



## DIFICULDADES NO INCENTIVO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

NAYARA FERNANDES MENDONÇA; CAMILA AFONSO BRUNO; MARIA EDUARDA  
PROFIRIO BRAGA; VANESSA DA SILVA MOREIRA TEIXEIRA

**Introdução:** A promoção da saúde através do incentivo à prática de atividades físicas assume um papel central nas Unidades Básicas de Saúde (UBS). Essa iniciativa visa combater o sedentarismo, fomentar estilos de vida ativos, contribuindo para a prevenção de doenças crônicas, promoção do bem-estar e para o aumento da expectativa de vida. **Objetivo:** Este estudo teve como principal objetivo explorar a importância de programas de incentivo à atividade física na Atenção Primária à Saúde (APS), destacando suas principais dificuldades que favorecem os índices da baixa adesão de exercícios físicos na rotina dos pacientes do Sistema Único de Saúde. **Metodologia:** Configura-se como um estudo de revisão de literatura com base em artigos científicos publicados nas bases de dados BVC e SciELO. Selecionando publicações científicas dos últimos 5 anos. Foram elegidos artigos na língua portuguesa, utilizando os descritores “exercício físico”, “Brasil”, “promoção à saúde” e “Sistema Único de Saúde”. **Resultados:** Observou-se que cerca de metade da população é fisicamente inativa. Nesse viés, segundo pesquisas, o corte de gastos proposto na emenda Constitucional nº 95 de 2016, na realização de projetos que estimulam a prática de exercício físico na APS favoreceram a redução da adesão das atividades físicas. Além disso, outro fator que colabora para o cenário atual é o baixo nível de aconselhamento para atividade física por profissionais da APS. Nesse contexto, estudos sugerem que profissionais da saúde com pós-graduação, com experiência acadêmica na APS durante o início da formação acadêmica e que são fisicamente ativos contribuem de forma mais ativa para o aconselhamento dos pacientes para a realização de atividade física na APS. **Conclusão:** Conclui-se que o programa de incentivo à prática de atividades físicas na APS demonstra eficácia ao combate ao sedentarismo, na melhoria na qualidade de vida, na redução de doenças crônicas, gerando um impacto positivo na saúde pública nacional. Contudo, a redução de gastos e o baixo nível de aconselhamento de atividade física contribuem para a baixa adesão de pacientes à realização de exercício físico.

**Palavras-chave:** Brasil, Exercício físico, Promoção à saúde, Sistema único de saúde., Unidade básica de saúde.