O IMPACTO DO SEDENTARISMO NA SAÚDE PÚBLICA DO BRASIL: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO

ISABELLA BLESSA GONÇALVES; IZADORA DE MORAES ERSCHING; RAFAELA SIMÃO; SUZANA VITÓRIA SHIMA; ANA KAROLINA RODRIGUES DO NASCIMENTO

Introdução: O sedentarismo é uma preocupação crescente na sociedade contemporânea e está intrinsecamente ligado ao aumento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), que representam uma ameaça significativa para a saúde pública no Brasil. Essas doenças, que incluem condições como doenças cardiovasculares, cânceres, doenças respiratórias crônicas e diabetes tipo 2, são responsáveis por uma parcela considerável dos óbitos prematuros no país. Nesse contexto, abordar o sedentarismo torna-se crucial para a promoção da saúde e o bem-estar da população. **Objetivo**: Analisar o impacto do sedentarismo na saúde pública do Brasil, identificando os principais desafios associados a essa questão e propondo estratégias de intervenção eficazes. **Metodologia**: Realizou-se uma revisão da literatura utilizando os textos fornecidos como base, complementados por pesquisas nas bases de dados PubMed e SciELO (2012 a 2022). Foram selecionados estudos e relatórios governamentais em português, focando na realidade brasileira e que abordassem a relação entre sedentarismo e doenças crônicas não transmissíveis, além de estratégias de intervenção. **Resultados**: A revisão da literatura destacou que o sedentarismo é um desafio significativo para a saúde pública no Brasil, contribuindo para o aumento das DCNT. Estudos mostraram que aproximadamente 28% dos adultos brasileiros não atendem às recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) para atividade física, enquanto a prevalência de inatividade física entre adolescentes aumentou para cerca de 71,8% em 2019.Essa inatividade física está associada ao aumento das DCNT, que incluem doenças cardiovasculares, cânceres, doenças respiratórias crônicas e diabetes tipo 2, representando uma parcela significativa dos óbitos no país. O monitoramento e vigilância da saúde dos adolescentes no Brasil ainda são insuficientes, dificultando a implementação de políticas de prevenção adequadas. **Conclusão**: Diante do cenário apresentado, fica evidente a necessidade de implementar medidas urgentes para enfrentar o sedentarismo e suas repercussões na saúde pública do Brasil. Isso inclui a promoção de políticas e programas que incentivem a prática regular de atividade física, a melhoria do acesso a espaços e recursos para a prática esportiva e a integração efetiva dessas iniciativas no SUS. Além disso, é fundamental investir em educação e conscientização da população sobre a importância de um estilo de vida ativo e saudável.

Palavras-chave: Sedentarismo, Saúde pública, Dcnt, Atividade física, Sistema único de saúde (sus).

DOI: 10.51161/conasus2023/31932