

021

**CORRELAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL COM O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM INDIVÍDUOS ADULTOS DA REGIÃO DO VALE DOS SINOS, RS.** *Laiala Pithan, Daniele Chagas Dutra, Carla Juliana Mônaco, Maureen Koch, Gustavo Waclawovsky, Matheus Ferrareze, Cássia Silveira, Roberta Camargo, João Carlos Jaccottet Piccoli, Andrea Cristina da Silva Bulhoes (orient.)* (FEEVALE).

O controle alimentar associado a um nível de atividade física são fatores importantes para a prevenção e tratamento de doenças de alta prevalência. Este estudo descritivo relaciona o estado nutricional com o nível de atividade física (NAF) de 965 sujeitos, de 18 a 80 anos, selecionados por conveniência. Residentes no Vale dos Sinos, RS, foram submetidos ao Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão curta, e ao recordatório alimentar, de 24h, para identificar hábitos alimentares e consumo de macronutrientes, calculados através do programa Diet Win® Professional. Para a avaliação do estado nutricional utilizou-se o índice de massa corporal (IMC). Para a aferição da variável antropométrica, massa corporal, foi utilizada uma balança de equilíbrio e um estadiômetro para a estatura. Os resultados foram analisados estatisticamente no programa SPSS (15.0) através dos testes ANOVA, para detectar diferenças entre as variáveis estudadas e, Correlação de Pearson. Os indivíduos foram classificados como eutróficos 38, 6%, sobrepeso 39, 6% e obesos 39, 3%, conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS). Quanto ao IPAQ, estes foram classificados como Insuficientemente ativos (IA), Suficientemente ativos (AS) e Muito ativos (MA). Identificou-se forte correlação ( $p < 0,05$ ) entre faixa etária de 50 a 59 anos e acima de 60 anos com o IMC: quanto maior a idade, maior o índice de obesidade. Não foi encontrada diferença estatisticamente significativa entre o IMC e o IPAQ. Identificou-se uma significância de  $p = 0,052$  entre indivíduos suficientemente ativos e consumo de lipídios abaixo da recomendação (30 a 35% do valor energético total) segundo OMS. Conclui-se que o risco de desenvolver obesidade aumenta com avançar da idade. É de fundamental importância a prática regular de atividade física associada a uma alimentação equilibrada, para uma vida mais saudável.