Trabalho apresentado no 18º CBCENF

Título: ESTILO DE VIDA SEDENTÁRIO ENTRE UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

Relatoria: BRENDA MONISE SILVA SOUSA

Autores: PRISCILA ARAÚJO SILVA DAMASCENO
AMANDA DANTAS DO VALE SILVA
STÉFANY EMÍLIA XAVIER MOREIRA TEIXEIRA
ANA ROBERTA VILAROUCA DA SILVA

Modalidade: Pôster

Área: Educação, política e vulnerabilidade social

Tipo: Pesquisa

Resumo:

INTRODUÇÃO:A qualidade de vida cada vez mais vem sendo estudado em diferentes contextos e populações. O sedentarismo pode ser definido como falta de atividade física suficiente, o que pode afetar potencialmente a saúde das pessoas. OBJETIVO:Conhecer os níveis de estilo de vida sedentário em estudantes da área da saúde de uma Instituição de Ensino Superior no interior do Piauí. METODOLOGIA:Trata-se de um estudo tipo descritivo e transversal, cuja coleta de dados foi realizada no período de abril a dezembro de 2014, em uma Instituição de Ensino Superior (IES) localizada na cidade de Picos – Piauí com 136 acadêmicos, utilizou-se um formulário para coleta de dados, para classificação do sedentarismo, utilizou-se o IPAQ. O projeto foi aprovado pelo comitê de ética da Universidade Federal do Piauí. RESULTADOS:Dos acadêmicos avaliados, 92% eram do sexo feminino, 75% com faixa etária compreendida entre 18 e 22 anos de idade, 50% auto-referidos pardos, 87,5% solteiros, 49,3% moram com os pais, 59% pertencentes a classe B1-B2. Todos eles afirmaram ter acesso ao serviço de saúde. Dentre as variáveis em destaque do estudo decorrente o IPAQ teve como frequência significativa de Insuficientemente Ativo A e B (51,5%) e 22% classificados como sedentários. CONCLUSÃO:Alta parcela dos estudantes eram sedentários ou insuficientemente ativos, o que pode ser decorrente da alta carga horária de aulas, nos turnos manhã e tarde. Os resultados aqui encontrados contribuirão para fundamentar ainda mais as discussões, que ainda são mínimas, acerca do estilo de vida sedentário em universitários, bem como, fomentar nas universidades um programa de atividade física e estilo de vida saudável.