



## PERFIL NUTRICIONAL E DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE PROFESSORES DA REDE PÚBLICA MUNICIPAL DE URUGUAIANA-RS

Eduardo Timm Maciel, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiiana

Márcia Helena Fagundes Arend, discente de pós-graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiiana

Susane Graup do Rego, docente, Universidade Federal do Pampa

Rodrigo de Souza Balk, docente, Universidade Federal do Pampa

Simone Lara, docente, Universidade Federal do Pampa

eduardomaciel.aluno@unipampa.edu.br

As doenças cardiovasculares, o câncer, a diabetes e as doenças respiratórias crônicas integram as principais doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), responsáveis por cerca de 70% de todas as mortes no mundo. Assim, o aumento da carga de DCNT reflete os efeitos negativos de estilos de vida sedentários, alimentação com alto teor calórico e com alimentos ultraprocessados, entre outros fatores. A obesidade aumentou significativamente nos últimos 25 anos em todo o mundo, principalmente nos países subdesenvolvidos, que representam 62% da população obesa mundial. Em acréscimo, pesquisa realizada com docentes gaúchos indicou que apenas 43,0% foram considerados fisicamente ativos, indicando a importância de investigar o perfil de saúde dessa população. À vista disso, o presente estudo objetivou identificar o perfil nutricional e o nível de atividade física de professores da Rede Pública Municipal de Ensino de Uruguaiiana-RS. Participaram da pesquisa 104 professores, representando, aproximadamente, um terço do efetivo total de professores da rede municipal. Para avaliar o perfil nutricional dos professores, foram mensuradas as variáveis antropométricas: massa corporal e estatura. A massa corporal foi avaliada por meio de uma balança digital com precisão de 100 gramas e capacidade para 150 kg e a estatura por um estadiômetro fixo à parede com precisão de 2 mm, com o indivíduo descalço e com postura ereta. O índice de massa corporal (IMC) foi avaliado por meio da divisão da massa corporal (kg) pela estatura ao quadrado (m<sup>2</sup>), no qual os indivíduos foram classificados como: eutróficos (IMC < 25 kg/m<sup>2</sup>), sobrepeso (IMC entre 25,0 e 29,9 kg/m<sup>2</sup>) e obesos (IMC ≥ 30 kg/m<sup>2</sup>). Visando avaliar o nível de atividade física, foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ - versão curta). Este questionário visa determinar a frequência e a intensidade das atividades físicas realizadas na última semana, considerando o tempo que o indivíduo permanece sentado durante o dia. De acordo com os resultados, os indivíduos foram indicados como sedentários, irregularmente ativos ou ativos. Como resultados, em relação ao perfil nutricional, evidenciamos que 50,96% dos professores foram classificados como eutróficos, 37,5% como sobrepeso e 11,54% como obesos. Ainda, 55,8% dos docentes foram definidos como fisicamente ativos, 32,7% irregularmente ativos e 11,5% sedentários. Mediante o contexto apresentado, evidencia-se alto percentual

de professores com sobrepeso e obesidade (49,04%), além de uma parcela significativa com baixo nível de atividade física, denotando que os avaliados apresentam elevado risco para o desenvolvimento das DCNT. Por fim, a criação de políticas públicas voltadas para a promoção da saúde do professor no contexto escolar deve ser fomentada, a fim de estimular a aquisição de estilos de vida saudáveis, e consequentemente, reduzir o risco do desenvolvimento das DCNT.

**Agradecimentos:** UNIPAMPA.

**Palavras-chave:** Professores; Índice de Massa Corporal; Atividade Física; Doenças Crônicas Não Transmissíveis.