

PARÂMETROS DE SAÚDE E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE MULHERES IDOSAS USUÁRIAS DE UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE: UM ESTUDO PILOTO

BIANCA FERNANDES; LUANA MARCELA FERREIRA CAMPANHÃ; VANESSA TEIXEIRA DO AMARAL; GUILHERME PERES DONATTO; EMMANUEL GOMES CIOLAC

Introdução: As mudanças e avanços do Sistema Único de Saúde tem levado à inserção do Profissional de Educação Física em Unidades Básicas de Saúde (UBS) por meio dos Núcleos de Apoio à Família. A maior parte dos usuários de UBS pode ser considerada obesa e com baixo nível de atividade física. A obesidade pode levar ao aumento de doenças crônicas não transmissíveis, síndrome metabólica, artrose, do índice de massa corporal (IMC) e de outras doenças associadas. Desta forma, programas regulares de exercício físico devem estar inseridos na atenção primária à saúde. **Objetivo:** Avaliar as variáveis antropométricas, hemodinâmicas e nível de atividade física de mulheres idosas usuárias de UBS. **Metodologia:** 5 mulheres idosas ($62,2 \pm 2,6$ anos) foram recrutadas em diferentes UBS do Município de Bauru/SP para participarem de avaliações de saúde em relação às variáveis antropométricas (estatura, massa corporal, IMC e circunferência da cintura), hemodinâmicas (pressão arterial (PA), frequência cardíaca (FC) e rigidez arterial (método velocidade da onda de pulso carotídeo-femoral (VOP)) e nível de atividade física (Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ)). **Resultados:** As voluntárias recrutadas até o momento foram classificadas como insuficientemente ativas pelo IPAQ. Além disso, apresentaram IMC classificado como Obesidade de Grau I ($32,2 \pm 9,4$ kg/m²; massa corporal: $76,7 \pm 20,7$ kg; estatura: $1,54 \pm 0,07$ cm). Em relação à circunferência da cintura ($99,7 \pm 16,03$ cm), foram classificadas como risco aumentado de desenvolver doenças cardiovasculares (≥ 88 cm). Apesar de apresentarem valores normais de VOP ($8,42 \pm 2,5$ m/s; VOP < 12 m/s) e sem muitas alterações na FC ($69,6 \pm 6,3$ bpm), foram consideradas como pré-hipertensas (138 ± 85 mmHg; PA $> 130/80$ mmHg). **Conclusão:** Os resultados preliminares deste estudo piloto podem demonstrar o baixo nível de atividade física e o risco aumentado de usuários de UBS desenvolverem inúmeras doenças, inclusive doenças crônicas não transmissíveis. Isto contribui para o aumento da sobrecarga dos sistemas de saúde, principalmente pela população idosa. Ressalta-se, portanto, a necessidade urgente de implementar educação em saúde e programas regulares de exercício físico nos serviços da atenção primária à saúde a partir de uma equipe multidisciplinar, incluindo o Profissional de Educação Física.

Palavras-chave: Mulheres idosas, Nível de atividade física, índices de saúde, Profissional de educação física, Unidade básica de saúde.