



DOCENTES DA ÁREA DA SAÚDE SÃO MAIS FISICAMENTE ATIVOS?

Nara Micaele Lima De Sousa¹

Universidade Regional do Cariri (URCA)/ Educação física / IGUATU-CE, Brasil /
nara.lima@urca.br

Cleene Tavares de Sousa²

Resumo: A prática regular de atividade física (AF) é fundamental para a prevenção de doenças e promoção da qualidade de vida. Contudo, a adesão à AF pode variar conforme fatores socioeconômicos, culturais e individuais. O presente estudo tem como objetivo identificar o nível de AF de docentes da Universidade Regional do Cariri – URCA, da cidade de IGUATU-CE. Trata-se de um estudo de abordagem quantitativa de caráter observacional, do tipo transversal. Participaram 43 docentes, com a maioria dos participantes sendo do curso de Educação Física (n=13), seguido de Enfermagem (n=11), Direito (n=11) e Ciências econômicas (n=9). Foi aplicado um questionário semiestruturado por meio de entrevista face a face para a avaliação dos níveis de AF. Para análise dos dados foi usado a estatística descritiva, através do software Jamovi 2.6. Com base nos resultados obtidos, a prática de AF de lazer de intensidade vigorosa e moderada, foi mais prevalente nos docentes dos cursos de EF, com (18,6%, e 20,9%) respectivamente, seguido da Enfermagem (16,3% e 14,0%). Por outro lado, a frequência semanal da prática de AF vigorosa apresentou maiores no curso de Economia ($4,67 \pm 1,53$ vezes/semana) com duração de ($51,7 \pm 43,1$ min/sessão) e Enfermagem ($4,43 \pm 1,72$ vezes/semana) e duração ($77,1 \pm 25,1$ min/sessão). A em relação a frequência da AF de lazer moderada, os Docentes do curso de Direito apresentaram ($3,00 \pm 1,41$ vezes/semana) e duração ($60,0 \pm 21,2$ min/sessão), enquanto Enfermagem relatou ($2,83 \pm 1,33$ vezes/semana). Portanto, conclui-se que, embora os docentes da área da saúde pratiquem uma maior proporção de atividades físicas de lazer, sua frequência média semanal é inferior, quando comparada aos outros cursos. Tal fato sugere que a formação profissional voltada à promoção de saúde não se traduz diretamente ao estilo de vida ativo, podendo os aspectos individuais, como a percepção de saúde, rotina laboral e motivação pessoal, exercerem influência mais significativa sobre a adesão à atividade física do que a formação acadêmica na área.

Palavras-chave: Atividade Física. Docentes. Saúde.