo12. Ao levar em consideração as menções à atividade física constatou-se a seguinte distribuição: RS-PSDB atividade física (n=0); SC-PL atividade física (n=0); PR-PSD atividade física (n=1). Nesta perspectiva, os governadores do RS (PSDB) e SC (PL) não apresentaram proposta para promoção da atividade física. O governador do PR (PSD) fez uma menção a promoção da atividade física com objetivo de implantar ciclovias em parcerias com municípios e tornar a população mais ativa fisicamente. Diante do exposto, verificou-se a ausência de pautas dos governadores eleitos nos estados do RS e SC, o governador do PR (PSD) fez uma menção para promoção da atividade física. Dessa forma é perceptível a falta de atenção e incentivo para promoção da atividade física nos governadores eleito na região sul do Brasil nas eleições 2022.

Palavras-chave: Agenda de Prioridades em Saúde; Política Pública; Atividade Física.



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





EIXO 5

Tecnologia e Inovação em Saúde



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





Padrões de atividade física leve baixa e alta em idosos: resultados do estudo EpiFloripa Idoso

AUTORES

Giuseppe Jaime Cesconetto
João Otávio Diogo Marthins de Araujo
Júlio César Padilha Bruno
Carla Elane Silva dos Santos
Eleonora d'Orsi
Cassiano Ricardo Rech

Universidade Federal De Santa Catarina (UFSC)

giuseppesconetto1@gmail.com

Este estudo teve como objetivo analisar os padrões de atividade física de intensidade leve (AFL) baixa e alta, de acordo com o sexo e faixa etária em idosos. Realizou-se um estudo transversal em Florianópolis-SC com 425 idosos (≥ 63 anos; 62,4% de mulheres), oriundos da segunda onda (2014-2015) do estudo de coorte EpiFloripa Idoso. A AFL baixa (100-1040 counts/min) e alta (1041-1951 counts/min), foram mensuradas pelo acelerômetro GT3X+ durante sete dias, e as variáveis sociodemográficas sexo (masculino e feminino) e faixa etária (63-69 anos; 70 a 79 anos; e ≥ 80 anos) foram coletadas por questionários. Os testes T e Anova One-way - post-hoc Bonferroni foram utilizados para comparar os padrões de AFL de acordo com as exposições. Os idosos despenderam em média 280,2 e 34,1 minutos/dia em AFL baixa e alta, respectivamente. Diferenças significativas foram observadas para o sexo e faixa etária. Mulheres realizaram em média 24,3 minutos/dia a mais de AFL baixa em relação aos homens (~289,4 min/dia). Todavia, os homens despenderam 8,6 minutos/dia a mais do que as mulheres (~39,4min/dia) em AFL alta. Idosos mais jovens (60 a 79 anos) se engajaram mais em AFL baixa em relação aos idosos mais velhos ($p=0,003$). Enquanto que a AFL alta foi mais prevalente entre os idosos de 60 a 69 anos. Identificaram-se diferenças no tempo em AFL baixa e alta entre os sexos e faixas etárias. Intervenções que incluam a AFL alta devem ser direcionadas às mulheres e aos idosos mais velhos para que possam obter benefícios na saúde.

Palavras-chave: Envelhecimento; Atividade Física; Dispositivos vestíveis.



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





Desenvolvimento de um método de avaliação funcional para os membros superiores

AUTORES

Aline Fascin Sasso
Lara Anastacio Francisco
Alexandre Marcio Marcolino

Universidade Federal De Santa Catarina (UFSC)

alinefascinsasso@gmail.com

A funcionalidade dos membros superiores é dependente da integridade dos seus segmentos para se ter movimentos harmonicos. Objetivo: Desenvolver uma ferramenta para avaliar a função do membro superior de pessoas saudáveis através do uso de um acelerômetro/giroscópio. Estudo transversal com amostra por conveniência de 50 voluntários. Critérios de inclusão: adultos com idade entre 20 a 60 anos de ambos os sexos, sem lesões. Critérios de exclusão: gestante, declínio cognitivo. Os participantes realizaram avaliação da funcionalidade dos membros superiores através de um aplicativo de celular (Phyphox) que é capaz de observar a oscilação dos membros superiores utilizando uma observação dos eixos anatômicos (X, Y, Z), para essa análise os voluntários permaneciam com o ombro neutro, cotovelo fletido a 90°, punho e mão livres, a tarefa realizada foi uma marcha por um percurso de cinco metros e foi dado um feedback para o participante estabilizar o membro superior e deambular. O procedimento foi realizado em ambos os membros. Os dados analisados por uma equação e posteriormente foram planilhados. Análise estatística foi subdividida em duas de acordo com a idade dos participantes (20-39 e 40-59 anos), análise foi através do método Shapiro-Wilk que analisou os dados como não normais e a comparação dos dados foi pelo método estatístico Wilcoxon com $p < 0,05$. Demonstraram que o membro superior não dominante apresentou maior oscilação que o lado dominante com $p = 0,04$. Com os dados obtidos podemos inferir que o uso do giroscópio é capaz de avaliar a função dos membros superiores em indivíduos saudáveis.

Palavras-chave: Funcionalidade; Avaliação; Membros superiores.



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





Efeito da prescrição e monitoramento do treinamento combinado com tecnologia mobile na composição corporal e no desempenho aeróbio de indivíduos sedentários

AUTORES

Karine Pizzolo
Alessandro Miranda Leguir Pereira
Jader Sant'Ana
Fernando Diefenthaeler

Universidade Federal De Santa Catarina (UFSC)

karinepizzolo@gmail.com

O objetivo do estudo foi verificar os efeitos de oito semanas de treinamento combinado (TC) com suporte de tecnologia mobile na composição corporal e no desempenho aeróbio de adultos iniciantes em academia. Treze adultos (seis homens e sete mulheres), com idade entre 18 e 59 anos, participaram de TC (aeróbio e resistido, 3x semana ~60 min) por oito semanas. A composição corporal foi avaliada pelo índice de massa corporal (IMC), massa corporal (MC), massa gorda (MG), percentual de MG (%MG), massa magra (MM) e relação cintura-quadril (RCQ). O desempenho aeróbio foi avaliado por meio do consumo máximo de oxigênio (VO2MAX), frequência cardíaca e velocidade máxima (FCMAX e VMAX) e no limiar aeróbio (FCLan e VLan) com o App Safe Runner Indoor. O aplicativo foi utilizado durante as sessões de TC a fim de auxiliar no controle e normalização das cargas de exercício. As análises estatísticas foram alcançadas com ANOVA two way ou teste de Friedman para dados não paramétricos, adotando nível de significância $p < 0,05$. Após oito semanas de TC foi observada melhora significativa nos parâmetros de composição corporal [IMC ($30,71 \pm 5,65$ e $29,64 \pm 5,28$ kg/m²), MC ($84,91 \pm 21,61$ e $81,87 \pm 20,59$ kg), MG ($30,74 \pm 10,39$ e $22,89 \pm 12,58$ kg), %MG ($35,94 \pm 6,05$ e $27,29 \pm 7,51\%$), MM ($54,16 \pm 13,88$ e $59,01 \pm 14,00$ kg) e RCQ ($0,84 \pm 0,10$ e $0,81 \pm 0,10$)] e nas variáveis de desempenho aeróbio [VO2MAX ($32,84 \pm 3,24$ e $36,46 \pm 3,37$ ml·kg⁻¹·min⁻¹), VMAX ($8,42 \pm 0,93$ e $9,46 \pm 0,97$ km·h⁻¹) e VLan ($7,00 \pm 0,54$ e $7,5 \pm 0,58$ km·h⁻¹)]. O TC personalizado com tecnologia mobile melhora a composição corporal e o desempenho aeróbio de iniciantes em academias.

Palavras-chave: Treinamento físico; Tempo de exposição; Tecnologia móvel.



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





Validade de constructo e confiabilidade (teste e reteste) de um Teste de Avaliação Funcional para o membro superior: dados preliminares

AUTORES

Lara Anastácio Francisco
Denise Dal Pont Tomazi
Aline Fascin Sasso
Rafael Inácio Barbosa
Heloyse Uliam Kuriki
Alexandre Marcio Marcolino

Universidade Federal De Santa Catarina (UFSC)

larafrancisco44@hotmail.com

O estudo teve como objetivo avaliar a validade e confiabilidade (teste e reteste) de um método de avaliação para membros superiores que utiliza o giroscópio e verificar se existe correlação entre o membro dominante e não dominante. Durante este estudo piloto, participaram do projeto uma amostra de 5 participantes sem sintomas dos segmentos ombro e cotovelo, ambos os sexos e com idade entre 18 e 50 anos. O método de avaliação consistiu em utilizar o giroscópio contido no aplicativo Phyphox para realizar a avaliação dos eixos X, Y e Z dos membros superiores durante um percurso de 5 metros em linha reta. Durante a avaliação os participantes seguraram um smartphone no membro superior dominante, com o cotovelo fletido a 90 graus e ombro neutro. O avaliador ativou o giroscópio, que mostrou a variação dos ângulos X, Y e Z durante toda a execução do trajeto. O teste foi posteriormente repetido com o membro não dominante. Foi realizado teste e reteste com intervalo de sete dias para verificar a validade e confiabilidade através da análise intra avaliador. Para análise de correlação utilizou-se o teste de correlação de Pearson. Os resultados mostraram correlação moderada entre os membros dominante ($r= 0,70$) e não dominante ($r= 0,56$) durante este método de avaliação. Além disso a análise comparativa entre as duas análises não houve diferença estatística. De acordo com os dados preliminares desta pesquisa concluiu-se que a forma de avaliação pode ser considerada válida e confiável para indivíduos sem sintomas dos segmentos ombro e cotovelo.

Palavras-chave: Extremidade Superior; Análise de Variância; Reprodutibilidade dos Testes; Estudo de Validação.



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





RESUMOS EXPANDIDOS

EIXO 1

Promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos



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





Influência do efeito da idade relativa na seleção de jovens atletas de futebol

AUTORES

Paulo Ricardo Rezende Marques
Isabel Oliveira Bierhals
Gustavo Dias Ferreira

Universidade Federal de Pelotas (UFPeI)

p.ricardo@hotmail.com

RESUMO

Durante o período da adolescência, especialmente, diferenças de crescimento e maturidade podem resultar em disparidades de desempenho, oportunidades e, conseqüentemente, presença competitiva desigual de acordo com sua idade e mês de nascimento. Assim, jogadores nascidos mais cedo em seu ano de seleção têm maior probabilidade de representar, se destacar e ter sucesso em esportes como o futebol. Essa super-representação de atletas nascidos nos primeiros meses tem sido denominada de Efeito da Idade Relativa (EIR). O presente estudo teve por objetivo avaliar a associação entre a seleção de atletas de futebol e o EIR nas categorias de base de um clube formador em uma cidade no sul do Brasil. Estudo transversal, a partir de dados secundários obtidos de 363 adolescentes, inscritos na seleção do clube em 2022, divididos em quatro categorias de idade: sub-11, sub-13, sub-15, sub-17. Regressão logística binária foi utilizada para testar a associação entre status de aprovação e quartil de nascimento. Um total de 95 jogadores foram selecionados. Para toda amostra, adolescentes nascidos no primeiro quartil apresentaram odds 2,14 vezes maior de serem selecionados (IC95% 1,06-4,32; $p=0,033$) em comparação aos nascidos no último. Combinando as categorias sub-11 e sub-13, nascidos no primeiro quartil tiveram 5,37 maior (IC95% 1,35-21,41; $p=0,017$). O EIR desempenhou um papel importante na definição de procedimentos de seleção no futebol juvenil principalmente nas categorias mais jovens, destacando assim a presença de desigualdades nas oportunidades para esta faixa etária, podendo resultar em frustração e rejeição, e à sentimento de inadequação, ansiedade e depressão.

Palavras-chave: Futebol; Adolescente; Registro de nascimento; Desempenho atlético.

Introdução

A identificação de jogadores de futebol promissores é um desafio fundamental para pesquisadores e profissionais da área¹. Essa dificuldade pode ser atribuída aos diversos fatores capazes de influenciar o desenvolvimento de jovens atletas, incluindo suas características antropométricas, fisiológicas, técnicas, táticas ou psicológicas, bem como influências ambientais e sociológicas²⁻⁴. Notavelmente, esses parâmetros tornam-se cada vez mais importantes nesta faixa etária mais jovem onde diferenças de crescimento e maturidade resultam em disparidades de desempenho⁵, oportunidades e, conseqüentemente, presença competitiva desigual de acordo com sua idade e mês de nascimento⁶⁻⁸. Assim, jogadores nascidos mais cedo em seu ano de seleção têm maior probabilidade de representar, se destacar e ter sucesso em esportes e atividades que exijam ou priorizem esses atributos⁹. Essa super-representação de atletas nascidos nos primeiros meses do ano tem sido denominada de Efeito da Idade Relativa (EIR)¹⁰⁻¹².

Estudos recentes mostram que o EIR persiste em níveis de futebol profissional e juvenil¹³⁻¹⁵. No entanto, mesmo que a prevalência do EIR diminua com o aumento da idade^{13,14}, jogadores relativamente mais velhos continuam tendo mais chances de serem selecionados por times de elite, tanto nos níveis jovens quanto sênior¹⁶. Conseqüentemente, essa lacuna cria oportunidades desiguais e presença competitiva de acordo com a idade cronológica⁷. Ainda assim, o viés de seleção limita a possibilidade de potencialmente selecionar atletas talentosos nascidos no final do ano e pode resultar na não seleção e no abandono prematuro do esporte¹⁷.



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

Diante deste contexto e, considerando que jovens que fazem parte de equipes competitivas desenvolvem habilidades de liderança e socialização para a vida, o que pode influenciar sua saúde mental e desenvolvimento pessoal, o presente estudo tem por objetivo avaliar a associação entre a seleção de atletas de futebol e o EIR nas categorias de base de um clube formador em uma cidade no sul do Brasil.

Métodos

Estudo transversal, a partir de dados secundários obtidos em um clube formador de atletas do sexo masculino em uma cidade no sul do Brasil. O uso dos dados foi autorizado e disponibilizado pela direção do clube. Todos os dados foram coletados pela equipe especializada do clube e analisados pela equipe de pesquisadores da Universidade Federal de Pelotas (UFPel). O Comitê de Ética em Pesquisa da UFPel, sob o número de protocolo 5.868.803, aprovou o estudo.

A amostra foi composta por 363 adolescentes, inscritos na seleção do clube no ano de 2022, divididos em quatro categorias de idade: sub-11, sub-13, sub-15, sub-17. Todos os jovens recebidos pelo clube para testes de seleção foram incluídos no estudo. Participantes com fichas de inscrição incompletas, ou seja, sem informações sobre mês de nascimento ou sobre o status final da seleção no processo seletivo do clube, foram excluídos do banco de dados deste estudo.

A coleta de dados deu-se por meio das fichas de cadastro dos atletas, onde foram extraídos a data de nascimento e o status de aprovação (aprovado ou reprovado). Assim, os jogadores foram divididos em quartis com base na data de nascimento dentro de cada ano: o primeiro quartil representou aqueles nascidos entre janeiro e março, o segundo quartil entre abril e junho, o terceiro quartil entre julho e setembro e o quarto e último quartil entre outubro e dezembro¹⁰.

As análises foram conduzidas usando o pacote estatístico Stata, versão 16.0 (College Station, TX: StataCorp LLC. StataCorp. 2017). Análise descritiva foi aplicada para apresentar valores absolutos e relativos do total de inscritos e de aprovados por cada categoria e quartil de nascimento. Regressão logística binária com razão de odds e intervalo de confiança de 95% (IC95%) foi utilizada para testar a associação entre o status de aprovação e cada quartil de nascimento. Devido ao tamanho da amostra, para esta análise, as categorias foram agrupadas em sub-11 + sub-13 e sub-15 + sub-17. O nível de significância foi estabelecido em 5%.

Resultados e discussão

Do total de 363 adolescentes que participaram do processo seletivo do clube, 34 (9,4%) estavam inscritos na categoria sub-11, 76 (20,9%) na categoria sub-13, 130 (35,8%) na categoria sub-15 e 123 (33,9%) na categoria sub-17.

Noventa e cinco adolescentes foram aprovados no processo seletivo do clube, representando 26,2% do total de jogadores que participaram da seleção. Entre eles, 21 estavam na categoria sub-11 (61,8%), 24 na categoria sub-13 (31,6%), 33 na categoria sub-15 (25,4%) e 17 na categoria sub-17 (13,8%).

Para a categoria sub-11, 47,6% dos jogadores selecionados nasceram no primeiro quartil do ano e 4,8% no último quartil. Entre os jogadores selecionados para a categoria sub-13, a maioria nasceu no primeiro quartil (54,2%), enquanto 8,3% no último quartil do ano. Para os sub-15, a distribuição foi de 33,3%, 21,2%, 18,2% e 27,3%, enquanto para os sub-17; foi de 23,5%, 29,4%, 35,3% e 11,8% para os quartis 1 a 4, respectivamente. Aproximadamente 80% dos jogadores selecionados nas categorias sub-11 e sub-13 nasceram no primeiro semestre do ano, demonstrando EIR significativos para essa faixa etária. Outros estudos também confirmam essa descoberta^{18,19}. Um estudo semelhante conduzido em 2016 também encontrou EIR na categoria sub-13. Porém, diferentemente ao que foi encontrado neste estudo, também encontrou esse efeito em jogadores mais velhos, na categoria sub-17²⁰. Estudos anteriores relatam que a extensão do EIR diminui com o aumento da idade^{18,21}, especialmente após a puberdade. Essa super-representação de atletas mais velhos permanece alta do início ao meio da adolescência¹⁹ e diminui, mas ainda pode estar presente em faixas etárias mais velhas e até mesmo na idade adulta²².

Ao avaliar toda a amostra, os adolescentes nascidos no primeiro quartil apresentaram 2,14 vezes mais chances de serem selecionados (IC95%: 1,06-4,32; $p=0,033$) em comparação aos nascidos no quarto quartil. Ao estratificar por categoria, a associação permaneceu significativa apenas para os jogadores mais jovens nas categorias sub-11 e sub-13, onde os jogadores nascidos no primeiro quartil do ano apresentaram 5,37 vezes mais chances de serem selecionados (IC95%: 1,35-21,41; $p=0,017$) em comparação aos nascidos no último quartil. Neste sentido, dentro da pesquisa sobre seleção de atletas e desenvolvimento de talentos, o EIR é um fenômeno bem conhecido e amplamente estudado²³. De acordo com a literatura, compreender a ex-

tensão dos EIR e a magnitude dos vieses relacionados à idade nessas avaliações é particularmente importante para dar suporte a uma estratégia de seleção de atletas mais eficiente e justa¹⁹.

Apesar de contribuir para uma melhor compreensão da seleção de jovens jogadores de futebol e suas implicações práticas, o presente estudo tem algumas limitações que precisam ser discutidas. Devido ao tamanho da amostra, as categorias tiveram que ser agrupadas, e não foi possível avaliar o efeito de cada categoria individualmente. Além disso, o tamanho da amostra pode ter levado a intervalos de confiança de 95% inflacionados, particularmente para as categorias sub-11 e sub-13. Também não medimos a maturação biológica, pois é considerada existente e opera independentemente da idade relativa.

Conclusões

O EIR desempenhou um papel importante na definição de procedimentos de seleção no futebol juvenil, onde jogadores nascidos precocemente nos níveis sub-11 e sub-13 tiveram uma probabilidade maior de serem selecionados, destacando assim a presença de desigualdades nas oportunidades de desenvolvimento para esta faixa etária. Essas desigualdades podem repercutir negativamente na vida dos atletas, principalmente porque a não aprovação pode resultar em frustração e rejeição, podendo levar a sentimento de inadequação, ansiedade e depressão, com possíveis repercussões à médio e longo prazo.

Referências

- Lund S, Söderström T. To See or Not to See: Talent Identification in the Swedish Football Association. *Sociology of Sport Journal*. 2017;34(3):248-258.
- Hoare DG, Warr CR. Talent identification and women's soccer: an Australian experience. *J Sports Sci*. 2000;18:751-758.
- Suppiah H, Low C, Chia M. Detecting and developing youth athlete potential: different strokes for different folks are warranted. *Br J Sports Med*. 2015;49:878-882.
- Larkin P, O'Connor D. Talent identification and recruitment in youth soccer: recruiter's perceptions of the key attributes for player recruitment. *PLoS ONE*. 2017;12:e0175716.
- Costa JC, Borges PH, Ramos-Silva LF, Weber VMR, Moreira A, Ronque ERV. Body size, maturation and motor performance in young soccer players: Relationship of technical actions in small-sided games. *Biology of Sport*. 2023;40(1):51-61.
- Chtara M, Rouissi M, Haddad M, Chtara H, Chaalali A, Owen AL, et al. Specific physical trainability in elite young soccer players: Efficiency over 6 weeks' in-season training. *Biol Sport*. 2017;34(2):137-148.
- Pérez-González B, León-Quismondo J, Bonal J, Burillo P, Fernández-Luna A. The New Generation of Professional Soccer Talent Is Born under the Bias of the RAE: Relative Age Effect in International Male Youth Soccer Championships. *Children*. 2021;8(12):1117.
- Konarski JM, Krzykała M, Skrzypczak M, Nowakowska M, Coelho-e-Silva MJ, Cumming SP, et al. Characteristics of select and non-select U15 male soccer players. *Biol Sport*. 2021;38(4):535-544.
- Parr J, Winwood K, Hodson-Tole E, Deconinck FJA, Hill JP, Teunissen JW, et al. The Main and Interactive Effects of Biological Maturity and Relative Age on Physical Performance in Elite Youth Soccer Players. *Journal of Sports Medicine*. 2020;2020:1-11.
- Barnsley RH, Thompson AH, Barnsley PE. Hockey success and birthdate: The relative age effect. *Canadian Association for Health, Physical Education and Recreation Journal*. 1985;51:23-28.
- Cobley SP, Schorer J, Baker J. Relative age effects in professional German soccer: a historical analysis. *Journal of Sports Sciences*. 2008;26(14):1531-1538.
- Wattie N, Cobley S, Baker J. Towards a unified understanding of relative age effects. *J Sports Sci*. 2008;26(13):1403-1409.
- Lupo C, Boccia G, Ungureanu AN, Frati R, Marocco R, Brustio PR. The Beginning of Senior Career in Team Sport Is Affected by Relative Age Effect. *Front Psychol*. 2019;10:1465.
- Brustio PR, Lupo C, Ungureanu AN, Frati R, Rainoldi A, Boccia G. The relative age effect is larger in Italian soccer top-level youth categories and smaller in Serie A. *PLoS One*. 2018;13(4):e0196253.
- Morganti G, Kelly AL, Apollaro G, Pantanella L, Esposito M, Grossi A, et al. Relative age effects and the youth-to-senior transition in Italian soccer: the underdog hypothesis versus knock-on effects of relative age. *Sci Med Footb*. 2023;7(4):406-412.
- Bolckmans S, Starks JL, Towlson C, Barnes C, Parkin G, Helsen WF. Leveling the Playing Field: A New Proposed Method to Address Relative Age- and Maturity-Related Bias in UK Male Academy Soccer Players. *Frontiers in Sports and Active Living*. 2022;4:847438.
- Delorme N, Boiche J, Raspud M. Relative age and dropout in French male soccer. *J Sports Sci*. 2010;28(7):717-22.
- Sierra-Díaz MJ, González-Víllora S, Pastor-Vicedo JC, Serra-Olivares J. Soccer and relative age effect: a walk among elite players and young players. *Sports (Basel)*. 2017;5(1):5.
- Leyhr D, Bergmann F, Schreiner R, Mann D, Dugandzic D, Höner, O. Relative Age-Related Biases in Objective and Subjective Assessments of Performance in Talented Youth Soccer Players. *Front Sports Act Living*. 2021;14:3:664231.
- Marques PRR, Pinheiro ES, Coswig VS. Efeito da idade relativa sobre a seleção de atletas para as categorias de base de um clube de futebol. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*. 2019;41(2):157-162.
- Doncaster G, Medina D, Drobic F, Gomez-Diaz AJ, Unnithan V. (2020). Appreciating factors beyond the physical in talent identification and development: insights from the FC Barcelona sporting model. *Front Sports Act Living*. 2020;2:91.
- Doyle J, Bottomley P. Relative age effect in elite soccer: more early-born players, but no better valued, and no paragon clubs or countries. *PLoS One*. 2018;13(2):e0192209.
- Roberts S, McRobert A, Rudd J, Enright K, Reeves M. Research in Another un-Examined (RAE) context. A chronology of 35 years of relative age effect research in soccer: is it time to move on? *Sci Med Footb*. 2021;5(4):301-309.



A prática de exercícios físicos e a qualidade de vida dos idosos

AUTORES

Marilene Rivary Nunes
Júnior Sousa Andrade
Kalil Ribeiro Nunes
Léa Poliane Moreira da Silva
Damaris Priscila de Souza Miranda Noronha
Lucas Tadeu Andrade
Erica Geralda Rodrigues
Priscilla Rosa Queiroz Ribeiro
Jéssica Laís de Oliveira Pimenta
Elcimar dos Reis Caixeta

Centro Universitário de Patos de Minas
(UNIPAM)

maryrivany@unipam.edu.br

RESUMO

O estudo objetiva revisar a literatura científica sobre a efetividade da prática de exercícios físicos (PEF) na qualidade de vida (QV) de idoso. Trata-se de uma revisão de literatura realizada na base de dados do Google acadêmico. Foram adotados os descritores de saúde: exercício físico, qualidade de vida, saúde do idoso, de artigos publicados no ano de 2023. Os dados foram avaliados pela análise descritiva. Foram selecionados 08 estudos. Detectou-se informações que corroboram com a efetividade da PEF e a melhora na QV dos idosos. A PEF desempenha papel crucial na promoção do envelhecimento saudável e na melhoria da QV dos idosos. Assim, incentivar a PEF, como musculação, hidroginástica e caminhada deve ser uma prioridade nas políticas pública de saúde.

Palavras-chave: Exercício físico; Qualidade de vida; Saúde do idoso.

Introdução

Atualmente, verifica-se um envelhecimento populacional em todo o mundo, o que impõe desafios significativos para a políticas públicas de saúde que visam a promoção de condições para estimular um envelhecimento ativo e saudável com investimento em estratégias que promovam longevidade e a qualidade de vida (QV)^{1,2,3}.

Para efetivar um envelhecimento ativo e saudável faz-se necessário fortalecer o acesso à saúde e as condições de vida, como exemplo a prática de exercício físico (PEF), entre outros¹. Nesse contexto, a PEF, de forma regular, emerge como um componente crucial para efetivar a QV em idosos.

A PEF é caracterizada pelo exercício físico (EF) planejado, estruturado e repetitivo, sempre ligados a objetivos pessoais como manutenção da saúde, melhora na condição física, emagrecimento, entre outras. Esta deve ser realizada sob a orientação e supervisão do profissional de educação física, com o objetivo de melhoria ou a manutenção da aptidão física^{3,4}. É sabido que existe uma associação direta entre a PEF e a preservação da capacidade funcional dos idosos para realizar as Atividades de Vida Diária (AVD) e consequentemente uma melhora na QV⁵.

A QV pode ser compreendida como um sinônimo de saúde e das condições de vida, que está diretamente relacionada ao bem-estar físico, mental, social e funcional, e outros importantes quesitos, como trabalho, família, amigos e outras circunstâncias do cotidiano. Assim assegurar a QV vida para os idosos é essencial e deve estar associado a disponibilidade de fatores relacionadas com as condições de vida, bem como com a implantação de políticas públicas que assegurem seus direitos^{3,6}.



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

A literatura corrobora com os benefícios multifacetados da PEF na população idosa. Esta tem um papel fundamental em regular, prevenir e reduzir doenças crônicas associadas à idade, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, osteoporose, bem como doenças relacionadas a saúde mental como ansiedade, depressão e outras, e também desempenha papel na promoção de funções cognitivas saudáveis, na melhora da capacidade funcional, nas habilidades físicas, na independência para realizar as AVD, na aparência de vigor físico, na interação social e no bem-estar físico e mental^{3,5,6,7,8}.

A PEF mais recomendados para os idosos são os exercícios aeróbicos como caminhadas, ciclismo leve e natação, exercícios de resistência como levantamento de pesos, exercícios de resistência com elásticos, exercícios de flexibilidade e equilíbrio como alongamento, Tai Chi e Yoga são mais benéficos aos idosos^{3,5,6,8}.

Diante deste contexto percebe-se que a PEF propicia benefícios na saúde física, mental, na capacidade funcional e conseqüentemente na QV de idoso. Assim, este estudo visa identificar a efetividade da PEF na QV dos idosos.

Métodos

Trata-se de estudo de revisão de literatura em busca de artigos científicos publicados na base de dado o Google Acadêmico. Para selecionar os artigos foram adotados os descritores de saúde: exercício físico, qualidade de vida, saúde do idoso, de artigos publicados nos meses de janeiro a setembro de 2023.

