

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

CARACTERIZAÇÃO DOS PACIENTES USUÁRIOS DO SUS DO MUNICÍPIO DE ALEGRE EM RELAÇÃO A ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

**Carlos Henrique Pagani Corrêa¹, Bruna Aparecida Borges Dutra², Ivana Alece
Arantes Moreno², Amanda Sgrancio Olinda², Aline Ribeiro Borçoi¹, Adriana
Madeira Álvares-da-Silva², Suzanny Oliveira Mendes¹.**

1 Universidade Federal do Espírito Santo/Alto Universitário, sem número, Guararema - 29500-000 –
Alegre-ES, Brasil, paganiicarlos@gmail.com, suzannymendes@gmail.com.

2 Universidade Federal do Espírito Santo/ Avenida Marechal Campos, 1468, Maruípe – 29047-105 –
Vitória-ES, Brasil, bbdutra123@hotmail.com, ivanaarantesm@gmail.com,
amanda_sgrancio@hotmail.com, alineborcoi@gmail.com, adrianabiomol@gmail.com.

Resumo

A inatividade física representa um problema para a saúde pública, uma vez que pode aumentar o risco individual de doenças não transmissíveis como diabetes, hipertensão, obesidade e entre outras. Desta forma, a caracterização dos pacientes quanto a prática de atividade física pode auxiliar na prevenção e tratamento de danos relacionados a prática sedentária. O presente trabalho objetiva caracterizar os pacientes usuários do SUS quanto a prática de atividade física relacionado a parâmetros sociais e de saúde. O estudo foi composto por 376 indivíduos entre 20 e 59 anos utilizando um questionário sobre a prática de atividade física e parâmetros de saúde como obesidade, hipertensão arterial, estresse, entre outros que foram associados utilizando o teste de Qui-quadrado. O resultado mostrou que a maioria dos pacientes avaliados não pratica atividade física e, em relação aos parâmetros de saúde, 73,5% do grupo de pacientes com hipertensão também não realizam a prática. Através desses dados faz-se necessário um maior incentivo para a prática de atividade física, visto os benefícios proporcionados pela mesma.

Palavras-chave: Exercício Físico. Estresse. Obesidade. Hipertensão Arterial.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde, Saúde Coletiva.

Introdução

A inatividade física pode ser considerada uma das pandemias modernas de saúde pública (ISO-AHOLA, 2018). Segundo relatório da Organização Mundial da Saúde, 23% dos adultos não atingem os níveis mínimos recomendados de atividade física (AF) (WHO, 2019). No contexto brasileiro, segundo estimativas do Vigitel, aproximadamente 14% da população adulta é fisicamente inativa (BRASIL, 2020). Apesar do número de pessoas que praticam atividade física no Brasil ser baixo, este número se mostra positivo em relação a perspectiva global, porém ainda preocupante visto que a inatividade física pode aumentar o risco individual de doenças não transmissíveis e morte prematura, causando cerca de 5,3 milhões de mortes por ano (ISO-AHOLA, 2018).

Atualmente há níveis maiores de pessoas com hábitos não saudáveis, devido ao estilo de vida mais moderno e tecnológico, onde a realização de tarefas, tanto as diárias como as laborais, passou a ser mais simples, o que reduziu o tempo e a intensidade da prática física e aumentou o tempo exposto a comportamentos sedentários com redução no gasto energético levando a uma disfunção no organismo (KATZMARZYK *et al*, 2022).

Este fato trouxe importantes implicações sobre o padrão de doenças e também na associação entre hábitos de vida e saúde. De modo que, a prática de atividade física apresenta associação inversa com diabetes, hipertensão arterial (HA), obesidade, estresse e entre outros (STENSEL; HARDMAN; GILL, 2021). Dessa maneira, é importante tornar a AF uma prática cotidiana, para que cada vez mais pessoas integrem esse hábito ao seu estilo de vida, contribuindo para a melhoria da saúde da população.

Assim, é de grande importância a caracterização da população quanto aos hábitos e estilo de vida relacionando com o estado de saúde do indivíduo, podendo facilitar na prevenção de doenças e reduzir

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

gastos com problemas de saúde relacionados à falta de AF e entre outros. Desta forma, o trabalho teve como objetivo caracterizar os pacientes usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) do município de Alegre-ES com foco na prática ou inatividade física, relacionado com aspectos sociais e de saúde como sexo, situação conjugal, estresse, obesidade e hipertensão arterial.

