



Atividade Física, Processo Saúde-Doença e Condições Sócio-Econômicas: Uma Revisão de Literatura

Érica Motta Moreira de Souza¹, Denilson Costa Soares¹, Jailton Luiz Vieira¹, Eliel Bezerra de Lima Junior¹, Ary Sergio Coutinho Barbosa Junior¹, Isis Regina dos Santos Mendes¹, Marise Palmeira de Carvalho¹, Simony Ricci Coelho¹, Eliane Ferreira de Souza Ribeiro¹, Joel Teixeira Dutra¹, Rodolfo Gomes de Araujo Oliveira¹, Thiago Rodrigues Gonçalves¹.

Revisão de Literatura

RESUMO

A relação entre atividade física, processo saúde-doença e condições sócio-econômicas tem sido objeto de intensa investigação científica nas últimas décadas. A compreensão das interconexões complexas entre esses elementos desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e na formulação de estratégias eficazes de prevenção e intervenção em saúde pública. A atividade física, como componente essencial do estilo de vida humano, desempenha um papel multifacetado na manutenção da saúde e na redução do risco de doenças crônicas. Porém, a participação em atividades físicas pode ser profundamente influenciada por fatores sócio-econômicos, que moldam o acesso a recursos, oportunidades e informações relevantes. Esta revisão de literatura tem como objetivo examinar criticamente a vasta gama de estudos que exploram a relação entre atividade física, processo saúde-doença e condições sócio-econômicas. Nossa análise aborda tanto os benefícios da atividade física para a saúde quanto as formas pelas quais as condições sócio-econômicas podem atuar como determinantes sociais da saúde, afetando a participação em atividades físicas e influenciando o processo saúde-doença. Além disso, esta revisão busca destacar intervenções potenciais e áreas de pesquisa futura que podem ajudar a promover uma abordagem mais equitativa e abrangente para a promoção da saúde e prevenção de doenças. Ao explorar as evidências disponíveis, nossa revisão aponta para resultados significativos que sustentam a associação positiva entre atividade física regular e diversos aspectos da saúde humana. Além disso, identificamos claramente como as condições sócio-econômicas podem moldar padrões de atividade física e, subsequentemente, impactar a saúde de diferentes segmentos da população. A análise crítica desses resultados nos permite compreender a complexidade das interações entre atividade física, condições sócio-econômicas e saúde, fornecendo insights valiosos para estratégias de intervenção e políticas de saúde que buscam abordar as disparidades de saúde existentes. No decorrer deste artigo, exploraremos detalhadamente as evidências disponíveis, discutiremos as implicações desses achados e ofereceremos uma visão abrangente das possíveis abordagens para promover a atividade física e melhorar a saúde em diversas populações.

Palavras-chave: Atividade física; processo saúde-doença; condições socioeconômicas; promoção de saúde.



Physical Activity, Health-Disease Process and Socio-Economic Conditions: A Literature Review

ABSTRACT

The intricate interplay between physical activity, the health-disease process, and socio-economic conditions has been a subject of profound scientific inquiry over recent decades. Understanding the complex connections among these elements holds a pivotal role in health promotion and the formulation of effective strategies for disease prevention and intervention in public health. Physical activity, as an essential component of the human lifestyle, plays a multifaceted role in maintaining health and reducing the risk of chronic diseases. However, engagement in physical activities can be profoundly influenced by socioeconomic factors that shape access to resources, opportunities, and pertinent information. This literature review aims to critically examine the extensive array of studies exploring the relationship between physical activity, the health-disease process, and socio-economic conditions. Our analysis delves into both the health benefits of physical activity and how socio-economic conditions can act as social determinants of health, affecting participation in physical activities and influencing the health-disease process. Furthermore, this review seeks to highlight potential interventions and avenues for future research that may contribute to a more equitable and comprehensive approach to health promotion and disease prevention. As we delve into the available evidence, our review underscores significant findings that substantiate the positive association between regular physical activity and various aspects of human health. Additionally, we distinctly identify how socio-economic conditions can shape patterns of physical activity and subsequently impact the health of different population segments. The critical analysis of these findings allows us to comprehend the intricacies of the interactions between physical activity, socio-economic conditions, and health, providing valuable insights for intervention strategies and health policies aimed at addressing existing health disparities. Throughout this article, we will meticulously explore the available evidence, discuss the implications of these findings, and provide a comprehensive view of potential approaches to promoting physical activity and improving health across diverse populations.

Keywords: Physical activity; health-disease process; socio-economic conditions; health promotion.

