

Níveis de atividade física em adolescentes grávidas colombianas

Sánchez Y¹, Camargo DM¹, Ruiz M¹, Triana C², Sarmiento O².

1. Universidad Industrial de Santander, Bucaramanga, Colombia.
2. Universidad de los Andes, Bogotá, Colombia.

A inatividade física é o quarto fator de risco mais importante de mortalidade no mundo. Os adolescentes são o grupo populacional que tem os menores níveis de atividade física, sendo ainda mais baixos no sexo feminino. Além disso, a gravidez tem mostrado ser uma etapa da vida na qual os níveis de atividade física diminuem. O objetivo deste estudo foi caracterizar os níveis de atividade física em adolescentes grávidas colombianas. Foi realizada uma análise secundária da informação coletada na Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia, em 2015, a qual é a primeira pesquisa da América Latina em avaliar a atividade física em grávidas com uma amostra de representatividade nacional. A atividade física foi medida com uma adaptação do questionário Youth Risk Behavior Surveillance System, cuja aplicação em pesquisas nacionais tem sido recomendada. Foram entrevistadas 129 gestantes entre 13 e 17 anos, das quais só 4,45% foram fisicamente ativas pelo menos 60 minutos diários, durante os 7 dias prévios da aplicação do questionário. Do total da amostra 27,07% frequentavam a escola regularmente e 30,14% receberam pelo menos uma aula de educação física na escola. Apesar dos benefícios da atividade física para a saúde da mãe e o filho durante a gravidez, os níveis de atividade física nas adolescentes grávidas colombianas são muito baixos, esta situação demonstra a necessidade de criar programas direcionados para a promoção da atividade física durante esta etapa da vida e a escola pode ser um espaço muito importante para sua aplicação.

E-mail: yurik_913@hotmail.com

ysancmartinez@gmail.com