

**132** PREVALÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA POPULAÇÃO DE PORTO ALEGRE (RS). Angela Menna Barreto, Raquel Milão e Bruce Duncan. (Departamento de Medicina Preventiva, Saúde Pública e Medicina do Trabalho e Assessoria Científica, Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul)

O sedentarismo é um fator de risco importante para várias doenças do adulto. Com objetivo de conhecer os hábitos de atividade física na população de Porto Alegre, foi feito um estudo transversal em 1157 pessoas, sendo 720 mulheres e 437 homens, de 4 áreas de Porto Alegre. A atividade física foi avaliada através de um questionário padronizado, em 4 momentos: no trabalho, no trabalho doméstico, no caminho do trabalho e no lazer. Os resultados encontrados mostram que 63% desta população tem algum tipo de atividade física durante o trabalho e 68% durante o trabalho doméstico. Além disso, durante o caminho de ida e volta do trabalho as pessoas têm em média 15 minutos de atividade física. Porém somente 23% desta população faz algum tipo de atividade física durante o lazer. As frequências de atividade física caíram dramaticamente com o avanço da idade. Em conclusão o trabalho, em casa ou fora, e o caminho para o trabalho representam os momentos de maior atividade física no nosso meio. (CNPq)