Instituição afiliada – Universidade Iguazu

Dados da publicação: Artigo recebido em 30 de Maio e publicado em 20 de Julho de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n7p1927-1945>

Autor correspondente: Érica Motta Moreira de Souza ericammsnurse@gmail.com

INTRODUÇÃO

A relação intrincada entre atividade física, processo saúde-doença e condições socioeconômicas tem sido objeto de interesse e investigação em diferentes campos acadêmicos, refletindo a complexidade das interações entre fatores biológicos, comportamentais e sociais na determinação do estado de saúde da população. A compreensão das inter-relações entre esses elementos desempenha um papel crucial na formulação de estratégias eficazes de promoção da saúde e prevenção de doenças, particularmente em um contexto global em que as enfermidades crônicas e seus fatores de risco vêm adquirindo relevância crescente.

A atividade física, como componente fundamental do estilo de vida, tem sido amplamente reconhecida por seus impactos positivos na saúde humana. Estudos epidemiológicos têm demonstrado consistentemente a associação entre níveis adequados de atividade física e a redução do risco de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, obesidade e várias condições crônicas. Nesse sentido, estudos fornecem evidências robustas sobre os benefícios da atividade física na prevenção do câncer, reforçando seu papel como uma estratégia preventiva de saúde¹.

Além dos benefícios físicos diretos, a atividade física também desempenha um papel significativo na promoção da saúde mental e no bem-estar psicológico. Pesquisas têm demonstrado que a prática regular de exercícios está associada a melhorias na saúde mental, incluindo redução dos sintomas de ansiedade e depressão, bem como aumento da sensação de bem-estar e qualidade de vida. Esses efeitos positivos podem ser atribuídos, em parte, à liberação de endorfinas durante o exercício, que contribuem para a sensação de felicidade e relaxamento. Ademais, a atividade física proporciona oportunidades para interações sociais, fortalecendo os laços comunitários e atenuando a solidão, fatores que têm implicações diretas na saúde mental².

Entretanto, a adesão à atividade física e seus efeitos na saúde não podem ser analisados de maneira isolada, ignorando as influências sociais e econômicas que moldam as escolhas individuais e coletivas. A abordagem socioeconômica oferece contribuições importantes sobre as barreiras e facilitadores que moldam a participação em atividades físicas, bem como suas consequências para a saúde. Alguns estudos destacam a importância de considerar as

1

2

desigualdades socioeconômicas ao projetar políticas de promoção da atividade física, a fim de mitigar disparidades e garantir a equidade na saúde³.

A compreensão das interações entre atividade física, saúde e condições socioeconômicas é particularmente relevante em contextos de diversidade cultural e socioeconômica, como o Brasil. O país apresenta uma realidade complexa, onde fatores históricos, culturais e socioeconômicos contribuem para a configuração dos padrões de atividade física e saúde da população. As investigações sobre atividade física e saúde em idosos no Brasil, por exemplo, destaca a necessidade de considerar as especificidades regionais e demográficas ao desenvolver estratégias de intervenção.

Diante desse cenário, o presente artigo propõe uma revisão de literatura abrangente que explore as interações entre atividade física, processo saúde-doença e condições socioeconômicas. Por meio dessa análise crítica, busca-se contribuir para uma compreensão mais aprofundada dos fatores que influenciam as relações entre essas variáveis e, assim, embasar a formulação de políticas e intervenções eficazes para promoção da saúde e prevenção de doenças no contexto brasileiro.

METODOLOGIA

O ponto de partida para esta revisão de literatura foi um levantamento bibliográfico sobre o tema em questão. A partir disso, a seguinte pergunta de pesquisa foi formulada: diante da interconexão complexa entre atividade física, processo saúde-doença e condições sócio-econômicas, surge a necessidade de investigar de que maneira as variáveis socioeconômicas influenciam as relações entre a prática regular de atividade física e o estado de saúde da população. Como as condições socioeconômicas moldam a adesão à atividade física e, conseqüentemente, como essas escolhas impactam a saúde e o bem-estar ao longo do tempo? Além disso, quais são os mecanismos subjacentes que conectam esses fatores e como eles podem ser mediados por determinantes sociais, econômicos e culturais específicos ao contexto brasileiro?

Ao longo do levantamento bibliográfico, foram identificados e resenhados estudos que investigaram as relações entre atividade física, processo saúde-doença e condições sócio-

econômicas, com ênfase nas evidências científicas produzidas no Brasil. Para tanto, para garantir a abrangência e a representatividade das fontes utilizadas, recorremos a duas plataformas de busca amplamente reconhecidas: o Periódico Capes e o Google Scholar. Essas ferramentas ofereceram acesso a uma ampla variedade de periódicos científicos e literatura acadêmica, permitindo a identificação de estudos relevantes para nossa revisão. As buscas aconteceram de forma sistemática nessas plataformas por meio do uso de termos-chave como "atividade física", "saúde", "condições sócio-econômicas" e suas variações. Contudo, devido à abrangência do tema, definiram-se critérios claros para a seleção das referências. Foram incluídos, por exemplo, estudos publicados entre um período específico (2015-2023), priorizando aqueles conduzidos no Brasil ou que abordassem a realidade brasileira. Excluímos estudos que não se relacionaram diretamente com as temáticas abordadas ou que não eram embasados em metodologias científicas confiáveis.

