



DETERMINANTES DE ADESÃO, MANUTENÇÃO E DESISTÊNCIA DE UM PROGRAMA DE PREVENÇÃO E REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR

O presente estudo foi realizado no sentido de investigar os determinantes da prática de atividade física relacionados a um Programa de Reabilitação Cardiovascular (fase III). Para tanto, objetivou-se estabelecer os determinantes que levam os participantes à adesão, manutenção e desistência, bem como comparar estes determinantes - pessoais, ambientais e da atividade física - entre os participantes e os desistentes do programa. A pesquisa caracterizou-se como um estudo descritivo e como instrumento para a coleta dos dados; confeccionou-se um questionário auto-administrado, previamente validado, composto por questões abertas, fechadas (maior parte) e mistas. A amostra (n = 78) foi dividida em dois grupos: Participantes (n = 44), composto pelos participantes freqüentes no momento da coleta de dados e Desistentes (n = 34), formado pelos participantes que haviam desistido do **Programa de Prevenção e Reabilitação Cardiorrespiratória (ProCor)**, da Universidade Federal de Santa Catarina. Para tal, considerou-se para inclusão na amostra, a freqüência mínima em 18 sessões de exercício. Para a análise dos dados, empregou-se a estatística descritiva e o teste Qui-quadrado para amostras com tamanho distintos, quando possível. Nesta análise utilizou-se o software Simstat for Windows – versão 1.21. Quanto à caracterização da amostra, encontrou-se média de idade de 55 anos, aproximadamente. A maior parte dos integrantes possui 3º grau completo (46,2%) e pertence à classe econômica B (48,7%), bem como possui uma atividade profissional atual (55,1%). Esta amostra foi composta por 33 homens e 45 mulheres. A indicação de saúde foi a mais freqüente (60,3%) como motivo de adesão; sendo a saúde (25,9%) e o convívio social (21,3%) os mais indicados como motivos de permanência no *ProCor*. Já, quanto aos motivos de desistência, o horário das sessões e a distância (23%) foram os mais indicados. Houve diferença estatisticamente significativa ($p < 0,01$) entre as seguintes variáveis: nível econômico, satisfação com os resultados obtidos e horário das sessões, quando comparados desistentes e participantes. O tamanho do grupo, a distância percorrida até o programa, o transporte utilizado, os aspectos climáticos e a participação de familiares também constituíram-se nas principais diferenças encontradas entre eles. Quanto aos aspectos do programa, ambos os grupos consideram a distância, o transporte, o clima, o horário das sessões e os custos envolvidos mais como aspectos que facilitam do que como dificultadores da participação. A partir dos resultados, concluiu-se que os motivos relacionados à saúde - seja prevenção ou reabilitação - são os que exercem maior influência na adesão e manutenção (menor influência) dos participantes e desistentes, enquanto as características do programa (determinantes ambientais) são as que mais influenciam à desistência do *ProCor*.

Palavras-chave: aderência, determinantes da atividade física, programas de reabilitação cardiovascular, pacientes cardiopatas.

¹ Especialização em Educação Física - CDS/UFSC (2000). Área: Atividade Física e Saúde. Orientador: Prof. Ms. Dr. Osni Jacó da Silva.