

RESUMO SIMPLES - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

ATIVIDADE FÍSICA COMO INDICADOR DE SAÚDE COLETIVA

Backbauer Arthur Galdino Da Silva (backbauerarthur0@gmail.com)

Kelia Maria Ferreira Farias (keliamariaff@gmail.com)

Isabelle Vieira Santos (vieirazildete@hotmail.com)

Patrícia Maciel Alves (patyalmeida243@gmail.com)

Ester Viana Marques (esterviana707@gmail.com)

Ana Isabelle De Gois Queiroz (isabellegois11@yahoo.com.br)

1.INTRODUÇÃO

O sedentarismo é um dos principais fatores de risco modificáveis, sendo um problema de saúde pública que exige intervenção intersetorial.

Relevância da AF: A Atividade Física (AF) emerge como um indicador robusto, preditivo e protetor de bem-estar e saúde em nível populacional (OMS, 2020)

Problema: Alta prevalência de DCNTs ligada ao sedentarismo e a necessidade de consolidar a AF como uma métrica sanitária de alto impacto.

2.OBJETIVOS

Objetivo Geral: Analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, o papel da Atividade Física (AF) como um indicador fundamental e mensurável de saúde no âmbito da Saúde Coletiva

Objetivo Específico: Sintetizar as evidências mais recentes sobre o impacto da AF na redução da carga de doença e na viabilidade do setor de saúde.

3.METODOLOGIA

Tipo de Estudo: Revisão Integrativa da Literatura, seguindo as diretrizes metodológicas do Joanna Briggs Institute (JBI, 2020)

Questão Norteadora (PCC): "Quais evidências relacionam a Atividade Física com indicadores de saúde no âmbito da Saúde Coletiva, nos últimos cinco anos?"

Bases de Dados: PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS.

Período de Busca: 2020 a 2025 (últimos 5 anos).

Estratégia de Busca: Uso de descritores controlados (DeCS/MeSH) combinados por operadores booleanos (ex: "Saúde Coletiva" AND "Atividade Física" AND "Indicadores de Saúde").

4.RESULTADOS

Achado Central 1: Impacto Abrangente na Saúde Mental e Bem-Estar

Evidência: Forte associação positiva entre a prática regular de AF e a melhoria dos escores de bem-estar, além da redução de ansiedade e depressão.

Implicação: AF como Estratégia Comunitária acessível de promoção da saúde mental e coesão social

Achado Central 2: Validação e Monitoramento de Políticas Públicas

Evidência: O monitoramento da AF é um Key Performance Indicator (KPI) eficaz para medir o sucesso de programas públicos.

Implicação: Necessidade de Intersectorialidade (Saúde, Educação, Urbanismo) para validar a eficácia das políticas de gestão.

5.CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os achados demonstram que a promoção da atividade física populacional está diretamente ligada à redução da morbidade por Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), bem como à melhoria dos escores de saúde mental e bem-estar geral.

6.REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Prática regular de atividade física previne maioria das doenças não transmissíveis. 2022

JOANNA BRIGGS INSTITUTE. Evidence Synthesis. 2020

OMS. DIRETRIZES DA OMS PARA ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO.

Palavras-chave: atividade física; saúde coletiva; sedentarismo; indicadores de saúde; dcnts.