Finalmente, as referências selecionadas foram submetidas a uma análise crítica detalhada. Avaliamos a qualidade metodológica de cada estudo, examinando a robustez das evidências apresentadas e a relevância para o escopo da revisão. Os principais achados foram extraídos e sintetizados em temas e tópicos relevantes em resenhas, permitindo a construção de um quadro abrangente sobre as relações entre atividade física, saúde-doença e condições sócio-econômicas.

RESULTADOS

Atividade física e saúde

A relação entre atividade física e saúde é uma área de pesquisa de grande relevância, abrangendo uma série de benefícios que vão além do simples condicionamento físico. Nos últimos anos, estudos conduzidos no Brasil têm contribuído para o entendimento mais aprofundado dos impactos da atividade física na saúde da população, proporcionando insights cruciais para a formulação de políticas de promoção da saúde e prevenção de doenças.

A literatura científica tem destacado a associação entre a prática regular de atividade física e a redução do risco de doenças crônicas não transmissíveis. Estudos revelam que a adesão a níveis recomendados de atividade física está inversamente relacionada à ocorrência de diabetes e hipertensão arterial, sugerindo que intervenções voltadas para a promoção de um estilo de vida

ativo podem ter impactos significativos na saúde pública brasileira⁴.

A sólida base de evidências que emerge da literatura científica enfatiza consistentemente a relação benéfica entre a prática regular de atividade física e a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. A convergência de estudos de diferentes perspectivas reforça essa associação crucial, apontando para a relevância de incorporar a atividade física como pilar central das estratégias de promoção da saúde. As investigações não apenas corroboram essas conexões, mas também ressaltam a natureza inversa da relação entre a adesão a níveis recomendados de atividade física e a incidência de doenças graves, como diabetes e hipertensão arterial.

Esses estudos contribuem para se entender como a incorporação da atividade física é parte integrante do estilo de vida e, por isso, pode ter repercussões significativas na saúde pública brasileira. Os achados destacam a relevância das intervenções que visam aumentar a aderência à atividade física, não apenas para indivíduos em situações de risco, mas também para a população em geral. A dimensão de saúde pública dessa associação é evidenciada pelo potencial de redução do ônus das doenças crônicas, resultando em melhorias no bem-estar e na qualidade de vida da população.

As evidências também apontam para a interconexão entre a atividade física e os sistemas de saúde, revelando uma oportunidade única de reduzir a demanda por serviços de saúde e a pressão sobre os sistemas de cuidados médicos. Ao abordar os fatores de risco subjacentes por meio da promoção da atividade física, é possível não apenas mitigar a incidência de doenças crônicas, mas também promover uma abordagem preventiva eficaz que alivia o fardo financeiro associado ao tratamento de condições crônicas de saúde⁵.

A abordagem holística para o bem-estar sublinha a necessidade de uma mudança de paradigma que coloque a atividade física no centro das estratégias de saúde. A colaboração entre profissionais de saúde, formuladores de políticas e a sociedade em geral é essencial para facilitar essa mudança. Intervenções multissetoriais que promovam ambientes favoráveis à atividade física, educação e conscientização sobre seus benefícios, bem como políticas públicas que incentivem a aderência a um estilo de vida ativo, podem ser os alicerces de uma população mais

4

5

saudável e resiliente.

Além dos benefícios físicos, a atividade física também demonstrou ter implicações positivas para a saúde mental. Nos últimos anos, a consciência sobre a interconexão entre a saúde mental e a atividade física ganhou destaque, enfatizando a necessidade de uma abordagem abrangente para a promoção do bem-estar. Isso tem levado estudiosos, que se dedicam a analisar a relação entre atividade física e sintomas de depressão, ansiedade e estresse em adultos brasileiros, a concluir que a prática regular de exercícios estava associada a níveis mais baixos desses sintomas. Esse achado é especialmente relevante em um contexto global onde a saúde mental tem sido cada vez mais reconhecida como uma preocupação de saúde pública⁶.

Essa perspectiva acrescenta um novo ângulo à discussão ao explorar a associação entre a atividade física e sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Os achados revelam uma ligação valiosa entre a prática regular de exercícios e níveis mais baixos desses sintomas, reforçando a importância de incluir a atividade física como uma ferramenta no arsenal de estratégias para enfrentar os desafios da saúde mental. Em um contexto em que a saúde mental está emergindo como uma preocupação de saúde pública global, a compreensão de como a atividade física pode desempenhar um papel na prevenção e no manejo desses sintomas é de importância fundamental.

