

PREVALENCIA DE DOENÇAS CRÔNICO-DEGENERATIVAS E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER DE IDOSAS DA CIDADE DE MACEIÓ.

Acadêmicos: Tenildo Lopes; Andrezza Queiroz Amaral e João Paulo dos Santos, Silva; Orientador: Prof. Dr. Amandio Aristides Rihan Geraldes.

Introdução: O envelhecimento associa-se ao aumento das taxas de doenças crônico-degenerativas (DCD). Dentre os idosos, as morbidades associadas às DCD, são consideradas variáveis independentes para a inatividade física. Entretanto, ainda não está clara, a prevalência das morbidades (MORB), comorbidades (COMORB) e multimorbidades (MMORB), bem como, os níveis de atividade física (AF) de idosos engajados em Programas de Atividades Físicas de Lazer (PAFL). **Objetivo:** Verificar as taxas de morbidades, os níveis de AF, os tipos, frequência e duração com a qual as AF eram praticadas, bem como, as características sócio-demográficas e econômicas de idosos funcionalmente independentes, engajados em PAFL ofertados pelas ITI do Município de Maceió. **Metodologia:** A amostra deste estudo epidemiológico, de corte transversal, foi composta por 120 idosos, selecionadas probabilisticamente, dentre os sujeitos de uma amostra maior composta por idosos relacionadas a 25 ITI do Município de Maceió, utilizada em um estudo normativo (MCT/CNPq/Processo No: 472491/2008-3). Para participar do estudo, a voluntária deveria ser funcionalmente independente, estar engajada em um dos PAFL e assinar termo de consentimento livre esclarecido. Todas as variáveis foram avaliadas através de questionários. **Resultados:** Com idades entre 60 e 85 anos (Média e DP/68,5±6), os sujeitos apresentaram massa corporal e estatura média igual a: 61,5 (±12 kg) e 1,50 (±0,1 m). Todas as idosos declararam-se aposentadas ou pensionistas; 78,3% viviam em domicílios multigeracionais; 58,3% eram analfabetas e 37,5% ganhava um salário mínimo. Os sujeitos com menores graus de escolaridade e renda, apresentaram maiores taxas de MMORB. Em relação aos níveis de AF, nove idosos (7,5%) não responderam aos questionários e, 67 (55,8%) declararam não praticar nenhum tipo de atividade física (AF). Dentre as 33,7% idosos fisicamente ativas, a AF preferida foi a caminhada, sendo realizada por 21,6% das idosos, seguida da ginástica geral, com a preferência de 15,8% dos sujeitos. Os sujeitos restantes praticavam diversas AF, destacando-se a hidroginástica e a dança. Em relação às taxas de morbidade, o relato de MMORB foram maiores dentre os sujeitos que não estavam engajados em PAFL. As frequências semanais da prática de AF variaram entre uma e sete sessões/semanais, entretanto, a maioria dos sujeitos (36,6%) declararam treinar 3x/Sem. Verificou-se que a medida de duração das sessões de treino (ST) foi de 53 min/dia. Em se tratando das taxas de MORB, 94% sujeitos da amostra, reportaram a presença de doenças, sendo 60% das MORB encontradas nos idosos de 60-69 anos. A hipertensão arterial foi à doença de maior prevalência, sendo relatada por 83 sujeitos (63,5%). Mais de 60% das idosos faziam uso de medicamento, sendo os anti-hipertensivos os mais utilizados. **Conclusões:** Nossos achados reforçam os evidenciados pela literatura, no sentido de quanto maior a prevalência de DCD, menos fisicamente ativo é o sujeito. É importante destacar que, em nosso estudo, os idosos mais novos, faixa etária de 60-69 anos, era os portadores das maiores taxas de MORB. Constatamos também que na maioria dos sujeitos, as MORB estavam instaladas antes dos 60 anos. Nossos resultados indicam que a presença de MORB não parece ser a única causa da inatividade física em idosos.

Palavras Chaves: Saúde, Taxa de Morbidades, Inatividade Física