



# NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E COMPOSIÇÃO DE PESCADORES EM COLÔNIAS PESQUEIRAS NO ESTADO DO TOCANTINS

Thaizi Campos Barbosa<sup>1</sup>

Fernando Rodrigues Peixoto Quaresma<sup>2</sup>

Erika da Silva Maciel<sup>3</sup>

Fernando Adami<sup>4</sup>

*PALAVRAS-CHAVE: Saúde do Trabalhador; Atividade Física; Composição Corporal*

## INTRODUÇÃO

A pesca artesanal é praticada de maneira simples e com meios de produção próprios e é reconhecida pelo impacto positivo na geração de emprego e renda para população de pescadores (TOGNI, 2013). Doenças relacionadas ao trabalho, hipertensão e diabetes, estão presentes nas comunidades pesqueiras, seja pelo excesso na carga horária de trabalho ou pelos maus hábitos de vida (CORREIA, 2008; ROSA; MATOS, 2010).

Dessa maneira, a prática regular de atividade física pode prevenir o surgimento precoce e auxiliar no tratamento de diversas doenças causadas pelo trabalho, na melhoria da composição corporal, melhoria do perfil lipídico, o aumento da massa e da força muscular, da capacidade cardiorrespiratória, da flexibilidade, entre outros (COELHO; BURINI, 2009).

Diante do exposto, o objetivo do presente estudo é avaliar o Nível de Atividade Física e Composição Corporal de Pescadores em Colônias Pesqueiras no Estado do Tocantins.

## METODOLOGIA

O estudo foi do tipo descritivo com corte transversal, de caráter quantitativo com coleta de dados em Pescadores de duas colônias do Estado do Tocantins.

1 Mestranda em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP - [thaizi@gmail.com](mailto:thaizi@gmail.com)

2 Doutorando em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP, [ferodriguesto@gmail.com](mailto:ferodriguesto@gmail.com)

3 Pós-Doutora em Ciências pela Universidade de São Paulo. Docente da Universidade Federal do Tocantins, Miracema, TO, [erikasmaciel@gmail.com](mailto:erikasmaciel@gmail.com)

4 Doutor em Epidemiologia pela Faculdade de Saúde Pública da USP, São Paulo, SP. Coordenador do Laboratório de Epidemiologia e Análise de Dados da FMABC, Santo André, SP - [adamifernando@uol.com.br](mailto:adamifernando@uol.com.br)

Foram convidados para participar do estudo 183 pescadores de duas colônias do Tocantins. Foram excluídos da amostra familiares de pescadores, pescadores que não participaram de todas as etapas e/ou que não responderam algum questionário por completo e aqueles que não aceitaram e não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram avaliadas as características demográficas através de um questionário Sócio-demográfico, o Nível de Atividade Física foi avaliado pelo Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), versão curta, validado no Brasil por Matsudo et al. (2001), a Composição Corporal foi avaliada pelo Índice de Massa Corporal (IMC) através da antropometria, Perímetro Abdominal e Percentual de Gordura através da Bioimpedância Tetrapolar, respeitando os critérios da ABESO (2009).

## ANÁLISE E DISCUSSÃO

Dos 183 pescadores convidados a participarem do estudo, 28 não participaram de todas as etapas ou não responderam os questionários por completo e 123 não aceitaram a participação. Apenas 47 participaram por completo, constituindo em 76,6% do sexo masculino e com média de idade de 49 anos ( $\pm 7,4$ ). Em relação ao tempo de serviço como Pescador, 29,79% relataram ter mais de um vínculo empregatício, sendo que 70,21% trabalham mais de 12 horas semanais, com renda mensal média de 1.248,51 reais e 44,48% considerados como classe D-E.

Referente ao nível de atividade física, a maioria (85,11%) foram classificados como ativos e muito ativos enquanto 14,89% entre insuficientemente ativos e sedentários

Em relação ao estado nutricional, 38,30% foram classificados pré-obesos e 31,92% entre Obesidade tipo I, II e III pelo IMC. Quanto a composição corporal, 55,32% da amostra apresentou um risco aumentado (23,40%) e aumentado substancialmente (31,92%) pelo Perímetro Abdominal e em relação ao Percentual de Gordura, 97,87% foram considerados como acima do ideal, sendo 61,70% como Muito Alto.

É possível verificar que a atividade física realizada não é o suficiente para melhorar os índices de composição corporal dos Pescadores.

## CONCLUSÕES

Apesar do excelente nível de atividade física, a composição corporal apresentou resultados elevados de gordura corporal e perímetro abdominal, o que faz esse grupo de pescadores apresentem fatores de riscos para saúde.

## REFERENCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA. **Diretrizes brasileiras de obesidade**. 3. ed. São Paulo: ABESO, 2009.

COELHO, Christianne de Faria; BURINI, Roberto Carlos. Atividade física para prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis e da incapacidade funcional. **Revista de Nutrição**, p. 937-946, 2009.

CORREIA, M. Projetos sociais em educação física, esporte e lazer: reflexões e

considerações para uma gestão socialmente comprometida. **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 1, p. 114-127, 2008.

MATSUDO, Sandra et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Rev. bras. ativ. fís. saúde**, v. 6, n. 2, p. 05-18, 2001.

MIRANDA, Elisangela Domingos et al. Atividade física do trabalho versus atividade física do lazer: a falta de informação e incentivo em populações Ribeirinhas do Médio Solimões. **Saúde & Transformação Social**, v. 3, n. 1, p. 55-58, 2012.

ROSA, Márcia Ferreira Mendes; MATTOS, Ubirajara Aluizio. A saúde e os riscos dos pescadores e catadores de caranguejo da Baía de Guanabara. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, 2010.

TOGNI, Gabriel Lelis. **Atividades Pesqueiras No Complexo Estuarino De Santos E São Vicente, São Paulo-Brasil**. 2013. Tese de Doutorado. Instituto de Pesca.

## **FONTE DE FINANCIAMENTO**

Projeto: “Transferência de tecnologia para inserção do Pescado na Agricultura Familiar” (MP4 SEG: 04.13.09.001.00)