O fato de que a atividade física não apenas beneficia o corpo, mas também a mente apresenta implicações para a abordagem da saúde como um todo. Algumas estratégias de promoção da saúde, que enfatizam a atividade física como uma ferramenta multifacetada, podem atender a uma ampla gama de necessidades da população e atingir tanto os aspectos físicos quanto os mentais do bem-estar. Oportunidades para interações sociais, melhoria da autoestima e liberação de neurotransmissores associados ao prazer e ao relaxamento são apenas algumas das formas pelas quais a atividade física exerce seus efeitos positivos na saúde mental.

Dado o crescente reconhecimento da saúde mental como um fator crítico para a qualidade de vida, incorporar a atividade física como parte integrante das estratégias de promoção da saúde oferece possibilidades promissoras. O desafio agora reside em alinhar as políticas e práticas de saúde para garantir que a atividade física seja acessível, aceitável e incentivada, como parte de um esforço conjunto para abordar tanto os desafios físicos quanto os mentais da saúde.

6

Apesar do reconhecimento dos benefícios da atividade física, a realidade atual revela uma lacuna significativa entre o conhecimento e a prática no contexto brasileiro. A constatação de que os níveis de atividade física no Brasil ainda estão abaixo do ideal serve como um lembrete contundente da urgência de intervenções eficazes para superar essa discrepância. Documentos oficiais lançam luz sobre a escala desse desafio, revelando que uma porção substancial da população não atende às recomendações mínimas de atividade física⁷.

A complexidade desse problema exige abordagens multifacetadas e adaptadas à realidade diversificada do Brasil. Estratégias genéricas podem não ser suficientes para enfrentar os obstáculos culturais, econômicos e sociais que influenciam os comportamentos relacionados à atividade física. Logo, as estratégias de promoção da atividade física devem ser moldadas por uma compreensão profunda das barreiras específicas enfrentadas por diferentes grupos populacionais, a fim de garantir a eficácia das intervenções⁸.

Nesse contexto, a adoção de abordagens inovadoras e oportunistas se torna uma consideração fundamental. O crescente papel das tecnologias digitais e das redes sociais na vida cotidiana abre portas para novas possibilidades de engajamento e motivação. Pesquisas revelam uma tendência promissora na utilização dessas plataformas como ferramentas para promover a atividade física. A customização de programas e dicas personalizadas, a criação de comunidades virtuais de apoio e a monitorização remota são exemplos de como a tecnologia pode ser aproveitada para superar barreiras e incentivar a adoção de um estilo de vida ativo⁹.

No entanto, é importante destacar que o uso da tecnologia não substitui a necessidade de abordagens abrangentes e culturalmente sensíveis. A digitalização pode ampliar o alcance das intervenções, mas ainda é fundamental considerar as disparidades de acesso e o papel das influências sociais na promoção da atividade física. A colaboração entre profissionais de saúde, formuladores de políticas, instituições de ensino e a sociedade civil é essencial para garantir que as estratégias inovadoras sejam integradas de maneira eficaz e equitativa na promoção de um estilo de vida ativo para todos os brasileiros.

7

8

9

Condições sócio-econômicas e participação em atividades físicas

A relação entre as condições socioeconômicas e a participação em atividades físicas é um aspecto fundamental na compreensão das disparidades de saúde e bem-estar em diferentes segmentos da população. O contexto econômico e social em que um indivíduo vive desempenha um papel significativo na sua capacidade de acessar e se envolver em práticas de atividade física que promovam a saúde. Muitos estudos têm fornecido contribuições importantes sobre as complexas interações entre fatores socioeconômicos e a participação em atividades físicas, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes e inclusivas de promoção da saúde.

A literatura científica tem documentado consistentemente um gradiente social na participação em atividades físicas, com indivíduos de níveis socioeconômicos mais altos tendendo a se envolver mais em comportamentos saudáveis¹⁰. Estudos nesse sentido tem revelado que adultos com maior escolaridade e renda têm maior probabilidade de atender às recomendações de atividade física, evidenciando a influência das desigualdades socioeconômicas nesse comportamento.

Um dos principais determinantes das disparidades socioeconômicas na participação em atividades físicas é o acesso a recursos e oportunidades. Indivíduos de baixa renda muitas vezes enfrentam barreiras estruturais, como falta de espaços públicos adequados para a prática de exercícios, limitações de transporte e falta de equipamentos. Estudos recentes destacam a necessidade de considerar essas barreiras ao desenvolver estratégias de promoção da atividade física em comunidades economicamente desfavorecidas¹¹.

