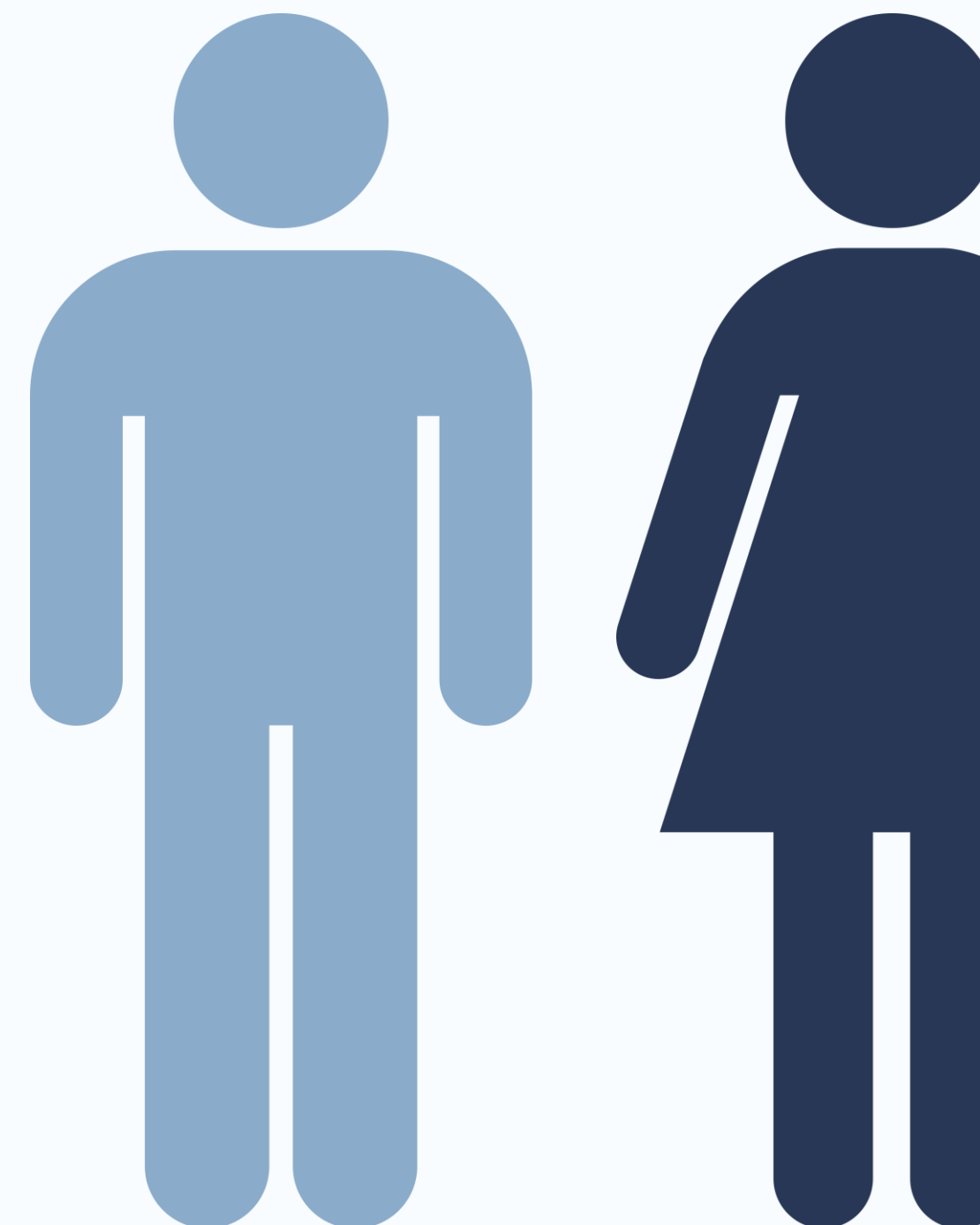


RESULTADOS DA APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO ESTILO DE VIDA E SAÚDE