Foi adotado a dinâmica de leitura do título e do resumo dos artigos para seleção dos mesmos, e nos artigos que não foi possível elencar sua elegibilidade foi realizado a leitura na íntegra dos estudos. Os artigos publicados em duplicidades também foram excluídos. Após a busca, procedeu a uma análise inicial dos artigos selecionados por meio de leitura crítico-analítica dos títulos e resumos, de modo a avaliar a pertinência desses com o objetivo desta revisão, sendo excluídos os artigos que não contemplavam a temática proposta para o desenvolvimento do estudo.

Assim, foram encontrados 30 artigos, destes excluídos oito duplicados, ao realizar a leitura dos títulos e resumos excluiu-se nove, assim 13 artigos foram lidos na íntegra, excluídos cinco, que não se enquadram na proposta, e selecionados oito, que apresentavam compatibilidade com o tema. Optou-se em descrever os artigos considerando autor, ano de publicação e título para facilitar a compreensão da amostra selecionada.

Para elencar a confiabilidade das informações dos artigos foi determinar o nível de qualidade de evidência científica utilizando as denominações das Diretrizes metodológicas do sistema Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation (GRADE)⁹.

Após selecionar os artigos, estes foram explorados pela análise descritiva, e o conteúdo dos artigos foi revisado e comparado de modo a obter os resultados da investigação proposta, e elaborado uma síntese de conhecimento sobre tema efetividade da PEF na QV dos idosos.

Resultados e discussão

A amostra foi constituída de oito artigos relevantes publicados no período entre janeiro a setembro de 2023 para o desenvolvimento da revisão de literatura. Os artigos foram descritos de acordo com o seu nível de evidência científica conforme o GRADE 9, e foi observado que a maioria (6 artigos) são de nível alto e (1) nível moderado e (1) nível baixo, o que garante confiabilidade das informações coletadas.

Os oito artigos selecionados ofereceram insights valiosos sobre o impacto da PEF em idosos, abordando aspectos dos benefícios desta para a saúde, bem-estar e QV dos idosos. Destaca que o processo de envelhecimento é um fenômeno que vem ocorrendo em todo o mundo, inclusive no Brasil, de forma rápida e intensa. Assim, é necessário a busca de alternativas para um envelhecimento com QV, baseado em hábitos de vida como alimentação saudável, baixo consumo de álcool e tabaco e PEF. Este auxilia os idosos a manter seus hábitos cotidianos, como realizar AVD, entre outras^{10,11,12,13,14,15,16,17}.

Os autores dos oito artigos supracitados relatam que o PEF precisa ser orientado por um profissional de Educação Física, de modo individual e específico de cada idoso, uma vez que determinadas doenças irão exigir formas e intensidade de exercícios diferentes. Assim, PEF é uma excelente forma não farmacológica para prevenção e cuidado do idoso, que diminui taxas de morbimortalidade e auxilia na preservação da cognição, independência e funcionalidade^{10,11,12,13,14,15,16,17}.

Diante dos vários fatores que incorrem no processo de envelhecimento e a na QV de idoso, sugerem a necessidade da reformulação das políticas públicas de saúde no Brasil visando melhora nas condições de bem-estar global do idoso, com foco em manter sua autonomia e independência¹¹. No estudo, com uma

amostra de 13 idosas sedentárias e 13 idosas ativas constataram pelo SF-36, resultados positivos da ação da PEF na capacidade funcional, nos aspectos físicos, emocionais e sociais, contribuindo para a manutenção da QV das idosas^{12,13}.

O treinamento de força é uma estratégia eficaz para melhorar a QV dos idosos promove melhora dos aspectos físicos, emocionais, sociais, independência, aumento na força muscular, flexibilidade, equilíbrio, além da redução na gordura corporal e um aumento na massa magra¹⁴. Este ainda gera aumento da energia para realizar AVD e lazer, bem-estar emocional, diminui os níveis de ansiedade e depressão, melhora na qualidade de sono, redução nas dores articulares e musculares, melhora da postura e o equilíbrio, maior autoestima e autoconfiança^{14,15}. Portanto, a PEF, orientado pelos profissionais de Educação Física, é uma estratégia potente para efetivar a QV de idosos¹⁵.

A hidroginástica contribui para o aumento da força muscular, da massa óssea, do condicionamento cardiorrespiratório, da diminuição do uso de medicamentos e das dores, da qualidade do sono e da disposição, da flexibilidade, da autoestima, da socialização, além de ajudar a manter a capacidade funcional e evita o risco de quedas em idoso, propiciando QV aos idosos¹⁰.

A musculação, na terceira idade, acompanhada por um profissional especializado, com uma rotina adequada de exercícios, propicia um envelhecimento saudável e melhorar da QV¹⁶. A musculação é uma estratégia de intervenção eficaz e eficiente para retardar os acontecimentos oriundos do processo de envelhecimento, melhorar a saúde e a aptidão física dos idosos¹⁶.

Um programa ideal de inicial de musculação para melhora da QV de idoso, com a orientação de realizar exercícios de agachamento livre (sentar e levantar), extensão de joelhos, cadeira extensora, flexora em pé, cadeira flexora, abdução de coxa, adução de coxa, panturrilha livre, supino no banco inclinado, crucifixo no banco reto, remada baixa, rosca direta, rosca martelo, tríceps barra v, tríceps testa, entre outros. Este propõe uma ordem de exercícios para grandes grupos musculares e para pequenos grupos musculares, com uma carga de 80% de 1 repetição máxima e um número de séries de duas a três séries a cada semana de progressão de carga e descanso entre as séries e exercícios de 1 min a 40 segundos¹⁴.

Os autores supracitados foram unânimes em apontar a musculação, treinamento de força muscular, orientada de acordo com as singularidades de cada idoso,

pelo profissional de delação física, como estratégia potente para melhorar a QV dos idosos.

A hidroginástica como um exercício físico capaz de promover a QV de idosos. Esta é recomendada pelos médicos aos idosos, por ter como principal característica a redução do impacto articular, o que a torna uma atividade ideal para pessoas que sofrem com dores crônicas, artrite, osteoporose e outras condições que afetam o sistema musculoesquelético. A prática de hidroginástica traz benefícios significativos na saúde, tanto nos aspectos físicos, emocionais, cognitivos e sociais dos idosos^{10,17}.

A hidroginástica contribui para melhora da capacidade cardiovascular, controle do estresse e da ansiedade, melhora da postura, da flexibilidade e da coordenação motora, além de contribuir para a perda de peso e o controle da pressão arterial, enfim traz inúmeros benefícios para a saúde do idoso incluindo a promoção da QV. Vale a pena ressaltar que esta atividade é realizada na água e tem propriedades relaxantes e terapêuticas, que ajudam a aliviar a tensão muscular e a promover a sensação de bem-estar^{10,17}.

A caminhada é uma das PEF mais procurado pelos idosos, seguido do alongamento, hidroginástica, exercícios de musculação, atividades de dança e bicicleta. Ao iniciar a caminhada o idoso abre oportunidades para outras PEF e que esta contribui para reduzir risco de quedas, preservar a amplitude e a qualidade do movimento corporal, aumento da força muscular e circulação sanguínea¹⁷.

Em síntese, os estudos demonstram que a PEF, incluindo treinamento de força, exercícios aeróbicos, hidroginástica e caminhada, propicia melhoria tanto dos aspectos físicos quanto emocionais e sociais dos idosos, e que esta torna-se essencial para a promoção da QV dos idosos^{10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17}.

Conclusões

Portanto, com base nas evidências apresentadas, é inegável que a PEF desempenha um papel crucial na promoção do envelhecimento saudável e na melhoria da QV dos idosos. A musculação, a hidroginástica e a caminhada são exercícios potentes para promover a QV os idosos. Assim, incentivar a PEF, adaptada às necessidades singular de cada idoso, deve ser uma prioridade nas políticas pública de saúde e nas intervenções de cuidados geriátricos.

Além disso, é importante destacar que a educação e a conscientização sobre os benefícios dos EF devem ser

difundidas entre os idosos e seus cuidadores, a fim de maximizar os efeitos positivos dessa prática ao longo do ciclo de vida. Este estudo fornece evidências sólidas e consistentes que demonstram a importância da PEF na vida dos idosos como melhoria na saúde física, manutenção da mobilidade e independência das AVD, promoção de saúde mental e bem-estar, melhora dos aspectos físicos, emocionais e sociais.

Referências

1. Ministério, Saúde. Cadernos de Atenção Básica Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa [Internet]. 2006. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf
2. Chodzko-Zajko WJ. Exercício do ACSM para adultos mais velhos. Filadélfia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins; 2014.
3. Silva A, Eugênia E, Larissa R. Qualidade de vida: Revista Saúde e Meio Ambiente [Internet]. 6 de fevereiro de 2022;14(1):01-15. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/sameamb/article/view/14997>
4. Ministério da saúde Brasília -df 2021 guia de atividade física para a população brasileira [internet]. 2021. disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf
5. Paterson DH, Warburton DE. Atividade física e limitações funcionais em adultos mais velhos: uma revisão sistemática relacionada às Diretrizes de Atividade Física do Canadá. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2010;7(1):38.
6. Nelson Me, Rejeski Wj, Blair Sn, Duncan Pw, Judge Jo, King Ac, et al. Atividade física e saúde pública em adultos mais velhos. *Medicina e ciência em esportes e exercícios*. Agosto de 2007;39(8):1435-45.
7. Rolland Y, Pillard F, Klapouszczak A, Reynish E, Thomas D, Andrieu S, et al. Programa de exercícios para residentes de casas de repouso com doença de Alzheimer: um ensaio clínico randomizado e controlado de 1 ano. *Journal of the American Geriatrics Society* [Internet]. 2007 fev;55(2):158-65. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1532-5415.2007.01035>.
8. Diretrizes metodológicas Sistema GRADE -manual de graduação da qualidade da evidência e força de recomendação para tomada de decisão em saúde [Internet]. 2014. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_metodologicas_sistema_grade.pdf
9. Lima LVM, Carvalho ALV, Araujo DT, Amaral GN, Santos TF, Fernandes VLS. A atividade física na qualidade de vida dos idosos. *Revista Remecs - Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde* [Internet]. 2023 Aug 15;119-9. Available from: https://www.revista_remece.com.br/index.php/remecs/article/view/1285/1290.
10. Porto V de A, Santos LD da S, Targino EVB, Araujo EC de, Junior JR de M, Tannús SF, et al. Saúde do idoso: exercício físico, cuidado e manutenção da saúde multiprofissional. *Estudos Avançados sobre Saúde e Natureza* [Internet]. 6 de agosto de 2023 [citado em 3 de junho de 2024];5. Disponível em: <https://www.periodicojs.com.br/index.php/easn/article/view/1497/1303>.
11. Sousa GA, Santos AS, Salgado JVV, Avaliação da qualidade de vida em idosas ativas e sedentárias de Araújo - MG [Internet]. *Unioeste.br*. 2024 [cited 2024 Sep 30]. Available from: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoefisica/article/view/27322/20362>.
12. Júnior Vffg, Brandão Ab, Almeida Fjm, Oliveira Jgd. Compreensão de idosos sobre os benefícios da atividade física. [Internet]. *Ufpb.br*. 2024. Available from: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/25540/15098>.
13. Sousa KJ, Cortez EN. Idosos no treinamento de força e qualidade de vida: relato de experiência. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação* [Internet]. 29 de outubro de 2023 [citado em 30 de setembro de 2024];9(9):4656-64. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/11448>.
14. Sousa EA de, Homero KVS, Mello RL de. Efeito do treinamento funcional nas condições de saúde e desempenho físico de idosos. *Caderno Intersaberes* [Internet]. 2023 Mar 23;12(38):52-9. Available from: <https://www.cadernosuninter.com/index.php/intersaberes/article/view/2561>.
15. Santos A dos. Os benefícios da prática da musculação para melhoria da qualidade de vida na terceira idade: uma revisão de literatura. *Publicações* [Internet]. 2023 Jun 25; Available from: <https://editorapublicar.com.br/ojs/index.php/publicacoes/article/view/691>.
16. Lopes S. Os benefícios da prática de exercícios físicos na terceira idade: artigo de revisão. *Caderno Intersaberes* [Internet]. 2023 May 16;12(39):124-37. Available from: <https://www.cadernosuninter.com/index.php/intersaberes/article/view/2339>.
17. Maria, Ronney W. Efeitos da hidroginástica e sua influência na saúde e qualidade de vida de idosos praticantes. *Bioethics Archives, Management and Health* [Internet]. 2024 [cited 2024 Sep 30];4(1):85-97. Available from: <https://biamah.com.br/index.php/biomah/article/view/45>.



Satisfação global com a vida e atividade física moderada e intensa: resultados do estudo ELSI-Brasil

AUTORES

Nicolle Castilho da Silva
Vanessa Pereira Corrêa
Eduardo Luis Bordignon Ferrari
Laís Coan Fontanela
Nicolas Kickhofel Weissshahn
Ian Rabelo Gabriel
Danielle Soares Rocha Vieira
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

nick.castilho2003@gmail.com

RESUMO

A atividade física (AF) está relacionada com a satisfação global com a vida por meio da redução de estresse, ansiedade e melhora da qualidade de vida. O objetivo foi investigar a associação entre a prática de AF e satisfação global com a vida em adultos mais velhos brasileiros. Estudo transversal, com dados de adultos acima de 50 anos, do Estudo Longitudinal de Saúde do Idosos Brasileiros, entre 2019 e 2021. A satisfação com a vida foi avaliada por meio de uma pergunta do instrumento individual que mede a satisfação de 1 a 10, a pontuação menor ou igual a 8 foi considerada baixa satisfação com a vida. A prática de AF seguiu a recomendação de atividade vigorosa/moderada maior ou igual a 150 minutos por semana proposta pela Organização Mundial da Saúde. Análises descritivas e regressão de Poisson realizadas no software Stata SE 16.1. Foram incluídos 6.793 indivíduos, nos quais 71,7% não eram fisicamente ativos e 62,6% não se sentiam satisfeitos com a vida. Na análise ajustada, ser insuficientemente ativo aumentou a prevalência de não estar satisfeito com a vida nos últimos 12 meses, mas não foi fator independente (RP: 1,05; IC95%: 0,91-1,22). Conclui-se que a prática de AF moderada e vigorosa não foi um fator independente para a satisfação com a vida. Este estudo contribui para investigar novas estratégias de promoção da AF com o objetivo de alcançar desfechos psicossociais.

Palavras-chave: Satisfação Pessoal; Exercício Físico; Idoso.

Introdução

A satisfação com a vida é a percepção subjetiva de prazer a partir da análise do sujeito sobre a própria vida e é influenciada por fatores intrínsecos e extrínsecos ao indivíduo, dentre os quais se destacam a personalidade individual, o perfil sociodemográfico, as relações sociais e o estado geral de saúde^{1,2} e pode ser considerada um indicador subjetivo apropriado para avaliar o processo de envelhecimento ativo. Estudos mostram a associação da satisfação com a vida com fatores como mobilidade, flexibilidade, força muscular, estresse, ansiedade e qualidade de vida³⁻⁵. Já um estudo conduzido com 832 idosos brasileiros, com 60 anos ou mais residentes em Belo Horizonte, identificou maior prevalência de satisfação com a vida entre os indivíduos que praticavam atividade física (RP: 1,12, IC95%: 1,02-1,22) e que relataram seu estado geral de saúde como bom ou ótimo (RP: 1,23, IC95%: 1,03-1,46). A prevalência de satisfação com a vida nessa população foi considerada alta (81,9%)⁶.

Nesse sentido, a prática regular de atividade física é uma ferramenta fundamental na manutenção do prazer com a própria vida em adultos de todas as faixas etárias, com ênfase nos adultos mais velhos e idosos longevos^{7,8}. A atividade física regular previne condições inerentes ao envelhecimento como a multimorbidade, o déficit cognitivo, a perda de autonomia e o risco de quedas e por consequência proporciona melhora da autopercepção de saúde dos indivíduos⁹. Segundo dados provenientes do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas Não Transmissíveis por Entrevista Telefônica (VIGITEL), com ênfase nas atividades



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

de lazer dos idosos brasileiros acima de 60 anos, houve variação na prevalência de prática de intensidade moderada (≥ 150 minutos/semana) entre 23,3% a 27,5% durante o período de 2009 a 2020¹⁰.

Sabe-se que a recomendação da OMS estabelece como ideal a prática de atividade física de intensidade moderada a vigorosa com duração maior do que 150 minutos semanais¹¹. Todavia, a atividade física de baixa intensidade desenvolvida de maneira regular, como a prática de caminhada, é capaz de contribuir para a percepção de satisfação com a vida em adultos de meia idade e idosos⁷. Assim, o objetivo do presente estudo foi investigar a associação entre a prática de atividade física e a satisfação global com a vida em adultos mais velhos brasileiros.

Métodos

Trata-se de um estudo transversal com dados provenientes do Estudo Longitudinal de Saúde do Idoso Brasileiro (ELSI-Brasil). O ELSI-Brasil é um estudo longitudinal de base populacional, representativo da população brasileira não institucionalizada com 50 anos ou mais entre os anos de 2019 e 2021. Foi utilizada técnica de amostragem estratificada e por etapas de seleção para garantir a representatividade dos 70 municípios das 5 regiões brasileiras. Para o presente estudo, foram incluídos os indivíduos com informação completa e com idade acima de 50 anos; e excluídos os indivíduos com questionários respondidos por informantes.

O desfecho analisado foi a satisfação global com a vida. Os participantes visualizaram o desenho de uma escada com degraus numerados de 1 até 10 e receberam a orientação “Vamos usar esta escada para ajudá-lo(a) a avaliar o seu grau de satisfação com a vida de modo geral”. O degrau mais alto corresponde ao número 10, que representa o máximo de satisfação com a vida. O degrau mais baixo é o número 1, que representa o nível mais baixo de satisfação com a vida.” Após, responderam a questão “Por favor, pense no seu nível de satisfação com a vida e aponte o degrau correspondente” e escolheram um dos degraus. O entrevistador registrou o número do degrau escolhido.

Como exposição principal, foi considerada a atividade física. A variável foi investigada pelo International Physical Activity Questionary (IPAQ), com questões referentes à frequência (dias por semana) e a duração (tempo por dia) das atividades físicas realizadas na semana anterior¹². A estratificação foi feita seguindo a recomendação da OMS, no qual os indivíduos que reali-

zam atividade física vigorosa/moderada maior ou igual a 150 minutos por semana são considerados ativos e os que realizam menos de 150 minutos por semana, insuficientemente ativos¹¹.

Os ajustes foram realizados pelas variáveis sexo (feminino e masculino), faixa etária (50 a 59, 60 a 69, 70 a 79 e 80 anos ou mais), raça/etnia (branco, preta, parda, amarela e indígena), situação conjugal (sem companheiro ou com companheiro), escolaridade (nunca estudou, 1 a 4, 5 a 8, 9 a 11, 12 ou mais), renda per capita (em tercís), escore de memória global (com déficit, sem déficit), consumo de álcool (consumem atualmente, consumo ocasional e consumo pesado), sintomas depressivos (presença e ausência de sintomas depressivos), tabagismo (fumante atual, ex-fumante e nunca fumou) e multimorbidade (uma condição, duas condições ou mais), tempo de caminhada em minutos.

Todas as análises foram realizadas no software Stata SE 16 e levaram em consideração os pesos amostrais em virtude da seleção da amostra. A análise descritiva foi apresentada em frequência relativa com intervalos de confiança de 95% (IC95%). Inicialmente, foi realizada a análise bivariada entre a variável dependente, satisfação global com a vida, e as demais variáveis. Em seguida, a regressão de Poisson, bruta e ajustada, com os respectivos IC95%, foi utilizada para a investigação das medidas de associação entre desfecho e exposições.

O projeto ELSI-Brasil foi aprovado pelo Conselho de Ética da Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), Minas Gerais (CAAE: 34649814.3.0000.5091). Todos os participantes assinaram termos de consentimento informado antes de sua participação no estudo.

Resultados e discussão

A amostra inicial do estudo foi composta por 9.875 participantes. Após a exclusão dos questionários respondidos por informantes, foram incluídos 6.793 participantes. Desses, a maioria foi do sexo feminino (55,2%), entre 50 e 59 anos de idade (48,9%), entre 1 e 4 anos de estudo (38,4%), raça/etnia branca (44,3%), tercil inferior renda per capita (35,2%), sem déficit de cognição (85,6%), sem doenças crônicas (37,5%), sem sintomas depressivos (80,4%), tabagismo (65,0%), nunca consumiu álcool (72,6%). Em relação a variável de exposição, a maioria não era ativo fisicamente (71,7%). Quanto à variável de desfecho, a maioria não se sentia satisfeito com a vida (62,6%).

Na análise bivariada, os participantes que relataram menor satisfação com a vida foram as mulheres

(62,7%; IC95%: 57,1-68,0), com 80 anos ou mais (66,6%; IC95%: 58,4-73,9), que nunca estudaram (67,7%; IC95%: 59,8-74,7), de raça/etnia branca (63,3%; IC95%: 56,9-69,3), tercil inferior de renda per capita (66,4%; IC95%: 59,8-72,4), com déficit de memória (70,7%; IC95%: 58,7-80,3%), com duas ou mais doenças crônicas (63,4%; IC95%: 57,5-68,9), com sintomas depressivos (81,8%; IC95%: 76,8-86,0), fumantes atuais (66,5%; IC95%: 60,7-72,7), que nunca consumiu álcool (64,5%; IC95%: 58,8-69,8) e insuficientemente ativos (63,9; IC95%: 57,4-69,9).

Na análise ajustada, foi observado que realizar menos de 150 minutos de atividade física por semana aumentou a prevalência de não estar satisfeito com a vida nos últimos 12 meses, mas não foi significativo (RR: 1,05; IC95%: 0,91-1,22). O perfil dos participantes neste estudo é semelhante ao encontrado em outros estudos realizados em países de baixa e média renda, incluindo o Brasil. A baixa renda, condições de saúde e hábitos inadequados de vida podem estar diretamente relacionados com a baixa satisfação global com a vida. No presente estudo, a maioria dos participantes com baixa satisfação com a vida foram mulheres e pessoas com idade avançada. Além disso, os achados foram mais prevalentes naquele grupo com piores condições sociodemográficas. Tais fatores são frequentemente associados com piores percepções de saúde física, saúde mental e bem-estar^{13,14}.

A relação entre a atividade física e a satisfação com a vida pode ser compreendida a partir de uma série de mecanismos interdependentes, como aspectos biológicos, psicológicos e sociais que são promovidos pela prática regular de exercícios físicos. No âmbito biológico, a atividade física estimula a liberação de substâncias neuroquímicas, como as endorfinas e a serotonina, que estão associadas à melhora do humor e à diminuição de sintomas como depressão, ansiedade e estresse^{15,16}. Esses efeitos positivos são resultado direto da resposta do organismo ao exercício, que atua não apenas sobre o corpo, mas também sobre o bem-estar emocional e psicológico. Além dos benefícios neuroquímicos, a prática de exercícios físicos contribui significativamente para a melhoria da qualidade de vida, particularmente entre os adultos mais velhos. Ao engajar-se regularmente em atividades físicas, esses indivíduos tendem a desenvolver maior autonomia em suas atividades diárias, o que reflete em uma melhora no bem-estar geral, na autoestima e na autopercepção de saúde. O aumento da capacidade funcional e a redução de limitações físicas

proporcionadas pelos exercícios resultam em um sentimento de maior controle sobre a própria vida, o que favorece a sensação de satisfação e realização pessoal^{17,18}.

No entanto, é importante destacar que muitos idosos enfrentam desafios consideráveis para se manterem fisicamente ativos. Entre as principais barreiras estão a falta de acesso a ambientes adequados para a prática de exercícios, como parques e academias, além da ausência de apoio social, que pode desmotivar a continuidade das atividades físicas. Essas barreiras tendem a ser ainda mais evidentes em populações vulneráveis, como indivíduos de baixa renda, pessoas com baixa escolaridade ou aqueles que enfrentam dificuldades financeiras e sociais⁶. A falta de infraestrutura e o isolamento social podem tornar a prática de atividades físicas menos acessível, o que, por sua vez, está relacionado a menor satisfação com a vida.

As limitações deste estudo devem ser observadas. Primeiramente, devido à natureza transversal da pesquisa, não é possível estabelecer relações temporais claras. Além disso, embora os instrumentos utilizados sejam validados para a população idosa brasileira e amplamente adotados em outros estudos, fatores sociais, ambientais e emocionais podem afetar as respostas autorrelatadas, estando sujeitos a viés de memória ou informação. Outro ponto a considerar é o viés de não participação, já que indivíduos mais debilitados frequentemente optam por não participar, o que pode resultar em uma perda de dados. No entanto, essas limitações não comprometem a relevância do estudo para o desenvolvimento de estratégias que considerem a atividade física como um hábito de vida relacionado a diversos aspectos sociais, incluindo, a satisfação com a vida. Além disso, o estudo conta com uma amostra representativa da população brasileira, selecionada com elevado rigor metodológico.

Conclusões

A associação entre a atividade física e a satisfação global com a vida não foi significativa quando ajustada para todas as variáveis, entretanto, apresenta uma possível relação que deve ser investigada em pesquisas futuras e por meio de modelos analíticos mais robustos. Os achados revelam uma complexa e multifacetada relação entre a prática de atividades físicas e a satisfação com a vida, sugerindo que essa ligação pode ser mediada por diversas condições sociodemográficas, de saúde e psicológicas. Além disso, é essencial aprofundar o entendimento sobre os mecanismos biológicos,

como a liberação de neurotransmissores, e os impactos psicológicos, como o aumento da autoestima e da autonomia, que estão intrinsecamente ligados ao bem-estar geral. Ao mesmo tempo, estratégias de promoção de atividades físicas devem ser sensíveis às influências sociais, culturais e ambientais que modulam essa relação, garantindo que todas as nuances sejam consideradas. Dessa forma, novos estudos devem explorar outras variáveis e contemplar a complexidade desta associação.

Referências

- Veenhoven R. The Overall Satisfaction with Life: Subjective Approaches (1). *Global Handbook of Quality of Life*, Dordrecht: Springer Netherlands; 2015, p. 207–38. https://doi.org/10.1007/978-94-017-9178-6_9.
- Malvaso A; Kang W. The relationship between areas of life satisfaction, personality, and overall life satisfaction: An integrated account. *Front Psychol* 2022;13:894610. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.894610>.
- Tomomitsu MRSV; Perracini MR; Neri AL. Fatores associados à satisfação com a vida em idosos cuidadores e não cuidadores. *Cien Saude Colet* 2014;19:3429–40. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014198.13952013>.
- Sposito G; D'Elboux MJ; Neri AL; Guariento ME. A satisfação com a vida e a funcionalidade em idosos atendidos em um ambulatório de geriatria. *Cien Saude Colet* 2013;18:3475–82. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013001200004>.
- Banhato EFC; Ribeiro PCC; Guedes D V. Satisfação com a vida em idosos residentes na comunidade. *Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto* 2019;17:16–24. <https://doi.org/10.12957/rhupe.2018.40807>.
- Teixeira Vaz C; de Souza Andrade AC; Proietti FA; Coelho Xavier C; de Lima Friche AA; Teixeira Caiaffa W. A multilevel model of life satisfaction among old people: individual characteristics and neighborhood physical disorder. *BMC Public Health* 2019;19:861. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7228-9>.
- Maher JP; Pincus AL; Ram N; Conroy DE. Daily physical activity and life satisfaction across adulthood. *Dev Psychol* 2015;51:1407–19. <https://doi.org/10.1037/dev0000037>.
- An H-Y; Chen W; Wang C-W; Yang H-F; Huang W-T; Fan S-Y. The Relationships between Physical Activity and Life Satisfaction and Happiness among Young, Middle-Aged, and Older Adults. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134817>.
- Tavares AI. Health and life satisfaction factors of Portuguese older adults. *Arch Gerontol Geriatr* 2022;99:104600. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2021.104600>.
- Soares MM; Caldeira TCM; Sousa TM de; Rezende LFM de; Claro RM. Leisure time physical activity among older adults in Brazil: a time series analysis of a population-based survey (2009–2020). *Cad Saude Publica* 2023;39:e00212622. <https://doi.org/10.1590/0102-311XEN212622>.
- Okely AD; Kontsevaya A; Ng J; Abdeta C. 2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior. *Sports Medicine and Health Science* 2021;3. <https://doi.org/10.1016/j.smhs.2021.05.001>.
- Matsudo S; Araújo T; Matsudo V; Andrade D; Andrade E; Oliveira LC, et al. Questionário Internacional De Atividade Física (Ipaq): Estudo De Validade E Reprodutibilidade No Brasil 2012;6:5–18. <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.6n2p5-18>.
- Walton E. Books: The Inner Level: How More Equal Societies Reduce Stress, Restore Sanity and Improve Everyone's Well-Being. *British Journal of General Practice* 2019;69:452.2–453. <https://doi.org/10.3399/bjgp19X705377>.
- Tanaka A; Shipley MJ; Welch CA; Groce NE; Marmot MG; Kivimaki M, et al. Socioeconomic inequality in recovery from poor physical and mental health in mid-life and early old age: prospective Whitehall II cohort study. *J Epidemiol Community Health* (1978) 2018;72:309–13. <https://doi.org/10.1136/jech-2017-209584>.
- Penedo FJ; Dahn JR. Exercise and well-being: a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Curr Opin Psychiatry* 2005;18:189–93. <https://doi.org/10.1097/00001504-200503000-00013>.
- Schuch FB; Vancampfort D; Richards J; Rosenbaum S; Ward PB; Stubbs B. Exercise as a treatment for depression: A meta-analysis adjusting for publication bias. *J Psychiatr Res* 2016;77:42–51. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2016.02.023>.
- Mahindru A; Patil P; Agrawal V. Role of Physical Activity on Mental Health and Well-Being: A Review. *Cureus* 2023. <https://doi.org/10.7759/cureus.33475>.
- Noetel M; Sanders T; Gallardo-Gómez D; Taylor P; del Pozo Cruz B; van den Hoek D, et al. Effect of exercise for depression: systematic review and network meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ* 2024:e075847. <https://doi.org/10.1136/bmj-2023-075847>.