A compreensão da relação entre atividade física e saúde se expandiu significativamente à medida que se reconheceu a influência inegável das condições sociais e econômicas no processo. A abordagem que considera os determinantes socioeconômicos como parte integrante desse cenário oferece uma visão mais abrangente e realista das dinâmicas envolvidas. Nesse

10

11

contexto, a teoria dos determinantes sociais da saúde¹² desempenha um papel fundamental, enquadrando a atividade física como uma manifestação intrincada das condições em que as pessoas vivem, trabalham e interagem.

Nesse âmbito teórico, é essencial reconhecer que a adesão à atividade física não ocorre em um vácuo social. As influências culturais, econômicas e estruturais moldam as opções disponíveis e as escolhas feitas pelas pessoas. A acessibilidade a espaços seguros para a prática de exercícios, por exemplo, pode ser substancialmente influenciada pela localização geográfica e pelo desenvolvimento urbano. Além disso, a disponibilidade de tempo, que muitas vezes é ditada por responsabilidades profissionais e familiares, pode influenciar a capacidade de se engajar em atividades físicas regulares¹³. Ou, ainda, deve-se considerar que a percepção de que a atividade física é uma atividade exclusiva ou não acessível para determinados grupos pode influenciar negativamente os comportamentos de saúde.

Dito isso, é importante considerar que a análise das barreiras e facilitadores para a participação em atividades físicas lança luz sobre as desigualdades que podem persistir se não forem devidamente abordadas. Indivíduos de grupos socioeconômicos mais baixos podem enfrentar barreiras adicionais, como falta de acesso a instalações esportivas, custos financeiros associados a atividades físicas e uma maior exposição a ambientes obesogênicos. Esses fatores podem contribuir para a perpetuação de padrões de inatividade e suas consequências adversas para a saúde.

A política de promoção da atividade física deve, portanto, ir além de simplesmente incentivar comportamentos individuais saudáveis. É imperativo considerar o contexto mais amplo e enfrentar as disparidades socioeconômicas que limitam o acesso equitativo à atividade física. Estratégias como a implementação de programas de atividade física em comunidades economicamente desfavorecidas podem desempenhar um papel crucial na criação de ambientes favoráveis e acessíveis para todos. Essas abordagens podem contribuir para a promoção da igualdade de oportunidades de saúde e a redução das lacunas na saúde¹⁴.

Estratégias de intervenção bem-sucedidas devem ser sensíveis às diferenças

12

13

14

socioeconômicas. A abordagem "além do individual" considera os fatores contextuais que moldam os comportamentos de saúde, incluindo a participação em atividades físicas. Intervenções baseadas em comunidades como o programa de atividade física em bairros urbanos podem reduzir as desigualdades socioeconômicas na participação em atividades físicas, ao criar ambientes favoráveis e acessíveis¹⁵.

Em resumo, a participação em atividades físicas está intrinsecamente ligada às condições socioeconômicas. Estudos brasileiros têm enfatizado a importância de abordagens contextualizadas para promover a atividade física, reconhecendo as barreiras e facilitadores específicos de diferentes grupos sociais. A compreensão dessas complexas interações é essencial para informar estratégias eficazes de promoção da saúde, visando a redução das disparidades e a promoção do bem-estar em toda a população.

Impacto das Condições Sócio-Econômicas no Processo Saúde-Doença

O processo saúde-doença é influenciado por uma complexa interação de fatores biológicos, comportamentais, psicossociais e ambientais. Dentre esses, as condições socioeconômicas emergem como determinantes cruciais que moldam o estado de saúde das populações. Estudos realizados no Brasil têm fornecido uma visão profunda do impacto das condições socioeconômicas no processo saúde-doença, revelando padrões de desigualdades que demandam atenção cuidadosa para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde mais equitativas¹⁶.

As desigualdades socioeconômicas têm implicações diretas na exposição a fatores de risco e na capacidade de acesso aos cuidados de saúde. Indivíduos de baixa renda muitas vezes enfrentam ambientes desfavoráveis, caracterizados por acesso limitado a alimentos saudáveis, espaços seguros para atividades físicas e serviços de saúde adequados. Especificamente, as barreiras financeiras podem comprometer a adesão ao tratamento de doenças crônicas, perpetuando o ciclo de desigualdades no processo saúde-doença.

15

16

Além disso, a influência das condições socioeconômicas nas escolhas de estilo de vida e comportamentos de saúde não pode ser subestimada, pois esses fatores têm um impacto profundo na saúde e bem-estar das pessoas. As barreiras econômicas e sociais podem moldar as oportunidades disponíveis, restringindo o acesso a informações, recursos e ambientes propícios a um estilo de vida saudável. A acessibilidade limitada à educação e informações sobre saúde pode resultar em um ciclo de desinformação que afeta as escolhas individuais, muitas vezes prejudicando a saúde a longo prazo¹⁷.

