

Padrão de atividade física em gestantes usuárias do Sistema Único de Saúde da cidade de Ribeirão Preto

Silva, C.M¹; Perdoná, G. S. C²; Sartori, D.C², Machado, DRL³. ¹Pos Graduação em Saúde Pública da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto- USP, Dep. Medicina Social da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto- USP; ³Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto-USP.

Apesar dos benefícios que atividade física (AF) traz para as gestantes, a redução de AF é muito observada nas mulheres. Este fato ocorre tanto pelas crenças populares na contradição de sua prática como nas interferências dos fatores como idade, etnia, escolaridade e nível socioeconômico. O objetivo geral desse estudo foi verificar o padrão de AF nas gestantes usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS) em Ribeirão Preto. Participaram 799 gestantes com idade média 27,65 ($\pm 5,4$), escolaridade de 8,7 (3,2) anos de estudos, a maioria eram primigestas (65%), casadas (78%), não trabalhavam fora de casa (53%), pertenciam a classe social C (67%). As gestantes responderam um questionário estruturado sobre as condições sociodemográficas, estado nutricional e estilo de vida e uma parte contendo um questionário validado para AF. Do questionário foi obtida a frequência (semanal) e a duração (minutos) das AFs, posteriormente, utilizando o Compêndio de Atividade Física, verificou-se o MET (equivalente metabólico) referente a cada AF realizada pelas gestantes. Para o cálculo do padrão de AF das gestantes utilizou-se a equação previamente proposta por Tavares et al (2006) que gera um MET denominado "METgest", para cada gestante o valor do METgest dado por: $\sum TTSPk / \sum TTS$; onde: TTSPk é obtido pelo Tempo Total Semanal (TTS= F X T) multiplicado pelo índice do MET da k-ésima atividade. Baseado neste método as gestantes foram classificadas nos seguintes padrões: sedentário (<1,5 METs), leve (1,5-2,9 METs), moderado (3,0-5,9 METs) e intenso ($\geq 6,0$ METs). Verificou nesse estudo uma elevada prevalência do padrão sedentário (57%) seguido pelo padrão leve (43%) entre as gestantes estudadas, assim como um maior gasto energético nos domínios doméstico e por último de lazer, sugerindo a necessidade de ações de promoção de atividade física neste público. Também, neste estudo verificou-se que as variáveis idade, ter o marido como chefe da família, ser casada e não ter filho teve associação negativa com o padrão sedentário. Assim, apurou-se que, com o avanço da idade, as mulheres tornaram-se mais ativas que as gestantes com idade inferior. As variáveis escolaridade e trabalhar fora de casa foram associadas positivamente com o padrão sedentário, ou seja, mulheres com escolaridade baixa ou que não trabalham fora tem maior risco de serem sedentárias, com exceção das domésticas (ocupação).

E-mail: carlasilva@usp.br