Atividades sociais organizadas e multimorbidade em adultos mais velhos brasileiros

AUTORES

Vanessa Pereira Corrêa
Nicolas Kickhofel Weisshahn
Nicolle Castilho da Silva
Eduardo Luis Bordignon Ferrari
Bruna Vanti da Rocha
Joaquim Henrique Lorenzetti Branco
Danielle Soares Rocha Vieira
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

vanessa.correa@bridge.ufsc.br

RESUMO

A participação em atividades sociais organizadas, como clubes e trabalho voluntário, pode reduzir os efeitos da multimorbidade, promover o bem-estar e incentivar hábitos saudáveis. O objetivo do presente estudo foi investigar a relação entre atividades sociais organizadas e multimorbidade em adultos mais velhos brasileiros. Trata-se de um estudo transversal com dados de 7.130 participantes acima de 50 anos de idade, do Estudo Longitudinal de Saúde do Idoso Brasileiro (ELSI-Brasil), entre os anos de 2019 e 2021. A presença de multimorbidade foi considerada a partir da presença de duas ou mais doenças crônicas. Para a participação nas atividades sociais organizadas nos últimos 12 meses considerou-se a participação em clubes, grupos comunitários ou religiosos, centro de convivência, universidade da 3ª idade, entre outros. As análises descritivas e regressão de Poisson foram realizadas no Software Stata SE 16.1. Entre os participantes, 45,0% tinham multimorbidade e 41,6% participaram de atividades sociais organizadas nos últimos 12 meses. Na análise ajustada, indivíduos que relataram não participar de atividades sociais organizadas nos últimos 12 meses tiveram prevalência 9% maior de multimorbidade (RP: 1,09; IC95%: 1,00-1,21) em comparação aos que realizavam essas atividades. Conclui-se que a participação em atividades sociais organizadas e a multimorbidade estão associadas. Este estudo contribui para o desenvolvimento de políticas públicas voltadas para a importância de ações intersetoriais que incentivem a participação social como estratégia para reduzir os efeitos da multimorbidade na população idosa.

Palavras-chave: Multimorbidade; Participação da Comunidade; Idoso.

Introdução

O engajamento social é essencial para promover a saúde global na vida adulta. Sobretudo, para os adultos mais velhos têm papel importante na rotina e no contexto diário. O engajamento social ocorre por meio das relações formais, informais, interações diárias e pelas atividades sociais - organizadas ou não¹⁻³.

As atividades sociais organizadas são definidas como ações planejadas e estruturadas que têm como objetivo promover o bem-estar e a coesão social dentro de uma comunidade. Trata-se de ações que podem ser promovidas e realizadas por grupos, indivíduos, instituições, organizações governamentais (ONGs) ou não¹. Dentre as atividades, incluem-se, participações em clubes, trabalho voluntário, atividades de lazer em nível local, dentre outros².

A participação em atividades sociais organizadas influencia positivamente a saúde física das pessoas, especialmente, entre adultos mais velhos. Diante disso, a relação entre a participação nessas atividades e diversos desfechos de saúde física, como a multimorbidade, tem sido foco de investigação. Além disso, o engajamento social está diretamente relacionado ao engajamento em comportamentos saudáveis. Participar de atividades sociais organizadas promovem a prática de atividade física, hábitos alimentares saudáveis e, até mesmo, uma melhor gestão da saúde^{4,5}.

A multimorbidade é definida como a presença de duas ou mais condições crônicas que podem incluir desordens físicas e/ou mentais. No caso de pessoas que apresentam multimorbidade, a participação em atividades sociais organizadas reduz os impactos negativos por meio das interações



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

sociais, suporte social, senso de pertencimento, redução de isolamento social e aumento da qualidade de vida. Ao participar das atividades sociais, os laços sociais promovem o bem-estar e a saúde mental, o que influencia positivamente o percurso de vida da pessoa com multimorbidade⁴. Entretanto, é importante destacar que alguns estudos apontam que o engajamento social também pode levar a engajamento de hábitos não saudáveis. O presente estudo trabalha com a hipótese de que o maior engajamento social diminui a prevalência de multimorbidade em adultos mais velhos.

Nesse contexto, as atividades sociais organizadas, como a participação em grupos e eventos comunitários, são consideradas potenciais aliadas na redução dos impactos da multimorbidade, favorecendo a saúde física e mental dos idosos. No entanto, ainda há uma lacuna na literatura brasileira que investiga essa relação que são as investigações em nível de vizinhança, assim como, pensar no engajamento social como um aspecto comunitário que pode ser uma estratégia de enfrentamento à desfechos de saúde física. Assim, o objetivo do presente estudo foi investigar a relação entre atividades sociais organizadas e multimorbidade em adultos mais velhos brasileiros.

Métodos

Trata-se de um estudo transversal com dados provenientes do Estudo Longitudinal de Saúde do Idoso Brasileiro (ELSI-Brasil), estudo longitudinal de base populacional, representativo da população brasileira não institucionalizada com 50 anos ou mais. O presente estudo é uma iniciativa coordenada pela Fundação Oswaldo Cruz – Minas Gerais e pela Universidade Federal de Minas Gerais. Neste estudo, serão usados dados coletados entre os anos de 2019 e 2021, em 70 municípios das 5 regiões brasileiras^{6,7}.

Para garantir que a amostra represente as áreas urbanas e rurais dos municípios de todos os portes, a amostra foi recrutada a partir de um desenho com etapas de seleção, combinando estratificação das unidades primárias de amostragem (municípios), setores censitários e domicílios. Informações detalhadas sobre desenho, métodos de recrutamento e tópicos cobertos estão disponíveis no estudo de Lima-Costa e colaboradores (2023)⁶. O projeto ELSI-Brasil foi aprovado pelo Conselho de Ética da Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), Minas Gerais (CAAE: 34649814.3.0000.5091). Todos os participantes assinaram termos de consentimento informado antes de sua participação no estudo⁷. Para o presente estudo,

foram incluídos os participantes do ELSI-Brasil com informação completa acima de 50 anos de idade e excluídos os indivíduos restritos ao leito e com questionários respondidos por informantes.

A presença de multimorbidade foi considerada a partir da presença de duas ou mais doenças crônicas⁸: doença endócrina (diabetes mellitus); doenças cardiovasculares (hipertensão arterial sistêmica, infarto agudo do miocárdio, angina, acidente vascular encefálico e insuficiência cardíaca); doenças degenerativas (doença de Parkinson e doença de Alzheimer); doenças pulmonares (asma, enfisema pulmonar, bronquite crônica, doença pulmonar obstrutiva crônica); doenças osteoarticulares (reumatismo, osteoporose, problema crônico de costas - dor nas costas, dor no pescoço, dor lombar, dor ciática, problemas vertebrais ou de disco); câncer; doença renal (insuficiência renal crônica). Todas foram avaliadas por meio da pergunta “Alguns médicos lhe disse que o Sr(a) tem...?”.

Como exposição principal, foi considerada a participação de atividades sociais organizadas através da pergunta “Nos ÚLTIMOS 12 MESES, o(a) Sr(a) participou de atividades sociais organizadas (clubes, grupos comunitários ou religiosos, centro de convivência, universidade da 3ª idade etc.)?”. As respostas foram categorizadas em participação em atividades sociais (sim) e não participação de atividades sociais (não). Os ajustes foram realizados pelas variáveis sexo (feminino e masculino), faixa etária (50 a 59, 60 a 69, 70 a 79 e 80 anos ou mais), raça/etnia (branco, preta, parda, amarela e indígena), situação conjugal (sem companheiro ou com companheiro), escolaridade (nunca estudou, 1 a 4, 5 a 8, 9 a 11, 12 ou mais), renda familiar per capita (em tercís), escore de memória global (com déficit, sem déficit) e atividade física moderada-intensa (ativo e insuficientemente ativo)⁹.

Todas as análises foram realizadas no software Stata SE 16 e levaram em consideração os pesos amostrais em virtude da seleção da amostra. A análise descritiva foi apresentada em frequência relativa com intervalos de confiança de 95% (IC95%). Inicialmente, foi realizada a análise bivariada entre a variável dependente, multimorbidade, e as demais variáveis. Em seguida, a regressão de Poisson, bruta e ajustada, com os respectivos IC95%, foi utilizada para a investigação das medidas de associação entre desfecho e exposições.

Resultados e discussão

A amostra inicial do estudo tinha 9875 participantes. Foram incluídos 7.130 adultos mais velhos. Desses,

45,0% tinham multimorbidade e 41,6% participaram de atividades sociais organizadas nos últimos 12 meses. A maioria dos participantes do presente estudo era do sexo feminino (55,2%), tinha entre 50 e 59 anos de idade (48,9%), entre 1 e 4 anos de estudo (38,7%), da raça/etnia parda (44,4%) e estavam no tercil inferior de renda (35,6%). Em relação às condições de saúde, tinham bom escore de memória (85,7%) e sem sintomas depressivos (80,4%). Quanto aos hábitos de saúde, a maioria declara nunca ter fumado (65,0%), não consumir álcool (73,1%). Em relação à atividade física, 27,3% praticavam <150 minutos de atividade física moderada-vigorosa por semana.

Estudos internacionais mostram prevalências para multimorbidade de 54,0%, 65,0% e 80,0%, respectivamente, no Reino Unido¹⁰, nos Estados Unidos¹¹ e em Baltimore¹². No entanto, os dois primeiros estudos foram realizados com idosos acima de 65 anos de idade e o estudo realizado em Baltimore em pessoas com 85 anos ou mais. No Brasil, o Estudo Brasileiro de Saúde dos Idosos (SABE) apresentou uma prevalência por volta de 70,0% para multimorbidade, mas os participantes tinham 60 ou mais. A prevalência do presente estudo é menor do que as encontradas nos demais estudos, mas os participantes tinham 50 anos de idade ou mais¹³. A multimorbidade tende a aumentar com a idade, a inclusão de participantes a partir dos 50 anos justifica a prevalência relativamente menor observada.

Em relação às atividades sociais organizadas, a prevalência no presente estudo foi maior do que a encontrada em outros estudos brasileiros, mas está abaixo de países desenvolvidos que chega a 60,0%, mesmo em adultos mais longevos^{14,15}. O estudo SABE também apontou que apenas 20,0% dos adultos mais velhos participam regularmente de alguma atividade social organizada¹³ e, dessas, são comuns os grupos de convivência, atividades religiosas e voluntariado¹³⁻¹⁵.

Na análise bivariada, a multimorbidade foi maior no sexo feminino, com 80 anos ou mais, sem estudo formal, raça/etnia amarela, tercil intermediário de renda, com bom escore de memória, com sintomas depressivos, para ex-fumantes, que nunca beberam, prática de atividade física inadequada e que participaram de atividades sociais organizadas nos últimos 12 meses. A Organização Mundial da Saúde (OMS) aponta que a prevalência de multimorbidade varia entre 55,0% e 98,0% em pessoas acima de 65 anos de idade¹⁶.

Outros estudos apontam que a prevalência de multimorbidade é maior nas mulheres, com idade avançada,

com baixa escolaridade e baixa renda. As mulheres têm maior prevalência de diversas doenças crônicas que levam ao quadro de multimorbidade. No caso das pessoas em situação de vulnerabilidade socioeconômica, destaca-se o menor acesso aos serviços de saúde, menor acesso à informação, viver em ambientes que podem agravar quadros de saúde já existentes, hábitos de vida inadequados mais prevalentes, bem como, maior isolamento social. A baixa renda e a baixa escolaridade promovem uma interação entre aspectos sociais e biológicos que resultam na maior prevalência de diversas condições crônicas de saúde¹⁶⁻¹⁸.

Na análise ajustada, para sexo, idade, escolaridade, raça/etnia, renda, escore de memória, sintomas depressivos, tabagismo, consumo de álcool e prática de atividade física, participar de atividades sociais organizadas nos últimos 12 meses foi fator independente para aumento da prevalência de multimorbidades, aqueles que não participaram tiveram 9% de aumento (RP: 1,09; IC95%: 1,00-1,21) em comparação aos que realizavam. Os adultos mais velhos que participam dessas atividades têm laços sociais mais amplos e maior rede de suporte social. Esses fatores contribuem diretamente para a saúde física e mental a partir dos estímulos físicos e sociais, da motivação para adesão de hábitos adequados para a saúde e da circulação da informação que leva a maiores acessos, como saúde, por exemplo^{2,19}.

As limitações do estudo devem ser destacadas. Primeiramente, não é possível estabelecer relações temporais devido à causalidade reversa, já que se trata de um estudo transversal. Em segundo lugar, embora os instrumentos utilizados sejam amplamente empregados em outros estudos e validados para a população idosa brasileira, fatores sociais, ambientais e emocionais podem influenciar as medidas de autorrelato, estando sujeitos a viés de memória ou de informação. O viés de não participantes causa uma perda para o estudo, pois os indivíduos mais debilitados tendem a não querer participar da entrevista. No entanto, isso não diminui o potencial do estudo de contribuir para a criação de estratégias de enfrentamento da multimorbidade em adultos mais velhos brasileiros, a partir de uma perspectiva dos aspectos sociais e coletivos e de ações intersetoriais. Além disso, trata-se de um estudo com uma amostra representativa da população brasileira e com um processo de seleção amostral com alto rigor metodológico.

Conclusões

A prevalência de multimorbidade foi de 45,0%, e 41,6%

dos participantes relataram ter participado de atividades sociais organizadas nos últimos 12 meses. O estudo indicou ainda uma relação entre a não participação em atividades sociais organizadas e a multimorbidade; no entanto, novos modelos de análise são necessários para entender como isso pode ocorrer. O presente estudo contribui para o desenvolvimento de políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável, destacando a importância de ações intersetoriais que incentivem a participação social como estratégia para mitigar os efeitos da multimorbidade na população idosa.

Referências

1. Yen H, Chi M, Huang H. Social engagement for mental health: An international survey of older populations. *Int Nurs Rev* 2022;69:359–68. <https://doi.org/10.1111/inr.12737>.
2. Kelly ME, Duff H, Kelly S, McHugh Power JE, Brennan S, Lawlor BA, et al. The impact of social activities, social networks, social support and social relationships on the cognitive functioning of healthy older adults: a systematic review. *Syst Rev* 2017;6:259. <https://doi.org/10.1186/s13643-017-0632-2>.
3. Liebrecht D, Kuo W, Carlson B, Mueller K, Kosciak RL, Smith M, et al. Relationship of Cognitive and Social Engagement to Health and Psychological Outcomes in Community-Dwelling Older Adults. *Nurs Res* 2022;71:295–302. <https://doi.org/10.1097/NNR.0000000000000589>.
4. Makovski TT, Schmitz S, Zeegers MP, Stranges S, van den Akker M. Multimorbidity and quality of life: Systematic literature review and meta-analysis. *Ageing Res Rev* 2019;53:100903. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2019.04.005>.
5. Puga D, Fernández-Carro C, Fernández-Abascal H. Multimorbidity, Social Networks and Health-Related Wellbeing at the End of the Life Course, 2021, p. 609–28. https://doi.org/10.1007/978-3-030-58031-5_37.
6. Lima-Costa MF, de Melo Mambrini JV, Bof de Andrade F, de Souza PRB, de Vasconcellos MTL, Neri AL, et al. Cohort Profile: The Brazilian Longitudinal Study of Ageing (ELSI-Brazil). *Int J Epidemiol* 2022. <https://doi.org/10.1093/ije/dyac132>.
7. Fiocruz. ELSI Brasil 2020. <http://elsi.cpqrr.fiocruz.br/> (accessed June 11, 2022).
8. Rosa PP de S da, Marques LP, Corrêa VP, De Oliveira C, Schneider IJC. Is the combination of depression symptoms and multimorbidity associated with the increase of the prevalence of functional disabilities in Brazilian older adults? A cross-sectional study. *Frontiers in Aging* 2023;4. <https://doi.org/10.3389/fragi.2023.1188552>.
9. Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, et al. Questionário Internacional De Atividade Física (Ipaq): Estudo De Validade E Reprodutibilidade No Brasil 2012;6:5–18. <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.6n2p5-18>.
10. Kingston A, Robinson L, Booth H, Knapp M, Jagger C. Projections of multi-morbidity in the older population in England to 2035: estimates from the Population Ageing and Care Simulation (PACSim) model. *Age Ageing* 2018;47:374–80. <https://doi.org/10.1093/ageing/afx201>.
11. McLaughlin SJ, Connell CM, Heeringa SG, Li LW, Roberts JS. Successful aging in the United States: Prevalence estimates from a national sample of older adults. *Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences* 2010;65 B. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbp101>.
12. Fabbri E, An Y, Schrack JA, Gonzalez-Freire M, Zoli M, Simonsick EM, et al. Energy Metabolism and the Burden of Multimorbidity in Older Adults: Results From the Baltimore Longitudinal Study of Aging. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 2015;70:1297–303. <https://doi.org/10.1093/gerona/glu209>.
13. Lebrão ML, Laurenti R. Saúde, bem-estar e envelhecimento: o estudo SABE no Município de São Paulo. *Revista Brasileira de Epidemiologia* 2005;8. <https://doi.org/10.1590/s1415-790x2005000200005>.
14. Fors S, Lennartsson C, Lundberg O. Health inequalities among older adults in Sweden 1991–2002. *Eur J Public Health* 2008;18. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckm097>.



Associação entre dor crônica e uso de medicamentos com a força de prensão manual

AUTORES

Eduardo Luis Bordignon Ferrari
Vanessa Pereira Corrêa
Nicolle Castilho da Silva
Laís Coan Fontanela
Ian Rabelo Gabriel
Danielle Soares Rocha Vieira
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

dudu27luis@gmail.com

RESUMO

Força de prensão manual é um indicativo de distúrbios musculoesqueléticos e a dor crônica é uma condição acentuada gradativamente com o avanço da idade e pode ser derivada desses distúrbios e aumentar o uso de medicamentos. O objetivo do estudo foi investigar a relação entre dor crônica e uso de medicamentos com a força de prensão manual em adultos brasileiros. Estudo transversal com dados do Estudo Longitudinal de Saúde com Idosos Brasileiros com participantes com 50 anos ou mais com questionários completos sem auxílio de informantes. A força de prensão manual foi avaliada por meio da dinamometria palmar. A dor crônica e o uso de medicamentos para a dor crônica foram avaliados através do autorrelato. Foram incluídos 6.459 participantes, a maioria do sexo feminino (54,8%), entre 50 e 59 anos de idade (48,3%). Foram classificados com redução de força muscular 32,8% dos participantes e 20,2% tinham dor crônica e utilizavam medicamentos. Esta condição aumentou em 12,0% a prevalência de redução de força muscular (RP: 1,12; IC95%: 1,00-1,26) quando comparado à não referir dor. Para aqueles que tinham dor e não utilizavam medicamento, não houve associação com a força de prensão manual. Conclui-se que a força de prensão manual e o uso de medicamentos para dor crônica estão associados. Essa associação mostra a importância de investigar essa relação em pessoas idosas para fazer as intervenções de maneira adequada.

Palavras-Chave: Dor Crônica; Força da Mão; Uso de Medicamentos; Idoso.

Introdução

A dor é definida como “uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada, ou semelhante àquela associada, a uma lesão tecidual real ou potencial”, também está relacionada ao estado psicoemocional que influencia diretamente na sua sensação¹. A sensação de dor pode caracterizar-se como dor aguda e dor crônica². Essa última se classifica por uma condição persistente em que sua duração varia entre mais de três e seis meses, podendo ser associada a sustentação de uma patologia ou até mesmo persistir após a recuperação de uma lesão. Trata-se de uma condição que apresenta uma natureza multidimensional que vai além dos aspectos neurofisiológicos e acarreta eventos dos meios psicológicos, cognitivos, comportamentais, sociais e familiares ao indivíduo acometido³. A prevalência da dor crônica é de aproximadamente 45,6% no Brasil, e atinge, na maioria das vezes, mulheres adultas e idosas com idades entre 45 e 65 anos. Também é responsável por déficits econômicos, uma vez que é a causadora de incapacidades, absenteísmo e prejudica a qualidade de vida⁴.

A Diretriz para o Manejo da Dor Crônica em Adultos e Adolescentes, enfatiza o tratamento como uma abordagem multimodal e integrada. Destaca-se a inclusão de exercícios físicos regulares que visem o fortalecimento da musculatura, melhoria da flexibilidade e aumento da mobilidade. Ademais, o apoio psicológico por meio da terapia cognitivo-comportamental é indispensável nas abordagens para o manejo desta condição, destacando a necessidade de uma equipe multidisciplinar. Essas intervenções são vistas como fundamentais para sua redução, melhorar a funcionalidade e prevenir a progressão de incapacidades em longo prazo².



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

Quanto ao uso de medicamentos para dor crônica, os mais comuns são dipirona e paracetamol. Porém, outras medicações foram constatadas, tais como espasmolíticos, anti-inflamatórios, tranquilizantes, relaxantes musculares e, até, antidepressivos. Além do exposto, a administração de drogas psicotrópicas e opióides está diretamente associada a significativa diminuição da força de prensão manual, principalmente, em adultos mais velhos. A relação entre as drogas e a força de prensão manual se mostra linear por apresentar maior redução entre zero e duas drogas psicotrópicas. Pode-se ainda sinalizar que a polifarmácia também pode ter direta relação com a fragilidade, afetando, como consequência, a força de prensão manual⁵.

A força de prensão manual é um indicador com finalidade de confirmar a força muscular global, essencial para a adequada manutenção da independência tanto autônoma quanto funcional, principalmente, de adultos mais velhos. Reflete a força dos membros inferiores, que tem sido mais usado por pesquisadores em estudos epidemiológicos com população idosa⁶.

A dor crônica e a força de prensão manual tem grande relação com a idade. Diante disso, considerando que a força de prensão manual é um indicativo de distúrbios musculoesqueléticos e que dor crônica derivada desses, o objetivo do presente estudo foi investigar a relação entre dor crônica e uso de medicamentos com a força de prensão manual em adultos mais velhos brasileiros.

Métodos

Trata-se de um estudo transversal com dados oriundos do Estudo Longitudinal de Saúde do Idosos Brasileiro (ELSI-Brasil), estudo longitudinal de base populacional, representativo da população brasileira não institucionalizada com 50 anos ou mais com dados coletados entre 2019 e 2021. O presente estudo é uma iniciativa coordenada pela Fundação Oswaldo Cruz – Minas Gerais e pela Universidade Federal de Minas Gerais, com dados representativos dos 70 municípios das 5 regiões brasileiras.

A amostra foi recrutada a partir de um desenho com etapas de seleção, combinando estratificação das unidades primárias de amostragem (municípios), setores censitários e domicílios para garantir representatividade. Outras informações sobre desenho, métodos de recrutamento e tópicos abordados estão disponíveis no estudo de Lima-Costa e colaboradores (2023)⁷.

Para o presente estudo, foram incluídos os participantes do ELSI-Brasil com informação completa acima de 50 anos de idade e excluídos os respondidos por

informantes.

A força de prensão manual foi avaliada durante a coleta de medidas físicas com o dinamômetro de mão hidráulico (Tipo Smedley; marca Saehan). Foram realizadas três medidas com um minuto de intervalo entre elas. Para a análise foi realizada a média e os pontos de corte para redução de força muscular são valores menores que 27 kg para homens e menores que 16 kg para mulheres⁸.

A exposição foi o autorrelato de dor crônica combinado ao autorrelato de uso de medicamentos para a dor crônica. Primeiramente, os participantes responderam a pergunta “O(a) Sr(a) sente dor que chega a incomodá-lo(a) frequentemente?”. Aqueles que não referiram sentir dor foram categorizados como “sem dor”. Para os demais, foi questionado sobre o uso de medicamentos nos últimos três meses que não precisam e que precisam de prescrição médica. Esses respondentes foram classificados como “com dor e utilizam medicamentos” e “com dor e não utilizam medicamentos”.

As variáveis de ajustes e de perfil da amostra foram a idade (50-59, 60-69, 70-79, ≥ 80 anos), sexo (masculino e feminino), escolaridade (nunca estudou, 1 a 4 anos, 5 a 8 anos, 9 a 11 anos, 12 anos ou mais), renda (estratificada em tercís), escore de memória (transformados em escore z, levando em consideração idade, sexo e escolaridade, através da subtração da pontuação do teste do sujeito pela média da amostragem), autorrelato de doenças crônicas, atividade física moderada-intensa (com tempo ativo maior ou igual a 150 minutos; insuficientemente ativos menor que 150 minutos) e tabagismo (ex fumante, fumante atual e não fumante).

Todas as análises foram realizadas no software Stata SE 16 e levaram em consideração os pesos amostrais em virtude da seleção da amostra. A análise descritiva foi apresentada em frequência relativa com intervalos de confiança de 95% (IC95%). Inicialmente, foi realizada a análise bivariada entre a variável dependente, multimorbidade, e as demais variáveis. Em seguida, a regressão de Poisson, bruta e ajustada, com os respectivos IC95%, foi utilizada para a investigação das medidas de associação entre desfecho e exposições.

O projeto ELSI-Brasil foi aprovado pelo Conselho de Ética da Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), Minas Gerais (CAAE: 34649814.3.0000.5091). Todos os participantes assinaram termos de consentimento informado antes de sua participação no estudo.

Resultados e discussão

Dos 9.949 participantes do estudo, foram incluídos

6.459 participantes na presente análise. A maioria foi do sexo feminino (54,8%), entre 50 e 59 anos de idade (48,3%), 1 a 4 anos de estudo (38,7%), tercil inferior de renda (36,7%), sem déficit de memória (85,3%), realiza menos de 150 minutos de atividade física por semana (71,8%), nunca fumou (64,0%) e nenhuma condição crônica (37,6%). Em relação à variável de desfecho, 32,8% foram classificados como redução de força muscular. Quanto à variável de exposição, 20,2% tinham dor crônica e utilizavam medicamentos.

O perfil dos participantes deste estudo reflete uma realidade social típica de países de renda média, no que se refere às variáveis sociodemográficas. No entanto, ao analisar as variáveis relacionadas à saúde, observa-se uma condição favorável em relação ao baixo consumo de tabaco e à preservação da memória, apesar da elevada prevalência de inatividade física, algo comum em outros países^{9,10}. A prevalência de redução de força muscular foi semelhante à outro estudo que avaliou a força de prensão manual em indivíduos com mais de 50 anos, com um percentual de 27,4%¹¹. Em relação à dor crônica, pesquisa realizada com a mesma faixa etária identificou prevalências de 33,7% para dor lombar crônica e 49,2% para distúrbios osteomusculares, dados obtidos a partir de registros médicos¹².

Em relação àqueles com redução da força muscular, na análise bivariada, a maioria eram mulheres (33,8%; IC95%: 30,3-37,5), com 80 anos ou mais (76,38%; IC95%: 71,2-80,9), sem estudo formal (44,5%; IC95%: 41,9-53,1), tercil inferior de renda (36,0%; IC95%: 32,3-40,0), com déficit de memória (40,5%; IC95%: 35,1-46,1), realizam menos 150 minutos de atividade física por semana (35,14%; IC95%: 31,7-38,8), nunca fumou (34,0%; IC95%: 30,4-37,8), duas condições crônicas ou mais (38,8%; IC95%: 34,5-43,3), com dor crônica e em uso medicamentos (36,2%; IC95%: 31,6-41,1).

A prevalência de redução de força muscular observada no estudo foi de 36,2% (IC 95%: 31,6-41,1). Resultados semelhantes foram encontrados em outros estudos, o que pode ser explicado pelos efeitos da menopausa nessa faixa etária e pela diminuição da massa muscular ao longo das décadas, influenciada pela redução da massa muscular¹³⁻¹⁵. Um estudo realizado com mexicanos acima de 50 anos mostrou que a força de prensão manual não diferiu entre os sexos, mas foi mais prevalente entre os mais velhos¹¹, assim como observado neste estudo. No presente estudo, os participantes com redução de força muscular também relataram menor realização de atividade física semanal, o que é

essencial na manutenção da força muscular¹⁶. Além de contribuir para a força muscular, o exercício físico desempenha um papel fundamental na melhoria da capacidade funcional, pois tende a diminuir naturalmente¹⁷.