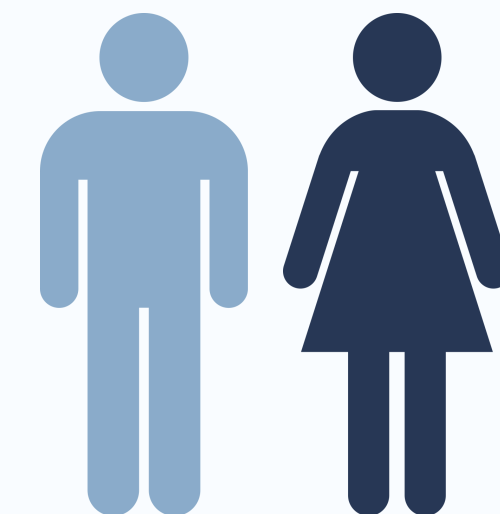
PESQUISA JARAGUÁ MAIS SAUDÁVEL
BAIRRO ILHA DA FIGUEIRA

Vanessa Hopner, Doutoranda Métodos Numéricos – UFPR
Rosana Mara da Silva, Doutoranda Saúde Coletiva – UFSC

Jaraguá do Sul, 18 de junho de 2020



OBJETIVO DA PESQUISA



- Identificar o estilo de vida dos moradores do bairro Ilha da Figueira em Jaraguá do Sul.
- Analisar os hábitos da população relacionados aos eixos do programa Jaraguá Mais saudável: comer, mover e pertencer.
- Delinear a percepção de saúde da população e nível de prontidão para mudança de comportamento.
- Elencar na amostra na comunidade acometimentos por doenças crônicas não transmissíveis – DCNT.

CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

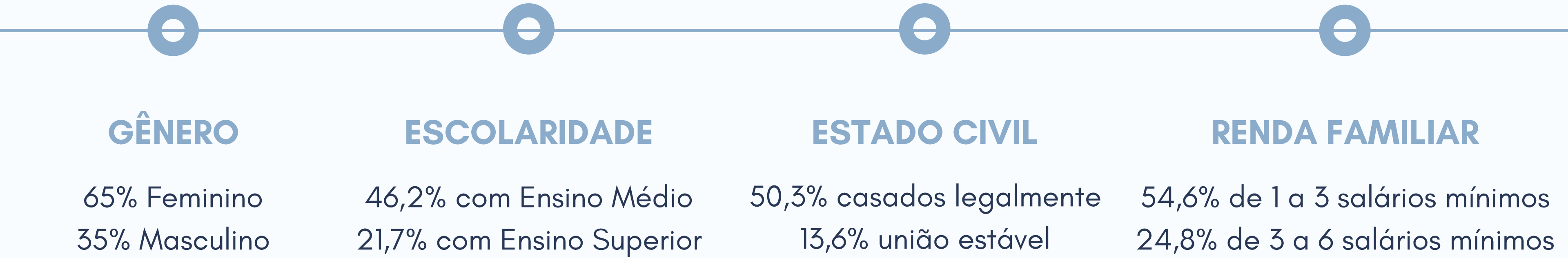


POPULAÇÃO ESTIMADA NO BAIRRO ILHA DA FIGUEIRA
FAIXA ETÁRIA DE 20 A 69 ANOS: **8.422 PESSOAS**



AMOSTRA ALEATÓRIA SIMPLES DE **383 PESSOAS**
COM ERRO AMOSTRAL DE 5%

PERFIL DOS RESPONDENTES



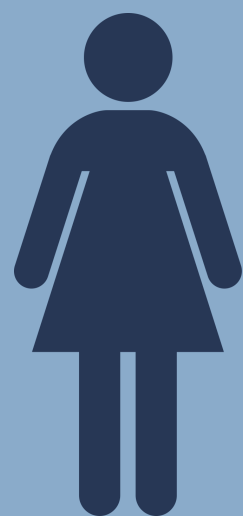


CONSUMO DIÁRIO:

- 1 porção de frutas – 36,4%
- 1 porção de legumes – 43,9%
- 2 porções de carboidratos – 41%
- Nenhuma ou menos de uma porção de integrais – 54,5%
- 1 a 2 x semana consome grãos – 23.4%
- 1 porção gordura saturada – 41%
- 1 ou menos de 1 porção de doces, bolos, refrigerantes, bolachas – 71.8%
- Menos de 1 vez por semana substitui a refeição por lanche – 53,4%
- Toma café da manhã todos os dias – 75,7%
- Acredita se alimentar de forma saudável – 49,3%
- Acredita não se alimentar de forma saudável – 44,9%

