Trabalho apresentado no 15º CBCENF

Título: CARACTERIZAÇÃO DOS ARTIGOS CIENTIFICOS SOBRE OS BENEFICIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS

Relatoria: RAILANE GONÇALVES DE SOUSA

Autores: EDINA ARAÚJO RODRIGUES OLIVEIRA
RAUÊNIA GONÇALVES DE SOUSA
SAMMYRA ALENCAR COSTA
MARLUZA GREYCE CELLA

Modalidade: Pôster

Área: Determinantes de vida e trabalho

Tipo: Pesquisa

Resumo:

INTRODUÇÃO: A prática de atividades físicas é uma das principais estratégias para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis como a osteoporose, diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial, doença da artéria coronária e obesidade.A atividade física proporciona aos idosos oportunidade para uma vida mais ativa e independente, contribuindo para a manutenção da autonomia e melhor qualidade de vida. OBJETIVO: Caracterizar a produção cientifica sobre os benefícios da atividade física para idosos quanto aos aspectos estruturais. METODOLOGIA: Estudo bibliográfico, realizado com as publicações da base de dados LILACS, no mês de maio de 2012. Utilizaram-se os descritores atividade física e idoso apreciando as publicações dos cinco últimos anos, totalizando 167 publicações. Foram excluídas teses, dissertações, produções indisponíveis online, as repetidas, resultando em uma amostra de 38 estudos. Utilizou-se um instrumento estruturado para a coleta dos dados. RESULTADOS E DISCUSSÃO: As publicações científicas se encontravam em 20 revistas diferentes entre elas destacou-se a Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde, com 14 (42,8%) das publicações. Os anos que obtiveram maiores publicações foram os de 2009, com 11 (28,95%), e 2010, com 11 (28,95%) estudos. A titulação do autor principal predominante foi mestres, com 9 (23,7%) das publicações. A população do estudo mais prevalente foi idosos, com 29 (76, 32%) dos estudos. Houve predomínio de 3 autores, com 14 (36,85%) e 3 descritores por artigo, com 12 (31,58%) das publicações. Houve tendência de estudos quantitativos, 19 (50%,) e artigos originais, 27 (71 %). CONCLUSÃO: Conclui-se que a promoção do estilo de vida mais ativa na terceira idade tem sido utilizada como estratégia para desenvolver melhora nos padrões de saúde e na qualidade de vida, em que a prática de atividade física tem sido amplamente incentivada tendo em vista seus benefícios físicos e psicossociais. Os profissionais de saúde, em especial os de enfermagem, desempenham um papel importante nesse contexto e, portanto, devem conscientizar os idosos sobre os riscos do sedentarismo e os benefícios da prática de atividade física mesmo na presença de doenças, bem como desenvolver estratégias que possibilitem a inclusão da atividade física no estilo de vida do idoso.