



Trabalhos Científicos

Título: Mudança De Comportamento E Nível De Atividade Física Em Adolescentes Atendidos Num Hospital De Ensino (Hu)

Autores: MERCIA LAMENHA MEDEIROS (FAMED- UFAL); ROSA ELISA PASCIUCCO DA COSTA (HU- UFAL); ANTONIO FILIPE PEREIRA CAETANO (EDUCAÇÃO FÍSICA-UFAL)

Resumo: INTRODUÇÃO: O projeto de atenção interdisciplinar da Hebiatra do HU, estabelece interface com a Educação Física, onde adolescentes são encaminhados no intuito de favorecer a alteração dos comportamentos de risco à saúde, incorporando a prática de atividades físicas. OBJETIVO: Relacionar o nível de atividade física e a prontidão para mudança de comportamento para a prática de atividades físicas em adolescentes atendidos num Hospital de Ensino. MÉTODO: Avaliou-se adolescentes e identificou-se níveis de prática de atividade física pelo questionário de Baeck et al com ações associadas a três dimensões da atividade física. A primeira refere à prática de atividade física na escola; a segunda, às atividades esportivas, exercícios físicos e lazer ativo; a terceira dimensão, às atividades de ocupação do tempo livre. A prontidão para a mudança de comportamento, através do Modelo Transteórico de Prochaska et al, dividido em cinco estágios, classificados pelo nível de atividade física: Ativos-Estágios 1 e 2 (Ação e Manutenção): sujeito fisicamente ativo há mais de seis meses e a menos de 6 meses; Irregularmente Ativos-Estágio 3 (Preparação): sujeito não é ativo mas pretende ser ativo em 30 dias; Inativos-Estágio 4 e 5 (Contemplação e Pré Contemplação): sujeito não é ativo mas pretende ser ativo em seis meses e sujeito não pretende ser ativo. RESULTADOS: Avaliou-se 56 adolescentes, ambos os gêneros, com idades entre 13 a 17 anos. Referido à primeira dimensão da atividade física, 10% dos adolescentes realizam atividades físicas regulares, e são ativos (Estágios 1 e 2 da prontidão para mudança de comportamento), assim como para os níveis informais da atividade física, 10% são ativos; à segunda dimensão, 30% praticam esporte ou exercício físico, sendo irregularmente ativos (Estágio 3). CONCLUSÃO: Os adolescentes apresentaram comportamento sedentário, associado à baixa prontidão para mudança de comportamento. O planejamento de ações no hospital voltadas aos adolescentes pode propiciar mudanças de comportamento.