Os participantes com piores resultados no teste de prensão manual também apresentaram maior prevalência de dor crônica e maior uso de medicamentos, em consonância com a literatura¹⁸. Esses fatores podem estar relacionados à redução da atividade física¹⁷ e à maior incidência de doenças osteomusculares, características dessa faixa etária¹⁹. Além disso, a força de prensão manual está fortemente associada à multimorbidade. A redução da força muscular reflete o comprometimento do estado funcional, que está ligado à diminuição da capacidade física e ao aumento da vulnerabilidade a doenças crônicas. Além disso, a baixa força de prensão está associada a piores desfechos de saúde, como hospitalizações frequentes, perda de independência e maior mortalidade, reforçando seu papel como um preditor importante da presença e progressão de multimorbidades^{20,21}.

Na regressão ajustada, ter dor crônica e usar medicamento aumentou em 12% a prevalência de redução de força muscular (RP: 1,12; IC95%: 1,00-1,26) quando comparado à não referir dor. Para aqueles que tinham dor e não utilizavam medicamento, não houve associação com a força de prensão manual. Os achados corroboram com os trabalhos que também avaliaram essa associação^{22,23}.

Entre as limitações do estudo, destaca-se a impossibilidade de estabelecer inferências causais. Nesse sentido, é possível que o uso de medicamentos para dor esteja relacionado à redução da força muscular, o que pode acarretar comprometimentos osteoarticulares. Além disso, o estudo incluiu apenas pessoas não institucionalizadas, o que pode ter gerado um viés de seleção, não abordando indivíduos com maiores limitações físicas. Outro ponto a considerar é que a informação sobre o uso de medicamentos foi auto relatada, o que pode introduzir viés de memória. No entanto, o estudo também apresenta importantes fortalezas, como a utilização de uma amostra representativa da população brasileira de adultos mais velhos e utilização de instrumentos validados.

Conclusões

A força de prensão manual e o uso de medicamentos para dor crônica estão associados. Os resultados deste estudo mostram uma elevada prevalência de fraqueza muscular entre os participantes, especialmente entre

mulheres, indivíduos mais velhos e aqueles com menor escolaridade e renda. Além de ser mais frequente em indivíduos com baixa prática de atividade física e multimorbidades. Esses achados corroboram a literatura, que destaca a influência da idade e da sarcopenia na redução da força muscular, bem como sua relação com piores desfechos de saúde. São necessárias intervenções voltadas à promoção da atividade física e controle da dor para melhorar a saúde funcional dessa população. Sugere-se a realização de novos estudos com estratificação da faixa etária, visto que o presente estudo incluiu participantes com 80 anos ou mais que tem declínio da força muscular, geralmente, inerente à idade.

Referências

- Confortin SC; Danielewicz AL; Antes DL; Ono LM; d'Orsi E; Barbosa AR. Associação entre doenças crônicas e força de preensão manual de idosos residentes em Florianópolis – SC, Brasil. *Cien Saude Colet* 2018;23:1675–85. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018235.19742016>.
- Qaseem A; Wilt TJ; McLean RM; Forcica MA. Noninvasive Treatments for Acute, Subacute, and Chronic Low Back Pain: A Clinical Practice Guideline From the American College of Physicians. *Ann Intern Med* 2017;166:514. <https://doi.org/10.7326/M16-2367>.
- Raffaelli W; Tenti M; Corrado A; Malafoglia V; Ilari S; Balzani E, et al. Chronic Pain: What Does It Mean? A Review on the Use of the Term Chronic Pain in Clinical Practice. *J Pain Res* 2021;Volume 14:827–35. <https://doi.org/10.2147/JPR.S303186>.
- Aguiar DP; Souza CP de Q; Barbosa WJM; Santos-Júnior FFU; Oliveira AS de. Prevalence of chronic pain in Brazil: systematic review. *Brazilian Journal Of Pain* 2021. <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20210041>.
- Sandvik MK; Watne LO; Brugård A; Wang-Hansen MS; Kersten H. Association between psychotropic drug use and handgrip strength in older hospitalized patients. *Eur Geriatr Med* 2021;12:1213–20. <https://doi.org/10.1007/s41999-021-00511-6>.
- Pessini J; Barbosa AR; Trindade EBS de M. Chronic diseases, multimorbidity, and handgrip strength among older adults from Southern Brazil. *Revista de Nutrição* 2016;29:43–52. <https://doi.org/10.1590/1678-98652016000100005>.
- Lima-Costa MF; de Melo Mambri JV; Bof de Andrade F; de Souza PRB; de Vasconcellos MTL; Neri AL, et al. Cohort Profile: The Brazilian Longitudinal Study of Ageing (ELSI-Brazil). *Int J Epidemiol* 2022. <https://doi.org/10.1093/ije/dyac132>.
- Borges VS; Lima-Costa MFF; Andrade FB de. A nationwide study on prevalence and factors associated with dynapenia in older adults: ELSI-Brazil. *Cad Saude Publica* 2020;36. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00107319>.
- Cruz-Jentoft AJ; Bahat G; Bauer J; Boirie Y; Bruyère O; Cederholm T, et al. Sarcopenia: revised European consensus on definition and diagnosis. *Age Ageing* 2019;48:16–31. <https://doi.org/10.1093/ageing/afy169>.
- Murtagh E, Shalash A; Martin R; Abu Rmeileh N. Measurement and prevalence of adult physical activity levels in Arab countries. *Public Health* 2021;198:129–40. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.07.010>.
- Rodríguez-García WD; García-Castañeda L; Vaquero-Barbosa N; Mendoza-Núñez VM; Orea-Tejeda A; Perikias S, et al. Prevalence of dynapenia and presarcopenia related to aging in adult community-dwelling Mexicans using two different cut-off points. *Eur Geriatr Med* 2018;9:219–25. <https://doi.org/10.1007/s41999-018-0032-8>.
- St. Sauver JL; Warner DO; Yawn BP; Jacobson DJ; McGree ME; Pankratz JJ, et al. Why Patients Visit Their Doctors: Assessing the Most Prevalent Conditions in a Defined American Population. *Mayo Clin Proc* 2013;88:56–67. <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2012.08.020>.
- Orsatti FL; Dalanesi RC; Maestá N; Nahas EPA; Burini RC. Redução da força muscular está relacionada à perda muscular em mulheres acima de 40 anos. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano* 2010;36–42. <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2011v13n1p36>.
- Aloia J; McGowan D; Vaswani A; Ross P; Cohn S. Relationship of menopause to skeletal and muscle mass. *Am J Clin Nutr* 1991;53:1378–83. <https://doi.org/10.1093/ajcn/53.6.1378>.
- Lauretani F; Bautmans I; De Vita F; Nardelli A; Ceda GP; Maggio M. Identification and treatment of older persons with sarcopenia. *The Aging Male* 2014;17:199–204. <https://doi.org/10.3109/13685538.2014.958457>.
- Coelho C de F; Burini RC. Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional. *Revista de Nutrição* 2009;22:937–46. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732009000600015>.
- Physical Activity and Public Health in Older Adults. *Circulation* 2007;116:1094–105. <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.107.185650>.
- Tsekoura M; Billis E; Matzaroglou C; Tsepis E; Gliatis J. Association between Chronic Pain and Sarcopenia in Greek Community-Dwelling Older Adults: A Cross-Sectional Study. *Healthcare* 2024;12:1303. <https://doi.org/10.3390/healthcare12131303>.
- Melo LA de; Lima KC de. Prevalência e fatores associados a multimorbidades em idosos brasileiros. *Cien Saude Colet* 2020;25. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.34492018>.
- Smith L; Shin J Il; López Sánchez GF; Schuch F; Tully M; Barnett Y, et al. Physical Multimorbidity and Sarcopenia among Adults Aged ≥ 65 Years in Low- and Middle-Income Countries. *Gerontology* 2023;69:406–15. <https://doi.org/10.1159/000527341>.
- Vancampfort D; Stubbs B; Firth J; Koyanagi A. Handgrip strength, chronic physical conditions and physical multimorbidity in middle-aged and older adults in six low- and middle income countries. *Eur J Intern Med* 2019;61:96–102. <https://doi.org/10.1016/j.ejim.2018.11.007>.
- Oliveira TR de; Moser AD de L; Paz LP; Ngomo S; Silva RA da; Oliveira LVF de, et al. Sarcopenia, chronic pain, and perceived health of older: a cross-sectional study. *Fisioterapia em Movimento* 2023;36. <https://doi.org/10.1590/fm.2023.36106>.
- Tsuji S; Shinmura K; Nagai K; Wada Y; Kusunoki H; Tamaki K, et al. Low back pain is closely associated with frailty but not with sarcopenia: Cross-sectional study of rural Japanese community-dwelling older adults. *Geriatr Gerontol Int* 2021;21:54–9. <https://doi.org/10.1111/ggi.14100>.



Conhecimento sobre os direitos à saúde e os níveis de atividade física em adultos mais velhos

AUTORES

Nicolas Kickhofel Weisshahn
Joaquim Henrique Lorenzetti Branco
Vanessa Pereira Corrêa
Danielle Soares Rocha Vieira
Lais Coan Fontanella
Eduardo Luis Bordignon Ferrari
Nicolle Castilho da Silva
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

weisshahn.n@gmail.com

Este estudo verificou a associação entre ter conhecimento sobre o estatuto do idoso ou programas municipais de estímulo à prática de atividade física (AF) e o nível de AF em adultos mais velhos brasileiros com 50 anos ou mais. Trata-se de um estudo observacional do tipo transversal com dados provenientes da segunda onda (2019-2021) do Estudo Longitudinal de Saúde do Idoso Brasileiro (ELSI-Brasil). As variáveis de interesse foram (autorrelato): nível de AF, conhecimento sobre programas municipais de estímulo à AF (sim/não) e conhecimento acerca do estatuto do idoso (sim e já leu/sim e nunca leu/não conhece ou não ouviu falar). Para as análises de associação foram realizadas regressões de Poisson com variância robusta, ajustada para fatores de confusão e estratificada por região do país. Para tanto, 6074 integraram a amostra analítica. Desses, 51,8% foram classificados como insuficientemente ativos, 56,7% não tinham conhecimento sobre programas municipais de estímulo à AF e 70,0% conheciam o estatuto do idoso mas nunca leram [5% (IC95%: 1%;10%), $p=0,041$] ou não conheciam/não ouviram falar [9% (IC95%: 1%;16%), $p=0,017$], assim como, aqueles que não conheciam algum programa [5% (IC95%: 1%;9%), $p=0,039$] tiveram maior probabilidade de classificação como insuficientemente ativos. Após a estratificação da associação por região, apenas o norte e sudeste permaneceram significativas. Estes achados destacam o papel da educação em saúde no envelhecimento saudável.

Palavras-chave: Correlatos individuais; Adultos; Revisão Sistemática; Atividade Física.

Introdução

Nas últimas décadas, têm se observado um processo de envelhecimento populacional proveniente de uma transição epidemiológica ocasionada pela redução da mortalidade por doenças infecciosas e aumento na ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis, e o conseqüente aumento da expectativa de vida da população¹⁻³. No mundo, havia aproximadamente 1 bilhão de pessoas com 60 anos ou mais no ano de 2019 e há uma expectativa de crescimento dessa faixa etária nos próximos anos para aproximadamente^{1,4} bilhão até o ano de 2030 e 2,1 bilhões até 2050⁴.

O envelhecimento é caracterizado por uma deterioração progressiva dos sistemas orgânicos do corpo humano, de modo que, a prática de atividade física (AF) regular apresenta um papel fundamental na prevenção ou redução de agravos, promovendo um envelhecimento saudável e um bem-estar social⁵. Assim, adultos mais velhos tendem a ter benefícios com o treinamento aeróbico, de força, flexibilidade e equilíbrio, de modo que, essa prática auxilia na prevenção da sarcopenia, osteoporose, quedas e na manutenção da mobilidade e independência funcional^{6,7}. Nesse contexto, a adoção a um novo comportamento, como a prática de AF, sofre uma grande influência do ambiente em que adultos mais velhos estão inseridos, essencialmente em países em desenvolvimento e com desigualdades sociais marcantes⁸. Assim, o acesso à informação sobre os direitos à saúde e a educação em saúde exercem um papel fundamental no envelhecimento saudável⁴. No Brasil, o Estatuto do Idoso, legislado em 2003, assegura a atenção integral à saúde de adultos mais velhos como um dever do estado, garantindo-lhes o acesso universal às ações e serviços de prevenção, promoção, proteção e recupera-



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

ção da saúde⁹.

Assim, o objetivo deste estudo foi verificar a associação entre o nível de AF e o conhecimento sobre o estatuto do idoso e sobre programas municipais de estímulo a prática de AF em adultos mais velhos brasileiros, por meio dos dados da segunda onda do Estudo Longitudinal de Saúde do Idosos Brasileiro (ELSI-Brasil).

Métodos

Trata-se de um estudo observacional do tipo transversal realizado com dados provenientes da segunda onda do ELSI-Brasil, realizado entre os anos de 2019 e 2021 em 70 municípios das 5 regiões brasileiras. O público alvo do estudo é a população brasileira não institucionalizada com 50 anos ou mais, recrutada por meio de uma amostragem que combina a estratificação das unidades primárias (municípios), setores censitários e os domicílios, garantindo a representatividade da amostra referente às áreas urbanas e rurais dos municípios de todos os portes. Demais informações acerca do método estão disponíveis nos estudos de Lima-Costa et al.^{10,11}. O projeto ELSI-Brasil foi aprovado pelo Conselho de Ética da Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), Minas Gerais (CAAE: 34649814.3.0000.5091) e todos os participantes foram informados sobre os objetivos do estudo e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido previamente à coleta de dados.

Para a amostra analítica deste estudo, foram incluídos os participantes do ELSI-Brasil com informação completa para as variáveis de interesse e excluídos os participantes restritos ao leito e com questionários respondidos por informantes.

A variável desfecho deste estudo foi o nível de atividade física semanal (min/sem), avaliado por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) no domínio do lazer¹². Foram considerados como ativos aqueles participantes com ≥ 150 min/sem de prática de atividade física de intensidade moderada/vigorosa e insuficientemente ativos aqueles participantes com < 150 min/sem¹³.

As variáveis exposição foram o conhecimento acerca do estatuto do idoso e o conhecimento sobre programas municipais de estímulo à prática de atividade física. O conhecimento acerca do estatuto do idoso foi mensurado por autorrelato por meio da pergunta “O(A) Sr. (a) conhece ou já ouviu falar no Estatuto do Idoso?” e categorizado em três opções (sim e já leu / sim e nunca leu / não conhece ou não ouviu falar). O autorrelato de conhecimento sobre programas muni-

ciais de estímulo à prática de atividade física por meio da pergunta “O(A) Sr. (a) conhece algum programa público no seu município de estímulo à prática de atividade física?” e dicotomizado em sim ou não.

Foram considerados como variáveis de ajuste nas análises: sexo (feminino / masculino), faixa etária (em anos), raça/etnia (branco / preta / parda / amarela / indígena), escolaridade (em anos), renda familiar per capita (em tercis), escore de memória global (com déficit / sem déficit) e presença de doenças crônicas (2 ou mais).

Para análise descritiva foram utilizadas frequências relativas e seus respectivos intervalos de confiança de 95% (IC95%). Para as análises de associação entre nível de atividade física semanal e conhecimento do estatuto do idoso ou programas municipais de estímulo à prática de atividade física, foram realizadas regressões de Poisson com variância robusta, ajustada para fatores de confusão e estratificada por região do país.

Todas as análises foram realizadas no software Stata 16.0 e levaram em consideração os pesos amostrais. Foi considerado nível de significância de 5%.

Resultados e discussão

A amostra do ELSI-Brasil é composta por 9949 participantes e foram incluídos, 6074 participantes na amostra analítica deste estudo, de acordo com os critérios definidos previamente. A maioria dos participantes eram do sexo feminino (55,0%), com idade entre 50 e 59 anos (48,8%) e da raça/etnia branca (45,7%). Além disso, em sua maioria, relataram possuir entre 1 e 4 anos de estudo (35,9%) e foram classificados no tercil superior de renda per capita (36,2%). Já em relação às condições de saúde, a maioria dos participantes foi classificada com bom escore de memória (87,0%) e relataram apresentar apenas 1 ou nenhuma doença crônica (53,1%).

Ao analisar as proporções das variáveis de interesse para este estudo, observamos que a proporção de adultos mais velhos insuficientemente ativos (< 150 min/sem) foi de 51,8% (IC95%: 47,6%; 55,9%) e que 56,7% (IC95%: 51,1%; 62,1%) dos participantes não tinham conhecimento sobre programas municipais de estímulo a prática de atividade física. Ademais, 70,0% (IC95%: 65,8%; 73,9%) dos participantes conheciam o estatuto do idoso, mas nunca haviam lido.

Similar aos nossos achados de distribuição das variáveis de interesse, Soares et al.¹⁴ por meio de uma análise de série temporal entre 2009 e 2020 com os dados do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco

e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) observaram que, em geral, aproximadamente 60% idosos (≥ 60 anos) brasileiros não alcançaram as recomendações à prática de AF no lazer durante o período avaliado. Além disso, Bomfim et al.¹⁵ também já haviam observado que em torno de 77% dos idosos brasileiros conheciam em algum grau o estatuto do idoso. O que mostra consistência do achado epidemiológico e na distribuição dessas variáveis.

Dessa forma, ao verificarmos aqueles participantes que foram classificados como insuficientemente ativos, 60,7% (IC95%: 54,0%;67,0%) não tinham conhecimento sobre programas municipais de estímulo à prática de atividade física ($p=0,016$) e 22,8% (IC95%: 17,9%;28,5%) não conheciam ou não ouviram falar do estatuto do idoso ($p<0,001$). Ademais, ao estratificar essa comparação por região do país, observamos que, na região sudeste, 67,1% (IC95%: 60,1%;73,5%) dos adultos mais velhos classificados como insuficientemente ativos não tinham conhecimento sobre programas municipais de estímulo a prática de atividade física ($p<0,001$), assim como, nas regiões nordeste [23,2% (IC95%: 15,1%;34,1%), $p<0,022$] e sudeste [23,1% (IC95%: 15,3%;33,5%), $p<0,022$], não tinham conhecimento sobre o estatuto do idoso.

Ao testarmos a associação entre nível de AF e conhecimento sobre programas municipais de estímulo a prática de atividade física, observamos que aqueles adultos mais velhos que relataram não conhecer algum programa tiveram 5% (IC95%: 1%;9%) maior probabilidade de serem classificados como insuficientemente ativos em comparação aos que conheciam ($p=0,039$). Ao estratificar a associação por região do país, apenas na região sudeste observamos a permanência de uma associação significativa e positiva [7% (IC95%: 2%;12%), $p=0,008$].

Já para a associação entre nível de AF e conhecimento sobre o estatuto do idoso, observamos que aqueles adultos mais velhos que relataram conhecer o estatuto do idoso mas nunca leram [5% (IC95%: 1%;10%), $p=0,041$] ou não conheciam/não ouviram falar [9% (IC95%: 1%;16%), $p=0,017$] tiveram maior probabilidade de serem classificados como insuficientemente ativos em comparação aos que conheciam o estatuto e já haviam o lido. Ao estratificar a associação por região do país, apenas as regiões norte [conhecem o estatuto do idoso mas nunca leram, 15% (IC95%: 2%;30%), $p=0,030$; e, não conheciam/não ouviram falar, 14% (IC95%: 1%;27%), $p=0,032$] e sudeste [conhecem

o estatuto do idoso mas nunca leram, 10% (IC95%: 4%;15%), $p<0,001$; e, não conheciam/não ouviram falar, 17% (IC95%: 7%;28%), $p=0,001$] observamos a permanência de uma associação significativa e positiva.

De modo geral, a literatura vem mostrando que a inatividade física é um dos grandes desafios de saúde pública global, mesmo que a conscientização sobre os benefícios da prática de AF tenham aumentado nos últimos anos. Porém, diversos pontos influenciam na aderência a um novo comportamento e, dentre eles, destacamos o acesso e informação aos serviços e campanhas, principalmente em países em desenvolvimento e com desigualdades sociais e regionais⁸.

Contudo, este estudo apresenta algumas limitações. Os resultados estão sujeitos a viés de causalidade reversa, pois não é possível estabelecer relações temporais nas análises de associação dado que se trata de um estudo transversal e as variáveis de interesse não apresentam delimitações temporais. Além disso, está sujeito a viés de informação dado que utilizamos medidas por autorrelato, embora em estudos observacionais sejam frequentes a utilização deste tipo de medida e os instrumentos utilizados sejam amplamente empregados em outros estudos. Ademais, essas possíveis limitações não alterariam substancialmente as medidas de efeito do estudo. Por outro lado, cabe destacar os pontos fortes deste estudo, evidenciados como uma amostra representativa da população brasileira e com um processo de seleção amostral com alto rigor metodológico, além de, alto N amostral.

Conclusões

Nossos achados propõem a possibilidade de uma associação positiva entre o nível de atividade física e o conhecimento sobre os direitos à saúde (mensurados pelo conhecimento do estatuto do idoso ou de programas municipais de estímulo à prática de atividade física) em adultos brasileiros mais velhos. De modo que, aqueles participantes que não tinham conhecimento sobre os direitos à saúde tiveram maior probabilidade de serem classificados como inativos/insuficientemente ativos. Além disso, existe a possibilidade de a região de residência ser um modificador de efeito na associação. Novos estudos poderão investigar a influência de outras variáveis demográficas e socioeconômicas nesta associação. Por fim, estes achados podem contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável, destacando o papel da educação em saúde nesse processo.

Referências

1. He W, Goodkind D, Kowal P. An Aging World: 2015 - Census Bureau, International Population Reports. Government Publishing Office Washington. 2016: 95.
2. Crimmins EM, Beltrín-Sánchez H. Mortality and morbidity trends: is there compression of morbidity? *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci.* 2011; 66: 75–86.
3. Prince M, et al. The burden of disease in older people and implications for health policy and practice. *Lancet.* 2015; 9967 (385): 549 - 562.
4. World Health Organization [Internet]. Ageing: Overview; c2024 [cited 2024 Sept 20]. Available from: https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1.
5. Valenzuela PL, et al. Effects of physical exercise on physical function in older adults in residential care: a systematic review and network meta-analysis of randomised controlled trials. *Lancet Healthy Longev.* 2023; 4(6): e247 - e256.
6. Vegetti GC, et al. Association between physical activity and quality of life in the elderly: a systematic review, 2000–2012. *Rev bras psiq.* 2014; 36(1), 76–88.
7. Eckstrom E; Neukam S; Kalin L; Wright J. Physical Activity and Healthy Aging. *Clin geriatr med.* 2020; 36(4), 671–683.
8. Strain T, et al. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5·7 million participants. *Lancet Glob Health.* 2024; 12 (8): e1232 - e1243.
9. Brasil. Lei n° 10741, de 1o de outubro de 2003. Dispõe sobre o estatuto do idoso e dá outras providencias. Diário oficial da União. 2003 Oct 1 [cited 2024 Sept 20]. Available from: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.
10. Lima-Costa MF, et al. Cohort Profile: The Brazilian Longitudinal Study of Ageing (ELSI-Brazil). *Int J Epidemiol.* 2023; 52(1): e57–e65.
11. Lima-Costa MF, et al. The Brazilian Longitudinal Study of Aging (ELSI-Brazil): Objectives and Design. *Am J Epidemiol.* 2018; 187(7): 1345–1353.
12. Matsudo S, et al. Questionário Internacional de Atividade Física (Ipaq): Estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Rev. Bras. Ativ Fis Saúde.* 2012;6 (2):5–18.
13. Okely AD, Kontsevaya A, Ng J, Abdeta C. 2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior. *Sports Med Health Sci.* 2021;3.
14. Soares MM, Caldeira TCM, Sousa TM, Rezende LFM, Claro RM. Leisure time physical activity among older adults in Brazil: a time series analysis of a population-based survey (2009–2020). *Cad Saúde Pública.* 2023;39:e00212622.
15. Bomfim WC, Silva MC, Camargos MCS. Estatuto do Idoso: análise dos fatores associados ao seu conhecimento pela população idosa brasileira. *Cien saúde coletiva.* 2022; 27(11): 4277–4288.



Grupos focais em um CAPS: narrativas sobre polifarmácia e condições de saúde associadas

AUTORES

Nicolle Castilho da Silva
Bruna Vanti da Rocha
Vanessa Pereira Corrêa
Bruna Mascarenhas Santos
Danielle Soares Rocha Vieira
Ione Jayce Ceola Schneider

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

nick.castilho2003@gmail.com

O objetivo deste estudo foi investigar a percepção de usuários e usuárias do Centro de Atenção Psicossocial de Araranguá (CAPS), Santa Catarina, sobre a polifarmácia e a presença de condições de saúde associadas. Trata-se de um estudo qualitativo, realizado por meio de Grupos focais com usuárias e usuários do CAPS, maiores de 18 anos e em tratamento no local há mais de seis meses. O estudo envolveu 22 participantes, composto majoritariamente por mulheres em torno de 50 anos, refletindo a prevalência feminina nos serviços de saúde mental. Foram observados relatos sobre a polifarmácia, com prescrição de múltiplos medicamentos psiquiátricos, prática comum em situações de crise ou quadros graves. Embora o tratamento medicamentoso seja eficaz, há riscos de interações adversas. Além disso, a pesquisa destaca a importância de um cuidado integral, que considere os determinantes psicossociais e as condições crônicas de saúde dos usuários. O estudo reforça a necessidade de reduzir a polifarmácia e investir em ações preventivas para melhorar tanto a saúde mental quanto física. Mesmo com os avanços da luta antimanicomial e a criação da Rede de Atenção Psicossocial, os serviços de saúde mental ainda se concentram no tratamento psiquiátrico e no uso excessivo de medicamentos. Relatos dos usuários do CAPS indicam que suas necessidades vão além do uso de medicação, revelando outras condições e fragilidades que afetam o cotidiano e dificultam a reabilitação psicossocial, evidenciando a necessidade de uma abordagem mais ampla e integral no cuidado.

Palavras-chave: Transtorno mental; Apoio social; Polimedicação; Doença Crônica.

Introdução

A saúde mental pode ser entendida como a capacidade que o indivíduo tem de perceber as próprias habilidades, lidar adequadamente com o estresse, ser produtivo no trabalho e conseguir contribuir para a sociedade¹³. Promover a saúde mental e o bem-estar está entre as metas dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável da Organização das Nações Unidas (ONU), devido à crescente prevalência e mortalidade por doenças crônicas não transmissíveis e transtornos mentais². Estima-se que 15% da população mundial apresenta algum tipo de transtorno mental, o que contribui para o aumento considerável de condições físicas. Sendo assim, mais de 70% das pessoas com o diagnóstico de transtorno mental têm alguma condição crônica de saúde^{1,3,4}.

Dentro do Sistema Único de Saúde há um modelo de atenção voltado ao acesso e à promoção de direitos, à convivência em sociedade e à articulação de ações e serviços de saúde. Esse modelo engloba diferentes níveis de complexidade e atua como meio de assistência às pessoas com transtornos mentais. Entre as estratégias para a atenção a essas pessoas destacam-se os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), com um modelo comunitário de atendimento, que busca promover a reinserção social^{5,6}. O CAPS é o responsável por realizar o acompanhamento das pessoas com transtorno mental grave e persistente, as quais possuem expectativa de vida menor, por serem mais propensas ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT)^{1,7,8}. Entre os fatores envolvidos no adoecimento dessas pessoas, pode-se citar o uso de medicamentos para o tratamento dos transtornos, o estilo de vida sedentário e escolhas alimentares inadequadas^{8,9}. Além disso, discussões atuais têm evidenciado que fatores modificáveis como o tabagis-



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

mo, o consumo de álcool e os distúrbios de sono também estejam envolvidos em uma gama de diagnósticos, especialmente em regiões de média e baixa renda^{10,11}.

A presença do diagnóstico de uma doença crônica não transmissível exige mudanças no estilo de vida, como a adesão a hábitos de vida saudáveis. Essa necessidade de mudanças pode acarretar sentimentos negativos como solidão, tristeza, insegurança e ansiedade¹². Apesar disso, com diagnóstico precoce, apoio satisfatório e tratamento adequado, grande parte dos sintomas, sofrimentos e dificuldades das pessoas com transtornos mentais podem ser superadas ou mesmo, minimizadas^{13,14}. Entretanto, muitas vezes esses sintomas são tratados com o agrupamento de inúmeros medicamentos, que combinados com o tratamento das doenças crônicas não transmissíveis, levam ao uso diário de cinco ou mais medicamentos, caracterizando-se como polifarmácia. Mesmo que o acesso a diversos tratamentos farmacológicos possa promover longevidade, essa prática pode ser danosa, pois aumenta a chance de interações medicamentosas, usualmente associadas a efeitos colaterais dos medicamentos, além de impactar o funcionamento sistêmico de alguns órgãos e sistemas¹⁵.

Diante desse contexto, este trabalho objetiva descrever a percepção de usuários e usuárias de um CAPS do município de Araranguá-SC sobre a polifarmácia e a presença de condições de saúde associadas.

