

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM INDIVÍDUOS VIVENDO COM HIV/AIDS

JOSÉ DEIVISON DE SOUZA

JUAN CARLOS FREIRE

JOSÉ LUIZ SILVA DE MOURA

DANIEL SANTOS NOGUEIRA

PAULO ROBERTO CAVALCANTI CARVALHO.

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, Pernambuco- Brasil

deyvison1996@hotmail.com

Palavras-Chave: exercício físico, qualidade de vida, doença, sedentarismo, questionário.

INTRODUÇÃO: A síndrome da imune deficiência adquirida (AIDS) surgiu como nova entidade nológica, assumindo proporções alarmantes em curto espaço de tempo (MEIRA, 1991). Todos os distúrbios imunológicos que ocorrem com a infecção pelo HIV resultarão em reações físicas. (MEIRA, 1987). Segundo GUEDES & GUEDES (1995), nos últimos anos o estudo da complexa relação entre níveis de prática de atividade física e o estado de saúde das pessoas, vem aumentando consideravelmente em virtude do reconhecimento das vantagens da prática da atividade física regular na melhoria da qualidade de vida. A saúde é um desempenho psicofísico individual na realidade da vida, e o exercício objetiva justamente uma melhoria da capacidade de desempenho psicofísico, ou seja, da saúde. (Francke apud WEINECK, 1991). **OBJETIVO:** O corrente trabalho teve como objetivo avaliar o nível de atividade física em indivíduos portadores de HIV/AIDS para avaliar a importância do exercício físico ao decorrer de suas vidas. **METODOLOGIA:** A pesquisa foi realizada em maio de 2016, foi composta por 10 indivíduos, 4 do sexo feminino e 6 do sexo masculino, de 20 à 50 anos de idade, da cidade do Recife. O questionário utilizado para determinar o nível de atividade física foi a versão oito do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), recentemente já validado em uma amostra da população brasileira (MATSUDO et al, 2001). A versão usada foi a forma curta, em abordagem de entrevista, tendo como referência a última semana, contendo perguntas em relação à frequência e duração da realização de atividades físicas moderadas, vigorosas e da caminhada. **RESULTADOS:** Observou-se que, a maioria dos entrevistados (60%) são ativos e praticam algum tipo de atividade física regularmente, os indivíduos que são regularmente ativo somaram um total de 10%, e os que não praticam algum tipo de atividade física considerados sedentários, obtiveram um total de 30%. **CONCLUSÃO:** Através do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) podemos concluir que, a atividade física sistemática é de extrema importância para indivíduos portadores de HIV/AIDS, e a maioria deles praticavam atividade física regularmente para melhoria da saúde, bem-estar físico, hipertrofia, já que o vírus causa grande perda muscular, entre outros.

Referências:

- FECHIO, Juliane Jellmayer et al. A influência da atividade física para portadores do vírus HIV. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 3, n. 2, p. 43-57, 2012.
- GUEDES, D.P. & GUEDES, J. Atividade Física, aptidão física e saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saude**. v1, n.1, p.18-35, 1992.
- MATSUDO, Sandra et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, v. 6, n. 2, p. 05-18, 2001.
- MEIRA, D.A. Síndrome de Imunodeficiência Adquirida, In: **Clinica de Doenças Tropicais e Infecciosas**. Rio de Janeiro, Interlivros, p.155-163, 1991.

MEIRA, D.A. Síndrome de Imunodeficiência Adquirida, In: **Terapêutica de Doenças Infecciosas e Parasitárias**. Rio de Janeiro, EPuME, p. 75-79, 1987.