



Revista Portuguesa  
de

# irurgia

Suplemento • Novembro 2011

**15.º CONGRESSO PORTUGUÊS DE OBESIDADE**

Combater a Obesidade: uma missão possível



SOCIEDADE PORTUGUESA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE

Órgão Oficial da Sociedade Portuguesa de Cirurgia

pedómetros, Yamax Digiwalker, para registar o número de passos das crianças. **Resultados:** 17% das crianças apresentam obesidade (excesso de peso + obesidade). Relativamente às habilidades motoras utilizadas pelas crianças durante a permanência no Jardim de Infância: 63% do tempo estão sentadas, 14% a andar, 10% a correr, 8% a saltar e 4% em pé parado. Quanto ao número de passos, em média as crianças dão 7349 passos por dia, variando entre 2009 e 16533. As correlações entre os dois métodos de avaliação da actividade física foram elevadas, sendo as mais altas com correr, saltar, andar e sentar (.802; .798; .739; -.516, respectivamente). **Conclusões:** As crianças no Jardim de Infância passam a maior parte do tempo em habilidades motoras que implicam pouco dispêndio energético, facto confirmado pelo reduzido número de passos. As elevadas correlações obtidas demonstraram que a observação directa é uma forma eficaz, simples e económica de avaliar o nível de actividade física.

**Palavras-Chave:** Obesidade, Actividade física, crianças

## **C 58**

### **Padrões de inactividade física, em adultos jovens, numa amostra representativa da escola superior de educação, do Instituto Politécnico de Bragança**

A Sadio, P Urz, V Lopes, M Camões

*Instituto Politécnico de Bragança*

*xano\_sadio\_7@hotmail.com*

**Introdução:** Apesar de os benefícios da actividade física (AF) na saúde se encontrarem bem documentados, o comportamento sedentário é característico da civilização moderna. No entanto, são escassos os estudos feitos em adultos jovens. Este estudo tem o objectivo de avaliar os padrões de AF, por categoria de peso corporal, entre adultos jovens. **Métodos:** Estudo transversal, com recolha de dados através de inquérito e de medições objectivas entre Fevereiro-Abril de 2011, em estudantes com idades compreendidas entre 18-25 anos. A população alvo é composta por 1132 alunos (68,3% do sexo feminino) inscritos na ESEB em 2010/2011, de onde foi seleccionada uma amostra aleatória de 288 individuos (66,7% do sexo feminino). Para avaliar a AF habitual, foi usado um questionário estruturado, explorando os diferentes tipos de actividade e detalhando a duração e a intensidade. Foram classificados em “activos” os sujeitos que executam: 150min/semana de exercício leve-moderado (intensidade: 3-6 METs) ou 60min/semana de exercício vigoroso (intensidade: >6.0 METs). Foi medida a estatura (m) e o peso corporal (kg), quantificando o IMC ( $\text{Kg}/\text{m}^2$ ). Para avaliar as diferenças nas proporções entre sexos nas categorias de peso corporal (peso normal:  $\text{IMC} < 25 \text{Kg}/\text{m}^2$ ; excesso de peso/obesidade:  $\text{IMC} \geq 25 \text{Kg}/\text{m}^2$ ), utilizou-se o teste *Qui-quadrado*. **Resultados:** Independentemente do peso corporal a prevalência de prática de exercício físico é significativamente superior nos homens vs. mulheres (63.5% vs. 41.4%,  $p < 0.005$ , na categoria de peso normal; 64.3% vs. 32.6%,  $p < 0.005$ , na categoria de excesso de peso/obesidade). Resultados similares, homens vs. mulheres, foram encontrados quando os sujeitos são classificados como activos (44.4% vs. 16.6%,  $p < 0.001$  na categoria de peso normal; 64.3% e 8.7%,  $p < 0.001$ , na categoria de excesso de peso/obesidade). **Conclusão:** Quando consideradas as recomendações actuais de AF, proporções alarmantes de inactividade foram encontradas entre os adultos jovens avaliados, nomeadamente entre as mulheres, independentemente do peso corporal.

**Palavras-Chave:** xano\_sadio\_7@hotmail.com

## **CO 59**

### **Peso Excessivo na Criança e (In)Actividade Física dos Pais**

Maria Emília Benguela Duarte, Abel Paiva e Silva, Isabel do Carmo

*Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias*

*Escola Superior de Enfermagem do Porto*

*Faculdade de Medicina. Universidade de Lisboa. Hospital de Santa Maria*

*maeduarte@portugalmail.pt*