Métodos

Trata-se de um estudo qualitativo realizado com dados oriundos do projeto de pesquisa “Vulnerabilidades em saúde de usuários do Centro de Atenção Psicossocial de Araranguá-SC”, financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC) e desenvolvida nos anos de 2023 e 2024. Essa pesquisa tem abordagem qualitativa e quantitativa que visa identificar as condições de saúde e vulnerabilidades dos usuários do CAPS I de Araranguá, município do extremo sul de Santa Catarina, no Brasil. Atualmente, o município de Araranguá possui um CAPS modalidade I, que disponibiliza tratamento para aproximadamente 1000 usuários e usuárias em sofrimento mental agudo ou crônico que buscam apoio, tratamento, reabilitação e assistência psicossocial. Estas pessoas são encaminhadas pela Atenção Primária, Unidades de Emergência como pronto socorro de hospital geral e Unidades de Pronto Atendimento (UPA), egressos de internação psiquiátrica e demanda espontânea. Os quadros clínicos que mais comuns no CAPS são os transtornos mentais graves e

persistentes, como risco de suicídio, agitação psicomotora, automutilação e surto psicótico.

No presente estudo, foram incluídos resultados dos dados de conteúdo extraído da transcrição de quatro grupos focais realizados no CAPS. A técnica do grupo focal se caracteriza pela seleção de participantes com algumas características em comum que os qualificam para a discussão do foco do trabalho, considerando que estes possuem alguma vivência com o tema discutido. Essa técnica tem como finalidade também, compreender os fatores que os influenciam, as motivações que subsidiam as ações e os porquês de determinados posicionamentos^{16,17}.

Foram incluídos no estudo usuárias e usuários do CAPS, maiores de 18 anos e em tratamento no local há mais de seis meses. O foco central dos grupos era o suporte social percebido, no entanto, narrativas sobre condições de saúde e uso de medicamentos emergiram nas falas sobre o suporte social dos profissionais do CAPS. Os grupos foram desenvolvidos pela doutoranda do Programa de Pós-graduação em saúde coletiva com o auxílio de bolsistas de iniciação científica dos cursos de medicina e fisioterapia. Os grupos foram transcritos com auxílio do software word. Para preservar a identidade dos participantes foi utilizada a letra P, juntamente com um número que representa a sequência em que as falas apareceram nas transcrições. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina sob nº CAAE 45368221.0.0000.0121 e o projeto foi financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC).

Resultados e discussão

Participaram do estudo 22 usuários e usuárias do CAPS, com média de 5 pessoas por grupo. Os grupos eram compostos majoritariamente por mulheres e com média de idade de 50 anos. Perfil semelhante foi identificado em outros estudos, evidenciando prevalência de pessoas do sexo feminino nos CAPS¹⁸⁻²⁰, o que pode estar associado a maior incidência de transtornos depressivos e ansiosos entre mulheres. As mulheres são mais propensas a sofrer desvantagens financeiras, desempenham maior parte do cuidado informal, são mais vulneráveis à violência doméstica ou sexual. Tudo isso contribui para maior carga de estresse e adoecimento psíquico. A prevalência de mulheres também pode estar relacionada com o fato de os homens acessarem menos os serviços de saúde em geral, devido a questões culturais e institucionais¹⁸.

Dentre os relatos, foram identificadas falas sobre a polifarmácia de medicamentos psiquiátricos, conforme cita P3: “Mas, também, como eu vou viver? Tomando oito tipos de remédios tudo controlado”. Não há como negar o mérito do tratamento medicamentoso para a qualidade de vida de muitas pessoas com transtornos mentais. Contudo, esse uso pode expor os usuários a eventos adversos e interações medicamentosas graves, que podem levar a internações ou mesmo a óbito. A prescrição de múltiplos medicamentos para o tratamento psiquiátrico é uma prática cada vez mais comum nos serviços de saúde mental, principalmente em situações de crise aguda ou de difícil manejo terapêutico. O aumento da polifarmácia nos CAPS segue tendência global, devido ao aumento na disponibilidade e acesso a psicofármacos, ampliando o número de medicamentos em uso por essas pessoas²¹. Essa prescrição auxilia no “controle da loucura” não apenas por seus efeitos no organismo, mas por reiterar no usuário a condição de doente, no médico a função de prescrever e tratar e na família o de cuidar do doente, oferecendo diariamente o remédio²². No entanto, para além do tratamento farmacológico para o transtorno psiquiátrico, há que se vislumbrar a integralidade do cuidado em saúde mental, que envolve considerar os determinantes psicossociais e os agravos em saúde no planejamento da assistência aos usuários dos CAPS.

De acordo com o relato P12: “Eu ando bem devagarzinho, não consigo andar muito, não sei se é da depressão ou por causa desse meu problema de coluna que eu tenho”, também foi identificada a presença de condições crônicas de saúde, como dores, alterações na coluna, hipertensão arterial sistêmica e tabagismo. Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), a maior parte dos fatores que interferem na saúde mental, também agem sobre outras condições de saúde, como a saúde reprodutiva e materna, doenças cardiovasculares, diabetes, câncer, doenças respiratórias, doenças transmissíveis e doenças tropicais negligenciadas, como a hanseníase, por exemplo. Para o controle da maior parte desses agravos é necessária adoção de um estilo de vida saudável, o que leva a mudanças de hábitos e rotinas¹¹. No entanto, para esse público essas mudanças podem contribuir para alterações de humor, provocando modificações bioquímicas neurológicas, que conforme a duração, o estímulo e a intensidade, impactam na resposta imunológica, alteram o peso corporal e a qualidade do sono, atingindo de forma direta as doenças de base¹². Assim como, o tabagismo, dietas não saudáveis, inatividade física e uso problemá-

tico de álcool também são fatores de risco para a maior parte das DCNT, e estão associados a vários problemas de saúde mental, o que contribui para a piora do sofrimento psíquico e desenvolvimento de incapacidades neste público¹¹. Assim como, percebem a necessidade de uma atenção integral em saúde mental, conforme refere P5: “Daí não é só a depressão, tem vários problemas também né? Então, tudo isso incomoda a gente.” A vinculação entre as condições de saúde mental e de saúde física evidencia que o investimento em saúde mental não reduz somente o sofrimento, mas pode impactar positivamente na saúde física da população¹¹. Tudo isso, expõe as fragilidades de uma rede de atenção em saúde e a limitada capacidade de atuação longitudinal das equipes de saúde mental, principalmente diante do estímulo a iniciativas que reduzem a polifarmácia e incluam de forma efetiva a prevenção e o cuidado às condições crônicas de saúde entre usuários e usuárias dos CAPS.

Este estudo traz como contribuições a valorização das narrativas de usuários e usuárias do CAPS, afinal são as peças centrais no processo de reabilitação. Além disso, é a partir delas que é possível externar as condições/situações que ainda persistem nos serviços de saúde mental, fato essencial para a busca por soluções e melhorias no cuidado a nível local dessas pessoas. O estudo encontra como limitações a dificuldade de alguns participantes em responder de maneira clara e direta sobre o tema do grupo, assim como tratar-se de uma amostra pequena, o que dificulta sua extrapolação para outras realidades do país.

Conclusões

De acordo com as falas identificou-se que as necessidades dos usuários e usuárias do CAPS vão além do uso de medicamentos, expondo outras condições e fragilidades. Fatos que interferem no seu cotidiano, afetando o processo de reabilitação psicossocial. Mesmo com os avanços obtidos com a luta antimanicomial, no pós-reforma psiquiátrica e com a implantação da Rede de Atenção Psicossocial, alguns serviços de saúde mental ainda se apresentam centrados na oferta e/ou regulação do tratamento psiquiátrico e na prestação de um cuidado farmacodependente.

Referências

1. World Health Organization. Depression and Other Common Mental Disorders Global Health Estimates. 2017. 24 p. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?sessionid=708DBB5BC8309FB9D54C741FE8DE581C?sequence=1>

2. Organização das Nações Unidas. Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 3: Saúde e Bem-Estar. 2020. Available from: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs/3>
3. Castelpietra G, Knudsen AKS, Agardh EE, Armocida B, Beghi M, Iburg KM, et al. The burden of mental disorders, substance use disorders and self-harm among young people in Europe, 1990–2019: Findings from the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Regional Health - Europe*. 2022 May;16:100341.
4. Drummond BL da C, Radicchi ALA, Gontijo ECD. Social factors associated with mental disorders with risk situations in the primary health care. *Rev Bras Epidemiol*. 2014;17 Suppl 2:68–80. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&
5. Brasil MS. Portaria no 336, de 19 de fevereiro de 2002. *Diário Oficial da União*. 2002.
6. Brasil M da S. *Diário Oficial da União*. 2011. Portaria no 3.088, de 23 de dezembro de 2011 - RAPS. Available from: http://bvsm.sau.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rep.html
7. Boehnlein JK, Kinzie JM. Experiencing Mental Illness: Suffering, Hope, and Healing. *Narrat Inq Bioeth*. 2021;11(2):189–94.
8. Brasil MS. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011–2022. *Saúde D de A de S de*, editor. Brasília-DF; 2011. 160 p.
9. Bocardi SM, Volpato T, Gazzi L, Roza ÁK da, Barcelos ALV. Estado nutricional de pacientes atendidos em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). *Unoesc & Ciência - ACBS*. 2015;6:59–64.
10. Firth J, Solmi M, Wootton RE, Vancampfort D, Schuch FB, Hoare E, et al. A meta-review of “lifestyle psychiatry”: the role of exercise, smoking, diet and sleep in the prevention and treatment of mental disorders. *World Psychiatry*. 2020 Oct 15;19(3):360–80.
11. World Health Organization. *World mental health report: transforming mental health for all*. Geneva: World Health Organization; 2022.
12. Christiansen J, Lund R, Qualter P, Andersen CM, Pedersen SS, Lasgaard M. Loneliness, Social Isolation, and Chronic Disease Outcomes. *Annals of Behavioral Medicine*. 2021 Mar 20;55(3):203–15.
13. Hahn MB, Van Wyck R, Lessard L, Fried R. Compounding Effects of Social Vulnerability and Recurring Natural Disasters on Mental and Physical Health. *Disaster Med Public Health Prep*. 2021 Jun 24;1–9.
14. Ventura CAA. Saúde mental e vulnerabilidade: desafios e potencialidades na utilização do referencial dos direitos humanos. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*. 2018 Aug 28;13(4):174–5.
15. Bichara K de S, Rezende JC, Agostini LP, Pereira MLVBA, Corrêa PRC, Lisboa RPC, et al. Impactos da polifarmácia na saúde e na qualidade de vida da população idosa. *Brazilian Journal of Health Review*. 2023 May 5;6(3):8685–95.
16. Trad LAB. Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisas de saúde. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*. 2009;19(3):777–96.
17. Barbour R. Grupos focais. Porto Alegre: Artmed; 2009. 1–216 p.
18. Campos I de O, Ramalho WM, Zanello V. Saúde mental e gênero: O perfil sociodemográfico de pacientes em um centro de atenção psicossocial. *Estudos de Psicologia*. 2017 Mar;22(1).
19. Barbosa CG, Meira PRM, Nery JS, Gondim BB. Perfil epidemiológico dos usuários de um Centro de Atenção Psicossocial. *SMAD Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas*. 2020;16:1–8.
20. Trevisan ER, Castro S de S. Perfil dos usuários dos Centros de Atenção Psicossocial: Uma revisão integrativa. *Revista Baiana de Saúde Pública*. 2018 Jul 27;41(4).
21. Silva SN, Lima MG, Ruas CM. Uso de medicamentos nos Centros de Atenção Psicossocial: análise das prescrições e perfil dos usuários em diferentes modalidades do serviço. *Cien Saude Colet*. 2020 Jul;25(7):2871–82.
22. Onocko-Campos RT. Mental health in Brazil: Strides, setbacks, and challenges. *Cad Saude Publica*. 2019;35(11).



Correlatos Individuais da Atividade Física em adultos brasileiros: uma revisão sistemática

AUTORES

Bruna Ramos
Matheus Tabora
Thamires Gabrielly dos Santos Coco
Paulo Henrique Guerra
Adriano Akira Ferreira Hino

Pontifícia Universidade Católica do Paraná
(PUCPR)

rmsbru@gmail.com

RESUMO

O objetivo desse estudo foi identificar e sumarizar dados de estudos sobre os correlatos intrapessoais da atividade física em adultos brasileiros. Estudo de revisão sistemática conduzido em nove bases de dados, com limite de publicações até dezembro de 2021. Como critérios de inclusão, estabeleceu-se: a) observacionais realizados em território brasileiro; b) com a atividade física como variável de desfecho; c) com ao menos uma variável intrapessoal como exposição e; d) análise de associação multivariada. A aplicação dos critérios ocorreu com a leitura dos títulos, resumo e artigo na íntegra. Foram extraídas informações referentes à condução do estudo, desfechos analisados e associações testadas. A análise da consistência das associações entre características intrapessoais e a atividade física foi avaliada por meio da proporção das associações testadas para cada variável de exposição. Foram encontrados 12.978 títulos, dos quais 125 cumpriram com os critérios de inclusão (96,8% de delineamento transversal). Foram extraídas 898 associações testadas que incluíam características intrapessoais e atividade física. As variáveis analisadas foram sociodemográficas (72,8%), condições de saúde (14,4%), comportamentais (12%) e psicossociais (3,5%). Características intrapessoais como escolaridade, idade, sexo, ocupação, estado civil, ter filhos, posse de carro, local de moradia, percepção de saúde, percepção de barreiras, autoeficácia, tabagismo e hábitos alimentares apresentaram associação consistente com a atividade física. Importantes características intrapessoais foram identificadas como associadas à atividade física. Tais resultados podem auxiliar na identificação de grupos com maior risco de inatividade física bem como nas estratégias para aumentar a atividade física de adultos.

Palavras-chave: Correlatos individuais; Adultos; Revisão Sistemática.

Introdução

Apesar dos benefícios da atividade física serem amplamente conhecidos, a prevalência de inatividade física ainda é elevada^{1,2,3}. Neste sentido, compreender os correlatos e determinantes da atividade física pode auxiliar na identificação de grupos com maior risco de inatividade física e possíveis variáveis que podem influenciar a atividade física. Observando o crescente número de estudos sobre correlatos da atividade física entre brasileiros, justifica-se uma revisão sistemática para organizar e sumarizar os achados, especialmente considerando variáveis intrapessoais como características sociodemográficas, de saúde, comportamentais e cognitivas. Assim, esse estudo teve como objetivo identificar e sumarizar dados de estudos sobre características individuais associadas à atividade física em adultos brasileiros.

Métodos

Esse estudo trata-se de uma revisão sistemática, parte Do projeto intitulado “Determinantes motivacionais para a prática de atividade física em diferentes ciclos da vida: uma análise das evidências científicas” aprovado na chamada conjunta do CNPq e Ministério da Saúde CNPq/MS/SAPS/DEPROS N° 27/2020 no Eixo III – Fatores associados a doenças crônicas não transmissíveis, linha 11 – Estudos de análise de evidências sobre os determinantes motivacionais para a prática de atividade física (processo número 443193/202007) e registrada no PROSPERO (CRD42021258588).



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

A busca foi realizada em novembro de 2021 nas bases de dados Academic Search Premier, Embase, Liliacs, PubMed, PsycINFO, SciELO, Scopus, SPORT-Discus e Web of Science. Para localização dos artigos foram utilizadas palavras-chave que permitissem identificar estudos de correlatos e determinantes com desfecho em atividade física na população brasileira. Não foram estabelecidos limites para o ano de publicação dos estudos. Para a identificação de artigos duplicados foram utilizadas as plataformas Mendeley e Rayyan. Foram elegíveis para inclusão os estudos: a) observacionais realizados em território brasileiro; b) com a atividade física como variável de desfecho e; c) ao menos uma variável individual de exposição e; d) análise de associação multivariada. Os critérios de inclusão foram aplicados considerando de maneira sequencial a leitura dos títulos, resumo e artigo na íntegra. Esta etapa foi realizada de maneira independente por dois pesquisadores. Em caso de discordância entre os avaliadores, um terceiro avaliador foi consultado.

Foram extraídos dados relacionados às características dos estudos (local do estudo, ano de publicação, amostragem, delineamento), características da atividade física (instrumentos usados, tipo de processamento dos dados, contexto da atividade física, escala de medida dos desfechos) e associações testadas. Somente foram extraídas as associações multivariadas. Associações bivariadas foram extraídas somente se fossem critério para a elaboração dos modelos multivariados. Para fins de extração, para cada associação testada foi registrada a variável de exposição, análise realizada, significância estatística e direção da associação nos casos de associação estatisticamente significativa. Para o presente estudo, somente foram incluídos estudos com amostra composta majoritariamente (>80% da amostra) por pessoas de 18 anos a 60 anos e associações de variáveis individuais com a atividade física. As características individuais foram agrupadas em sociodemográfico, saúde, cognitiva e comportamentais.

A síntese das associações foi realizada por meio da análise da frequência das associações e suas respectivas direções. Foi estabelecida uma classificação utilizando como base os critérios usados em revisões sobre correlatos da atividade física anteriores^{4,5} que classifica a força e direção das associações. As classificações eram: mais de 4 associações e 60% positivas - positivo consistente -, mais de 4 associações e 60% negativas - negativo consistente -, mais de uma e 50% negativas - acordo relativo entre direções.

Resultados e discussão

Ao total foram identificados 12.978 artigos, dentre eles, 6.057 eram duplicados. 6.921 trabalhos foram avaliados pelos seus títulos e resumos. Ao término dessa etapa, restaram 643 artigos para leitura na íntegra. Considerando os estudos com adultos e que analisaram variáveis intrapessoais, permaneceram 125 artigos.

A maioria dos artigos incluídos apresentou delineamento transversal (n=121; 96,8%). A maioria foi publicada entre os anos de 2010 e 2016 (n=63; 50,4%), seguidos de 2017 a 2021 (35,2%). Os artigos em sua maioria, 91,2%, incluíram amostras mistas (amostras compostas por homens e mulheres). Foram identificadas e extraídas 898 associações entre características intrapessoais e a prática de atividade física, resultado em 33 variáveis. As análises foram testadas em sua grande maioria por meio de análise regressão de Poisson (45,2%) e regressão logística binária (30,3%).

Dentre as 898 associações testadas, a maior parte tinha como variável de exposição características sociodemográfica (70,9%), das quais maior parte foi composta pela escolaridade (24,5%), idade (20,8%), sexo (20,2%) e renda (13,9%). Associações de características de saúde (14%) como atividade física incluiu majoritariamente a percepção de saúde (37,2%), índice de massa corporal (28,7%), doenças crônicas não transmissíveis (31%). Dentre as variáveis cognitivas (3,4%) as variáveis mais frequentemente analisadas foram barreiras pessoais percebidas (58,1%) e autoeficácia (22,6%). Por fim, entre as variáveis comportamentais analisadas (11,7%), maior parte dos estudos analisaram o tabagismo (29,4%), prática de atividades físicas (29,4%) e hábitos de alimentares saudáveis (23,5%).

Dentre as características sociodemográficas observou-se de forma consistente e positiva, que pessoas com maior escolaridade, homens, mais jovens, que não trabalham, solteiros, sem carro e filhos e moradores de área urbana apresentam maiores níveis de atividade física. Dentre as características de saúde, foi observada consistência positiva entre boa percepção de saúde e maior nível de atividade física. Na cognitiva, pessoas que percebem menos barreiras e maior autoeficácia foram associados de forma consistente e positiva com a prática de atividade física. No que tange a categoria comportamental, não fumar e ter hábitos alimentares saudáveis apresentaram consistência positiva com maior nível de atividade física.

Em revisão publicada por Curran et al.⁷, os correlatos intrapessoais também foram divididos em socio-

demográficos, saúde, comportamentais e psicossociais. Contudo, o objetivo deles era coletar correlatos da atividade física de adultos obesos. Os principais achados entre os estudos são semelhantes, mas o presente estudo apresenta posse de veículos, local onde mora, percepção de saúde e percepção de estresse. Os correlatos psicossociais encontrados entre os estudos são os mesmos. Contudo, os correlatos comportamentais foram os mais distintos, na revisão de 2023 não foram encontradas associações com tabagismo, etilismo, adesão a quarentena, caminhada, ter acompanhamento para prática de atividade física e relaxar no lazer. Os correlatos comportamentais semelhantes eram apenas, hábitos alimentares saudáveis e sono.

Quando comparados aos correlatos individuais da atividade física estadunidenses⁸, o Brasil apresenta mais correlatos. Nos Estados Unidos foram encontrados apenas os correlatos: cor de pele, estado civil, percepção de saúde, tabagismo, local de residência, escolaridade, tentou perder peso e local de residência. Tais correlatos são de mais fácil coleta, pois são de mais fácil recordação.

Conclusões

Importantes características individuais, como sexo, boa percepção de saúde e hábitos alimentares saudáveis, foram associadas de maneira consistente à atividade física. Tais resultados podem auxiliar na identificação de grupos com maior risco de inatividade física bem como nas estratégias para aumentar a atividade física de adultos. Para futuras pesquisas, é necessária a inclusão de mais estudos longitudinais, e análises específicas de acordo com o contexto da atividade física.

Referências

1. Ministério da Saúde. Nota Técnica nº 25/2023-CGDANT/DAENT/SVSA/MS. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente; Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças não Transmissíveis; Coordenação-Geral de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis; 2023.
2. Raimundo A, Malta J, Bravo J. O Problema do Sedentarismo. Benefícios da Prática de Atividade Física e Exercício. Évora: Universidade de Évora; 2019. ISBN: 978-989-8550-99-6.
3. Warburton DER, Bredin SSD. Health benefits of physical activity: a systematic review of current systematic reviews. *Curr Opin Cardiol.* 2017;32(5):541-556. doi: 10.1097/HCO.0000000000000437.
4. Bauman AE, Reis RS, Sallis JF, Wells JC, Loos RJF, Martin BW, et al. Correlates of physical activity: Why are some people physically active and others not? *Lancet.* 2012;380(9838):258-71. doi: 10.1016/S0140-6736(12)60735-1.
5. Silva AMR da, Santos SVM dos, Lima CH de F, Lima DJP, Robazzi ML do CC. Fatores associados à prática de atividade física entre trabalhadores brasileiros. *Saúde debate* [Internet]. 2018Oct;42(119):952-64. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811913>.

6. Curran F, Davis ME, Murphy K, et al. Correlates of physical activity and sedentary behavior in adults living with overweight and obesity: A systematic review. *Obesity Reviews.* 2023; 24(11):e13615. doi:10.1111/obr.13615.
7. Dowda M, Ainsworth BE, Addy CL, Saunders R, Riner W. Correlates of physical activity among U.S. young adults, 18 to 30 years of age, from NHANES III. *Ann Behav Med.* 2003;26(1):15-23. doi:10.1207/S15324796ABM2601_03.
8. Strain T, Flaxman S, Guthold R, Semanova E, Cowan M, Riley LM, Bull FC, Stevens GA; Country Data Author Group. National, regional, and global trends in insufficient physical activity among adults from 2000 to 2022: a pooled analysis of 507 population-based surveys with 5.7 million participants. *Lancet Glob Health.* 2024 Aug;12(8). doi: 10.1016/S2214-109X(24)00150-5.



Composição corporal de crianças e adolescentes asmáticos participantes de um programa de exercício

AUTORES

Álissa Melo Tolfo
Eduarda Valim Pereira
Pedro Coelho Pereira
Rafaela Silveira Passamani
Débora Carla Chong-Silva
Joni Marcio de Farias

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

alissa.melotolfo@unesc.net

RESUMO

A asma é uma doença crônica, caracterizada pela dispneia, dessa forma a atividade física torna-se uma barreira para essa população, pois a falta de condicionamento e insuficiência respiratória acabam afetando a prática. O estudo teve como objetivo analisar a composição corporal de crianças e adolescentes com asma participantes de um projeto de exercício físico. Estudo transversal com 41 crianças e adolescentes, entre seis e dezoito anos de idade, com diagnóstico de asma e que realizavam tratamento pelo Sistema Único de Saúde, em Criciúma, Santa Catarina. Para avaliação foram coletados dados de identificação (sexo e idade), se praticava atividade física (x/semana e tempo), classificação socioeconômica, dados antropométricos (estatura, massa corporal, índice de massa corporal), composição corporal (bioimpedância) e para aptidão física (teste de caminhada de 6 minutos). Dos participantes 61% eram do sexo masculino e 80,5% menores que 12 anos. Quando comparados pela idade média maior (61,74+21,9) e menor (37,43+16,4) de 12 anos, foi observada diferença significativa ($p>0,05$) entre os grupos. 58,5% relataram não realizar exercícios e quando comparados os resultados da média do teste TC6 dos menores (598,13+85,48) e maiores (551,61+98,36) de 12 anos encontraram-se abaixo da classificação. Concluímos que, quando comparados com outras classificações, é perceptível o impacto que a asma provoca na saúde física/funcional das crianças. A atividade física deve ser incentivada e utilizada como tratamento não farmacológico, pois traz benefícios a longo prazo para a saúde.

Palavras-Chave: Asma; Crianças; Adolescentes; Atividade física; Composição corporal.

Introdução

A asma é uma doença crônica, comum na infância e adolescência¹, dentre os sintomas, destacam-se a dor no peito, dispneia e insuficiência do fluxo expiratório². As causas do processo inflamatório da doença que resultam na obstrução das vias aéreas, ocorrem por fatores como a obesidade; clima (frio); fatores genéticos; exercícios; e outros³. A asma pode ser classificada como intermitente, persistente leve, moderada e grave⁴. O tratamento da doença é feito com o uso contínuo de medicamentos, como corticosteroides inalatórios⁵.

Estima-se que mais de 262 milhões de pessoas tenham asma em todo o mundo⁶. Considerando a alta prevalência de asma no Brasil⁷, em 2013-2014, 13% de adolescentes tiveram o diagnóstico de asma ativa, sendo superior no sexo feminino, em relação ao sexo masculino⁸. Diante disso, a asma afeta a saúde individual, limita as atividades diárias e prejudica a qualidade de vida desses jovens e de suas famílias⁹. As relações familiares, o estado de saúde, lazer e salário, são fatores que determinam a qualidade de vida do ser humano, que se diferencia de indivíduo para indivíduo¹⁰. Esses fatores estão ligados aos parâmetros sociais, ambientais e individuais^{10,11}, crianças e adolescentes com asma, independente da classificação, apresentam qualidade de vida prejudicada comparados a indivíduos sem diagnóstico¹¹.

A Associação Americana de Medicina do Esporte recomenda que crianças e adolescentes pratiquem no mínimo 60 minutos de atividade diárias durante 5 dias da semana, totalizando 300 minutos¹². No entanto,



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

indivíduos asmáticos não atingem este tempo mínimo, sendo considerados fisicamente inativos^{13,14}, isso contribui para o agravamento do estado geral de saúde e aumenta a chance de desenvolver outros tipos de doenças^{15,16}, impactando de maneira significativa na aptidão física do indivíduo com diagnóstico, apresentando diminuição na capacidade respiratória, na força muscular e redução no condicionamento físico¹⁷.

As dificuldades respiratórias e a insuficiência de condicionamento, trazem limitações durante a prática de exercícios realizada de maneira vigorosa¹⁶, além de desencadear crises ou causar incômodos^{11,18}, impacta de maneira negativa a vida diária das crianças¹⁹ e limita a prática de exercícios^{18,19}. Além disso, a carência de estímulo pode acontecer principalmente pela falta de orientação profissional, somada ao medo, a falta de informação e confiança dos pais¹⁶.

Quando realizada regularmente, a prática de atividade física beneficia a qualidade de vida e aumenta os índices de saúde, favorece a melhora cardiorrespiratória, aptidão física²⁰, reduz os riscos de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT)²¹, capacidade física e consumo de oxigênio²², tanto de imediato quanto a um período mais longo^{23,24}. Elaborar estratégias eficazes para aumentar os níveis de atividade física principalmente em crianças e adolescentes com doenças respiratórias, como a asma, é fundamental²⁵, manter hábitos saudáveis e prática de atividade física regular, reflete em uma vida adulta mais saudável²⁶.

O objetivo do estudo é analisar o perfil de crianças e adolescentes com asma que participam de um projeto de exercício físico.

Métodos

Trata-se de um estudo transversal, com análise do perfil de crianças e adolescentes com diagnóstico de asma. Foram selecionados para o estudo 70 crianças e adolescentes entre 6 e 18 anos de idade, asmáticos, de ambos os sexos, em tratamento de asma pelo Sistema Único de Saúde (SUS) do município de Criciúma/SC. O projeto foi divulgado em jornais eletrônicos e instagram, a partir disso, os pais entraram em contato e foi marcada a avaliação das crianças. A avaliação ocorreu na Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), após a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos responsáveis. Foram excluídos, aqueles que desistiram da participação da pesquisa ou não completaram os questionários e testes.

