

**NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, QUALIDADE DE VIDA E ASPECTOS
RELACIONADOS À SAÚDE DE BOMBEIROS MILITARES COM
INDICADORES DE SOBREPESO E OBESIDADE**

Giovanna Carolina Souza, Milena Ketzer Caliendo do Reis, Poliana Piovezana dos Santos, Elaine Cristine da Silva, Rudney da Silva.

INTRODUÇÃO

A obesidade é uma preocupante doença crônica não transmissível da atualidade, com prevalência crescente em diferentes regiões do mundo. Segundo a Organização Mundial da Saúde – OMS a obesidade está associada ao aumento do risco de doenças cardíacas, diabetes tipo 2 e alguns tipos de câncer, além de impactar negativamente a qualidade de vida e a expectativa de vida (WHO, 2010). No Brasil, mais da metade da população adulta apresenta excesso de peso, sendo que parte disto pode ser decorrente da inatividade física e é influenciada por aspectos biológicos, comportamentais e ambientais, o que reforça a necessidade de políticas públicas de prevenção e controle (IBGE, 2020; OLIVEIRA *et al.*, 2024). No que tange à falta de atividade física, outro fator crítico de risco para a saúde humana, a OMS considerada esta condição como a quarta principal causa de mortalidade global (WHO, 2010). Para tanto, apesar das recomendações de pelo menos 150 minutos semanais de atividade física moderada, grande parcela da população não atinge esse mínimo, ampliando assim, a carga de morbimortalidade associada ao sedentarismo (OMS, 2022). Estudo de Aune *et al.* (2019) e de Hu *et al.* (2020) reforçam que a associação entre obesidade e baixos níveis de atividade física acelera a perda funcional e reduz a expectativa de vida saudável, e assim, estratégias de combate ao sedentarismo e prevenção da obesidade são fundamentais para mitigar suas implicações e promover a saúde coletiva. Contudo, destaca-se que grupos específicos podem ter as chances aumentadas de obesidade em decorrência de diversos fatores, como renda e ocupação. Para tanto, este estudo teve como objetivo comparar o nível de atividade física, o tempo semanal em comportamento sedentário, o escore de qualidade de vida, os aspectos relacionados à ocorrência indicadores de saúde e de doenças em bombeiros militares de Santa Catarina com indicadores de sobrepeso e obesidade.

DESENVOLVIMENTO

Este estudo transversal, quantitativo e comparativo, é parte de projeto aprovado pelo CEPHS/UDESC (CAAE 65646922.9.0000.0118). Participaram 180 bombeiros militares, de ambos os sexos, com sobrepeso ou obesidade. Os instrumentos utilizados foram ficha de anamnese, IPAQ-curto e SF-12, aplicados de forma presencial e remota. A consistência interna foi aceitável para o IPAQ ($\alpha=0,678$) e baixa para o SF-12 ($\alpha=0,256$). A comparação entre grupos foi realizada pelo teste U de Mann-Whitney pelas características não paramétricas dos dados, assumindo $p\leq 0,05$.

RESULTADOS

Os dados apontam que entre os 180 (n) participantes respondentes, 169 são do sexo masculino (93,9%) e 9 do sexo feminino (5%); 152 participantes se autodeclararam da raça/etnia branca (84,4%), 21 da parda (11,7%), 3 da negra (1,7%), 1 da amarela (0,6%); 124 participantes (68,9%) não relataram falta de apetite, 145 (80,6%) relataram

irritabilidade, 153 (85%) relataram cansaço, 167 (92,7%) relataram preocupações, 150 (83,4%) relataram dores musculares e 104 (57,8%) relataram sinais de depressão, apesar de que 150 participantes não relataram doenças associadas (83,3%). Os dados apontam ainda que 73,3% dos pesquisados ($f=132$) apresenta indicadores de sobrepeso e 26,7% ($f=48$) apresenta obesidade, dos quais 40 com obesidade grau I e 8 com obesidade grau II; 32,2% dos participantes apresentaram nível de atividade física leve ($f=58$), 32,8% moderado ($f=59$) e 35% alto ($f=63$), com média de 512,2 minutos em comportamentos sedentários em uma semana habitual. O teste U de Mann-Whitney não apontou diferenças estatisticamente significantes na comparação do índice de massa corporal categorizado como sobrepeso e obesidade com os componentes físico ($p=0,420$) e mental ($p=0,339$) de qualidade de vida, os sinais e sintomas que afetam a saúde e o adoecimento relacionados à falta de apetite ($p=0,560$), à irritabilidade ($p=0,510$), ao cansaço ($p=0,396$), às preocupações ($p=0,317$), às dores musculares ($p=0,813$) e aos sinais autorrelatados de depressão ($p=0,469$), apesar de uma não significância limítrofe do nível de atividade física ($p=0,057$). Com base nas análises, os resultados sugerem divergências entre os desfechos avaliados e os fatores explicativos considerados, já que, em condições esperadas, níveis moderados e altos de atividade física estariam associados a índices de massa corporal adequados de peso e estatura para a população alvo, o que indica uma potencial limitação do estudo quanto à forma de avaliação ou quanto aos valores de referência adotados para peso, estatura e condição física auto relatados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os achados indicam que a maioria dos participantes é do sexo masculino, da raça/etnia branca, sem autorrelato de falta de apetite, mas com autorrelato de irritabilidade, cansaço, preocupações, dores musculares e sinais de depressão, sem autorrelato de doenças associadas, tem indicadores de sobrepeso, e moderado e alto nível de atividade física. Já as comparações não apontaram diferenças estatisticamente significantes entre o índice de massa corporal com os componentes físico e mental da qualidade de vida, os sinais e sintomas de saúde e adoecimento autorrelatados (falta de apetite, irritabilidade, cansaço, preocupações, dores musculares e de depressão), apesar de valor próximo ao limiar de significância com o nível de atividade física. Recomenda-se a realização de estudos com amostras maiores e procedimentos mais precisos de avaliação da composição corporal e da aptidão física cardiorrespiratória dos participantes.

Palavras-chave: Sobrepeso; Obesidade; Nível de atividade física; Qualidade de vida; Saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AUNE, D. et al. **Physical activity and the risk of type 2 diabetes: a systematic review and dose-response meta-analysis.** *Diabetes Care*, v. 42, n. 5, p. 922-929, 2019.
DOI: 10.2337/dc18-1590.

GLOBAL BURDEN OF DISEASE STUDY (GBD). **Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 301 acute and chronic**

diseases and injuries in 188 countries, 1990–2013. *The Lancet*, v. 386, n. 9995, p. 743–800, 2015.

GURALNIK, J. M. et al. Active life expectancy in older persons with disabilities. *The New England Journal of Medicine*, v. 329, n. 10, p. 745-750, 1993.

HU, F. B. et al. Obesity and mortality: a systematic review and meta-analysis. *New England Journal of Medicine*, v. 382, n. 21, p. 2064-2074, 2020. DOI: 10.1056/NEJMoa1911047.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde: 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal.** Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

JAKICIC, J. M. et al. Physical activity and weight loss: a review of the evidence. *Obesity*, v. 26, n. 2, p. 292-299, 2018. DOI: 10.1002/oby.22047.

OLIVEIRA, C.C.R.B. et al. Proposta de intervenção para a prática de atividade física em policiais militares. 2024; 13(2): 593-600.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Diretrizes da OMS sobre atividade física e comportamento sedentário.** Genebra: OMS, 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global Recommendations on Physical Activity for Health.** Geneva, Switzerland: WHO, 2010.

DADOS CADASTRAIS

BOLSISTA: Giovanna Carolina Souza

MODALIDADE DE BOLSA: PROBIC/UDESC (IC)

VIGÊNCIA: 01/09/2024 a 31/08/2025 – Total: 12 meses

ORIENTADOR(A): Rudney da Silva

CENTRO DE ENSINO: CEFID

DEPARTAMENTO: Departamento de Ciências da Saúde

ÁREAS DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde / Educação Física

TÍTULO DO PROJETO DE PESQUISA: Indicadores de Saúde, Qualidade de Vida, Desempenho Físico e Inclusão Social de Pessoas com Deficiências e/ou Doenças Crônicas Não Transmissíveis

Nº PROTOCOLO DO PROJETO DE PESQUISA: PVID133-2024