

Atividade Física/Práticas Corporais e Saúde

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA E OBESIDADE ABDOMINAL NA IDADE ADULTA: UM ESTUDO COM MULHERES TRABALHADORAS DE TURNOS DE UMA EMPRESA DO SUL DO BRASIL

Anderson da Silva Garcez, Raquel Canuto, Maria Teresa Anselmo Olinto, Vera Maria Vieira Paniz

INTRODUÇÃO: A prática regular de atividade física (AF) na adolescência está associada a efeitos benéficos à saúde, constituindo-se em um importante fator de proteção para comorbidades na idade adulta. **OBJETIVO:** Verificar se a prática de AF na adolescência, especificamente prática de corrida, é fator preditor de obesidade abdominal (OA) na idade adulta, em mulheres trabalhadoras de turnos. **MÉTODO:** Estudo de caso-controle com 404 trabalhadoras (142 casos; 262 controles), de 18-40 anos de idade, de uma empresa no sul do Brasil que funciona 24 horas/dia. Os casos de OA foram definidos pela mensuração da circunferência da cintura ($CC \geq 88$ centímetros). A prática de corrida por esporte, recreação ou lazer na adolescência foi mensurada mediante questionário padronizado com resposta em escala Likert (nunca, raramente, às vezes, frequentemente e sempre). A análise foi realizada por meio de regressão logística. **RESULTADOS:** A média de idade e da CC dos casos e dos controles foi de 30,2 anos ($dp=5,9$) e 29,4 anos ($dp=5,7$) e 97,4cm ($dp=9,2$) e 78,4cm ($dp=5,8$), respectivamente. A relação entre o turno noturno e diurno nos casos foi de 61 vs 69, enquanto nos controles, 101 vs 144. A prática frequente de corrida na adolescência apresentou uma associação inversa com OA ($OR=0,82; IC95\%:0,69-0,98; p=0,025$), mantendo-se associada após ajuste para idade e turno de trabalho ($OR=0,83; IC95\%:0,69-0,99; p=0,047$). **CONCLUSÃO:** A prática de corrida no período da adolescência foi fator de proteção para OA na idade adulta, independente do turno de trabalho e idade das mulheres. Os resultados demonstram a importância de incentivo à prática de AF, principalmente no período da adolescência, como prevenção de agravos à saúde na idade adulta, além de poder contribuir para sua manutenção durante a vida.