Para os dados de identificação foram coletados ida-

de, sexo; prática de atividade física; x/semana e tempo, utilizando instrumento/bloco de perguntas criadas pelas pesquisadoras com questões abertas (opção de texto) e fechadas (opção múltipla escolha). A classificação socioeconômica foi definida a partir do preenchimento do questionário proposto pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP)²⁷. A avaliação antropométrica, para conhecimento da composição corporal, avaliou as medidas de massa corporal e estatura mensuradas de acordo com os procedimentos descritos por Junior e Forte²⁸. A massa corporal foi mensurada com uma balança digital, com capacidade de até 150 kg e escala de 100 gramas. A estatura foi aferida com a utilização de um estadiômetro fixado junto a uma parede sem rodapé.

As medidas de massa corporal e estatura foram utilizadas para o cálculo do IMC por meio do quociente da massa corporal (kg) pela estatura (m) ao quadrado, para classificação do estado nutricional, foram utilizados os pontos de corte propostos pelo Manual de Medidas e Teste de Avaliação, Projeto Esporte Brasil²⁹, que variam de acordo com o sexo e a idade do adolescente. Desta forma, os estudantes foram classificados em: baixo peso, eutrófico, excesso de peso ou obesidade.

A avaliação de composição corporal foi aferida através de um analisador de impedância bioelétrica (Maltron BF-906 Body Fat Analyser), com frequência de 50KHz, resolução para análise de gordura corporal em 0,1%, de 200-1000 Ohms, com teste corrente de 0,7mA, utilizando energia gerada por bateria 1-9V PP3 IEC, para avaliar a porcentagem de gordura corporal.

O Teste de Caminhada de 6 minutos (TC6), seguindo o Manual de Medidas e Teste de Avaliação, Projeto Esporte Brasil²⁹, foi realizado em um local plano com marcação do perímetro da pista. Os alunos foram orientados sobre a execução do teste dando ênfase ao fato de que deveriam caminhar a maior metragem possível, evitando correr, durante os seis minutos. No decorrer do teste, foi informado aos alunos a passagem do tempo. Caso sentissem algum desconforto deveriam avisar e seria avaliado a necessidade de encerrar o teste. Ao final, o aluno deveria interromper a caminhada, permanecendo no lugar onde estava até ser anotada ou sinalizada a distância percorrida.

Os dados foram expressos em média e erro padrão médio e analisados estatisticamente pela frequência absoluta e relativa (percentual), da média e desvio padrão, mínimo e máximo, o teste de normalidade de Kolmogorov Smirnov, e o teste T de Student, para compara-

ção entre grupos. O nível de significância estabelecido para o teste estatístico é de $P < 0,05$. Será utilizado o SPSS versão 22.0 como pacote estatístico.

Esta pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP/SD) da Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC, sob parecer nº 6.206.098, tendo como base a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que dispõe sobre pesquisa com seres humanos, sendo garantido o sigilo da identidade dos pacientes e a utilização dos dados somente para esta pesquisa científica.

Resultados e discussão

Foram recrutados para a pesquisa 70 participantes, destes 29 foram excluídos por não finalizar os questionários, portanto 41 crianças e adolescentes foram incluídos na pesquisa. Dos participantes, 25 (61%) eram do sexo masculino e 33 (80,5%) eram menores que 12 anos. A classificação socioeconômica prevaleceu entre C1 (34,1%) e B2 (29,3%), não impedindo que os indivíduos participassem da pesquisa.

Para melhor compreender os resultados antropométricos, os dados foram agrupados por níveis. 58,5% (24) dos participantes tinham massa corporal entre 17 e 43 (kg), sendo a maioria classificada com o Índice de Massa Corporal (IMC) de baixo peso (43,9%), no qual 17 (41,5%) apresentaram percentual entre 15 e 25%, de acordo com Deurenberg, Pieters e Hautvast³⁰, sendo classificados com adequado percentual de gordura corporal. Apenas 5 (12,2%) das crianças e adolescentes, demonstraram um percentual de gordura entre 06 e 12%, se enquadrando em baixo percentual³⁰. Para prescrição de treinamento, respeitando as características individuais dos participantes, foi realizada a comparação de dois grupos randomizados por idade média menor e maior que 12 anos de idade, no qual foram observadas diferenças significativas ($p > 0,05$) entre os grupos, com média de 61,74+21,9 e 37,43+16,4 respectivamente, na qual quando comparados com os dados da Organização Mundial de Saúde³¹, pôde-se observar que os dois grupos estão dentro do crescimento normal. Estes resultados demonstraram a necessidade do controle na prescrição de exercícios para essa população, pois além de contribuir para composição corpórea, habilidades motoras, flexibilidade e coordenação³², a prescrição da atividade física como tratamento não farmacológico para a asma, é recomendada pelo Global Strategy for Asthma Management and Prevention (GINA)⁴, pois são muitos os benefícios à saúde, como a melhora dos

sintomas de asma e condicionamento físico em crianças e adolescentes com diagnóstico^{18,33}. Quando comparados entre os grupos o IMC para menores 12 anos (23,01+5,51) e maiores 12 anos (19,04+ 5,29), não demonstrou valor significativo ($p > 0,089$).

Com relação a prática de exercício físico, 24 (58,5%) dos participantes relataram não realizar exercícios, este resultado pode ser explicado devido o exercício ser uma barreira para os pais e para as crianças que apresentam diagnóstico de asma^{18,34}, a falta de incentivo, está relacionado com o medo de desencadear asma durante a atividade física^{16,34} e pouco estímulo de profissionais da saúde³⁵. Entre as crianças e adolescentes que relataram realizar atividade física, apenas 13 (31,7%) informaram que praticam até duas vezes na semana, demonstrando a insuficiência de atividade física entre crianças e adolescentes, não atendendo às diretrizes atuais, que indicam no mínimo 300 minutos por semana de atividade física^{12,36}. Corroborando com estes achados, quando comparado os resultados da média do teste TC6 dos menores de 12 anos (598,13+85,48) e maiores que 12 anos (551,61+98,36) com a classificação do PROESP29, os participantes encontram-se muito abaixo para categoria da sua idade, apresentando a condição de fraco, com diferença significativa ($p > 0,05$), e inferior a classificação de crianças com 6 anos de idade na mesma condição.

Por ser um estudo transversal, uma das limitações, é que não foi feita a observação ao longo do tempo, não sendo possível acompanhar e verificar o impacto do exercício na composição corporal durante o programa de exercício. Estudos que acompanhem a evolução e a eficácia de programas de exercício para essa população, devem ser realizados.

Conclusões

Os dados do estudo demonstram que não há diferença significativa no IMC quando comparados entre os grupos por idade, o que indica a possibilidade de realização dos exercícios em grupo, independente da faixa etária, porém respeitando as individualidades. Quando comparados com outras classificações, fica evidente o impacto que a asma proporciona na saúde física/funcional das crianças, indicando a necessidade de uma intervenção eficaz na melhora da condição física, em especial a cardiovascular. A atividade física deve ser incentivada e utilizada como tratamento não farmacológico, pois traz benefícios a longo prazo para a saúde dessa população. São necessários mais estudos e com

acompanhamento da eficácia do exercício físico a longo prazo, ainda escasso na literatura científica.

Referências

- Pitchon RR, Alvim CG, Andrade CRD, Lasmar LMDLBF, Cruz AA, Reis APD. Asthma mortality in children and adolescents of Brazil over a 20-year period. *Jornal de Pediatria (Versão em Português)*. 2020;96:432–8.
- Rodrigues AS, Sobrinho LA, Ferreira BD, Mota SM, Cardoso IC, Rahal MR, et al. Abordagem geral da asma: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Médico*. 2021;1:e9129.
- Gans MD, Gavrilova T. Understanding the immunology of asthma: Pathophysiology, biomarkers, and treatments for asthma endotypes. *Paediatric Respiratory Reviews*. 2020;36:118–27.
- GINA-2023-Full-report-23_07_06-WMS.pdf [Internet]. [citado 5 de outubro de 2024]. Disponível em: https://ginasthma.org/wp-content/uploads/2023/07/GINA-2023-Full-report-23_07_06-WMS.pdf
- Sullivan PW, Ghushchyan VH, Globe G, Schatz M. Oral corticosteroid exposure and adverse effects in asthmatic patients. *Journal of Allergy and Clinical Immunology*. 2018;141:110–116.e7.
- The Global Asthma Report 2022. *Int J Tuberc Lung Dis*. 2022;26:1–104.
- Sole D, Camelo-Nunes IC, Wandalsen GF, Mallozi MC. Asthma in children and adolescents in Brazil: contribution of the International Study of Asthma and Allergies in Childhood (ISAAC). *Rev paul pediatr*. 2014;32:114–25.
- Kuschnir FC, Gurgel RQ, Solé D, Costa E, Felix MMR, Oliveira CLD, et al. ERICA: prevalence of asthma in Brazilian adolescents. *Rev Saúde Pública* [Internet]. 2016 [citado 1o de setembro de 2024];50. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102016000200303&lng=en&ctlng=en
- Jones H, Lawton A, Gupta A. Asthma Attacks in Children—Challenges and Opportunities. *Indian J Pediatr*. 2022;89:373–7.
- Nahas MV. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo / Markus Vinicius Nahas. – 7. ed. Florianópolis, Ed. do Autor, 2017.
- Souza PGD, Sant’Anna CC, March MDFBP. Qualidade de vida na asma pediátrica: revisão da literatura. *Rev paul pediatr*. 2011;29:640–4.
- Piercy KL, Troiano RP, Ballard RM, Carlson SA, Fulton JE, Galuska DA, et al. The Physical Activity Guidelines for Americans. *JAMA*. 2018;320:2020–8.
- Benjamin EJ, Virani SS, Callaway CW, Chamberlain AM, Chang AR, Cheng S, et al. Heart Disease and Stroke Statistics-2018 Update: A Report From the American Heart Association. *Circulation*. 2018;137:e67–492.
- Souza Neto JM de, Costa FF da, Barbosa AO, Prazeres Filho A, Santos EVO dos, Farias Júnior JC de. Prática de atividade física, tempo de tela, estado nutricional e sono em adolescentes no nordeste do Brasil. *Rev paul pediatr*. 2020;39:e2019138.
- Moraes EZC de, Trevisan ME, Baldissarotto S de V, Portela LOC. Capacidade aeróbica em crianças e adolescentes com asma intermitente e persistente leve no período intercrises. *J bras pneumol*. 2012;38:438–44.
- Correia Junior MADV, Costa EC, Barros LCB, Soares AA, Sarinho ESC, Rizzo JA, et al. Physical activity level in asthmatic adolescents: cross-sectional population-based study. *Rev paul pediatr*. 2019;37:188–93.
- Espinosa Dos Santos B, Macedo LCDSAD, Adomaitis APG, Castro AMMD, Teixeira De Almeida J, Moraes Dos Santos ML, et al. Impacts of aerobic exercise on children with asthma diagnosis: integrative review. *Rev Cienc Saude*. 2022;12:14–23.
- Lu KD, Forno E. Exercise and lifestyle changes in pediatric asthma. *Current Opinion in Pulmonary Medicine*. 2020;26:103–11.
- Abdelbasset WK, Alsubaie SF, Tantawy SA, Abo Elyazed TI, Kamel DM. Evaluating pulmonary function, aerobic capacity, and pediatric quality of life following a 10-week aerobic exercise training in school-aged asthmatics: a randomized controlled trial. *PPA*. 2018;Volume 12:1015–23.
- Leite LR, Queiroz KCV, Coelho CC, Vergara AA, Donadio MVF, Aquino E da S. Desempenho funcional no teste modificado de shuttle em crianças e adolescentes com fibrose cística. *Rev paul pediatr*. 2020;39:e2019322.
- LeBlanc AG, Chaput JP, McFarlane A, Colley RC, Thivel D, Biddle SJH, et al. Active Video Games and Health Indicators in Children and Youth: A Systematic Review. *PLoS One*. 2013;8:e65351.
- Carson KV, Chandratilleke MG, Picot J, Brinn MP, Esterman AJ, Smith BJ. Physical training for asthma - Carson, KV - 2013 | Cochrane Library. [citado 5 de outubro de 2024]; Disponível em: <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD001116.pub4/full>
- Telama R, Yang X, Leskinen E, Kankaanpää A, Hirvensalo M, Tammelin T, Viikari JS, Raitakari OT. Tracking of physical activity from early childhood through youth into adulthood. *Med Sci Sports Exerc*. 2014;46(5):955–62. doi: 10.1249/MSS.000000000000181. PMID: 24121247.
- Hallal PC, Victora CG, Azevedo MR, Wells JCK. Adolescent Physical Activity and Health: A Systematic Review. *Sports Medicine*. 2006;36:1019–30.
- Hansen ESH, Pitzner-Fabricius A, Toennesen LL, Rasmussen HK, Hostrup M, Hellsten Y, et al. Effect of aerobic exercise training on asthma in adults: a systematic review and meta-analysis. *European Respiratory Journal* [Internet]. 2020 [citado 5 de outubro de 2024];56. Disponível em: <https://erj.ersjournals.com/content/56/1/2000146>
- Luciano ADP, Bertoli CJ, Adami F, Abreu LCD. Nível de atividade física em adolescentes saudáveis. *Rev Bras Med Esporte*. 2016;22:191–4.
- ABEP - Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa – 2022 – www.abep.org.
- Freitas Júnior IF, organizador. Padronização de medidas antropométricas e avaliação da composição corporal. São Paulo, SP: Conselho Regional De Educação Física Da 4a Região - Cref4/Sp; 2022. 152 p.
- Gaya AR. Projeto Esporte Brasil PROESP-Br. Ufrgs; 2020.
- Deurenberg P, Pieters JJJ, Hautvast JGAJ. The assessment of the body fat percentage by skinfold thickness measurements in childhood and young adolescence. *Br J Nutr*. 1990;63:293–303.
- de Onis M, Onyango AW, Borghi E, Siyam A, Nishida C, Siekmann J. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bull World Health Organ*. 2007;85:660–7.
- Alves JGB, Alves GV. Effects of physical activity on children’s growth. *Jornal de Pediatria (Versão em Português)*. 2019;95:72–8.
- Lang JE. The impact of exercise on asthma. *Current Opinion in Allergy & Clinical Immunology*. 2019;19:118–25.

34. Sousa AW, Cabral ALB, Martins MA, Carvalho CRF. Barriers to daily life physical activities for Brazilian children with asthma: a cross-sectional study. *Journal of Asthma*. 2020;57:575–83.
35. Correia MA de V, Costa EC, Barros LCB de, Soares AA, Sarinho ESC, Rizzo JA, et al. Nível de atividade física em adolescentes asmáticos: estudo transversal comparativo de base populacional. *Rev paul pediatr*. 2019;37:188–93.
36. Chaput JP, Willumsen J, Bull F, Chou R, Ekelund U, Firth J, et al. 202 WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour for children and adolescents aged 5–17 years: summary of the evidence. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2020;17:141.



EIXO 2
INTERVENÇÕES CLÍNICAS E SAÚDE INDIVIDUAL



O efeito do *Mat* Pilates na qualidade de vida em mulheres em hormonioterapia para o câncer de mama

AUTORES

Josefina Bertoli
Antonio Cleilson Nobre Bandeira
Cíntia de la Rocha Freitas
Ismael Forte Freitas Júnior

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

josefnabv85@gmail.com

RESUMO

A hormonioterapia é um tratamento oral para pacientes com câncer de mama (CM), cujas células tumorais apresentem receptores positivos para o estrogênio, objetivando diminuir a chances de recidiva e metástase. Entretanto, o mesmo possui efeitos adversos que impactam negativamente na qualidade de vida (QV). Este estudo caracteriza-se por ser randomizado controlado (1:1), comparando o efeito de 24 semanas com Mat Pilates e com o grupo controle (GC), em mulheres em hormonioterapia para o CM nos componentes da QV, por meio do questionário SF-36. A idade das mulheres foi de 55,2±7,6 anos para o grupo Pilates (GP) e 55,4±6,6 para o GC. Para os efeitos do treinamento com Pilates na QV, houve interação grupo x tempo apenas para os aspectos sociais (p = 0,017). Foi observada significância estatística no GP e CG no tempo para as seguintes variáveis: aspectos físicos (p = 0,001) e emocionais (p = 0,019). Também houve melhoras no grupo GP no tempo nas variáveis estado geral de saúde (p = 0,008) e saúde mental (p = 0,003). Conclui-se que 24 semanas de intervenção com o Mat Pilates (3/semana, 60 min a sessão), com aumento da carga progressiva, melhorou os componentes da QV limitações por aspectos físicos, emocionais, o estado geral de saúde e saúde mental.

Palavras-chave: Neoplasia da Mama; Terapia Hormonal; Exercício Físico; Indicadores de Qualidade de Vida.

Introdução

O câncer de mama (CM) é o mais prevalente entre as mulheres, a nível mundial e nacional¹. A sobrevida destas pacientes encontra-se ao redor de 90% devido à detecção precoce e avanço nos tratamentos. Dentre os tratamentos mais comuns, têm-se a quimioterapia, a radioterapia, a hormonioterapia e a cirurgia para retirada do tumor². A hormonioterapia é utilizada de cinco a 10 anos para diminuir as chances de recidiva e metástase, após a finalização dos demais tratamentos, em mulheres que apresentam células cancerígenas com receptores positivos para o estrogênio. A hormonioterapia inibe a produção do estrogênio, no caso dos inibidores de aromatase (IAs) ou bloqueiam a entrada do estrogênio nas células cancerígenas, por meio dos moduladores seletivos do estrogênio, cujo medicamento mais administrado é o tamoxifeno (TMX)^{3,4}.

Contudo, observam-se efeitos adversos a curto, médio e longo prazo dos diferentes tratamentos. Quanto à hormonioterapia, os IAs têm grande impacto nas articulações, produzindo artralguas e rigidez, dores musculares, diminuição da densidade mineral óssea e cardiopatias³. O TMX, por sua vez pode ocasionar o aumento dos fenômenos trombo-embólicos, incluindo acidente cerebral encefálico, trombose pulmonar e trombo flebitis superficiais e profundas; além de câncer de endométrio, dor abdominal, inflamação ou sensibilidade nos membros inferiores, dores no peito, dispnéia, fraqueza, formigamentos do rosto, braços e pernas, tonturas e dores de cabeça intensas. Entre os efeitos secundários têm-se a fadiga, fogachos e mudanças no humor⁴.

Todos esses fatores impactam negativamente na qualidade de vida (QV)



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

destas mulheres⁵. A QV é utilizada como um termo guarda-chuva que envolve a soma de vários componentes, mensurada de forma objetiva por meio de questionários específicos. De maneira mais específica, a QV pode envolver aspectos da saúde física, mental, a capacidade funcional, aspectos financeiros, educação, entre outros^{6,7}. Entretanto, diferentes modalidades de treinamento mostraram efeitos benéficos para a melhora da QV em pacientes com CM em tratamento hormonal^{8,9}.

A partir do exposto, foi avaliado o efeito de 24 semanas de treinamento com o Mat Pilates sobre a QV, em mulheres em tratamento hormonal para o CM.

Métodos

O presente estudo é um ensaio clínico randomizado controlado de dois braços, com alocação 1:1, cujo protocolo foi publicado como preprint¹⁰. Um total de 1100 SCM foram encontradas a partir de registros médicos do Departamento de Oncologia do Hospital Regional da cidade de Presidente Prudente-SP, e de listas dos projetos anteriores do Laboratório de Avaliação e Prescrição de Atividades Motoras (CELAPAM) da Universidade Estadual Paulista (UNESP), Campus de Presidente Prudente. O estudo também foi divulgado por meio das redes sociais e familiares, além de amigas e conhecidas das participantes que possuíam as características necessárias para a pesquisa que também foram convidadas.

Foram convidadas a participar apenas aquelas que fizessem uso dos IAs ou do TMX. O convite foi realizado àquelas mulheres com estas características que participaram dos estudos prévios CELAPAM, bem como as que se encontravam na lista do Departamento de Oncologia do Hospital Regional da cidade de Presidente Prudente. Quarenta e uma mulheres foram elegíveis e randomizadas em Grupo Pilates (GP) e Grupo Controle (GC), estratificadas de acordo ao tipo de medicamento utilizado (IAs ou TMX). As avaliações foram realizadas no baseline, após completar 12 semanas de intervenção e após 24 semanas de intervenção.

Foram adotados os seguintes critérios de inclusão: a) estar realizando tratamento hormonal para o CM com TMX ou IAs; b) apresentar estágios I a III de CM certificados pelo médico no prontuário; c) atestado médico autorizando a realizar tanto a intervenção quanto os testes, residir ou morar próximo à cidade de Presidente Prudente-SP, não ter participado de pesquisas ou qualquer tipo de intervenção com exercício

físico prévio, de forma sistematizada, a seis meses desta intervenção; d) ter ≥ 40 anos com o intuito de evitar diferenças significativas quanto à idade das participantes; e) assinar o termo de consentimento livre e esclarecido. Antes de iniciar as avaliações, todas as participantes assinaram o questionário de prontidão para atividade física (PAR-Q). As avaliações foram realizadas no CELAPAM.

A massa corporal foi aferida com uma balança eletrônica (Filizola), com capacidade máxima de 180 kg e precisão de 0,1 kg. A estatura foi mensurada no estadiômetro fixo (Sanny), com precisão em 0,1 cm e extensão de 2,20 m. Todas as participantes do estudo responderam a uma anamnese, a qual continha perguntas e informações sociodemográficas.

Para avaliar a QV, foi utilizado o questionário SF-36, o qual possui 36 questões, divididas em oito dimensões (capacidade funcional, dor, aspectos físicos, aspectos emocionais, aspectos sociais, saúde mental, vitalidade e estado geral de saúde). Cada item é codificado, 35 agrupados e transformados em uma escala de zero (0) que indica pior estado de saúde e 100 para o melhor estado de saúde¹¹.

As sessões do MP eram realizadas em dias não consecutivos, com duração semanal de 180 minutos (60 minutos/sessão, três vezes semanais), durante 24 semanas. As aulas foram divididas em três momentos: a) aquecimento, em que foram incluídos exercícios de respiração abdominal e de mobilidade articular dos diferentes segmentos corporais; b) parte principal, na qual foram realizados exercícios de força dos membros inferiores, superiores e tronco; c) parte final com exercícios de relaxamento, alongamentos dos membros inferiores, superiores e do tronco. A medida em que as participantes adquiriram facilidade na execução dos exercícios no decorrer das semanas, o grau de dificuldade, o número de repetições e o aumento da carga por meio de halteres, caneleiras e, o aumento no tempo, respeitando-se as possibilidades das participantes com limitações de movimento. Os exercícios na parte principal da aula foram realizados em três séries, cujo número de repetições foi aumentando ao longo da intervenção, sendo seis repetições nas primeiras oito semanas, oito repetições a partir da nona até a décima sexta semana e, dez repetições a partir da décima sétima até a vigésima quarta semana. Os exercícios realizados em isometria também aumentaram o tempo de execução (5, 10 e 15 segundos) a cada oito semanas, podendo chegar a 1 minuto no caso de algumas das participantes^{10,12}.

As participantes do GC frequentavam a universidade a cada 15 dias para atividades de autoconhecimento e técnicas de relaxamento^{10,12}. Após 45 minutos da sessão, uma meditação baseada no mindfulness era realizada¹³.

A normalidade dos dados foi verificada por meio do teste Shapiro-Wilk. Foi realizada estatística descritiva para todos os dados (média e desvio padrão). As características das participantes no momento pré-intervenção foram comparadas entre o GP e controle por meio do teste T de student, Qui-quadrado e Exato de Fischer. Os desfechos foram apresentados em média, desvio padrão. O modelo de equações generalizadas de estimativa foi utilizado para comparar os desfechos intra e inter os grupos ao longo da intervenção no momento pré-intervenção (T1), após 12 semanas (T2) e, após 24 semanas (T3). A análise de intenção de tratar (ITT) foi utilizada. Foi utilizada a Equação de Estimativa Generalizada (GEE) e empregado o post hoc de Bonferroni para identificar as diferenças significativas quando identificadas entre os grupos e no tempo. O tamanho do efeito foi calculado baseado no d de Cohen¹⁴, sendo: < 0,1 (efeito adverso), 0,0-0,1 (sem efeito), 0,0-0,40 (pequeno), 0,50-0,70 (intermédio) e ≥0,80 (grande). Foi utilizado o software SPSS 22.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA) para as análises estatísticas. 50-0,70 (intermédio) e ≥0,80 (grande). Foi utilizado o software SPSS 22.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA) para as análises estatísticas. A diferença estatística foi considerada quando $p < 0.05$.

Resultados e discussão

Participaram do estudo 40 mulheres sobreviventes de câncer de mama que foram alocadas em dois grupos, sendo 21 participantes no GP (55,2±7,6) e 19 (55,4±6,6) no GC. No GP, 10 (47,6%) realizaram tratamento com IAs, 11 (52,4%) com TMX, quanto a cirurgia, 12 (57,1%) realizaram quadrantectomia, 7 (33,3%) mastectomia e 2 (9,5%) mastectomia radical, 6 (28,6%) realizaram radioterapia e 14 (66,7%) ambos os tratamentos. No GC, 11 (57,9%) realizaram tratamento com IAs, 8 (42,1%) com TMX, quanto a cirurgia, 16 (84,2%) realizaram quadrantectomia, 3 (15,8%) mastectomia, 1 (5,6%) realizou somente quimioterapia, 2 (11,1%) somente radioterapia e 15 (83,3%) ambos os tratamentos.

Foi observada significância estatística no GP e CG no tempo para os aspectos físicos ($p = 0,001$; Cohen's $d = 1,43$), cujas médias e desvio padrão no GP foram:

no T1 (54,7±9,3), no T2 (73,5±9,6) e no T3 (65,2±9,4); no GC no T1 (22,3±8,0), no T2 (58,9±10,2) e no (100,0±32,9), bem como, para as limitações por aspectos emocionais ($p = 0,019$; Cohen's $d = 0,72$), cujas médias e desvio padrão no GP foram: no T1 (47,6±9,1), no T2 (66,6±9,9) e no T3 (68,5±8,8); no GC no T1 (49,1±10,6), no T2 (69,0±9,1) e no (61,9±9,4). Também houve melhoras no grupo GP no tempo nas variáveis estado geral de saúde ($p = 0,008$; Cohen's $d = 3,74$) cujas médias e desvio padrão foram no T1 (69,7±5,2), no T2 (71,0±5,8) e no T3 (81,2±4,5).

Para os efeitos do treinamento com Pilates na QV, houve interação grupo x tempo para os aspectos sociais ($p = 0,017$; Cohen's $d = 2,49$), cujas médias e desvio padrão no GP foram: no T1 (66,6±6,0), no T2 (81,6±6,0) e no T3 (81,9±3,7); no GC no T1 (77,6±5,7), no T2 (74,1±6,9) e no (66,0±8,2). Foi observada melhoras no grupo GP na saúde mental ($p = 0,003$; Cohen's $d = 1,56$), cujas médias e desvio padrão foram no T1 (56,5±3,2), no T2 (63,5±1,4) e no T3 (60,0±2,0).

As sobreviventes de CM atravessam problemas psicológicos, solidão, conflitos com os seus parceiros e familiares, dores físicas, estresse relacionado a fatores econômicos, dentre outros⁵. O exercício físico, independentemente da modalidade, é um meio que auxilia na maioria desses componentes da QV. Nesse contexto, a partir dos resultados, observou-se que o Mat Pilates possibilitou a melhora dos componentes da QV acima citados, os quais podem ser corroborados na literatura com estudos similares. Uma pesquisa¹⁵ avaliou o efeito de 16 semanas com o Mat Pilates, praticado três vezes na semana com sessões de 60 minutos, em mulheres com CM em hormonioterapia nos componentes da QV. Os pesquisadores observaram que a saúde global melhorou para ambos os grupos, GP e GC, além do GC apresentar melhores escores. Já no presente estudo, foi observado que o GP apresentou escores superiores no decorrer da intervenção. Eyigor et al.¹⁶ também avaliaram o efeito do MP na QV, cuja intervenção teve duração de oito semanas, em mulheres sobreviventes de CM que podiam estar fazendo ou não uso da hormonioterapia. Os pesquisadores observaram melhoras significativas somente para o GP, para os componentes capacidade funcional e sintomas relacionados ao CM. Contudo, no presente estudo, observou-se melhoras nas limitações nos aspectos físicos em ambos os grupos, com melhores escores para o GC.

Nos estudos acima citados, os questionários para avaliar a QV foram diferentes ao da presente pesquisa.

Já Paulo et al.⁹ utilizaram o mesmo instrumento de avaliação (SF-36), sendo que 9 meses de treinamento combinado (aeróbica + força) em sobreviventes de CM em hormonioterapia melhorou, no grupo intervenção, os seguintes desfechos: limitações por aspectos físicos, limitações por aspectos emocionais, estado geral de saúde e a saúde mental, variáveis que também apresentaram melhoras na presente intervenção no GP. As variáveis estado geral de saúde, função social, limitações por aspectos físicos também apresentaram melhoras significativas no GC na intervenção com o Mat Pilates. Esses resultados podem ter sido em decorrência às atividades desenvolvidas por esse grupo, as quais consistiam no aprendizado de técnicas de relaxamento e Mindfulness, métodos que influenciam positivamente na QV¹⁷.

