



MOTIVOS QUE LEVAM OS MUNICÍPES DA CIDADE DE PORTEIRINHA A PRATICAR ATIVIDADE FÍSICA

Autor(es): Igor Rainer Cruz, André Luiz Gomes Carneiro, Daniella Mota Mourão

Introdução: A motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a um alvo, o que depende da interação de fatores pessoais e ambientais. **Objetivo:** Investigar os principais cidadãos da cidade de Porteirinha - MG / Brasil para a prática de atividade física. **Metodologia:** Este estudo é um estudo transversal envolvendo 380 voluntários e 190 homens ($33,80 \pm 8,87$ anos) e 190 mulheres ($35,24 \pm 8,74$ anos), que responderam a pressionar inquéritos motivação do exercício Inventory - 2 (EMI -2). Na análise dos dados foi utilizada estatística descritiva usando SPSS 20.0 for Windows. **Resultados:** Os resultados indicaram domínios: prazer (18,33 unidades), a manutenção do peso (11,25 unidades) e imagem corporal (10,56 unidades) como os mais acentuados entre os pesquisados. O prazer na atividade física diminui o estresse do dia-a-dia e fatores depressivos, a manutenção do peso corporal é uma preocupação para com a saúde e aparência física está ligada com a estética geral do corpo e sua exposição a outras pessoas. **Conclusão:** Os resultados demonstraram uma grande preocupação dos cidadãos acerca de sua saúde tanto psicológica quanto orgânica, uma vez que a atividade física atua como recurso de educação e promoção de saúde.

Aprovação Comitê de Ética: CEP/FUNORTE 10038/12.

Número de parecer do comitê de ética: 10038/12.