HÁBITOS ALIMENTARES

RISCO CARDÍACO E IMC



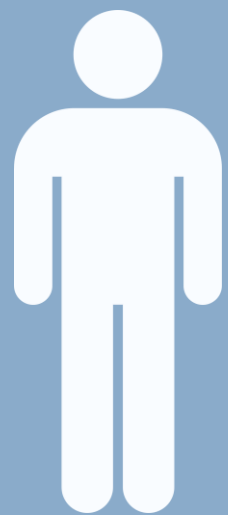
OS PARÂMETROS INDICADOS PELO MINISTÉRIO DA SAÚDE PARA AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DOS ADULTOS SÃO O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) E A CIRCUNFERÊNCIA ABDOMINAL.

GÊNERO FEMININO

223 ENTREVISTADAS COM INFORMAÇÕES VÁLIDAS

- 37% possuem circunferência abdominal de até 80 cm e 22 de IMC médio (desvio padrão 3).
- 35% possuem circunferência abdominal entre 80 cm e 88 cm e 27 de IMC médio (desvio padrão 3).
- 28% possuem circunferência abdominal acima de 88 cm e 32 de IMC médio (desvio padrão 4).

RISCO CARDÍACO E IMC

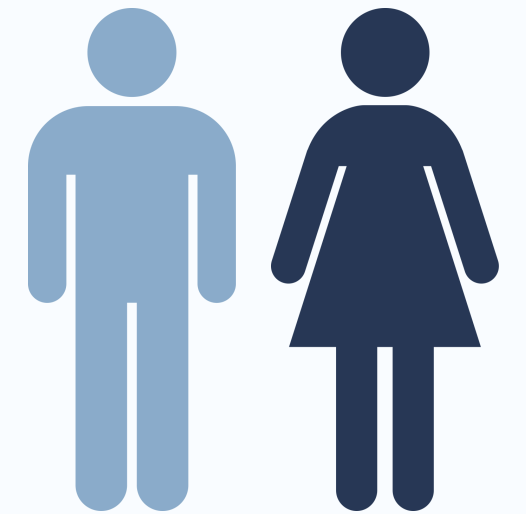


GÊNERO MASCULINO

122 ENTREVISTADOS COM INFORMAÇÕES VÁLIDAS

- 42% possuem circunferência abdominal de até 94 cm e 24 de IMC médio (desvio padrão 3).
- 38% possuem circunferência abdominal entre 94 cm e 102 cm e 28 de IMC médio (desvio padrão 3)
- 20% possuem circunferência abdominal acima de 102 cm e 32 de IMC médio (desvio padrão 4)

Sendo que o resultado do cálculo do IMC deve ser analisado de acordo com a classificação definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) da seguinte forma:



- Baixo peso até 18,5
- Peso adequado de 18,5 até 25
- Sobrepeso de 25 até 30
- Obesidade acima de 30

Avaliando-se o IMC da amostra observou-se, que a frequência de sobrepeso e obesidade foi de 32% e 23%, respectivamente no sexo feminino. E de 44% e 21%, respectivamente no sexo masculino.

ATIVIDADE FÍSICA



- 52% não realizam atividade física vigorosa
- 35,4% não realizam atividade física moderada
- 23,6% realizam caminhada para deslocamento 7 dias da semana
- 26% não praticam caminhada

TEMPO DE PERMANÊNCIA NA POSTURA SENTADO NO FINAL DE SEMANA:

2 HORAS ou menos – 22%

De 2 até 4 horas – 32%

De 4 até 6 horas – 25%

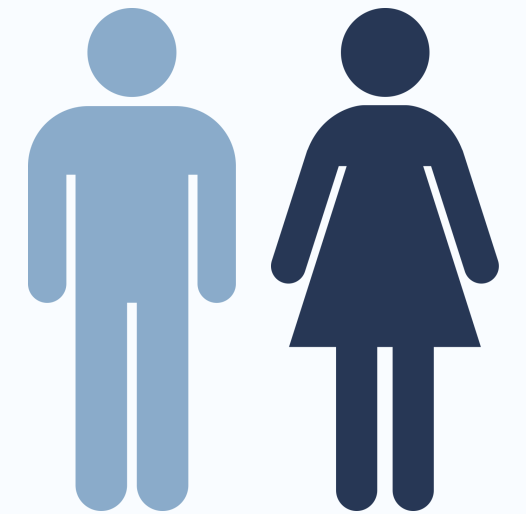
De 6 até 8 horas – 6%

Acima de 8 horas – 12%

Sem resposta – 3%

PROBLEMAS DE SAÚDE PREVALENTES

- 27,4% Ansiedade
- 20,3% Hipertensão Arterial Sistêmica
- 18% Colesterol
- 16,3% Doenças Crônicas
- 15% Depressão
- 14,2% Obesidade
- 7,9% Diabetes



