

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS IDOSOS FREQUËNTADORES DA UNIVERSIDADE ABERTA DA TERCEIRA IDADE

Erika da Silva MACIEL, Dênis Marcelo MODENEZE, Roberto VILARTA, Jaqueline Girnos SONATI, Estela Marina Alves BOCCALETTO.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil
erikasmaciel@gmail.com

Introdução: Esta pesquisa teve como foco levantar o perfil sociodemográfico e os níveis de atividade física com intuito de favorecer a adequação de programas de promoção da saúde para a população idosa. O grupo estudado foi composto por amostra dos participantes da Universidade Aberta à Terceira Idade da cidade de Piracicaba, São Paulo. **Metodologia:** O estudo foi transversal descritivo, os indivíduos foram selecionados de forma consecutiva por conveniência, utilizando protocolos auto-aplicados sobre dados de identificação, socioeconômicos, antropométricos e sobre o nível de atividade física com a aplicação do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão 8, forma curta e semana normal. O tratamento estatístico foi composto por análise descritiva, a fim de obter o perfil do conjunto de dados, baseada em medidas de tendência central, dispersão e por distribuição de frequências. Os dados foram analisados no programa estatístico SPSS versão 10.0. **Resultados:** A amostra foi composta por 99 indivíduos, onde a maioria era do sexo feminino (85,3%), casados (64,2%), faixa etária de 65 a 80 anos (76,8% média de $68,2 \pm 4,8$ anos) e aposentados (75,8%). Em relação a escolaridade, apenas pequena parcela não possuía o ensino primário (10,5%), e no nível socioeconômico, houve uma concentração nas classes B1 (26,3%), B2 (28,4%) e C1 (21,1%) conforme os critérios de classificação socioeconômicos do Brasil do IBGE. Pela variável peso corporal identificou-se que 71,7% dos idosos estavam acima da faixa recomendável e 34,7% possuíam risco muito elevado para doenças relacionadas à obesidade, tendo por base as análises de relação entre peso corporal e incidência de doenças. Quanto ao nível de atividade física, a maioria da amostra estudada referiu ser ativa (63,2 %) e muito ativa (23,2%). **Conclusão:** O levantamento do perfil social e epidemiológico do idoso carece de reconhecimento e valorização no desenvolvimento de ações de promoção da saúde populacional. Dessa forma, ressaltamos que o presente trabalho pode ser eficaz tanto na elaboração como na adequação de programas direcionados a essa faixa etária.

Palavras- chaves: Envelhecimento; Universidade Aberta da Terceira Idade; Nível de Atividade Física.