ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

ÌNDICE DE OBESIDADE DOS FUNCIONÁRIOS DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA

DIAS, Daniele
SANTOS, Keila Bianca
OLIVEIRA, Heleise Faria dos Reis

RESUMO: O cotidiano da maioria dos trabalhadores contribui para que tenham hábitos de vida sedentários tornando possível a prevalência da obesidade e do sobrepeso, que acaba por acarretar em ameaças a saúde dos mesmos. Diante deste cenário, esta pesquisa tem por objetivo identificar o grau de obesidade entre os funcionários da UEPG, participantes do Projeto Qualidade de Vida. Sendo assim, a problemática encontrada é: Quais os índices de obesidade entre os funcionários da UEPG – Universidade Estadual de Ponta Grossa? Desta forma, tem-se como hipótese que por meio da ginástica laboral, aplicada aos funcionários, será possível conscientizá-los da importância da prática regular do exercício físico para redução de peso, melhorando assim, a qualidade de vida. Para tanto, metodologicamente utilizou-se de pesquisa bibliográfica e de campo, através do protocolo da relação cintura/quadril (RCQ) e do cálculo do índice de massa corporal (IMC). De posse destes dados, conclui-se que há um índice elevado de funcionários com problemas relacionados à obesidade (22,2%) e sobrepeso (40,3%), dentre eles há funcionários que já desenvolveram doenças decorrentes do excesso de adiposidade, visto que 55,8% têm tendência ao desenvolvimento de doenças coronárias.

PALAVRAS CHAVE: qualidade de vida, ginástica laboral, adiposidade.

[1] Daniele Dias, apresentadora – dani--dias@hotmail.com
[2] Keila Bianca Santos, apresentadora – keila_bianca@hotmail.com
[3] Heleise Faria dos Reis de Oliveira, orientadora – heleise@gmail.com