Essa perspectiva oferece uma visão esclarecedora das complexas interações entre condições socioeconômicas e comportamentos de saúde. Ao abordar especificamente a relação entre níveis educacionais mais baixos e a prevalência de tabagismo e inatividade física, o estudo lança luz sobre o papel mediador das condições socioeconômicas. A falta de acesso à educação de qualidade pode limitar a compreensão das implicações para a saúde associadas a certos comportamentos, perpetuando práticas prejudiciais. Além disso, os determinantes socioeconômicos podem influenciar as normas sociais e a percepção cultural em torno de hábitos de saúde, moldando as atitudes individuais e coletivas em relação ao bem-estar.

A análise das condições socioeconômicas como mediadoras das decisões de saúde não apenas destaca a importância de abordagens contextuais, mas também ressalta a necessidade de políticas públicas que visem reduzir as disparidades. As intervenções de promoção da saúde devem ser sensíveis às desigualdades existentes, buscando fornecer informações acessíveis e oportunidades equitativas para um estilo de vida saudável. Estratégias que visam melhorar o acesso à educação, criar ambientes propícios à prática de atividades físicas e oferecer suporte social são fundamentais para enfrentar as influências negativas das condições socioeconômicas.

Em última análise, a compreensão profunda da interconexão entre condições socioeconômicas, comportamentos de saúde e bem-estar oferece uma base sólida para a formulação de abordagens de promoção da saúde mais eficazes e equitativas. A colaboração entre setores, incluindo saúde, educação e políticas sociais, é crucial para abordar os determinantes subjacentes das decisões de saúde e trabalhar em direção a uma sociedade mais saudável e igualitária.

As disparidades socioeconômicas no acesso à atenção médica também têm implicações no diagnóstico precoce e tratamento de doenças. Indivíduos de grupos sociais menos privilegiados podem enfrentar barreiras como longas distâncias até os serviços de saúde, custos elevados e falta de informação. Estudos têm explorado especificamente o impacto da renda e escolaridade no acesso a exames preventivos, destacando a importância da equidade no acesso aos cuidados de saúde¹⁸.

Da mesma forma, a interface complexa entre as condições socioeconômicas precárias e a saúde mental é uma questão de crescente relevância nos círculos de saúde pública. A experiência de estresse que muitas vezes acompanha as condições socioeconômicas desfavoráveis pode ter repercussões adversas na saúde mental, perpetuando um ciclo de desafios que afetam o bem-estar global das pessoas. O estigma social associado à pobreza, por exemplo, pode criar um terreno fértil para o desenvolvimento de condições como a depressão e a ansiedade, ampliando ainda mais as disparidades no espectro da saúde.

Estudos nesse sentido fornecem uma análise aprofundada das interações entre condições socioeconômicas, saúde mental e qualidade de vida. Ao focar nas populações urbanas do Brasil, eles destacam como as condições de vida desafiadoras podem afetar adversamente a saúde mental das pessoas. A abordagem holística defendida reflete a necessidade de compreender a saúde como um todo integrado, onde fatores sociais, econômicos e psicológicos estão intrinsecamente ligados.

Estudos reforçam a necessidade de uma abordagem interdisciplinar na promoção da saúde e no enfrentamento das disparidades. A colaboração entre profissionais de saúde mental, assistentes sociais e formuladores de políticas é crucial para enfrentar os fatores subjacentes que contribuem para o estigma e o estresse associados às condições socioeconômicas precárias. Além disso, a conscientização pública e as campanhas de educação podem desempenhar um papel fundamental na desmistificação do estigma e no aumento da compreensão sobre as complexas interações entre condições socioeconômicas e saúde mental¹⁹.

A abordagem integrada promovida por pesquisas como essas também tem implicações

18

19

importantes para a formulação de políticas. Estratégias que visam melhorar as condições socioeconômicas, como acesso a emprego, educação e serviços de saúde mental, podem ter efeitos positivos não apenas na saúde física, mas também na saúde mental das populações mais vulneráveis. A promoção do bem-estar psicológico deve ser considerada parte intrínseca dos esforços para combater as desigualdades sociais e econômicas, levando a uma abordagem mais abrangente e justa no entendimento do processo saúde-doença.

À base disso, é relevante enfatizar que as condições socioeconômicas têm um impacto profundo e duradouro no processo saúde-doença. A compreensão dessas interações é fundamental para informar políticas públicas que visam a redução das desigualdades e a promoção da saúde equitativa. Estudos brasileiros fornecem insights valiosos para a construção de intervenções eficazes que abordem as complexas relações entre condições socioeconômicas e saúde.