Metodologia

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Humana, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Espírito Santo, Brasil, número 1.574.160–2016, trata-se de um estudo transversal e os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre Esclarecido.

A amostra foi composta de 376 indivíduos entre 20 e 59 anos de idade recrutado por atendimento primário do Sistema Único de Saúde brasileiro em Alegre-ES, região sudeste do Brasil. Todos os participantes foram entrevistados individualmente para responderem a um questionário sobre condições de saúde, status social e estilo de vida para verificar os parâmetros de atividade física, de saúde como obesidade, hipertensão arterial e estresse autorrelatado e status social como sexo e situação conjugal.

Foi então calculada a frequência absoluta e relativa de cada variável, além da realização do teste Qui-quadrado para análise de associação entre a prática de atividade física e as características sociais e de saúde, utilizando o programa SPSS® versão 15.0. Os dados foram expostos como números e porcentagem em uma planilha no Excel®. Seguindo o processamento de dados foi feita uma análise e interpretação.

Resultados

A partir do estudo desenvolvido na população usuária do SUS do município de Alegre, foram coletados dados da amostra composta por 376 participantes. No presente estudo, 237 pessoas, que correspondem a 63%, não praticam AF e, uma menor parcela de 139 (37%) pessoas, praticam AF. Os demais resultados da caracterização da população estão apresentados na Tabela 1 de acordo com a prática ou inatividade física.

Tabela 1- Frequência absoluta e relativa de indivíduos que praticam e não praticam atividade física em relação as características sociais e de saúde.

Características Sociais e de Saúde		Não Pratica Atividade Física		Pratica Atividade Física		
		n	%	n	%	p
Sexo	Masulino	41	57,7	30	42,3	0,306
	Feminino	196	64,3	109	35,7	
Situação Conjugal						
	Não Casado	84	59,2	58	40,8	0,324
	Casado	144	64,3	80	35,7	
Estresse						
	Não	83	60,1	55	39,9	0,394
	Sim	153	64,6	84	35,4	
Obesidade						
	Não	146	61,3	92	38,7	0,225
	Sim	90	67,7	43	32,3	
Hipertensão Arterial						
	Não	164	59,2	113	40,8	*0,012
	Sim	72	73,5	26	26,5	

*Valor p estatisticamente significativo <0,05

Fonte: o autor.

Das variáveis analisadas, a hipertensão arterial teve associação estatística significativa com a AF, com $p=0,012$.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

Em relação ao sexo, observa-se que dos 71 homens entrevistados, 42,3% praticam atividade física, já no sexo feminino, das 305 mulheres entrevistadas 35,7% praticam atividade física. A AF quando relacionada à situação conjugal mostrou que dos 142 indivíduos não casados, 40,8% praticam atividade física, e dos 224 casados, 35,7% praticam.

Ao averiguar a relação entre AF e estresse, a quantidade de pessoas que relataram estar estressadas é de 237 pessoas e destas, 64,6% relatam não praticar atividade física, contra apenas 35,4% que praticam.

Quanto à relação entre AF e obesidade foi observado que das 133 pessoas obesas, 67,7% não praticam atividade física, acrescentando um fator de risco a essa doença. Por fim, das 98 pessoas que possuem hipertensão, 73,5% não praticam atividade física e apenas 26,5% a praticam.

Discussão

Apesar de os benefícios da AF na saúde se encontrarem bem documentados (ANDERSON; DURSTINE, 2019; PESCATELLO *et al*, 2019), o comportamento sedentário é característico da civilização moderna (JOCHM; SCHMID; LEITZMANN, 2018). No decorrer dos últimos 50 anos, a atividade física teve decréscimo acentuado (OZEMEK; LAVIE; ROGNMO, 2019), pois a mecanização do trabalho e das atividades domésticas diminuiu de forma significativa a AF da vida moderna (WOESSNER, 2021). A frequência de indivíduos que não praticam atividade física obtida neste estudo (63%) está acima da média nacional onde, segundo um estudo promovido pela Organização Mundial da Saúde, no Brasil 47% das pessoas em idade adulta não praticam atividade física suficiente (GUTHOLD *et al*, 2018).

