



Índice de massa corporal, nível de atividade física e socioeconômico de homens aposentados da cidade de Rio Claro-SP

Micali, P. N.; Fukushima, R. L. M.; Carmo, E G.; Costa, J. L. R.

Universidade Estadual Paulista (UNESP), Instituto de Biociências, Campus Rio Claro, Departamento de Educação Física.

Diante do reflexo do valor produtivo do trabalho em nossa sociedade, a aposentadoria surge como momento de impacto na vida do indivíduo. O prolongamento da vida não se limita à extensão da longevidade, alcançando também mudanças na forma de como os anos adicionais são vividos. Em 2004, a Organização Mundial da saúde elegeu fumo, inatividade física (IF), alimentação inadequada e uso prejudicial de álcool como os quatro principais fatores de riscos modificáveis para doenças crônicas não transmissíveis. Nos entanto, a IF vem ganhando destaque e sendo considerado o maior problema de saúde pública do século 21. O objetivo do presente estudo foi verificar o índice de massa muscular (IMC), nível de atividade Física (NAF) e socioeconômico de homens aposentados da cidade de Rio Claro-SP. Este é um estudo transversal de base populacional realizado entre os anos de 2014-2015, a mostra foi composta por 107 homens aposentados com média de 69 anos de idade, a maioria definiu o estado civil como casado (77,78%), viúvo (9,26%), divorciado (6,48%) e amasiado (2,78%), o tipo de aposentadoria mais prevalente foi por tempo de serviço (75,93%), idade (13,89%), invalidez (6,48%), especial (2,78%) e compulsória (0,93%) e o nível de escolaridade apresentado foi, nenhum (29,63%), até a quarta série (22,22%), primeiro grau completo (16,67%), segundo grau completo (17,59%) e superior (13,89%), os participantes da pesquisa também responderam aos seguintes instrumentos: Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), Questionário da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP), além de relataram o peso corporal e estatura (IMC). Foi realizada uma análise descritiva das variáveis, sendo os resultados expressos em valores percentuais. Os resultados encontrados para análise descritiva foram: IMC- abaixo do peso (5,56%), peso normal (42,59%), acima do peso (27,78%) e obeso (23,98%), NAF- inativos (63,55%) e ativos (36,45%), ABEP- A2 (1,85%), B1 (16,67%), B2 (22,22%), C1 (20,37%), C2 (2,78%), D (20,28%) e E (7,50%). Diante disso, cabe destacar aos formuladores de políticas públicas a importância em investir mais em relação à prática regular de atividade física e o aconselhamento de bons hábitos alimentares. Esse fato deve-se aos efeitos diretos e indiretos da AF na saúde, principalmente para promoção da saúde, prevenção e tratamento de doenças crônicas, além de minimizar os efeitos deletérios do envelhecimento. Apoio: CAPES.

E-mail: micalipolly@gmail.com