



II Seminário de Pesquisa do Curso de Educação Física



NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES DE RISCO PARA A SAÚDE DOS FUNCIONÁRIOS DO HOSPITAL SÃO VICENTE DE PAULO DE CRUZ ALTA-RS

Emerson Fogliarini da Silva¹; Maria Denise Justo Panda²

Este estudo objetivou identificar os níveis de atividade física e fatores de risco para a saúde dos funcionários do Hospital São Vicente de Paulo de Cruz Alta (HSVP). Como objetivos específicos determinamos o perfil sócio-demográfico dos funcionários do HSVP; identificamos os fatores de risco relacionados à saúde, como a pressão arterial, sedentarismo, nível de stress e possibilidade de sobrepeso e obesidade, além de orientar e estruturar uma proposta de atividade física adequada ao contexto dos funcionários para uma vida mais ativa e saudável. Este estudo se caracterizará com uma pesquisa descritiva diagnóstica. A população será composta pelos funcionários do HSVP Cruz Alta/RS, com amostra intencional, integrada pelos funcionários com a faixa etária de 25 a 50 anos, nos setores de Recursos Humanos, Tesouraria, Faturamento e Anvica, devido à disponibilidade em participar do estudo. Os instrumentos de medidas serão o questionário e a verificação da pressão arterial. A coleta de dados será feita através de entrevista estruturada e a pressão arterial será utilizado um esfigmomanometro, e um estetoscópio. Já para o índice de massa corporal (IMC), calculamos o peso dividido pela altura ao quadrado. Será feita uma pesquisa de campo com uma análise descritiva diagnóstica quantitativa dos resultados. A primeira pergunta do questionário verificou a identificação do sujeito, depois questionamos o nível de atividade física dos funcionários, que foi diagnosticado alto índice de sedentarismo. A segunda pergunta foi sobre o nível de estresse, onde constatamos a grande parte dos investigados com o seu teor médio de estresse, para tanto se necessita fazer alguma atividade física para diminuir o estresse. Na questão sobre os fatores da obesidade, temos 54,16% de pessoas no peso ideal e 45,84% obesos, e por término da pesquisa verifiquei a pressão arterial onde apresentaram 50% de pessoas com pressão alta e outros 50% com pressão ideal. Conclui que 100% dos funcionários entrevistados do Hospital São Vicente de Paulo manifestaram positivamente sobre o questionário que foi desenvolvido convindo de alerta para os perigos da saúde e a busca de uma melhor qualidade de vida. A pesquisa mostrou uma grande satisfação com esse estudo, descobri pessoas com hipertensão arterial que não sabiam. Seria importante que o Hospital São Vicente de Paulo adotasse a atividade física como pratica de trabalho para os funcionários A presente pesquisa provou que há uma necessidade da ginástica laboral para aperfeiçoar a condição humana,

¹Acadêmico do Curso de Educação Física da UNICRUZ

²Professora do Centro de Ciências da Saúde da UNICRUZ. Doutora em Ciência da Educação, pela UAA - Universidad Autónoma de Assunción, reconhecido pela UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina.

pois seu primeiro referencial direciona-se a vida e seu primeiro desafio é fazê-la bem melhor com equilíbrio e prazer.

Palavras - Chave: Atividade Física. Qualidade de Vida. Funcionários.