

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E ACESSO A ESPAÇOS DE LAZER POR USUÁRIOS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

TAINÁ MARANHÃO DE OLIVEIRA, RAUANA DOS SANTOS FAUSTINO, LAIS BARRETO DE BRITO GONÇALVES, MARIA AUGUSTA VASCONCELOS PALÁCIO, ANTONIO GERMANE ALVES PINTO

INTRODUÇÃO: A Promoção da Saúde pode ser compreendida como ações que são desenvolvidas com o intuito de possibilitar aos indivíduos, uma atuação ativa e autônoma sobre os mais variados fatores que afetam sua saúde e qualidade de vida, no controle do processo saúde/doença. Nesse contexto, dentre as práticas de promoção da saúde voltadas para a redução da prevalência das doenças crônicas e seus riscos, estão a atividade física da população e a convivência ativa com o espaço urbano, pois a interação motora e mobilidade cotidiana ampliam a qualidade de vida e o bem-estar coletivo. Tal fato justifica a relevância em desenvolver programas que ofereçam a prática de atividades físicas. A Política Nacional de promoção da saúde estabelece um apoio às ações voltadas para incentivo a atividade física. Neste contexto, a rede de atenção à saúde destaca ações de saúde na comunidade, dentre elas: a prática corporal de atividade física, caminhadas e orientações quanto a realização de exercícios. Estas devem ser voltadas para o público em geral e grupos vulneráveis. Além disso, fornece capacitação aos trabalhadores de saúde, estimulam inclusão de pessoas, constroem mecanismos para sustentabilidade do programa e continuação das práticas. Existem ações de aconselhamento sobre benefícios de uma vida saudável, objetivando diminuir os fatores de risco e doenças crônicas. A interação motora e mobilidade cotidiana ampliam a qualidade de vida e o bem-estar coletivo, o que justifica a relevância em desenvolver programas que ofereçam a prática de atividades físicas. A prática regular de atividade física acompanha benefícios que se estende com manifestações de todos os aspectos do organismo, proporcionando melhora de bem-estar físico e mental, dentre elas: auto estima, relações interpessoais, diminuição do percentual de gordura, circulação sanguínea, pressão arterial, peso corporal, ansiedade, depressão. Desta forma, manter-se ativo fisicamente promove a longevidade, além de proporcionar uma melhor qualidade de vida. Nesse cenário, as ações executadas no cotidiano do Sistema Único de Saúde (SUS) pressupõem a condução regida pela manutenção da vida e o equilíbrio no processo saúde-doença. Desse modo, as mesmas devem atender as reais necessidades da comunidade, de maneira integrada e articulada, promovendo a qualidade dos serviços e facilidade no acesso da população a tais práticas. **OBJETIVO:** A pesquisa objetiva descrever o nível de atividade física e acesso aos espaços de lazer comunitários da população residente no território da Estratégia Saúde da Família. Estudo avaliativo com abordagem quantitativa, onde o autor define claramente suas hipóteses e variáveis, usando-as para obter uma medição precisa de resultados quantificáveis. A pesquisa foi realizada em 45 municípios da Macrorregião de Saúde Cariri, Estado do Ceará. Esta se divide em cinco: 17º macrorregião de saúde de Icó, 18º macrorregião de Iguatu, 19º macrorregião de Brejo Santo, 20º macrorregião de Crato, 21º macrorregião de Juazeiro do Norte, Brasil. Participaram 433 usuários da ESF que utilizam os espaços comunitários de atividade física e lazer, tais como os polos do Programa Academia da Saúde. O programa academia da saúde é uma estratégia de promoção da saúde e promoção do cuidado, funciona com implantação em espaços públicos conhecidos como polos da academia da saúde. Estes polos possuem equipamentos profissionais, infraestrutura e profissionais capacitados para ampliar a saúde com a oferta de cuidados integrais, fortalecendo assim as ações de promoção a saúde, qualidade de vida e ações de articulação com outros programas. Para a coleta dos dados, utilizaram-se entrevista semiestruturada com Questionário internacional de atividade física - International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), observação sistemática e material documental. O IPAQ é um indicador da prática de atividade física de indivíduos adultos e jovens, que objetiva investigar o nível de atividade física e sua relação com o sedentarismo. Os dados foram analisados em programa estatístico eletrônico Statistical Package for the Social Sciences - SPSS Versão 23. O estudo segue os preceitos éticos da pesquisa envolvendo seres humanos. **RESULTADOS:** Os resultados descrevem o nível de atividade física correlacionada as variáveis intensidades, frequência e duração de acordo com o tipo de atividade realizada. A prevalência de idosos irregularmente ativos e inativos é de 54% da composição amostral. Em relação ao acesso a espaços de atividade física comunitária, este é realizado por idosos, adultos-jovens e adolescentes, o que demonstra um bom aproveitamento dos espaços, com relação a faixa etária populacional. Quanto à implantação dos espaços, se apresenta irregular referente ao

