Gac Sanit. 2025;39(S2):507

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

129 - FATORES ASSOCIADOS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADULTOS BRASILEIROS: SISTEMA DE VIGILÂNCIA DE FATORES DE RISCO DE DOENÇAS CRÔNICAS POR INQUÉRITO TELEFÔNICO (VIGITEL-2023)

A. Galdino dos Santos, L.M. Monteiro de Sousa, R. Virginia da Silva Castro, T. dos Santos Vieira, L.C. de Abreu

Laboratório de Escrita Científica, Universidade Federal do Espírito Santo; Programa de Pós-graduação em Nutrição e Saúde, Universidade Federal do Espírito Santo.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: A prática regular de atividade física melhora a saúde cardiorrespiratória, controla o peso, reduz o risco de depressão e ansiedade, e previne doenças crônicas. Contudo, o sedentarismo, aliado ao consumo de álcool e cigarro, persiste como um grave problema de saúde pública, elevando o risco de mortalidade. A Organização Mundial da Saúde recomenda 150 minutos de atividade moderada ou 75 minutos de atividade intensa por semana para promoção da saúde. Este estudo tem como objetivo analisar fatores comportamentais e sociodemográficos associados à prática de atividade física na população adulta brasileira.

Métodos: Os dados foram obtidos do Vigitel-2023, realizado pelo Ministério da Saúde em todas as capitais brasileiras. De um total de 21.690 entrevistas telefônicas, foram selecionados 16.373 indivíduos com idades entre 18 e 64 anos. Foram realizadas tabelas de contingência e aplicado o teste qui-quadrado de Pearson para avaliar a relação entre as variáveis: consumo de bebidas alcoólicas, uso de cigarro, estado civil, escolaridade e a frequência de exercício físico, categorizada em "menos de 3 dias por semana" e "mais de 2 dias por semana". As análises foram processadas no *software* IBM SPSS Statistics (versão 27.0).

Resultados: Entre os consumidores de álcool, 25,3% praticam exercício menos de 3 dias por semana e 74,7% praticam mais de 2 dias por semana, enquanto entre os não

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

consumidores, esses valores são 26,5% e 73,5%. Quanto ao uso de cigarro, 26,3% dos fumantes praticam exercício menos de 3 dias por semana e 73,7% praticam mais de 2 dias por semana, comparados com 25,4% e 74,6% entre os não fumantes. Em relação ao estado civil, 20,9% dos solteiros praticam exercício menos de 3 dias por semana e 79,1% praticam mais de 2 dias por semana, enquanto entre os não solteiros, esses percentuais são 29,2% e 70,8%. Quanto à escolaridade, 34,6% dos participantes com 0 a 8 anos de estudo praticam exercício menos de 3 dias por semana e 65,4% praticam mais de 2 dias por semana. Entre aqueles com 9 a 11 anos de estudo, os valores são 24,2% e 75,8%, e entre os com 12 anos ou mais, 23,1% e 76,9%. O teste evidenciou correlações significativas entre a prática regular de atividade física, os padrões comportamentais e os aspectos sociodemográficos.

Conclusões/Recomendações: Fatores sociodemográficos influenciam mais a prática de atividade física do que os comportamentais, sugerindo que políticas públicas centradas na educação e no exercício físico podem ser eficazes.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados