

1ª JORNADA
EDUCAÇÃO FÍSICA:
SAÚDE É ESPORTE

05 A 07 DE NOVEMBRO DE 2024



1ª JORNADA
EDUCAÇÃO FÍSICA
SAÚDE & ESPORTE

EXERCÍCIO FÍSICO, ESTILO DE VIDA E PERCEPÇÃO DO ESTADO DE SAÚDE EM ADULTOS: VIGITEL 2023

Keila Bruna da Silva Santos

Universidade Regional do Cariri/Educação Física /Iguatu – Ceará, Brasil/

keila.santos@urca.br

Kauan Pocidonio de Brito Clemente

Wesley Silva Barreto

Cícero Pereira dos Santos

Cleene Tavares de Souza

Joyce Maria Leite e Silva

Ligia Raianne da Silva Moura

Objetivo: O presente trabalho tem como objetivo avaliar o estilo de vida, percepção do estado de saúde e exercício físico em adultos. **Metodologia:** Trata-se de um estudo ecológico, em que foram utilizados os dados secundários da pesquisa do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL, 2023). A pesquisa contou com a participação de 21.691 indivíduos dos 26 Estados e do Distrito Federal, na qual 62,5% são do sexo feminino e 37,5% do sexo masculino. As variáveis utilizadas para esse estudo foram: Sexo, Idade, Fuma, Consumo de Álcool, Estado de Saúde e Exercício Físico. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva com frequência e percentual e o teste do Qui-quadrado através do Software JASP, versão 18.1. **Resultados:** Em relação ao estado de saúde, 20,1% dos participantes do sexo masculino e 15,1% do sexo feminino autorrelataram que consideram ter um estado “muito bom”. Em relação ao consumo do álcool, 53,7% do sexo masculino e 34,3% do sexo feminino relataram fazer o consumo de álcool. No que se refere ao uso do cigarro, 8,1% do sexo masculino revelaram fumar diariamente, por outro lado, 2,7% do mesmo sexo expuseram fumar, mas não diariamente. Ainda em relação ao uso do cigarro, no sexo feminino, 5,4% apresentaram fumar diariamente, enquanto 1,4% fumam, mas não diariamente. Assim, observa-se que o sexo masculino tem uma melhor percepção de saúde, além de um maior consumo de álcool e tabagismo quando comparado ao sexo feminino, mesmo contendo um quantitativo maior de mulheres participantes na pesquisa. Ademais, ao associar a prática de exercício físico, com o estado de saúde e o consumo de álcool, obteve significância com o valor de $P < .001$, porém quando associado exercício físico com indivíduos que fumam, não foi obtido significância, alcançando um valor de $P = 0.109$. **Conclusão:** Dessa forma, é importante ressaltar que ser fisicamente ativo pode contribuir para uma melhor percepção de saúde e hábitos saudáveis.

Palavras-chaves: Exercício físico; Estilo de vida; Estado de saúde; Adultos