



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

FEPEG

F Ó R U M
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

INATIVIDADE FÍSICA E DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS: UMA REVISÃO DE LITERATURA – PROJETO DE EXTENSÃO “FORÇA TAREFA PARA PREVENÇÃO E CONTROLE DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS”

Autores: ANA LUISA BARBOSA COSTA, ANA TERESA FERNANDES BARBOSA, HENDERSON BARBOSA PIMENTA, ANA CLARA FERNANDES MARQUES, CAROLINA JÚNIA REIS PAZ, PEDRO HENRIQUE ALVES SOARES, JULIE DANIELLE SILVA CARVALHO

Objetivos: Revisar na literatura a relação entre inatividade física e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), focando-se nos quatro grupos principais: doenças cardiovasculares, neoplasias, doenças respiratórias crônicas e diabetes. **Metodologia:** Realizou-se uma revisão de literatura utilizando-se as bases de dados PubMed e Medline, com os descritores “atividade física”, “diabetes”, “doenças respiratórias”, “doenças crônicas não transmissíveis”, “câncer”, limitando os resultados de 2010 a 2018. **Resultados:** De acordo com dados da OMS, em 2012, 67% das mortes ocorridas no mundo foi devido a DCNT, totalizando 38 milhões. Ao contrário da tendência de regressão do número de mortes por doenças infecciosas, as DCNT tem expectativa de um crescimento para 52 milhões de mortes em 2030. No Brasil, essa alta prevalência é clara, liderando as causas de morte, sendo 80% destas relacionadas aos quatro grandes grupos de doenças crônicas. Nesse contexto, um dos fatores de risco modificáveis mais predominantes, a inatividade física possui relação direta com a mortalidade por todas as causas (20-30% maior o risco) e, sobretudo, a cardiovascular. Logo, a atividade física atua como fator protetor, gerando impacto em diversas variáveis relacionadas à saúde, como aptidão física, hipertensão, função pulmonar, controle glicêmico e lipídico, além de também atuar no bem estar mental. Estudos também demonstram um benefício direto em alguns tipos de câncer, como de cólon e de mama, reduzindo os riscos de incidência e mortalidade. Portanto, torna-se interessante avaliar a magnitude disso no Brasil, observando-se na Pesquisa Vigitel 2017 e Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) 2013, 46% da população brasileira insuficientemente ativa, classificados como indivíduos que praticam menos de 150 minutos semanais de atividades físicas de intensidade moderada. Enquanto que nos diagnósticos médicos, a PNS de 2013 demonstrou: hipertensão arterial (21,4%), diabetes (6,2%), doenças cardiovasculares (4,2%), asma (4,4%) e câncer (1,8%), em maiores de 18 anos. **Conclusão:** Há diversas evidências bem sustentadas na relação entre inatividade física como fator de risco de doenças crônicas não transmissíveis. A relevância desse estudo verifica-se a partir dessa correlação com a morbimortalidade bem expressiva no Brasil, exigindo maior vigilância e entendimento dessas condições, a fim de atuar sobre essas doenças e seus fatores de risco.