Por outro lado, sob o ponto de vista prático, o Mat Pilates é uma modalidade cujos exercícios são praticados no solo em colchonetes, podendo ser na posição deitada, sentada, ajoelhada ou em pé, além disso, os mesmos podem ser praticados com ou sem acessórios (elásticos, bolas de diferentes tamanhos, caneleiras, halteres, elásticos, bastões, entre outros). Essas características fazem com que a modalidade seja de fácil acesso tanto para o praticante, quanto para aplicação do mesmo pelo Profissional de Educação Física. Ademais, o Mat Pilates pode ser praticado no ambiente hospitalar e na residência das pacientes. Quanto às limitações deste estudo, citam-se a falta de cegamento nas avaliações, bem como a falta de controle de intensidade da sessão de treinamento por meio da percepção subjetiva de esforço.

Conclusões

A partir da presente pesquisa, observa-se que 24 semanas de treinamento com o Mat Pilates, é capaz de melhorar componentes da QV, dentre eles: as limitações por aspectos físicos, emocionais, o estado geral de saúde e a saúde mental. Salienta-se também, que o Mat Pilates, ao ser praticado em grupo promove a socialização, fator importante para a melhora da QV.

Referências

- Sung H, Ferlay J, Siegel RL, et al. Global Cancer Statistics 2020: GLOBOCAN Estimates of Incidence and Mortality Worldwide for 36 Cancers in 185 Countries. *CA Cancer J Clin.* 2021;71(3):209-249. doi:10.3322/CAAC.21660
- INCA. ESTIMATIVA 2023/Incidência de Câncer No Brasil. Ministério Da Saúde.; 2023.
- Breastcancer.org. Inibidores de la aromatasa. Published 2012. Accessed April 20, 2021. https://www.breastcancer.org/es/tratamiento/hormonioterapia/inhibidores_aromatasa
- Breastcancer.org. Moduladores selectivos de los receptores de estrógeno (MSRE). Published 2012.
- Lee K, Jun HS. Health-related quality of life of premenopausal young breast cancer survivors undergoing endocrine therapy. *Eur J Oncol Nurs.* 2024;68(Epub):1-7. doi:10.1016/J.EJON.2023.102496
- Felce D, Perry J. Quality of life: Its definition and measurement. *Res Dev Disabil.* 1995;16(1):51-74. doi:10.1016/0891-4222(94)00028-8
- Costa DSJ, Mercieca-Bebber R, Rutherford C, Tait MA, King MT. How is quality of life defined and assessed in published research? *Qual Life Res.* 2021;30(8):2109-2121. doi:10.1007/S11136-021-02826-0/TABLES/2
- Briant A, Frandemiche C, Sevin E, et al. Supervised Physical Activity Quickly Improves Social Dimension of Quality of Life in Breast Cancer Patients. *Med Sci Sports Exerc.* 2022;54(12):2158-2166. doi:10.1249/MSS.0000000000003005
- Paulo TRS, Rossi FE, Viesel J, et al. The impact of an exercise program on quality of life in older breast cancer survivors undergoing aromatase inhibitor therapy: a randomized controlled trial. *Health Qual Life Outcomes.* 2019;17(1):17. doi:10.1186/s12955-019-1090-4
- Bertoli J, Ewertton JFIB, Luis B. BJAG, Critina PT F, Freitas. Mat Pilates as a new approach for breast cancer patients undergoing hormone therapy: a randomized controlled clinical trial study protocol (HAPiMat Study). *SportRxiv.* Published online 2020:1-29. doi:10.31236/OSF.IO/CJ379
- Garratt AM, Ruta DA, Abdalla MI, Buckingham JK, Russell IT. The SF36 health survey questionnaire: an outcome measure suitable for routine use within the NHS? *BMJ.* 1993;306(6890):1440-1444.
- Bertoli J, Bezerra E de S, Winters-Stone KM, Alberto Gobbo L, Freitas IF. Mat Pilates improves lower and upper body strength and flexibility in breast cancer survivors undergoing hormone therapy: a randomized controlled trial (HAPiMat study). *Disabil Rehabil.* 2023;45(3):494-503. doi:10.1080/09638288.2022.2032410
- Mark Williams DP. *Mindfulness: An Eight-Week Plan for Finding Peace in a Frantic World.* Little, Brown Book Group; 2015.
- Cohen J. *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences—Second Edition.* 12 Lawrence Erlbaum Associates Inc. Hillsdale, New Jersey. Published online 1988.
- Leite B, Andreatta Denig L, Boing L, de Bem Fretta T, Coutinho de Azevedo Guimarães A. Effects of Pilates method on quality of life, fatigue and sleep quality among breast cancer women receiving hormone therapy - Two-arm randomized clinical trial. *J Bodyw Mov Ther.* 2024;37(Epub):18-24. doi:10.1016/J.JBMT.2023.09.002
- Eyigor S, Karapolat H, Yesil H, Uslu R, Durmaz B. Effects of pilates exercises on functional capacity, flexibility, fatigue, depression and quality of life in female breast cancer patients: a randomized controlled study. *Eur J Phys Rehabil Med.* 2010;46(4):481-487. Accessed March 19, 2018.
- Bower JE, Partridge AH, Wolff AC, et al. Targeting Depressive Symptoms in Younger Breast Cancer Survivors: The Pathways to Wellness Randomized Controlled Trial of Mindfulness Meditation and Survivorship Education. *J Clin Oncol.* 2021;39(31):3473. doi:10.1200/JCO.21.00279.



Treinamento aquático e terrestre na capacidade funcional e Hb1Ac de pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2

AUTORES

Angelica Danielevicz
Larissa Leonel
Ingrid Alessandra Victoria Wolin
Marina Isolde Constantini
Herber Orlando Benitez
Mabel Diesel
Cintia de La Rocha Freitas
Rodrigo Sudatti Delevatti

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

angelica_danielevicz@hotmail.com

RESUMO

Pessoas com DM2 apresentam baixa aderência e desconforto associado às práticas de exercício tradicionais, por isso, modalidades alternativas como exercício em meio aquático devem ser investigadas. Este estudo objetivou verificar os efeitos de 11 semanas do treinamento combinado (aeróbio e força) em diferentes meios (aquático e terrestre) sobre desfechos funcionais e Hb1Ac de pacientes com diabetes tipo 2 (DM2). Trata-se de dados preliminares de um ensaio clínico randomizado comparador, com dois grupos em paralelo. Participaram adultos com DM2 de ambos os sexos, com idade entre 45 e 80 anos. O programa de treinamento foi aplicado três vezes por semana, em dias alternados, sendo realizado um treinamento combinado no meio aquático (GA) ou terrestre (GT). Foram avaliadas, no baseline e na 12ª semana, o desempenho nos testes: caminhada de 6 minutos (TC6M), Sentar e Levantar (SL), Sentar e Alcançar pelo Banco de Wells (Flex) TUG em velocidade habitual (TUG-hab) e máxima (TUG-max) e os níveis de HbA1c. A idade dos participantes foi de 60,45±8,72 anos, 19 mulheres. A aderência ao programa de treinamento foi de 83% no GA e 69% no GT ($p=1,000$). Ambos os grupos apresentaram melhoras no TC6M, TUG-hab, TUG-max e Flex ($p<0,001$), enquanto apenas o GA apresentou melhoras no SL ($p<0,001$). Não houve diferença na Hb1Ac. Concluímos que os treinamentos aquático e terrestre melhoram a capacidade funcional de pessoas com DM2, com destaque para melhora apenas no GA no SL. Ainda, 11 semanas parecem não ser suficiente para modificar significativamente os níveis de HbA1c.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus; Treinamento Combinado; Aptidão Física; Exercício aquático; Hemoglobina Glicada.

Introdução

O diabetes mellitus tipo 2 (DM2) é uma doença endócrina, de caráter crônico, caracterizada pela insuficiência absoluta ou relativa da secreção de insulina e diminuição da sensibilidade dos órgãos alvos à insulina, tendo como principal característica o nível elevado de glicose no sangue (hiperglicemia)¹. O quadro metabólico do DM2 associa-se à presença de outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs)², assim como, acarreta prejuízos na força muscular e na mobilidade funcional³.

Juntamente com modificações nos hábitos alimentares, estilo de vida e uso de fármacos, o exercício é um componente essencial dos programas de prevenção e tratamento da DM2. O treinamento físico, seja aeróbio, de força ou combinado (aeróbio e força), é amplamente recomendado, pois apresenta-se como um potente redutor nos valores de hemoglobina glicada (HbA1c), variando de 0,5% até 0,7%, sendo estas magnitudes comparáveis aos efeitos produzidos por fármacos hipoglicemiantes^{4,5}. Contudo, vale ressaltar que dependendo da modalidade (aeróbio ou força) há melhoras mais expressivas em determinados marcadores. Evidências apontam que o treinamento aeróbio apresenta melhoras mais expressivas nos níveis de insulina, HbA1c, capacidade aeróbia, enquanto o treinamento de força apresenta melhoras superiores nos ganhos neuromusculares, com aumento de força, potência muscular e remodelamento na quantidade e qualidade das fibras



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

musculares⁶. Neste sentido, o treinamento combinado tem adquirido notável espaço e indicações para a melhora do quadro dos pacientes com DM2, pelos benefícios sinérgicos das modalidades. Estudos apontam que o treinamento combinado é tão ou mais eficaz na redução da HbA1c quanto as formas de treinamento aeróbio e de força isoladas^{7,8,9}.

Apesar da literatura sólida dos efeitos benéficos gerados pela prática regular de exercícios físicos, no treinamento em meio terrestre observa-se uma sobrecarga expressiva no sistema osteomuscular, que é atenuado no meio aquático na posição vertical decorrente da redução do peso hidrostático. Nos últimos anos, alguns ensaios clínicos e revisões sistemáticas têm evidenciado benefícios do treinamento em meio aquático sobre a capacidade funcional e os níveis de HbA1c e consequente melhora na qualidade de vida de pacientes com DM2^{10,11,12,13,14}.

Os achados do treinamento em meio aquático em pacientes com DM2 são promissores, evidenciando efeitos metabólicos, funcionais, cardiorrespiratórios e hemodinâmicos similares aos realizados em meio terrestre, contudo, os poucos estudos que comparam o treinamento em meio aquático e terrestre nessa população prescrevem majoritariamente treinamento aeróbio, não havendo até o momento estudos congruentes que testaram o treinamento combinado nos diferentes meios^{13,14}. Diante disto, o objetivo do presente estudo é verificar os efeitos de 11 semanas do treinamento combinado (aeróbio e força) em diferentes meios (aquático e terrestre) sobre desfechos metabólicos e funcionais de pacientes com DM2.

Métodos

Trata-se de um relato dos dados preliminares dos desfechos de capacidade funcional e HbA1c de um ensaio clínico randomizado comparador, registrado com o acrônimo ALED- Aquatic and Land Exercise for Diabetes. Os participantes são adultos e idosos com DM2, de ambos os sexos, com idade entre 45 e 80 anos, que manifestassem interesse em participar do estudo e atendessem aos critérios de elegibilidade. A escolha dos participantes ocorreu de forma não-aleatória, por voluntariedade, a partir de divulgação via redes sociais (listas de e-mail, Facebook®, Instagram®, sites), cartazes na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), entrega de panfletos pelas proximidades e via anúncio em rádios, jornais e programas de televisão. Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em

Pesquisa com Seres Humanos da instituição de origem (protocolo 6.735.640) e registrado no Registro Brasileiro de Ensaios Clínicos (RBR-10fwqmfy).

Os participantes foram alocados randomicamente em um dos dois grupos do estudo (treinamento aquático (GA) e treinamento terrestre (GT)). A lista de alocação foi ocultada de todos os avaliadores dos desfechos. A randomização foi realizada em blocos com relação 1:1, estratificada por sexo e nível de HbA1c. O processo de randomização foi realizado no software on-line www.randomizer.org por pesquisador não envolvido nos demais procedimentos experimentais do estudo.

Para fins de caracterização da amostra, foram coletados, a partir de uma anamnese dados de identificação, informações sociodemográficas, condição de saúde e de estilo de vida. Os participantes foram submetidos a avaliações dos desfechos no baseline e na 12ª semana de treinamento. A hemoglobina glicada (desfecho primário) foi avaliada a partir de amostra de sangue total pela metodologia de Cromatografia Líquida de Alta Performance - HPLC em equipamento de automação. A flexibilidade foi mensurada por meio do teste “sentar e alcançar” (Flex). A força e resistência de membros inferiores foi mensurada através do teste de Sentar e Levantar da cadeira em 30 segundos (SL). A mobilidade funcional foi mensurada pelo teste Timed Up-and-Go em velocidade habitual (TUG-hab) e velocidade máxima (TUG-max) e a aptidão cardiorrespiratória foi avaliada pelo Teste de caminhada de 6 minutos (TC6M). A aderência (todas as sessões), desistência e eventos adversos (semanalmente) foram indagados aos participantes do estudo.

A intervenção ocorreu sob supervisão de profissionais de Educação Física, com base nas recomendações das diretrizes nacionais e internacionais destinadas ao público-alvo. O período de intervenção foi de 11 semanas, com frequência de três sessões semanais (segunda-feira, quarta-feira e sexta-feira), sendo realizado o treinamento combinado (aeróbio + força) em meio aquático ou terrestre. As sessões de treinamento tiveram a duração de 60 minutos, sendo, no geral, os 5 a 10 minutos iniciais destinados ao aquecimento, 40 a 50 minutos de parte principal (treinamento aeróbio e força) e os 5 a 10 minutos finais destinados à volta calma (alongamento para os principais grupos musculares) e encerramento da sessão.

O treinamento aeróbio foi prescrito de forma contínua, numa intensidade que progrediu de leve à difícil, controlada a partir da percepção subjetiva de esforço

(escala de Borg, 6 a 20 pontos). O treinamento de força foi composto por exercícios para os principais grupos musculares, executados de maneira dinâmica, envolvendo a resistência da água ou materiais alternativos no ambiente aquático e quilagem dos equipamentos no ambiente terrestre. A intensidade do treinamento de força no ambiente aquático foi dada pela máxima velocidade e no ambiente terrestre foi controlada com base em zona alvo de repetições.

Os dados foram analisados por meio do pacote estatístico SPSS, versão 23.0. O índice de significância adotado foi de 0,05. Porém para interações tempo*grupo, consideramos como marginalmente significativo um $p < 0,10^{15}$. Para comparação dos grupos quanto às características gerais no momento pré-intervenção será utilizada teste qui-quadrado e teste t de Student para amostras não pareadas. Para comparações intergrupos as Equações de Estimativas Generalizadas, seguida do teste post hoc de Bonferroni, foi aplicada.

Resultados e discussão

Participaram do estudo 37 indivíduos (19 mulheres; $60,45 \pm 8,72$ anos), sendo 20 no GA e 17 no GT. Os resultados de 11 semanas de treinamento combinado em meio aquático e terrestre, apresentaram aderência considerada satisfatória, com 69% no GT e 83% no GA e não houve eventos adversos graves. Os resultados dos testes de capacidade funcional nos momentos pré e pós-intervenção revelam melhora significativa em ambos os grupos no TC6M ($p < 0,001$), Flex ($p < 0,001$), TUG-hab ($p < 0,001$) e TUG-max ($p < 0,001$), e uma melhora significativa apenas no GA no teste SL ($p < 0,001$). Não houve diferença nos valores HbA1c ($p = 0,337$).

Os resultados positivos do presente estudo na maioria dos desfechos de capacidade funcional para os dois grupos já eram esperados e vão de encontro aos resultados encontrados na literatura que mostram benefícios do treinamento combinado em diferentes meios em adultos e idosos. Destaca-se o fato de que não houve diferença na magnitude de melhora entre os grupos, obtendo-se uma melhora semelhante no TC6M, TUG-hab, TUG-max e Flex, e, de certa forma, surpreende com uma superioridade de GA na força e resistência muscular de membros inferiores, analisado pelo teste SL. Esse resultado mostra que o treinamento aquático, prescrito por repetições na velocidade máxima, como no presente estudo, pode promover ganhos de força e resistência muscular mais pronunciados do que treinamento tradicional em academia na população com

DM2, além da proteção osteoarticular e alívio de desconfortos atrelados ao meio, que pode explicar também, a maior aderência encontrada no GA.

Ainda, quanto às melhoras funcionais que ocorreram em ambos os grupos, destaca-se a melhora no TC6M, no qual GA teve um aumento médio de $30,30 \pm 11,84$ e GT de $29,16 \pm 8,79$ metros. O TC6M é um teste de exercício submáximo usado para quantificar a capacidade funcional de exercício em populações clínicas, e estudos mostram quem uma melhora entre 14,0 e 30,5 metros são consideradas clinicamente relevantes¹⁶ para melhor qualidade de vida e diminuição da mortalidade.

A ausência de uma redução significativa nos níveis de HbA1c pode ser devido ao número limitado de participantes, tratando-se de resultados preliminares do estudo, sem o n amostral completo. A duração do treinamento (11 semanas), também pode estar associado à ausência de redução da HbA1c, que corrobora com outros estudos que não encontraram mudanças em 12 semanas ou menos de exercício físico em pacientes com DM2¹⁷.

O presente um baixo n amostral, porém, este é um recorde com dados preliminares de um macro-projeção ainda em andamento, que deve finalizar em 2025 com 32 participantes em cada grupo, de acordo com o cálculo amostral previamente realizado. Como pontos fortes, trata-se do primeiro ensaio clínico que compara treinamento combinado aquático e terrestre, com equivalência da periodização de volume e intensidade, em diferentes desfechos de pacientes com DM2.

Conclusões

Em conclusão, os resultados do estudo sugerem que 11 semanas de treinamento combinado aquático é superior ao treinamento combinado terrestre na força e resistência muscular de membros inferiores e que ambos os meios (aquático e terrestre) promovem melhoras nos desfechos funcionais de aptidão cardiorrespiratória, mobilidade funcional e flexibilidade de indivíduos com DM2. Além disso, 11 semanas de treinamento combinado em diferentes meios, não parecem ser suficientes para modificar os níveis de HbA1c em indivíduos com DM2.

Referências

1. Banday MZ, Sameer AS, Nissar S. Pathophysiology of diabetes: An overview. *Avicenna Journal of Medicine*. 2020 Oct 13;10(4):174–88.
2. Jaiswal M, Schinske A, Pop-Busui R. Lipids and lipid management in diabetes. *Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism*. 2014 Jun;28(3):325–38.

3. Volpato S, Bianchi L, Lauretani F, Bandinelli S, Guralnik JM, Zuliani G, et al. Role of muscle mass and muscle quality in the association between diabetes and gait speed. *Diabetes Care*. 2012 Aug;35(8):1672–9.
4. Maloney A, Rosenstock J, Fonseca V. A model-based meta-analysis of 24 antihyperglycemic drugs for type 2 diabetes: Comparison of treatment effects at therapeutic doses. *Clinical Pharmacology and Therapeutics*. 2019 May;105(5):1213–23.
5. American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes. *Diabetes Care*. 2023;44(Suppl 1).
6. Zanuso S, Jimenez A, Pugliese G, Corigliano G, Balducci S. Exercise in type 2 diabetes: Genetic, metabolic and neuromuscular adaptations. A review of the evidence. *British Journal of Sports Medicine*. 2017 Nov;51(21):1533–8.
7. Mannucci E, Bonifazi A, Monami M. Comparison between different types of exercise training in patients with type 2 diabetes mellitus: A systematic review and network meta-analysis of randomized controlled trials. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*. 2021 Jun 30;31(7):1985–92.
8. Pan B, Ge L, Xun Y, Chen C, Yang K, Guo Y, et al. Exercise training modalities in patients with type 2 diabetes mellitus: A systematic review and network meta-analysis. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2018 May 25;15(1):72.
9. Umpierre D, Ribeiro PA, Kramer CK, Leitão CB, Zucatti AT, Azevedo MJ, et al. Physical activity advice only or structured exercise training and association with HbA1c levels in type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. *JAMA*. 2011 May 4;305(17):1790–9.
10. Delevatti R, Dal Pupo J, Messias LP, Giacomini F, Kanitz AC, Alberton CL, et al. Vertical ground reaction force during land- and water-based exercise performed by patients with type 2 diabetes. *Medicina Sportiva*. 2015;8.
11. Kruehl LFM, Posser MS, Alberton CL, Pinto SS, Araujo CL. Alterações fisiológicas e biomecânicas em indivíduos praticando exercícios de hidroginástica dentro e fora d'água. *Kinesis*. 2001.
12. Pendergast DR, Moon RE, Krasney JJ, Held HE, Zamparo P. Human physiology in an aquatic environment. *Comprehensive Physiology*. 2015 Sep 20;5(4):1705–50.
13. Leonel LDS, Fernandes PTA, Peres DS, Oliveira DS, Silva RA, Pontes JR, et al. Aquatic training improves HbA1c, blood pressure and functional outcomes of patients with type 2 diabetes: A systematic review with meta-analysis. *Diabetes Research and Clinical Practice*. 2023 Feb 11;110575.
14. Rees JL, Johnson ST, Boulé NG. Aquatic exercise for adults with type 2 diabetes: A meta-analysis. *Acta Diabetologica*. 2017 Oct;54(10):895–904.
15. Montgomery DC. Design and analysis of experiments. 8th ed. New Jersey: John Wiley & Sons; 2017.
16. Bohannon RW, Crouch R. Minimal clinically important difference for change in 6-minute walk test distance of adults with pathology: A systematic review. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*. 2017 Apr;23(2):377–8
17. Jorge MLMP, de Oliveira VN, Resende NM, Paraiso LF, Calixto A, Diniz AL, et al. The effects of aerobic, resistance, and combined exercise on metabolic control, inflammatory markers, adipocytokines, and muscle insulin signaling in patients with type 2 diabetes mellitus. *Metabolism*. 2011 Sep;60(9):1244–52.



EIXO 4
EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO EM SAÚDE.



Projeto Dia Zen: uma intervenção descontraída na rotina dos residentes

AUTORES

Marcos Bauer Torriani
João Pedro Elias Deodato
Caroline Rosso
Hellen Moraes Biehl
Isadora Helena Bento Capelini
Lariza Ragnini
Maria Eduarda Oliveira Cardoso
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

marcosbauer@unesc.net

RESUMO

O projeto “Dia Zen” foi desenvolvido para atender as necessidades de um momento de descontração dos alunos do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da UNESC, os quais enfrentam uma rotina exigente de 60 horas semanais. Essa carga horária é estabelecida conforme a Lei nº 11.129/2005, que regulamenta o programa de Residência Multiprofissional como uma pós-graduação lato sensu direcionada para a formação continuada dos profissionais de saúde. Assim, o objetivo desse trabalho é relatar as atividades realizadas no projeto do “Dia Zen”, que foi implementado para promover o bem-estar por meio de atividades recreativas como sessão de cinema, festas temáticas e jogos cooperativos. O projeto foi avaliado por meio de questionários e os resultados mostraram altos índices de satisfação, com média de notas superior a 9.

Palavras-chave: Brasil; Saúde Mental; Programa de Pós-Graduação em Saúde; Residência não Médica não Odontológica; Atividades de Lazer.

Introdução

As Residências Multiprofissionais em Saúde, instituídas pela Lei nº 11.129 de 30 de junho de 2005, são programas de pós-graduação lato sensu com duração mínima de dois anos, voltados para profissionais da saúde e caracterizados pelo ensino em serviço¹. Com carga horária de 60 horas semanais — 40 horas em prática e 20 horas em aulas teóricas — os residentes atuam em diferentes áreas da saúde com base nos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), buscando atender às necessidades locais e regionais. As áreas abrangidas incluem Biomedicina, Ciências Biológicas, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Medicina Veterinária, Nutrição, Odontologia, Psicologia, Serviço Social e Terapia Ocupacional².

Em Criciúma, os residentes trabalham em diversos serviços de saúde, integrando-se na rede local e aplicando uma abordagem coletiva e clínica, fundamentada nos princípios da integralidade e do modelo de vigilância à saúde do SUS. No entanto, o programa pode gerar estresse devido a pressões internas e externas, como sobrecarga de trabalho, alta carga horária e falta de reconhecimento. Um estudo de 2013 revelou que 51,1% dos residentes apresentavam transtornos mentais comuns, destacando a necessidade de estratégias para melhorar a qualidade de vida desses profissionais³.

Para mitigar o estresse, foi criado o “Dia Zen”, uma iniciativa inserida na disciplina de Educação em Saúde. O objetivo do Dia Zen é proporcionar aos residentes um espaço de relaxamento e lazer para aliviar o estresse associado à rotina intensa. Através de dinâmicas e atividades, busca-se oferecer momentos de descontração e bem-estar, melhorando a qualidade de vida e promovendo a socialização entre colegas, além de contribuir para a recuperação das energias e aumento da produtividade. Assim, o objetivo desse tra-



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

balho é relatar as atividades desenvolvidas no projeto.

Métodos

O projeto “Dia Zen” foi desenvolvido para proporcionar momentos de descontração e alívio do estresse para os residentes em Saúde dos editais de 2023/2024. Este projeto de intervenção consistiu na realização de três eventos principais ao longo do ano, cada um com uma abordagem distinta para promover o bem-estar dos participantes. As atividades foram planejadas para ocorrer em diferentes locais da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), ajustando-se aos espaços disponíveis e às necessidades específicas de cada evento.

A residência da universidade conta com 32 residentes no total, sendo 14 de saúde mental, atenção e reabilitação psicossocial, 7 de atenção básica e saúde da família e 11 de saúde coletiva, sendo todos do segundo ano de residência.

A primeira atividade foi uma sessão de cinema realizada na Sala de Dinâmicas de Grupo do curso de Psicologia da UNESC. Durante esta sessão, os residentes assistiram ao filme “Uma ideia de você”, acompanhado de petiscos como cachorro-quente, pipoca, cuscuz e refrigerante. Para garantir um ambiente confortável e acolhedor, foram disponibilizados colchonetes, almofadas e travesseiros. A carga horária para esta atividade foi de 4 horas, com a mediação realizada por quatro residentes e uma professora responsável.

A segunda atividade, uma Festa Junina, ocorreu no Centro de Convivência da UNESC. Os residentes participaram na confecção das decorações juninas e na preparação das comidas típicas. A festa incluiu dinâmicas tradicionais como cabo de guerra, corrida de saco e ovo na colher. Os participantes foram divididos em equipes para competir em várias provas, com a equipe vencedora sendo aquela que acumulou mais pontos. Esta atividade também teve uma carga horária de 4 horas e contou com a mediação de seis residentes e uma professora.

O terceiro evento focou nos jogos cooperativos e foi realizado no ginásio de esportes da UNESC. Os jogos incluíram queimada e vôlei, e os residentes foram divididos em equipes para competir. As atividades foram projetadas para fomentar a cooperação e a interação social entre os participantes, e as equipes vencedoras receberam prêmios simbólicos. Esta etapa também teve uma duração de 4 horas, com a participação de seis residentes e uma professora como mediadora.

Para garantir o sucesso do projeto, foram realizadas reuniões com a equipe coordenadora e a professora

da disciplina de Educação em Saúde para definir os objetivos e planejar as ações. Cada atividade foi cuidadosamente planejada, incluindo a definição de recursos necessários, como espaço, materiais e alimentação. O levantamento das necessidades foi feito levando em consideração a carga de trabalho e o estresse enfrentado pelos residentes, identificando a necessidade de oferecer momentos de lazer e descontração.

A avaliação do projeto foi realizada por meio de um formulário do Google, que permitiu aos participantes atribuir uma nota de 0 a 10 para cada atividade e fornecer feedback detalhado sobre suas experiências e percepções. Esta avaliação ajudou a medir o impacto das atividades e a ajustar futuras intervenções para melhor atender às necessidades dos residentes. O “Dia Zen” foi projetado para oferecer alívio ao estresse cotidiano dos residentes, proporcionando momentos de relaxamento e oportunidades para socialização, visando melhorar sua qualidade de vida e bem-estar geral.

Resultados e discussão

A atividade foi executada em três datas distintas ao longo do período vespertino, com o objetivo de aliviar a rotina diária e proporcionar cuidados com a saúde geral, além de fomentar a união e a competição saudável entre os participantes.

O primeiro evento ocorreu no dia 28 de maio de 2024 e teve como temática uma sessão de cinema. O encontro foi realizado em uma sala da universidade, transformada para oferecer um ambiente aconchegante com almofadas, cobertores e colchonetes. Durante a sessão, os residentes assistiram a um filme e participaram de momentos de alimentação e interação, além de uma roda de conversa. A experiência foi avaliada positivamente pelos participantes, com uma média de nota 9,2 em uma escala de 0 (ruim) a 10 (excelente) no questionário virtual enviado pelo Google Forms. Os comentários refletiram satisfação com o ambiente e a proposta do evento.