Discussão

A análise das interações entre atividade física, condições socioeconômicas e processo saúde-doença, à luz das referências bibliográficas apresentadas, proporciona uma visão abrangente das complexas relações que moldam o panorama da saúde da população brasileira. Os estudos selecionados forneceram evidências sólidas sobre a influência dos determinantes socioeconômicos nas escolhas de estilo de vida, na participação em atividades físicas e nos desfechos de saúde, destacando a necessidade de abordagens multidisciplinares e contextualizadas para a promoção do bem-estar.

A relação intrincada entre atividade física e saúde é inequivocamente respaldada pelas evidências científicas. As investigações reforçaram a ligação entre a prática regular de atividade física e a redução do risco de doenças crônicas, reiterando o papel fundamental da atividade física como estratégia preventiva. No entanto, a abordagem dessa relação deve considerar as particularidades do contexto socioeconômico, visto que os níveis de atividade física podem variar de acordo com as condições econômicas e culturais.

Da mesma forma, a influência das condições socioeconômicas na participação em atividades físicas foi destacada como um elemento fundamental nos estudos discutidos. Por um lado, a desigualdade na adesão à atividade física entre diferentes grupos socioeconômicos chama a



atenção para a importância de abordagens sensíveis às barreiras contextuais. Por outro, a falta de acesso a recursos e ambientes favoráveis à prática de exercícios ressalta a necessidade de intervenções que abordem questões estruturais e facilitem a participação em atividades físicas para todos os estratos sociais.

As condições socioeconômicas também exercem um impacto profundo no processo saúde-doença. A literatura discutida evidencia que indivíduos de grupos sociais menos privilegiados estão em desvantagem em relação ao acesso a cuidados de saúde e ao enfrentamento de fatores de risco. Logo, as barreiras financeiras e estruturais podem dificultar o diagnóstico precoce e o tratamento adequado de doenças. Esses aspectos podem impactar negativamente a saúde mental, sublinhando a necessidade de abordagens holísticas que considerem tanto os aspectos físicos quanto mentais da saúde.

Diante dessas considerações, fica claro que a promoção da saúde eficaz requer uma abordagem abrangente que leve em conta as complexas interações entre atividade física, condições socioeconômicas e processo saúde-doença. A compreensão desses fatores em um contexto brasileiro é fundamental para a construção de estratégias sensíveis às necessidades da população. Os estudos apresentados não apenas destacam as desigualdades, mas também oferecem diretrizes valiosas para intervenções equitativas que visem melhorar a saúde e o bem-estar de todos os indivíduos, independentemente de suas condições socioeconômicas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo desta revisão de literatura, exploramos de maneira abrangente a interligação entre atividade física, processo saúde-doença e condições sócio-econômicas. A análise revelou uma série de resultados esclarecedores e forneceu subsídios à compreensão das complexas dinâmicas que moldam a saúde da população. Ficou claro através das evidências examinadas que a atividade física desempenha um papel vital na promoção da saúde e na prevenção de doenças. As inúmeras vantagens associadas à prática regular de atividades físicas, que vão desde a redução do risco de doenças cardiovasculares até o aprimoramento da saúde mental, ressaltam a importância de incentivar e facilitar a participação em atividades físicas em todas as fases da vida.

No entanto, a influência das condições sócio-econômicas não pode ser subestimada. Nossa análise revelou como fatores como nível de renda, educação e acesso a recursos podem atuar como determinantes sociais da saúde, moldando as oportunidades de participação em atividades físicas e, conseqüentemente, influenciando os resultados de saúde. Essa ligação entre condições sócio-econômicas e padrões de atividade física destaca a necessidade de estratégias de promoção da saúde que abordem essas disparidades de forma abrangente.

As implicações dessas descobertas são vastas e cruciais para a formulação de políticas de saúde eficazes. À medida que buscamos melhorar a saúde da população e reduzir as desigualdades, é imperativo adotar uma abordagem holística que reconheça a complexa interação entre atividade física, condições sócio-econômicas e processo saúde-doença. Intervenções que visem tanto aumentar a conscientização sobre a importância da atividade física quanto reduzir as barreiras socioeconômicas podem desempenhar um papel fundamental na promoção da saúde em diferentes contextos. Portanto, essa revisão de literatura sublinha a necessidade contínua de pesquisas rigorosas, políticas abrangentes e abordagens colaborativas para enfrentar os desafios de saúde da nossa sociedade. Ao considerarmos as nuances da relação entre atividade física, condições sócio-econômicas e saúde, estamos um passo mais perto de criar um futuro mais saudável e equitativo para todos.

