

RESUMO - EXERCÍCIO NA SAÚDE E EM POPULAÇÕES CLÍNICAS OU COM
NECESSIDADES ESPECIAIS

**COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM
PACIENTES COM LÚPUS: ANÁLISE BASEADA NO IPAQ**

Júlia Ribeiro Lemos (julialemos@souunisuam.com.br)

Marcelo Queiroz (marceloqueiroz12345@gmail.com)

Agnaldo José Lopes (alopes@souunisuam.com.br)

Patrícia Vigário (patriciavigario@souunisuam.com.br)

Introdução: Pessoas com lúpus eritematoso sistêmico (LES) cursam, frequentemente, com sintomas relacionados à inflamação sistêmica, como fadiga, dor articular e limitação funcional, condições que podem reduzir a prática de atividades e exercícios físicos, além de favorecer o comportamento sedentário. O objetivo deste estudo foi avaliar o nível de atividade física e o comportamento sedentário em pacientes com LES. Métodos: Foi realizado estudo observacional transversal, conduzido com participantes diagnosticados com LES, com idade ≥ 18 anos. Foram coletados dados sociodemográficos e clínicos, incluindo idade, sexo, peso, estatura, tempo de diagnóstico e comorbidades. O nível de atividade física e o tempo diário de comportamento sedentário foram avaliados pelo questionário International Physical Activity Questionnaire (IPAQ – versão curta), que avalia o tempo de atividade física vigorosa, moderada, caminhada, além do tempo sentado. Os dados foram analisados por estatística descritiva (média, desvio padrão e frequências). Resultados: Foram avaliados 33 participantes (97,0% mulheres; idade média

de $42,7 \pm 14,0$ anos). O Índice de Massa Corporal médio foi de $26,0 \pm 4,2$ kg/m², faixa considerada “sobrepeso”. A mediana do gasto energético total foi de 2.097 (IIQ: 1.130 – 3.732) MET-min/semana e o tempo médio em comportamento sedentário foi de $3,8 \pm 1,6$ horas/dia, indicando um nível “moderado” de atividade física, porém com amostra heterogênea. De acordo com a classificação do IPAQ, 66,7% dos participantes eram “muito ativos”, enquanto 18,2% eram “ativos” e 15,2% eram “sedentários”. Conclusão: A despeito das queixas clínicas relatadas pela população estudada, parte dos participantes apresentou elevado nível de atividade física autorrelatado, embora uma parcela refira comportamento sedentário. O tempo médio diário na postura sentada sugere oportunidades para intervenções direcionadas à redução do sedentarismo. Esses achados ressaltam a importância de avaliar padrões de atividade física de forma detalhada, pois percepções ou expectativas prévias podem não refletir a realidade do grupo estudado.

Palavras-chave: comportamento sedentário; exercício físico; atividade física; reabilitação.