

## **CORRELAÇÃO ENTRE O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E O NÍVEL DE COMPORTAMENTO DEPRESSIVO EM USUÁRIOS DE UNIDADES DE SAÚDE DA FAMÍLIA (USF)**

Jullyane Caldas dos Santos<sup>1</sup>; Thaís Rodrigues dos Santos<sup>1</sup>; Valéria da Silva de Magalhães<sup>1</sup>; Wagner Batista<sup>1</sup>; Rafael Leal Dantas Estrela<sup>2</sup>

Segundo o relatório de saúde desenvolvido pela organização mundial de saúde (OMS) a depressão é considerada o quarto principal agravo entre um grupo de 20 doenças que mais influenciam nos anos de vida perdidos por morte prematura. No processo de diagnóstico a referida patologia pode ser detectada a partir de três sintomas básicos: inibição psíquica, estreitamento do campo vivencial e do sofrimento moral. Têm-se percebido em Cruz das Almas um número significativo de pessoas com sintomas de depressão. Atento para este fato e com o intuito de oferecer benfeitorias nos âmbitos, acadêmico e social, o Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde da Famam (NEEFS) desenvolverá a presente pesquisa que terá como objetivo investigar a prevalência de comportamento depressivo em usuários das USF dos bairros Dona Rosa e Vilarajo da cidade de Cruz das Almas, com intuito de investigar a possível relação existente entre este tipo de transtorno e os níveis de atividade física para verificar como a atuação do profissional de Educação Física poderá influenciar positivamente na melhora do quadro depressivo. O estudo será baseado no modelo transversal. Os indivíduos que aceitarem participar da pesquisa responderão ao - Questionário Internacional de Atividade Física versão curta (IPAQ – 8.0), que consiste em um instrumento adaptado para o Brasil pelo Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul, com o objetivo de mensurar o nível de atividade física de populações. Será utilizado também o questionário Inventário Beck de Depressão ferramenta usada para avaliar o estado de depressão, criado por Aaron Beck que trata-se de um questionário de auto-relato de múltipla escolha que tem sido largamente utilizado pela comunidade científica para medir o grau de estado depressivo. A versão em português foi validada por Gorenstein, composta por 21 itens, os quais avaliam sintomas e atitudes que variam numa grandeza de pontuação de 0-3. A classificação dos resultados apresenta os seguintes indicativos para a depressão: normal (0-9), leve (10-15), leve a moderada (16-19), modera a grave (20-29), grave (30-63). Ademais, diante do quadro depressivo, é importante ressaltar a presença de uma equipe multidisciplinar composta por enfermeiro, médico, nutricionista, psicólogo e profissional de Educação Física, para prover acolhimento e atenção integral ao usuário do sistema de saúde, para que seja possível superar a patologia e consequentemente contribuir para a melhora da qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Nível de atividade física; saúde; depressão.

<sup>1</sup>Alunos do curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Maria Milza e integrantes do Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde – NEEFS/FAMAM. jullyanecaldas@hotmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Maria Milza e Coordenador da linha de estudos em Fisiologia do Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde – NEEFS/FAMAM.