

O Perfil De Usuários Da Academia Ao Ar Livre

Introdução: Já está claro na literatura que a prática regular de atividade física melhora a qualidade de vida, bem como ajuda na prevenção e tratamento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (FERMINO et al, 2012; RODRIGUES et al, 2012; SALLIS et al, 2006;). As Academias Ao Ar Livre (AAL) criadas em 2011 fazem parte de uma política pública que objetiva melhorar as condições físicas, a qualidade de vida e saúde das pessoas, entretanto pouco se sabe da sua efetividade sobre esses parâmetros. **Objetivo:** Verificar o perfil de usuários das Academias Ao Ar Livre (AAL) da cidade de Carmo Do Rio Claro, Sudeste de Minas Gerais. **Metodologia:** Das sete AAL da cidade foram aleatoriamente sorteadas quatro para compor a amostra. Foram feitas observações em dois dias da semana e um dia do fim de semana em horários das 08:00h as 09:00h, das 16:00h as 17:00h e das 18:00h as 19:00h. Os participantes encontrados praticando a AAL responderam perguntas sobre sexo, peso, estatura, estado civil, escolaridade, percepção de saúde, nível de atividade física e horas de comportamento sedentário por meio do questionário IPAQ versão longa. Para análise estatística foi realizado a estatística descritiva e distribuição de frequência absoluta e relativa. Todas as análises foram realizadas no STATA versão 12.0. **Resultados:** Participaram do estudo 10 adultos com média de idade de 45 anos (DP=9,8), sendo que 70% eram do sexo feminino, média do IMC de 26,4 (DP=3,02kg/m²); todos casados, 60% com ensino médio completo, 60% classificaram sua saúde como muito boa. Os participantes em 1 dia da semana passaram em média 4,5 horas (DP=2,21 horas) realizando algum comportamento sedentário e a média de atividade física no lazer foi de 281min/semana (DP=181,1). **Conclusão:** Segundo os resultados obtidos há uma clara prevalência de mulheres adultas na prática de atividade física nas AAL, porém que realizam muito tempo de comportamento sedentário. Com isso, é importante criar estratégias que sejam capazes de aumentar a participação de homens e conscientizar sobre os malefícios do comportamento sedentário.