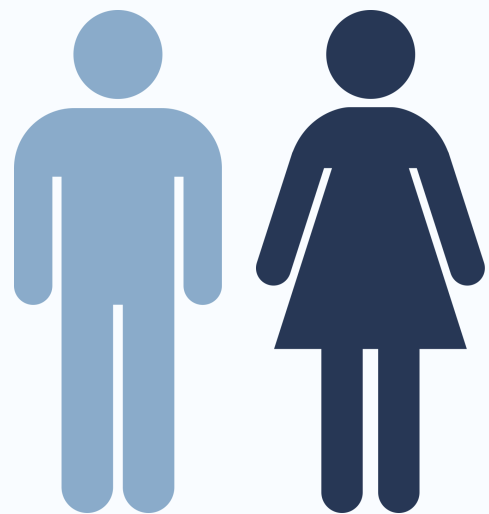
PERCEPÇÃO DE SAÚDE

- 47,6% Boa
- 13,1% Muito Boa
- 5,5% Ruim

ATENDIMENTO DE SAÚDE

- 64% SUS
- 25,5% Plano

ESTRESSE



- 20,7 dos participantes, afirmam que frequentemente lidar com o estresse é um problema e 10,2%, sempre é um problema;
- 25% dos participantes até 38 anos, afirmaram que às vezes ou frequentemente lidar com o estresse é um problema.
- 27% dos participantes de 39 até 58 anos, afirmaram que às vezes ou frequentemente lidar com o estresse é um problema.
- 10% dos participantes acima dos 58 anos, afirmaram que às vezes ou frequentemente lidar como estresse é um problema.
- 77,5% dos participantes nunca ou raramente usam medicamentos para relaxar ou alterar o humor.
- 40,6% durante as últimas 2 semanas, alguns dias, tiveram pouco interesse em fazer as coisas. 7% metade dos dias e 7,9% quase todos os dias.
- 43,2% dos participantes dormem bem todas as noites.



PARTICIPAÇÃO NA COMUNIDADE

61,9% dos respondentes, não
participa de associações de
moradores ou reunião de pais.



ATIVIDADES ESPORTIVAS OU ARTÍSTICAS

56,6% dos respondentes, não
participa de atividades
esportivas ou artísticas.



HÁBITO DA LEITURA

44,8% não leem
36,1% de 1 a 2 livros por ano

ESTILO DE VIDA

- 73,3% não são fumantes.
- 52,6% dos participantes com prevalência acima dos 40 anos, fazem exames de rotina uma vez ao ano.
- 52,5% dos participantes, procuram ter contato com a natureza ou realizam atividades ao ar livre.

FREQUÊNCIA COM QUE APRENDE ALGO NOVO

4% Nunca
18,6% Quase nunca
40,1% Algumas vezes no ano

PRONTIDÃO PARA A MUDANÇA DE COMPORTAMENTO

- 69,9% Pretendem intensificar a prática ou iniciar uma atividades físicas nos próximos 6 meses.
- 58,5% Pretendem perder peso nos próximos 6 meses.
- 74,2% Pretendem lidar melhor com o estresse nos próximos 6 meses.
- 80,6% Pretendem melhorar sua alimentação nos próximos 6 meses.

