

467

PERFIL DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E DO CONSUMO DE LIPÍDIOS EM INDIVÍDUOS SELECIONADOS NA REGIÃO DO VALE DO SINOS, RS.*Gustavo Waclawovsky, Andrea Cristina Bulões, João Carlos Jaccottet Piccoli, Maureen Koch, Vanessa Faé Reinheimer, Otávio**Azevedo Bertoletti (orient.) (FEEVALE).*

Introdução: A inatividade física e o baixo nível de condicionamento físico têm sido considerados fatores de risco para mortalidade prematura tão importantes quanto fumo, dislipidemias e hipertensão arterial. A alimentação inadequada também contribui para o desenvolvimento de fatores de risco, como dislipidemias e obesidade. **Objetivo:** descrever o perfil de consumo de lipídeos em relação ao nível de atividade física (NAF) em indivíduos adultos do Vale do Sinos, RS. **Metodologia:** estudo descritivo, com 597 sujeitos, de 18 a 80 anos, residentes na região do Vale do Sinos, RS, selecionados segundo o critério de domicílio utilizado pelo IBGE. Foi aplicado o questionário IPAQ curto para medir o NAF. O consumo de lipídeos foi calculado em percentual do valor energético total consumido (VET), a partir do inquérito alimentar recordatório de 24 horas. Foi utilizado ANOVA, considerando $p < 0,05$. **Resultados:** mais de 1/3 dos indivíduos analisados consumiam lipídeos acima da recomendação nutricional (25-30% do VET), independentemente do NAF. Apesar do teste estatístico não apontar diferença significativa entre as classes de NAF, observou-se uma tendência de um maior número de indivíduos Insuficientemente Ativos - IA (45, 3%) consumirem lipídeos acima do recomendado, quando comparados com os Suficientemente Ativos - SA (40, 0%) e Muito Ativos - MA (36, 4%). Foi identificado que 54, 5% dos indivíduos que consumiam acima de 30% do VET em lipídeos e que eram IA apresentavam sobrepeso ou obesidade. **Conclusão:** Um número maior de indivíduos IA consumiam lipídeos acima do recomendado, comparado aos SA e MA. Tanto a inatividade física, como o consumo exagerado de lipídeos, aumentam o risco de desenvolvimento de sobrepeso e/ou obesidade, bem como de doenças cardiovasculares.