O segundo Dia Zen aconteceu em 9 de julho de 2024 e foi centrado em uma festa junina, realizada no Centro de Convivência da universidade. O espaço foi decorado com motivos típicos e ofereceu uma variedade de comidas tradicionais, como cachorro-quente, canjica, pé-de-moleque, quentão, cocada e pinhão, preparadas com a contribuição dos residentes, que se dividiram em grupos para trazer pratos típicos. Os participantes foram incentivados a se vestir de acordo com o tema e participaram de quatro dinâmicas: “cor-

rida do ovo”, “corrida do saco”, “acerte o cone” e “cabo de guerra”. Cada atividade tinha uma pontuação específica, com pontos acumulativos para determinar um vencedor. Após as competições, houve um momento de confraternização com músicas juninas e degustação das comidas preparadas. O evento foi bem recebido, com uma média de nota 9,7 no questionário, destacando a alta satisfação com as atividades e o ambiente festivo.

O terceiro Dia Zen está programado para 27 de agosto de 2024, e, portanto, ainda não foi avaliado. No entanto, os resultados positivos dos eventos anteriores indicam que o projeto tem sido eficaz em promover a saúde física e mental dos residentes, além de fortalecer os vínculos entre os colegas.

De modo geral, os residentes perceberam melhora quanto a sua qualidade de vida, relatando falas, coletadas na pesquisa, como: “Muito bom! Recomendo os dias Zen para relaxar, interagir com os outros residentes e desvincular um pouco do trabalho”; “Foi um momento relaxante e divertido”; “Lembranças da infância”.

Denotando assim a factibilidade e eficiência das atividades realizadas em proporcionar momento de lazer, relaxamento, desligamento e bem-estar nos residentes.

Em termos de riscos, não foram identificados incidentes durante as atividades realizadas. Os benefícios do Dia Zen incluem a promoção de relaxamento, momentos de descontração e a melhoria da saúde geral dos participantes. Os eventos proporcionaram o alívio do estresse cotidiano e contribuíram para a criação de um ambiente de apoio e cooperação entre os residentes, reforçando o propósito de oferecer um espaço para revigorar a integridade física e mental dos envolvidos.

Conclusões

A avaliação individual dos residentes indica que o Dia Zen foi efetivo em proporcionar momentos de distração, relaxamento e interação, essenciais para aliviar o desgaste físico e mental, permitindo que retornassem às suas rotinas de forma mais leve. A inovação de oferecer um dia diferente da rotina convencional trouxe desafios, como a escolha adequada das atividades, a duração delas e a necessidade de espaços apropriados e recursos físicos adequados. Contudo, a adesão dos residentes foi positiva, com grande interesse e participação nas atividades propostas, resultando em feedback favorável. O ambiente descontraído contribuiu para reduzir o estresse e melhorar o humor, promovendo o bem-estar coletivo.

Referências

1. BRASIL. LEI N°11.129, DE 30 DE JUNHO DE 2005. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.
2. BRASIL. PORTARIA N°1.077, DE 12 DE NOVEMBRO DE 2009. Brasília: Ministério da Educação, 2009.3. Residência Multiprofissional. Universidade do Extremo Sul Catarinense, Brasil, jan. 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sgtes/deges/legislacao/2018-e-antes/2009/portaria-n-1077-12-novembro-2009.pdf/view#:~:text=Disp%C3%B5e%20sobre%20a%20Resid%C3%Aancia%20Multiprofissional,de%20Resid%C3%Aancia%20Multiprofissional%20em%20Sa%C3%BAde.> Acesso em: 14 mar. 2024.



Saúde bucal e pessoas em situação de rua: um manual para profissionais de saúde

AUTORES

João Vinícius Peruchi Woichinevski
João Pedro Castro Elias Deodato
Caroline Pacheco Rodrigues
Caroline Luchtemberg Homem
Eloisa Alves Borges
Júlia Lessa Ribeiro
Shirlene Natividade dos Santos da Silva
Willians Cassiano Longen
Geiziane Laurindo de Morais
Susana Cararo Confortin

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

joaoviniiciuswoichi@unesc.net

RESUMO

O fenômeno de estar em situação de rua pode constituir-se em um importante fator de exclusão na assistência à saúde, tornando essencial que os profissionais de saúde que estão diretamente em contato com essa população estejam capacitados para atender as suas principais demandas. O objetivo do trabalho é apresentar um relato de experiência do desenvolvimento de um material de apoio (manual) para os profissionais de saúde contendo um conjunto de informações e recomendações sobre saúde bucal a fim de promover maior assistência às pessoas em situação de rua. O manual foi construído a partir de 3 etapas: o levantamento das necessidades através da aplicação de um questionário às pessoas em situação de rua, a construção do material através de um aplicativo digital e a apresentação do manual para profissionais de saúde que atuam nas equipes de consultório na rua e nos Centros de Atenção Psicossociais. Durante a aplicação, observou-se que os profissionais enfrentam dúvidas em como manejar pacientes com demandas de saúde bucal, especialmente em situações de urgência e emergência. Os resultados mostraram-se satisfatórios, proporcionando uma melhor compreensão e utilização dos recursos disponíveis para auxiliar na saúde bucal dos indivíduos em situação de vulnerabilidade. A experiência de aplicação do projeto foi eficaz, alcançando os objetivos propostos e resultando em um produto de fácil entendimento, que pode ser utilizado por qualquer profissional de saúde frente às demandas apresentadas. Assim, o manual se revela uma ferramenta valiosa para melhorar a assistência a essa população, promovendo um cuidado mais integral e humanizado.

Palavras-chave: Saúde Bucal; Saúde Coletiva; Guia de Boas Práticas; População em Situação de Rua.

Introdução

Em dezembro de 2009, foi promulgada e instituída a Política Nacional para a População em Situação de Rua (PNPSR), que considera a População em Situação de Rua (PSR) como um grupo diversificado que possui em sua maioria a pobreza extrema, vínculos familiares interrompidos ou de difícil diálogo e a inexistência de moradia convencional regular como fatores em comum¹.

Segundo pesquisas no território nacional no ano de 2022 um indivíduo a cada mil estava vivendo em situação de rua, conforme o sistema de Cadastro Único para Programas Sociais 236.400 brasileiros enfrentam diariamente a rotina das ruas².

Para apoio da PSR entre o ano de 2017 e 2022 foram registrados o aumento de centros de referência em diversos municípios para atender e integrar com humanidade esse coletivo, valorizando o direito à cidadania e, principalmente, à saúde através dos seus serviços e programas especializados².

Entre as justificativas para atual condição de vida estão o uso abusivo de álcool e outras drogas, o desemprego, o sentimento de liberdade que é vivenciado nas ruas e brigas familiares³.

Apesar da PNPSR visar os cuidados de saúde à PSR, os serviços assistenciais e de albergamento carecem de infraestrutura e recursos humanos para o atendimento à saúde, além de não apresentarem relações estruturadas para a atenção básica⁴. Desse modo, essas confluências de vulnerabilidades sociais, como na seguridade social e saúde, tornam a PSR mais fragilizada na realização da cidadania plena⁵.

A educação permanente em saúde é pensar constantemente em me-



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

lhorias nas abordagens e atendimentos, ou seja, atingir com mais qualidade e organização a população direcionada, de modo que se ampliem as formas de cuidado entre paciente e profissionais⁶.

Para melhorar a capacidade de resposta às demandas e necessidades de saúde inerentes às PSR, o Ministério da Saúde publicou a Portaria nº 122, de 25 de janeiro de 2012, que define as diretrizes de organização e funcionamento das Equipes de Consultório na Rua (eCnR) como porta de entrada deste segmento populacional nos serviços de atenção. As equipes devem ser compostas obrigatoriamente por enfermeiro, psicólogo, assistente social e terapeuta ocupacional, apenas⁷.

O atendimento adequado para as PSR representa um desafio a mais para o SUS devido a diversos fatores que podem dificultar o acesso e a continuidade no atendimento dessa população. Reverter este processo implica em ações estruturais alinhadas com as necessidades apontadas e com as características desta massa social.

As barreiras de acesso aos serviços odontológicos e direitos básicos de higiene, fazem com que essa população apresente diversas condições bucais as quais torna esse grupo específico mais vulnerável. Sendo assim, é de suma importância que os profissionais de saúde que estão diretamente em contato com essa população tenham conhecimentos e habilidades para orientar e direcionar corretamente as principais demandas específicas dessa população.

O objetivo do trabalho é apresentar um relato de experiência do desenvolvimento de um material de apoio (manual) para os profissionais de saúde contendo um conjunto de informações e recomendações sobre saúde bucal a fim de promover maior assistência às pessoas em situação de rua.

Métodos

Para a construção do manual, foram realizadas escutas qualificadas com pessoas em situação de rua, o levantamento das principais queixas relacionadas a saúde bucal que poderiam ser atendidas e cuidadas com auxílio do produto idealizado.

A PSR foi entrevistada em forma de conversa, das quais foram relatadas muitas queixas de incômodos referentes a dor, como também numerosas faltas de orientações a respeito da higiene e dos serviços odontológicos disponíveis.

Posterior à escuta qualificada, os dados coletados foram analisados e discutidos entre uma equipe multiprofissional para encontrar, com maior eficiência, pos-

síveis soluções práticas e objetivas às queixas elencadas, em finalidade de que se cumpra uma melhor saúde bucal das PSR com base na resolução dos desafios encontrados.

Nesse âmbito, esse projeto foi realizado coletivamente pela construção de um produto piloto, visando a solução dos problemas encontrados na população alvo com a contribuição de diversas perspectivas sobre o assunto.

Dessa forma, foi-se pensado na facilidade de os profissionais apresentarem este manual para a população, com o objetivo de que se tenha um fácil entendimento e uma maior efetividade na execução dos itens recomendados, como a higienização correta da boca, os cuidados com os dentes, língua e gengiva através de ilustrações didáticas e intuitivas.

No manual, também foram dispostas informações gerais sobre diversas doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, hipertensão arterial sistêmica (HAS) e hipotireoidismo, que podem refletir negativamente na higiene bucal, demonstrando a importância da saúde plena do indivíduo em situação de rua, não só apenas da odontológica.

Em instância secundária, neste livreto, houve a exposição de cuidados relacionados ao trauma odontológico, de forma que cita sinais e sintomas para o atendimento de urgência, enquanto instrui o comportamento do profissional de saúde à procedimentos para reparar danos, por exemplo, em fraturas, luxações ou avulsões, ademais, também se foi abordado sobre temas de infecções dentárias e câncer bucal.

Após a elaboração do piloto, realizou-se a apresentação deste material para profissionais que, diariamente, estão à frente no cuidado de PSR, na qual algumas sugestões de adaptação foram feitas e, em vista disso, esse arquétipo foi ajustado para melhor enquadramento na rotina dos atendimentos e na prática clínica.

Almeja-se que o produto (manual) seja compartilhado para outros profissionais apontarem sugestões, lapidando e aperfeiçoando-o para a realidade do município, em viés de que possa ser utilizado como uma ferramenta de cuidado na prevenção, na promoção e na recuperação de saúde, sendo uma ferramenta de aplicação econômica viável e de grande potencial preventivo proporcionando mais qualidade de vida.

Os cuidados em saúde propostos no manual objetivam a garantia da cidadania desta população vulnerável em diversos aspectos, proporcionando o acesso ao cuidado em saúde adequado, como está proposto em nossa constituição - independente de escolhas pessoais

ou situação socioeconômica-, contribuindo para uma política pública efetiva e equitativa.

Resultados e discussão

O manual de saúde bucal com as recomendações e orientações acerca do cuidado da saúde bucal de PSR, foi construído para ser didático e de fácil compreensão, para que qualquer profissional de saúde consiga entender e utilizar esse conhecimento para atender essa população de forma mais humanizada e integral. A experiência de aplicação do projeto foi avaliada como eficaz, alcançando os objetivos propostos. Durante a capacitação do manual, observou-se que os profissionais apresentavam muitas dúvidas a respeito de como manejar pacientes com demandas de saúde bucal, especialmente em situações de urgência e emergência, além de incertezas sobre as ações que podiam realizar dentro do serviço e os encaminhamentos adequados. Também surgiram questionamentos sobre o funcionamento da odontologia e os direitos das pessoas em situação de rua no protocolo de saúde bucal de Criciúma, revelando uma falta de clareza sobre esses temas. Os resultados do projeto foram positivos, contribuindo para que a equipe compreendesse melhor e utilizasse os recursos disponíveis para ajudar os usuários nas questões de saúde bucal. O manual foi devidamente apresentado e as dúvidas dos profissionais foram esclarecidas, resultando em feedbacks imediatos e comentários favoráveis da equipe. Não foram observadas consequências negativas.

Conclusões

A elaboração do manual é fundamentada em recursos científicos, e o questionário foi estruturado com base na literatura, refletindo as experiências relatadas por pessoas em situação de rua entrevistadas. Dessa forma, o material foi adaptado à realidade da população atendida. O desenvolvimento do manual foi focado em seus objetivos, resultando em um produto de fácil compreensão para profissionais de saúde que não são cirurgiões-dentistas. Isso permite que esses profissionais entendam as informações apresentadas e as transmitam adequadamente, facilitando o atendimento a aqueles que necessitam de auxílio urgente e emergente. A capacitação dos profissionais para o uso do manual foi planejada para resolver as dúvidas mais comuns relacionadas às demandas de saúde bucal observadas no serviço. A experiência foi bem avaliada tanto pelos profissionais capacitados quanto pelos autores responsáveis pelo projeto.

Referências

1. Brasil. Decreto nº 7.053, de 23 de dezembro de 2009. Política Nacional para a População em Situação de Rua. Constituição (2009).
2. Ministério da Cidadania (Brasil). Relatório Preliminar População em Situação de Rua - Diagnóstico com base nos dados e informações disponíveis em registros administrativos e sistemas do governo federal. Brasília: Ministério da Cidadania; 2022. 150 p.
3. Queiroz DC, Veras RM, Menezes AEG da S. Ações de assistência à saúde ofertadas à população em situação de rua: estado da arte. *Ciênc saúde coletiva* [Internet]. 2024Aug;29(8):e05482024. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024298.05482024>.
4. Hallais JA da S, Barros NF de. Consultório na Rua: visibilidades, invisibilidades e hipervisibilidade. *Cad Saúde Pública* [Internet]. 2015Jul;31(7):1497-504. Available from: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00143114>.
5. Carmo ME do, Guizardi FL. O conceito de vulnerabilidade e seus sentidos para as políticas públicas de saúde e assistência social. *Cad Saúde Pública* [Internet]. 2018;34(3):e00101417. Available from: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00101417>.
6. Mattos RA. Os sentidos da integralidade: algumas reflexões sobre os valores que merecem ser defendidos. In: Pinheiro R, Mattos RA, organizadores. *Os sentidos da integralidade na atenção e no cuidado à saúde*. Rio de Janeiro: IMS, UERJ, ABRASCO; 2001. pág. 61.
7. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 122, de 01 de fevereiro de 2012.



EIXO 5
TECNOLOGIA E INOVAÇÃO EM SAÚDE



e-SUS Atividade Coletiva: uma ferramenta para a informatização da Atenção Primária à Saúde

AUTORES

Vanessa Pereira Corrêa
João Paulo Lucchetta Pompermaier
Arthur Thives Mello
Caticle Raquel Schmidt
Ianka Cristina Celuppi
Célio Cunha
Jades Hammes
Raul Sidnei Wazlawick
Eduardo Dalmarco

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

vanessa.correa@bridge.ufsc.br

RESUMO

A informatização do Sistema Único de Saúde tem melhorado a Atenção Primária à Saúde (APS), tornando-a mais integrada, ágil e eficaz, aprimorando a organização e o fluxo das informações. Lançada em 2013, a estratégia e-SUS APS visa modernizar a APS, com destaque para a aplicação móvel e-SUS Atividade Coletiva (e-SUS AC). Este estudo teve como objetivo descrever as funcionalidades e o uso da aplicação móvel e-SUS AC no âmbito da APS. Para tanto, foi realizado um estudo descritivo com base em dados coletados em setembro de 2024, utilizando tanto a documentação do sistema quanto informações do Google Analytics. A aplicação móvel e-SUS AC, acessível em tablets, facilita o registro digital de atividades coletivas em locais de difícil acesso e integra-se ao Prontuário Eletrônico do Cidadão, melhorando a troca e segurança de dados. A versão 1.0.00 da aplicação e-SUS AC foi lançada em 5 de outubro de 2018 com o objetivo de agilizar e simplificar o registro de atividades coletivas em saúde, promovendo economia e eficiência ao substituir registros em papel e minimizar duplicações. Desde sua introdução, o número de usuários ativos cresceu 61%. Conclui-se que o uso da aplicação e-SUS AC é importante para a digitalização do Sistema Único de Saúde e vem tendo uma importante adesão, contudo, ainda há desafios relacionados à infraestrutura e à integração de sistemas. Um novo módulo do e-SUS AC para o Prontuário Eletrônico do Cidadão está previsto para ser lançado em novembro de 2024.

Palavras-chave: Aplicativos móveis; Atenção Primária à Saúde; Tecnologia digital.

Introdução

O Sistema Único de Saúde (SUS) é o principal pilar da saúde pública no Brasil, e a Atenção Primária à Saúde (APS) se caracteriza como sua principal porta de entrada¹. A estratégia e-SUS APS foi lançada pelo Ministério da Saúde em 2013 com o objetivo de reestruturar, modernizar e informatizar a APS em todo o país, para ofertar suporte efetivo aos municípios e serviços de saúde². Dentro da estratégia, diversos componentes foram desenvolvidos, entre eles o e-SUS Atividade Coletiva (e-SUS AC) (<https://www.gov.br/pt-br/apps/e-sus-ab-atividade-coletiva>), foco deste estudo³. As ações desenvolvidas pelas equipes de APS podem ser classificadas como administrativas e em saúde, entre as quais se encontram as atividades coletivas. As ações coletivas administrativas são reuniões de equipe ou com outras equipes, e reuniões intersetoriais, ou com outros colegiados. Já as ações coletivas em saúde são as de educação em saúde, atendimento/avaliação em grupo e mobilização social.

Na APS, as ações coletivas são essenciais para promover a saúde e prevenir doenças, uma vez que o modelo integral e comunitário de cuidados é adotado. Diversos profissionais de saúde participam dessas iniciativas, incluindo médicos, enfermeiros, dentistas, nutricionistas, fisioterapeutas, educadores físicos e psicólogos. O trabalho em conjunto desses especialistas resulta no desenvolvimento de estratégias eficazes para a comunidade. Além disso, a cooperação entre esses profissionais possibilita um atendimento abrangente e coordenado, pois aborda de forma eficiente as necessidades da população e promove um enfoque holístico - ou seja, de forma



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

integral - na saúde e no bem-estar comunitário. Nesse sentido, foi desenvolvida a aplicação móvel e-SUS AC com a finalidade de registrar digitalmente as referidas ações realizadas pelos profissionais de saúde³.

A informatização dos processos do SUS representa um passo importante para o avanço dos atendimentos da APS, de forma integrada, ágil e eficaz, melhorando a organização e o fluxo de informações. Além disso, as tecnologias também contribuem para responder às crescentes demandas dos sistemas de saúde, reflexos do envelhecimento da população brasileira e do aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis. Nesse sentido, o e-SUS AC se configura como uma importante ferramenta para os profissionais de saúde realizarem atividades de cuidados odontológicos; suporte especializado em nutrição, fisioterapia e psicologia; promoção de atividades físicas; educação e promoção à saúde; grupos de acompanhamento de gestantes; entre outras ações coletivas.

A implementação do e-SUS AC é mais uma ação da estratégia e-SUS APS que busca integrar os dados de saúde para facilitar o acompanhamento dos pacientes, bem como a gestão dos serviços de saúde. Nesse sentido, o objetivo do presente trabalho é descrever as funcionalidades e o uso da aplicação móvel e-SUS AC no âmbito da APS.

Métodos

Este estudo é uma análise descritiva da aplicação móvel e-SUS AC, desenvolvido pelo Laboratório Bridge, utilizando dados coletados em setembro de 2024. O Laboratório Bridge está integrado ao Centro Tecnológico (CTC) e ao Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), localizado em Florianópolis, Santa Catarina - Brasil, e atua na pesquisa e desenvolvimento de soluções tecnológicas inovadoras para a gestão pública.

A versão 1.0.00 da aplicação e-SUS AC foi lançada em 5 de outubro de 2018. Para a realização deste trabalho, foram consultados a documentação técnica do sistema fornecida pelo Laboratório Bridge e o documento de orientação disponibilizado pelo Ministério da Saúde³. Além disso, o número de usuários ativos anualmente foi extraído do Google Analytics, assim como, o tempo médio de engajamento com base no último ano completo. Cabe destacar que, para que o Google Analytics atribua a parcela do tráfego aos usuários certos, cada hit (qualquer interação que o usuário faz com um site) enviado recebe um identificador ex-

clusivo que é associado a cada usuário. Os dados de usuários ativos tem taxa de erro menor que 2%. Com base nos dados coletados, foi realizada uma análise detalhada da documentação oficial para compreender as funcionalidades da aplicação, seus objetivos e o fluxo das atividades. A análise incluiu a avaliação do número de usuários ativos, apresentado tanto em frequência absoluta quanto relativa.

O projeto foi financiado em parte pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código Financeiro 001, pelo Ministério da Saúde do Brasil (Projeto e-SUS APS) e CNPq através de Bolsas de Produtividade em Desenvolvimento Tecnológico e Gestão Inovadora (DT).

Resultados e discussão

O e-SUS AC foi lançado em 2018 para registro das ações em locais de difícil utilização de computadores ou notebooks, especialmente em regiões remotas ou de difícil acesso, bem como, em atividades nas escolas. Frente a essa realidade, sua utilização em tablets possibilita a mobilidade e flexibilidade necessária para o uso dentro do processo de trabalho dos profissionais de saúde na coleta e gerenciamento de dados das atividades coletivas desenvolvidas nas Unidades Básicas de Saúde e escolas. Ademais, a integração da aplicação ao Prontuário Eletrônico do Cidadão amplia a capacidade de troca de informações e garante a centralização e segurança dos dados.

A tecnologia foi desenvolvida para ser utilizada em dispositivos móveis do tipo tablet e, durante o desenvolvimento, foram consideradas questões como conforto, segurança e usabilidade (ISO 25010). A aplicação foi projetada para o uso por todos os profissionais das equipes da APS; (no momento do desenvolvimento: Equipes de Saúde Bucal, Núcleo Ampliado de Saúde da Família, Atenção Primária, Polo Academia da Saúde, Consultório na Rua e equipes de Atenção Primária Prisional); e para outros programas, como o Programa Saúde na Escola e o Programa Nacional de Controle de Tabagismo.

Nesta aplicação, são registradas as informações sobre as atividades coletivas (atividades em grupo), que podem ser divididas em dois grandes blocos: 1) ações coletivas em saúde, de promoção e prevenção, voltadas para a população adscrita às Unidades Básicas de Saúde; 2) ações coletivas para a organização do processo de trabalho, considerando as necessidades e a situação do território. Entre as informações registradas estão o tipo

de atividade realizada, os temas discutidos, o público-alvo, as práticas em saúde, turno, local da atividade, número de participantes, dados de avaliação e reavaliação dos participantes das atividades, Centralizador Nacional de Saúde (<https://es.us.saude.gov.br/>) dos profissionais envolvidos e outras observações importantes.

Em relação ao fluxo de registro das atividades, as informações dos profissionais e usuários da Unidade Básica de Saúde são importadas para a aplicação a partir do Prontuário Eletrônico do Cidadão. Primeiramente, o profissional responsável pela atividade coletiva realiza a ação com a comunidade ou com a equipe e, durante a realização da ação, registra os dados na aplicação móvel. Após a finalização da atividade, deve-se transferir as informações para o sistema. Para isso, o profissional sincroniza a aplicação instalada no tablet com o servidor do Prontuário Eletrônico do Cidadão.

Entre as vantagens da utilização do e-SUS AC estão: a eliminação dos registros em papel; menor armazenamento de fichas na unidade; e menor perda de dados, entre outras. Além disso, há a redução do tempo necessário para compartilhar as informações das atividades realizadas com o restante da equipe, visto que todos os profissionais têm acesso. Antes da implementação das soluções da estratégia e-SUS APS, o modelo de registro das atividades em grupo demandava trabalho duplicado dos profissionais, pois realizava-se o registro manual e depois a redigitação das fichas no prontuário eletrônico e-SUS APS.

Em termos de adesão, observou-se um aumento no número de usuários ativos entre 2018 e 2023. Em 2018, os dados estão disponíveis apenas a partir de outubro — mês em que a aplicação foi lançada — totalizando 328 usuários ativos. Em 2019, o número foi de 17.549, e em 2023 — o último ano com análise completa — foram 28.404 usuários ativos. Até o momento da coleta dos dados (10 de setembro de 2024), o ano de 2024 já contava com 22.720 usuários ativos. Comparando o primeiro ano completo (2019) com o último ano completo (2023), o aumento no número de usuários ativos foi de 61,0%. Quando relacionado à implementação do Prontuário Eletrônico do Cidadão, principal fonte de integração dos dados, o crescimento foi menor. Entretanto, o uso da aplicação e-SUS AC é concentrado apenas em dispositivos móveis — especificamente tablets — e o número de UBS que tem esse recurso físico disponível também é menor. Ainda, nem todas as UBS têm programas de Atividade Coletiva. Outro ponto relevante é o tempo médio de engajamento dos usuários, que foi

12min 49s por sessão. Tal dado demonstra a praticidade para o preenchimento das informações na aplicação.

O impacto de toda a estratégia e-SUS APS na informatização dos processos de trabalho no âmbito da atenção primária à saúde é significativo. A aplicação e-SUS AC, em particular, atende a uma grande demanda dos profissionais de saúde que trabalham com atividades em grupo na comunidade, como os profissionais de educação física e fisioterapeutas. No entanto, o processo de adesão ao uso de tecnologias apresenta limitações, como problemas de infraestrutura e a integração fragmentada do sistema. Em termos de infraestrutura, a aplicação necessita de requisitos mínimos para funcionar, tais como: Sistema Operacional Android versão 4.4 ou superior; processador mínimo de 1,3 GHz Quad-core com 2 MB de cache L2; memória RAM mínima de 1 GB; tela com tamanho mínimo de 7 polegadas; armazenamento mínimo de 16 GB; e conexão Wi-Fi. Quanto à integração dos sistemas, muitos municípios e estados utilizam tecnologias diferentes de informatização, como sistemas de empresas privadas. No entanto, ambos os desafios são enfrentados diariamente através de esforços institucionais para reduzir as desigualdades regionais e promover o avanço tecnológico no país.

Por fim, o Laboratório Bridge está desenvolvendo um novo módulo de Atividade Coletiva que será integrado ao Prontuário Eletrônico do Cidadão, com previsão de lançamento para novembro de 2024. Com o novo módulo será possível qualificar o registro das atividades coletivas, bem como analisar o histórico das que foram realizadas anteriormente.

Conclusão

A aplicação móvel e-SUS AC integra-se à estratégia e-SUS APS desde 2018 e otimiza a gestão de atividades coletivas com a comunidade e com a equipe. O presente trabalho descreve suas funcionalidades e impacto nas Unidades Básicas de Saúde brasileiras que aderiram à estratégia e-SUS APS. Trata-se de uma tecnologia desenvolvida para otimizar a coleta de informações e substituir registros em papel, economizar e reduzir a perda de dados. A sincronização com o Prontuário Eletrônico do Cidadão e o compartilhamento ágil de informações são essenciais para uma gestão eficiente.

O número de usuários ativos cresce ao longo dos anos e isso reflete a sua aceitação e importância para modernizar os processos de saúde. No entanto, enfrenta desafios como problemas de infraestrutura e integra-

ção de sistemas variados. A futura integração do novo módulo de Atividade Coletiva ao Prontuário Eletrônico do Cidadão, prevista para novembro de 2024, visa ampliar as funcionalidades da estratégia e-SUS APS e da gestão de atividades coletivas, consolidando uma ferramenta essencial para a digitalização e melhoria dos serviços de saúde.

Referências

1. Brasil. Consolidação das normas sobre as políticas nacionais de saúde do Sistema Único de Saúde [Internet]. 2 set 28, 2017. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html.
2. Cielo AC; Raiol T; Silva END; Barreto JOM. Implantação da Estratégia e-SUS Atenção Básica: uma análise fundamentada em dados oficiais. *Revista de Saúde Pública*. 7 de março de 2022;56:5.
3. Brasil. e-SUS Atenção Primária à Saúde: Manual do aplicativo e-SUS Atividade Coletiva - Versão 1.3. [Internet]. 2021 [citado 13 de setembro de 2024]. Disponível em: https://saps-ms.github.io/Manual-eSUS_APS/docs/ac
4. Friedrich TL; Petermann XB; Miolo SB; Pivetta HMF. Motivações para práticas coletivas na Atenção Básica: percepção de usuários e profissionais. *Interface - Comunicação, Saúde e Educação*. 7 de agosto de 2017;22(65):373–85.
5. Haddad AE; Lima NT. Saúde Digital no Sistema Único de Saúde (SUS). *Interface - Comun Saúde Educ*. 2024;28:e230597.
6. Laboratório Bridge. Quem Somos [Internet]. Laboratório Bridge. [acessado em; 13 de setembro de 2024]. Disponível em: <https://portal.bridge.ufsc.br/>