REFERÊNCIAS

¹ Maciel MG. Atividade física e funcionalidade do idoso. Motriz, Rio Claro. 2010;16(4):1024-1032. <https://doi.org/10.5016/1980-6574.2010v16n4p1024>.

² IASI TCP. A atividade física na saúde mental: uma revisão de literatura. 2013. 24 f. Trabalho de conclusão de curso (licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2013. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/119440>.

³ Nahas MV. Atividade física, saúde e qualidade de vida. Londrina, PR: Midiograf; 2010.

⁴ Mielke GI, Hallal PC, Rodrigues GBA, Santos FV, Malta DC. Prática de atividade física e hábito de assistir à televisão entre adultos no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. Epidemiol Serv Saúde. 2015;24(2):373-382. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200010>.



⁵ Freitas CMSM, Leonidio ACR, Silva ML. Prática de atividade física e o estresse: uma revisão bibliométrica. Rev Educ Fis UEM. 2015;26(2):239-250. <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v26i2.23846>.

⁶ Barros MBA, Lima MG, Azevedo RCS, Medina LBP, Lopes CS, Menezes PR, et al. Depressão e comportamentos de saúde em adultos brasileiros – PNS 2013. Rev Saude Publica. 2017;51(Supl 1):8s.

⁷ Ministério da Saúde do Brasil lança Guia de Atividade Física para a População Brasileira, com apoio da OPAS, da Organização Pan-Americana de Saúde [Internet]. OPAS/OMS; 30 de junho de 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/30-6-2021-ministerio-da-saude-do-brasil-lanca-guia-atividade-fisica-para-populacao>.

⁸ Brasil. Ministério da Saúde, Ministério da Educação. Caderno temático do Programa Saúde na Escola: promoção da atividade física [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde; 2022. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_tematico_pse_atividade_fisica.pdf.

⁹ Parris Z, Cale L, Harris J, Casey A. Atividade física para saúde, COVID-19 e mídias sociais: O quê, onde e por quê? Movimento. 2022;28. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.122533>.

¹⁰ Rodrigues PF, Melo M, Assis M, Oliveira A. Condições socioeconômicas e prática de atividades físicas em adultos e idosos: uma revisão sistemática. Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde [Internet]. 1º de maio de 2017 [citado 18º de agosto de 2023];22(3):217-32. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/9624>.

¹¹ Rodrigues PA, Melo MP, Assis MR, Palma A. Condições socioeconômicas e prática de atividades físicas em adultos e idosos: uma revisão sistemática. Rev Bras Ativ Fís Saúde. 2017;22(3):217-232. <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.22n3p217-232>.

¹² Buss PM, Pellegrini Filho A. A Saúde e seus Determinantes Sociais. PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva. 2007;17(1):77-93. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/msNmfGf74RqZsbpKYXxNKhm/?format=pdf>.

¹³ Carvalho FFB de, Pinto T de JP, Knuth AG. Atividade Física e Prevenção de Câncer: Evidências, Reflexões e Apontamentos para o Sistema Único de Saúde. Rev. Bras. Cancerol. [Internet]. 23º de junho de 2020 [citado 18º de agosto de 2023];66(2):e-12886. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/index.php/revista/article/view/886>.

¹⁴ Mielke GI, Stopa SR, Gomes CS, Silva AG, Alves FTA, Vieira MLFP, Malta DC. Leisure time physical activity among Brazilian adults: National Health Survey 2013 and 2019. Rev Bras Epidemiol. 2021;24(Suppl 2):e210008.s2. <https://doi.org/10.1590/1980-549720210008.supl.2>.



¹⁵ Ribeiro MCSA, Barata RB. Saúde: vulnerabilidade social, vizinhança e atividade física. *Cad Metropole*. 2016;18(36):e2236-9996.2016-3605. <https://doi.org/10.1590/2236-9996.2016-3605>.

¹⁶ Antunes JLF. Condições socioeconômicas em saúde: discussão de dois paradigmas. *Rev Saude Publica*. 2008;42(3):562-568. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102008005000017>.

¹⁷ Carvalho AI. Determinantes sociais, econômicos e ambientais da saúde. In: Fundação Oswaldo Cruz. *A saúde no Brasil em 2030 - prospecção estratégica do sistema de saúde brasileiro: população e perfil sanitário* [Internet]. Rio de Janeiro: Fiocruz/Ipea/Ministério da Saúde/Secretaria de Assuntos Estratégicos da Presidência da República; 2013. Vol. 2. pp. 19-38.

¹⁹ Manica ST, Drachler ML, Teixeira LB, Ferla AA, Gouveia HG, Anschau F, Oliveira DLLC. Desigualdades socioeconômicas e regionais na cobertura de exames citopatológicos do colo do útero. *Rev Gaucha Enferm (Online)*. 2016;37(1):e52287. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2016.01.52287>.