Embora o presente estudo não tenha mostrado associação estatística entre o gênero e a prática de atividade física, a literatura mostra que o sexo masculino é fisicamente mais ativo que o feminino (MOHD TALMIZI; ALI; TERIMAN, 2021; WHO, 2019). Uma possível justificativa para este padrão consiste nas múltiplas jornadas de trabalho das mulheres, que contribui para a limitação do tempo destinado a práticas de atividade física e lazer, isso porque na maioria das vezes as mulheres acrescentam horas de trabalhos domésticos em acréscimo à sua jornada semanal de trabalho (MOHD TALMIZI; ALI; TERIMAN, 2021).

Já em relação ao estado civil, a literatura traz resultados variados sobre essa associação, onde alguns estudos apontam que a prática de atividade física é mais frequente entre indivíduos casados que em solteiros. Isso é justificado devido ao aumento das atividades domésticas realizadas pelo casal como limpeza da casa, jardim, quintal, cuidar dos filhos, dentre outros (MOHD TALMIZI; ALI; TERIMAN, 2021; SILVA *et al*, 2019). Em contrapartida, outros estudos mostram que os solteiros são mais ativos fisicamente do que indivíduos casados, uma vez que esse grupo é composto principalmente por pessoas mais jovens, com menos dependentes e afazeres domésticos, possuindo mais tempo para atividades de lazer e recreação (PONTES *et al*, 2019).

Alguns estudos mostram a relação entre a prática de atividades físicas e a reatividade ao estresse. Mücke *et al*, em uma revisão sistemática, mostraram que pessoas que praticam atividade física possuem uma reatividade atenuada ao estresse, indicando que a prática pode contribuir para a diminuição desta condição. Uma possível explicação pode estar relacionada a alterações fisiológicas causadas pela prática (MÜCKE *et al*, 2018).

Embora não tenha havido associação entre a prática de AF e obesidade neste estudo, sabe-se que o sedentarismo constitui fator relevante para a manifestação e a manutenção da obesidade (FERNANDES *et al*, 2020; GÓMEZ *et al*, 2020). A etiologia da obesidade é multifatorial e pode estar relacionada com a interação entre genes, ambiente, estilo de vida e fatores ambientais. Como já mencionado anteriormente, a vida moderna diminuiu a prática de atividade física (WOESSNER, 2021), o que está diretamente relacionado com o ganho de peso, uma vez que com isso há uma diminuição do gasto energético diário e, associado ao aumento do consumo de alimentos com alta densidade calórica, baixo poder sacietógeno e fácil absorção e digestão, contribui para o aumento de indivíduos obesos (ABESO, 2016).

Por fim, houve associação estatística entre a HA e a atividade física onde, a maioria dos indivíduos que possuem hipertensão não praticam atividade física (73,5%). Diversos estudos mostram que a inatividade física é um fator de risco para o desenvolvimento de hipertensão (BARROSO *et al*, 2021; FLETCHER *et al*, 2018). Além disso, esse resultado se assemelha com outros estudos realizados no Brasil que classificaram o perfil de pacientes hipertensos, onde a maioria dos pacientes também não

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

praticam atividades físicas regularmente (BERTOCHI *et al*, 2021; PASCHOA *et al*, 2021; ZANGIROLANI *et al*, 2018). Esse resultado se mostra preocupante, uma vez que a prática regular de atividades físicas é parte primordial das condutas não medicamentosas de prevenção e tratamento da HA (BARROSO *et al*, 2021).

Conclusão

Através deste estudo foi possível analisar o perfil dos pacientes usuários do SUS quanto a prática de atividade física. A maioria dos pacientes não pratica atividade física e, quando analisado os parâmetros de saúde, a maioria dos hipertensos também não realizam AF, o que pode contribuir para a piora e manutenção dessa condição. Através disso, faz-se necessário um maior incentivo à prática de atividade física neste município, visto os benefícios ocasionados por essa prática.

Referências

ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. **Diretrizes Brasileiras de Obesidade**. 4. ed. São Paulo, 2016. 186 p.

ANDERSON, Elizabeth; DURSTINE, J. Larry. Physical activity, exercise, and chronic diseases: A brief review. **Sports Medicine and Health Science**, v. 1, n. 1, p. 3-10, 2019.

BARROSO, Weimar Kunz Sebba et al. Diretrizes brasileiras de hipertensão arterial–2020. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 116, p. 516-658, 2021.