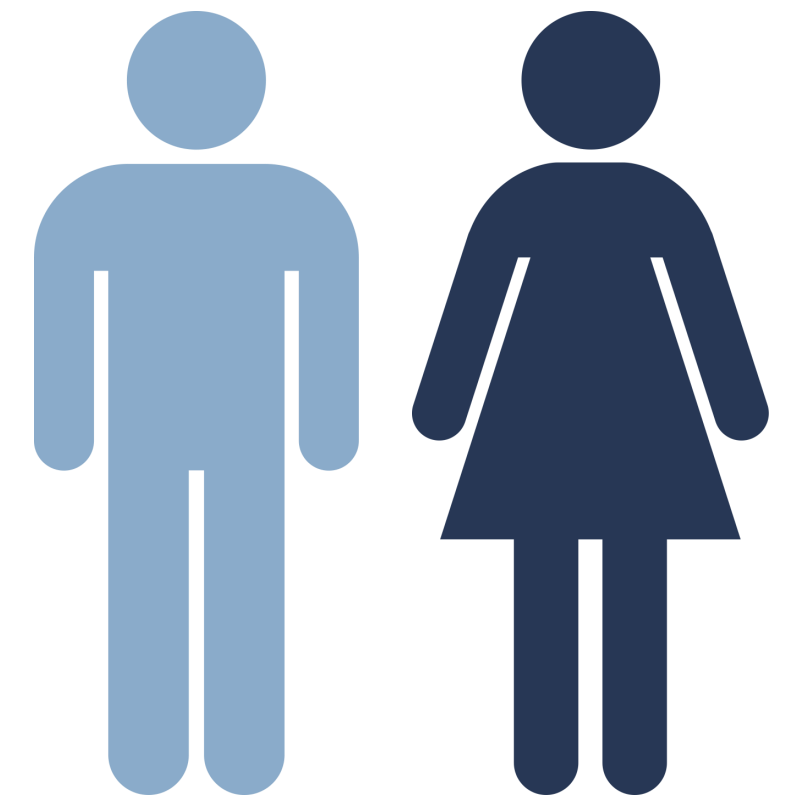
62,7% dos respondentes, pretendem implementar hábitos mais saudáveis ao seu estilo de vida nos próximos 6 meses.

POTENCIAL PARA ATUAÇÃO POR EIXOS

COMER

ALIMENTAÇÃO CONSIDERANDO:

- EXCESSO DE CARBOIDRATO;
- EXCESSO DE GORDURA SATURADA;
- POUCO CONSUMO DE INTEGRAIS;
- ACREDITAM NÃO SE ALIMENTAR DE FORMA SAUDÁVEL;
- POSSUEM PRONTIDÃO PARA A MUDANÇA DE COMPORTAMENTO.



POTENCIAL PARA ATUAÇÃO POR EIXOS

MOVER

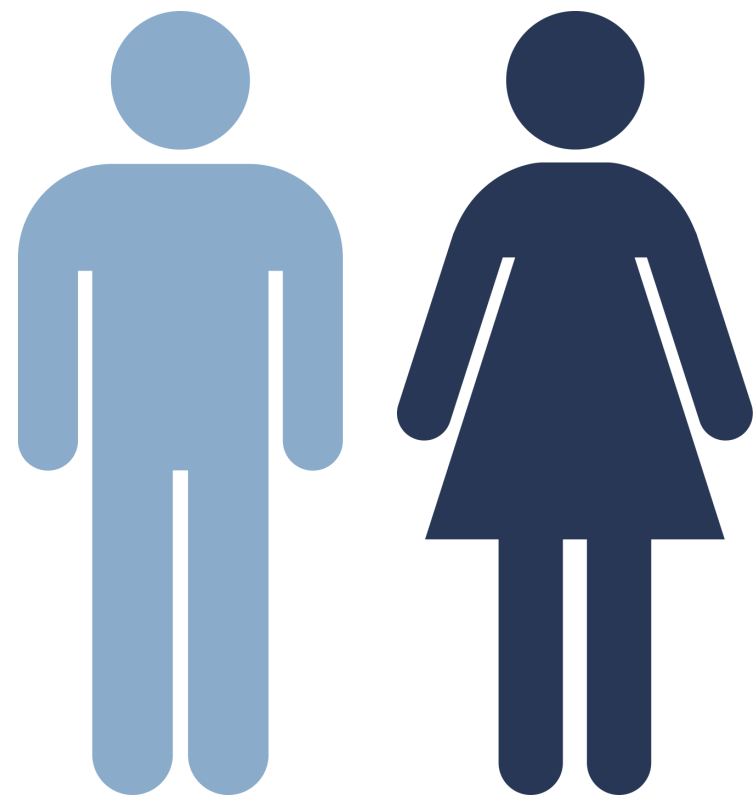
EXERCÍCIO FÍSICO CONSIDERANDO:

- ÍNDICE ALTO DE OBESIDADE;
- ÍNDICE ALTO DE SOBREPESO;
- CIRCUNFERÊNCIA ABDOMINAL ELEVADA;
- BAIXA PRÁTICA REGULAR DE EXERCÍCIO FÍSICO;
- MUITO TEMPO SENTADO NO FINAL DE SEMANA;
- POSSUEM PRONTIDÃO PARA A MUDANÇA DE COMPORTAMENTO.

