

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ADVENTISTAS DO SÉTIMO DIA DA CIDADE DE PELOTAS-RS

LÉO DUTRA CABISTANY¹; MERLEN NUNES GRELLERT²; FELIPE FOSSATI REICHERT³

¹PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA UFPEL- leocabistany@gmail.com

²PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO E ALIMENTOS- gre.merlen@gmail.com

³PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA UFPEL - ffreichert@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O Brasil é um país com cerca de 200 milhões de habitantes (IBGE, 2010b). Destes, aproximadamente 90% professam alguma crença religiosa. No Rio Grande do Sul há próximo de 10 milhões de pessoas, e dentre as religiões mais praticadas está a Adventista do Sétimo Dia (IASD), que tem 70.514 membros no estado. Em Pelotas o número de Adventistas, é de aproximadamente 1800 indivíduos (ASR, 2013).

A IASD tem sua base em 28 doutrinas chamadas crenças fundamentais (IASD, 2012). Entre estas há a que discorre sobre cuidados com a saúde física. E para estimular esse cuidado a IASD se preocupa em estimular práticas que favoreçam a boa saúde de seus membros. Dentre essas práticas estão: consumo de água em quantidade adequada, exposição apropriada à luz solar, ar puro e boa respiração, abstinência de substâncias prejudiciais, repouso suficiente, prática regular de exercício/atividade física, alimentação saudável, e confiança em Deus, são o assoalho das crenças sobre saúde que os Adventistas creem e pregam.

Desta forma, estudos com Adventistas têm demonstrado que essa população, a exemplo dos residentes em Loma Linda, um dos maiores bolsões de longevidade no mundo, apresenta comportamentos favoráveis à saúde, como, alimentação adequada, regularidade na prática de exercícios físicos, abstenção do uso de bebidas alcoólicas e tabaco, entre outros fatores. Portanto, nesta população parece haver diminuição do risco diversas doenças crônicas não transmissíveis (LEE, MORTON *et al.*, 2009).

Diante disso, o presente trabalho objetivou descrever o nível de atividade física dos Adventistas do Sétimo Dia de Pelotas –RS.

2. METODOLOGIA

Foi conduzido estudo transversal entre a população de Adventistas do Sétimo Dia (ASD) em Pelotas/RS.

Previamente ao trabalho de campo foi feito contato com os líderes da IASD, onde foi apresentado e proposto o trabalho, e solicitada permissão para que os membros da igreja respondessem ao questionário. Todas as igrejas da zona urbana foram visitadas e os membros presentes no culto foram convidados a participar da pesquisa.

As coletas ocorreram em dias de culto regular, preferencialmente aos sábados, por ser o dia de culto com maior número de participantes. Os instrumentos foram auto preenchidos; porém, junto aos respondentes haviam indivíduos previamente treinados, que eram responsáveis por auxiliar o preenchimento e sanar dúvidas.

Atividade física foi estimada pelas seções de deslocamento e lazer da versão longa do IPAQ. Foram escolhidos apenas estas duas seções visto haver indicação de superestimação da atividade física habitual ao serem considerados os domínios doméstico e de trabalho (HALLAL, et al. 2010). Para facilitar a manipulação da variável, foram criadas três categorias: 0 (zero)- indivíduos que não realizam nenhuma atividade física, $>10 <150$ min/semana - insuficientemente ativos, indivíduos que não atingem 150 minutos de atividades físicas por semana e $>=150$ min/semana ativos, indivíduos que atingem pelo menos 150 minutos de atividades físicas semanalmente (CRAIG, et al., 2003).

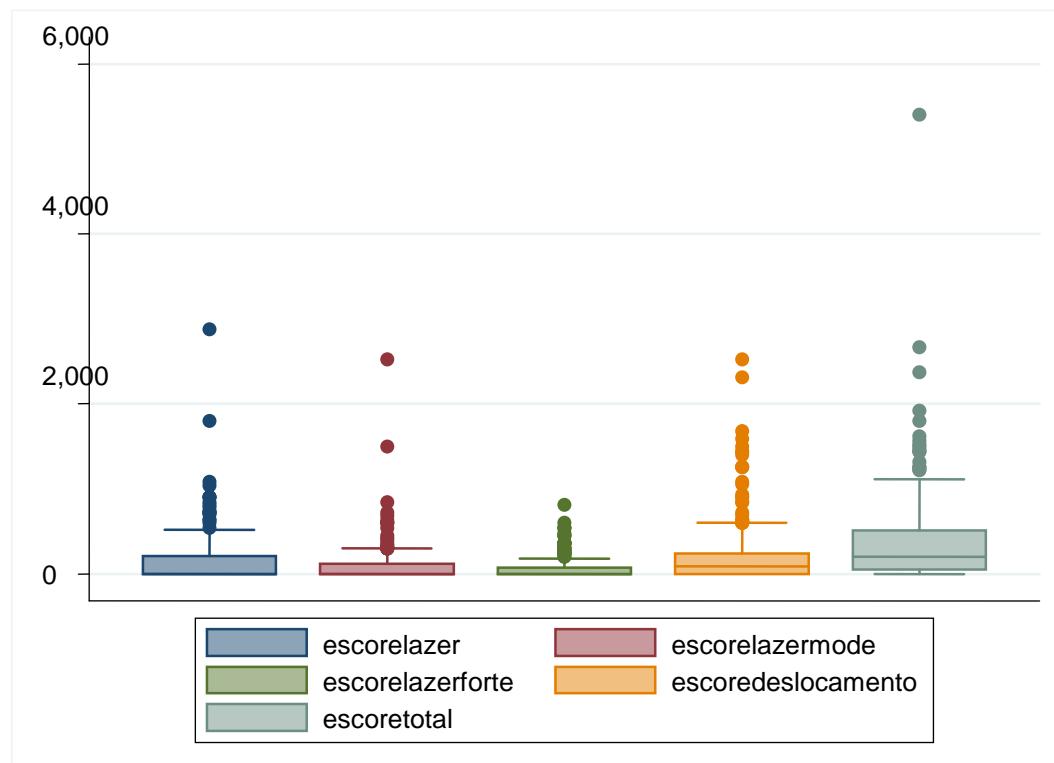
Os dados foram digitados no programa EpiData 3.1 e analisados utilizando pacote estatístico STATA 10.0. Foi realizada análise descritiva e os dados são demonstrados através de cálculo de proporções.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 269 indivíduos com idade entre 18 e 86 anos (média de 42,8 anos com desvio padrão de $\pm 15,9$). Houve predomínio do sexo feminino (60,7%) e cor da pele branca (85%).