dimensionamento demográfico das áreas urbanas. Já em zonas rurais, os polos de atividades físicas são proporcionalmente em quantidade menor, o que demonstra um desafio na efetividade das ações. A falta de profissional qualificado para orientação e suporte ocorre em todos os polos investigados, comprometendo o bom rendimento das atividades, em detrimento a melhoria da saúde e qualidade de vida da população em questão. A prática regular de atividade física pela população brasileira, embora tenha crescido nos últimos anos, ainda é um desafio. Dados do sistema de vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (Vigitel), 2016, mostram que, no conjunto das 27 capitais brasileiras, a frequência da prática de atividade física no tempo livre equivalente a 150 minutos de atividade moderada por semana foi de 37,6%, sendo maior entre homens (46,6%) do que entre mulheres (29,9%). Em ambos os sexos a frequência dessa condição tendeu a diminuir com o aumento da idade e a aumentar com a elevação do nível de escolaridade. Em relação ao nível de inatividade física, considerando o conjunto da população adulta estudada, 45,1% não alcançaram um nível suficiente de prática de atividade física, sendo este percentual maior entre mulheres (54,5%) do que entre homens (34,1%). Os espaços configuram-se como um cenário de produção de atividades e de práticas que auxiliam na disseminação de mudanças nos hábitos de vida. Desse modo, o espaço físico tem por objetivo promover mais acessibilidade aos usuários, além de estabelecer uma participação efetiva da comunidade. O envelhecimento é um fenômeno complexo, no qual ocorrem algumas perdas funcionais do organismo por diversas alterações orgânicas, como mobilidade, equilíbrio, capacidades fisiológicas e psicológicas. As redes de atenção à saúde ofertam subsídios para melhorar a qualidade de vida, como acompanhamentos, reflexões sobre o estilo de vida e incentivo para prática de atividade física. Dentre os programas ofertados pelas RAS, a academia da saúde representa um espaço para que os idosos possam melhorar a capacidade funcional e diminuir os riscos de agravar as doenças crônicas não transmissíveis. **CONCLUSÃO:** Urge o reconhecimento do contexto social e, especificamente, da estrutura urbana e comunitária, no caso, os polos de atividade física como espaço para a transformação social com participação de pessoas nos processos de cidadania e valorização da vida. Em lugares que o direito natural de ir e vir são impossibilitados pela carência de ruas minimamente estruturadas fisicamente, a imobilidade dispara diversas restrições na acessibilidade aos serviços e instrumentos sociais e comunitários. A multiplicidade de saberes, a qualificação dos profissionais responsáveis, a integração das ações e dos personagens envolvidos na produção do cuidado integral, deve ser estabelecida constantemente, a fim de obter melhores resultados tanto para os serviços de saúde, quanto para a comunidade em geral.

PALAVRAS-CHAVE: PROMOÇÃO DA SAÚDE. DOENÇAS CRÔNICAS. ATIVIDADE FÍSICA.

ÁREA TEMÁTICA: ENFERMAGEM

FORMA DE APRESENTAÇÃO: PÔSTER