ESTRESSE CONSIDERANDO:

- FREQUÊNCIA COM QUE SE SENTEM ESTRESSADOS COM A VIDA PESSOAL E FINANCEIRA;
- ACOMETIMENTO POR ANSIEDADE E DEPRESSÃO;
- BAIXA MOTIVAÇÃO PARA FAZER AS COISAS;
- SENTIU-SE PARA BAIXO;
- POSSUEM PRONTIDÃO PARA A MUDANÇA DE COMPORTAMENTO.

POTENCIAL PARA ATUAÇÃO POR EIXOS PERTENCER

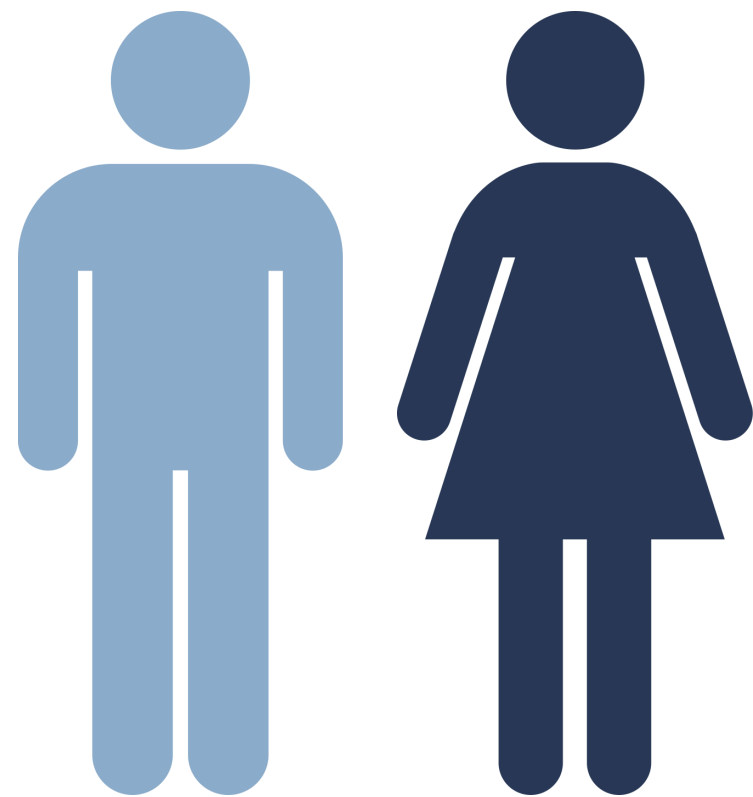


CONVÍVIO SOCIAL

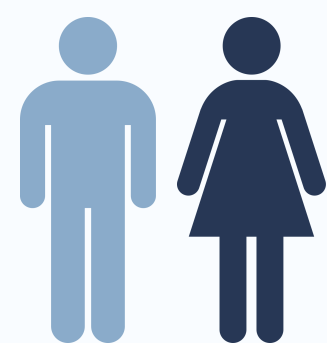
- BAIXA PARTICIPAÇÃO NOS MOVIMENTOS COMUNITÁRIOS;
- BAIXA PARTICIPAÇÃO EM ATIVIDADES ESPORTIVAS E ARTÍSTICAS;
- NÃO POSSUI O HÁBITO DA LEITURA;
- NÃO APRENDE COM FREQUÊNCIA ALGO NOVO.

PLANO DE AÇÃO

PRÓXIMOS PASSOS:



- Mapear representações do bairro de diferentes segmentos, como: igrejas, indústrias, e comércio, entre outros;
- Enviar por e-mail um comunicando sobre finalização da pesquisa no bairro e um convite para uma reunião on-line;
- Fazer contato telefônico para reforçar o convite e confirmar participação;
- Realizar reunião para apresentação do Programa JMS, resultado da pesquisa, propostas de atividade e solicitação de apoio.



OBRIGADA!