

# V SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXIII Semana de Iniciação Científica

07 a 11 de Dezembro de 2020

Tema: "Os impactos e desafios da pandemia COVID no ensino, pesquisa e extensão"



### ISOLAMENTO SOCIAL E ASSOCIAÇÃO DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO COM O ENTUSIASMO DE INDIVÍDUOS DE AMBOS OS SEXOS.

**Eliane Candido Batista<sup>1</sup>, Ana Mariza de Carvalho<sup>2</sup>, Verângela Souza Siqueira<sup>3</sup>, Joyce Maria Leite e Silva<sup>4</sup>**

**Resumo:** O Exercício Físico surge como uma possibilidade de melhorar a saúde física e mental, pois sua prática é capaz de promover um estado de satisfação, amenizando as sensações de desânimo para desempenhar as atividades de vida diária, especialmente no isolamento social em decorrência da Covid-19. Tem como objetivo associar a prática de exercício físico ao entusiasmo de indivíduos de ambos os sexos no período do isolamento social. O estudo apresenta caráter associativo e corte transversal, com amostragem do tipo não probabilística por método bola de neve. A amostra foi composta por 120 indivíduos, sendo 14 excluídos por apresentarem idade inferior a 18 anos. Utilizou-se como instrumento um questionário elaborado na plataforma digital *Google Forms*®, compartilhado via link por *whatsapp* e *instagram*. Continha 04 perguntas relacionadas ao sexo, idade e temáticas sobre a prática do exercício físico e o entusiasmo. Os dados foram analisados no software JASP versão 0.11.1.0, utilizando-se de medidas de dispersão e tendência central para a idade, frequência para a variável e o teste qui-quadrado para as variáveis categóricas adotando  $\alpha < 0,05$ . A pesquisa obedeceu a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Os resultados apresentaram que a amostra teve média de idade de  $26,17 \pm 7,58$  anos, sendo 27 (25%) do sexo masculino e 79 (75%) do feminino. Os achados expuseram que não houve associação entre a prática de exercício físico e o entusiasmo para o sexo masculino [ $X^2(6) = 8,944$ ;  $p = 0,177$ ] e feminino [ $X^2(6) = 4,907$ ;  $p = 0,556$ ]. O exercício físico pode permitir o entusiasmo para desempenhar as atividades diárias, no entanto, durante a pandemia da Covid-19 o estudo apresentou que não houve associação. Sugere-se realizar estudos com adolescentes e em outras regiões.

**Palavras-chave:** Exercício Físico. Sexo. Covid-19.

<sup>1</sup> Universidade Regional do Cariri, email: eliane.candido@urca.br

<sup>2</sup> Universidade Regional do Cariri, email: ana.mariza@urca.br

<sup>3</sup> Universidade Regional do Cariri, email: verangela.souza@urca.br

<sup>4</sup> Universidade Regional do Cariri, email: joyce.leite@urca.br