BERTOCHI, Gabriela et al. Perfil de usuários com hipertensão arterial e diabetes mellitus atendidos em pronto socorro hospitalar. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 1, p. 10961-10971, 2021.

Brasil. Ministério da Saúde (MS). *Vigitel Brasil 2019: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico* Brasília: MS; 2020.

FERNANDES, Carlos Alexandre Molena et al. Prevalence of sedentarism in obese and overweight adults. **Revista Enfermagem Atual**. 2020

FLETCHER, Gerald F. et al. Promoting physical activity and exercise: JACC health promotion series. **Journal of the American College of Cardiology**, v. 72, n. 14, p. 1622-1639, 2018.

GÓMEZ, Santiago Felipe et al. Study protocol of a population-based cohort investigating Physical Activity, Sedentarism, lifestyles and Obesity in Spanish youth: The PASOS study. **BMJ open**, v. 10, n. 9, p. e036210, 2020.

GUTHOLD, Regina et al. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1·9 million participants. **The lancet global health**, v. 6, n. 10, p. e1077-e1086, 2018.

ISO-AHOLA, S. Human mind: Both the cause and solution to the global pandemic of physical inactivity. **International Journal of Public Health Research**, v. 6, n. 4, p. 107-113, 2018.

JOCHER, Carmen; SCHMID, Daniela; LEITZMANN, Michael F. **Introduction to sedentary behaviour epidemiology**. Springer International Publishing, 2018.

KATZMARZYK, Peter T. et al. Physical inactivity and non-communicable disease burden in low-income, middle-income and high-income countries. **British journal of sports medicine**, v. 56, n. 2, p. 101-106, 2022.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

KRUK, Joanna et al. Oxidative stress in biological systems and its relation with pathophysiological functions: the effect of physical activity on cellular redox homeostasis. **Free radical research**, v. 53, n. 5, p. 497-521, 2019.

MOHD TALMIZI, Nurain; ALI, Nor Eeda; TERIMAN, Suharto. A review on socio-demographic factors influencing physical activities. **Malaysian Journal of Sustainable Environment (MySE)**, v. 8, n. 1, p. 75-90, 2021.

MÜCKE, Manuel et al. Influence of regular physical activity and fitness on stress reactivity as measured with the trier social stress test protocol: A systematic review. **Sports medicine**, v. 48, p. 2607-2622, 2018.

OZEMEK, Cemal; LAVIE, Carl J.; ROGNMO, Øivind. Global physical activity levels-Need for intervention. **Progress in cardiovascular diseases**, v. 62, n. 2, p. 102-107, 2019.

PASCHOA, Drielle Thainara Perez et al. Adesão ao regime terapêutico de pessoas com hipertensão arterial sistêmica em Jales, São Paulo. **Revista Univap**, v. 27, n. 53, 2021.

PESCATELLO, Linda S. et al. Physical activity to prevent and treat hypertension: a systematic review. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 51, n. 6, p. 1314-1323, 2019.

PONTES, Sarah Souza et al. Práticas de atividade física e esporte no Brasil. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 32, 2019.

SILVA, Rosângela Ramos Veloso et al. Fatores associados à prática de atividade física entre professores do nível básico de ensino. **Journal of Physical Education**, v. 30, 2019.

STENSEL, David J.; HARDMAN, Adrienne E.; GILL, Jason MR (Ed.). **Physical activity and health: the evidence explained**. Routledge, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world**. World Health Organization, 2019.

WOESSNER, Mary N. et al. The evolution of technology and physical inactivity: the good, the bad, and the way forward. **Frontiers in public health**, v. 9, p. 655491, 2021.

ZANGIROLANI, Lia Thieme Oikawa et al. Hipertensão arterial autorreferida em adultos residentes em Campinas, São Paulo, Brasil: prevalência, fatores associados e práticas de controle em estudo de base populacional. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 1221-1232, 2018.

Agradecimentos

Agradecemos aos voluntários deste estudo do Núcleo de Pesquisas em Saúde-UFES, aos agentes comunitários de saúde e à equipe de atenção básica primária do município de Alegre-ES. Também agradecemos aos órgãos de fomento: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES); Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo (FAPES); Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). Financiamentos: PPSUS 05/2015 - 74713515/2016; Universal CNPq 2018 - 424130/2018-1; PROFIX 10/2018 - 36915.566.18865.25072018.