

PRÁTICA DE CAMINHADA NO TEMPO LIVRE EM MULHERES MARANHENSES: UM INQUÉRITO POPULACIONAL

Andressa Carine Kretschmer

kretschmerandressa@gmail.com

Introdução: A prática de atividade física no tempo livre, especialmente a caminhada, constitui uma das estratégias mais acessíveis e recomendadas para a promoção da saúde. **Objetivo:** Analisar a prevalência da prática de caminhada no tempo livre e os fatores associados em mulheres adultas residentes no estado do Maranhão. **Metodologia:** Trata-se de estudo transversal, de base populacional, com dados da Pesquisa Nacional de Saúde 2019. Foram incluídas mulheres adultas residentes no Maranhão com resposta válida para as variáveis de interesse. O desfecho foi a prática de caminhada no tempo livre (sim/não), considerando a atividade mais frequentemente realizada. As variáveis independentes incluíram características sociodemográficas e econômicas. Realizou-se análise descritiva e analítica, com aplicação do teste do qui-quadrado de Pearson, adotando-se nível de significância de 5%. **Resultados:** A prevalência da prática de caminhada como principal atividade física no tempo livre foi de 60,3% (n=514). Entre as mulheres que realizavam caminhada, 38,7% tinham entre 15 e 39 anos, 41,6% entre 40 e 59 anos e 19,6% 60 anos ou mais. Quanto à escolaridade, 46,1% possuíam até o ensino fundamental completo, 39,5% até o ensino médio e 14,4% ensino superior ou mais elevado. Em relação à renda, 76,6% apresentavam renda de até 1 salário mínimo, 20,9% entre 1 e 3 salários mínimos e 3,1% superior a 3 salários mínimos. Verificou-se associação estatisticamente significativa entre a prática de caminhada e escolaridade, renda e estado civil ($p<0,01$). Observou-se maior proporção de caminhada entre mulheres com menor escolaridade (74,3%) quando comparadas àquelas com maior nível educacional (51,2%). Em relação à renda, a prática foi mais frequente entre mulheres com renda de até 1 salário mínimo (62,6%), reduzindo nas faixas de maior renda (40,0%). Quanto ao estado civil, maiores proporções foram observadas entre viúvas (75,8%) e casadas (65,6%), em comparação às solteiras (55,7%). **Conclusão:** Os resultados evidenciam desigualdades sociais na prática de caminhada. Reforça-se a necessidade de políticas públicas que ampliem o acesso a espaços adequados.

Palavras-chave: Atividade Física; Saúde da Mulher; Epidemiologia

Área Temática: Temas Livres em Saúde Pública