



Evento	Salão UFRGS 2022: IX SALÃO EDUFRGS
Ano	2022
Local	Campus Centro - UFRGS
Título	Conhecimento e prática das recomendações sobre atividade física entre os técnicos administrativos em Educação de uma universidade pública
Autor	MARCIA ELIANE BEUST DE LIMA

CONHECIMENTO E PRÁTICA DAS RECOMENDAÇÕES SOBRE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE OS TÉCNICOS ADMINISTRATIVOS EM EDUCAÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA

Fundamento: É possível que o conhecimento das recomendações sobre atividade física (AF) influencie o comportamento dos técnicos administrativos (TAEs) no que tange à prática de AF. **Objetivo:** Verificar se existe associação entre o conhecimento e a prática das recomendações sobre AF entre os TAEs. **Método:** Estudo transversal que incluiu 294 TAEs que consentiram e responderam questionário on-line sobre características sociodemográficas, conhecimento e prática das recomendações sobre AF, assim como tempo em comportamento sedentário (CS). Indivíduos que atingiram ou superaram as recomendações sobre AF da OMS, foram considerados ativos ou muito ativos, já os que não atingiram ou não realizavam quaisquer atividades, descritos como irregularmente ativos ou sedentários. **Resultados:** A maioria dos servidores (78%) foi classificada como ativa ou muito ativa. Este subgrupo de indivíduos apresentou uma chance 71% menor de ter percepção de saúde regular ou ruim (OR 0,29; IC 95% 0,12 a 0,68), bem como uma chance 54% menor de serem obesos (OR 0,46; IC 95% 0,23 a 0,91) em relação aos indivíduos irregularmente ativos ou sedentários. Apenas 24,1% e 13,9% dos servidores responderam corretamente às perguntas sobre AF moderada e vigorosa. Em análise multivariada, não foi observada associação entre o conhecimento e a prática das recomendações sobre AF, assim como não houve diferença entre apresentar o conhecimento e o tempo em CS durante a semana ($p = 0,326$) ou durante o final de semana ($p = 0,374$). **Conclusões:** Não verificamos associação entre o conhecimento e a prática das recomendações sobre AF em TAEs. Apesar da maioria dos TAEs não conhecerem as recomendações sobre AF, o maior percentual de indivíduos é ativo fisicamente, o que está associado a menor chance de obesidade e percepção negativa sobre a saúde nessa amostra de indivíduos.

Palavras-chave: Atividade Física; Comportamento Sedentário; Recomendação.