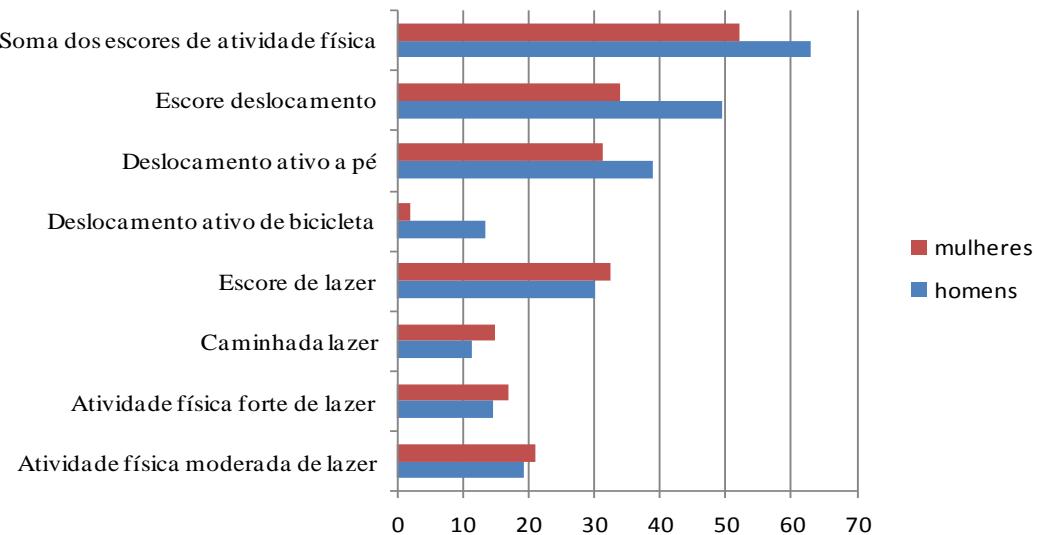
A figura 1 apresenta os escores de atividade física dos indivíduos de acordo com as seções de deslocamento e lazer do IPAQ. 31,5% dos indivíduos foram classificados como ativos no lazer, enquanto 40,2% foram ativos no deslocamento. Quando somados os escores 56,4% dos indivíduos são classificados como suficientemente ativos.

Figura1. Escore de atividade Física segundo seções de lazer do IPAQ dos Adventistas do Sétimo Dia de Pelotas – RS 2014. (n=265)



A figura 2 aponta os indivíduos fisicamente ativos segundo as seções de lazer e deslocamento do IPAQ, sendo os resultados demonstrados com estratificação para sexo. No escore do deslocamento, os homens são fisicamente mais ativos, enquanto as mulheres se disseram mais ativas nas atividades de lazer. Na soma dos escores apontam-se os homens como fisicamente mais ativos.

Figura 2. Prevalência de Adventistas do Sétimo Dia fisicamente ativos segundo as seções de lazer e deslocamento do IPAQ. Pelotas-RS, 2014.



Os achados indicam que o nível de atividade física nos ASD é superior ao encontrado em estudos de base populacional para adultos de Pelotas.

4. CONCLUSÕES

Dessa forma entendemos que a religião em questão parece exercer influência positiva sobre os membros dessa comunidade, podendo ser suas crenças relacionadas à saúde o que os estimula a adotarem tal comportamento que se mostra mais adequado quando comparado com outros estudos realizados em Pelotas/RS.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

IBGE. **População Total - 1980 - 2010. Brasil e síntese.** 2010. Acessado em: 26 mai. 2013. Online. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/brasil_em_sintese/

ASR. (Associação Sul Riograndense). **Agenda de atividades.** issuu.com. 2013. Acessado em 17 de fev. 2014. Online. Disponível em: http://issuu.com/mcenterasr/docs/agenda_de_atividades_2013_asr.

IASD. **Nisto Cremos.** Tatuí-SP: Casa Publicadora Brasileira, 2012. 8v.

LEE, J. W. *et al.* Cohort profile: The biopsychosocial religion and health study (BRHS) **International Journal of Epidemiology**, v. 38, n. 6, p. 1470-8, 2009.

HALLAL, P. C. *et al.* Lessons learned after 10 years of IPAQ use in Brazil and Colombia. **Journal of Physical Activity & Health**, v. 7, n. 2, p. 259-64, 2010.

CRAIG, C. L. *et al.* International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 35, n. 8, p. 1381-95, 2003.