**NÍVEL DE ATIVIDADE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM BANCÁRIOS EM UMA CIDADE DO EXTREMO SUL DO BRASIL**

**Nome dos autores:** Claudio Tafarel Mackmillan da Silva,

Marcia Leticia Moreira Delgado, Max dos Santos Afonso, Thais Burlani Neves, Fernanda Burlani Neves

**Área do Conhecimento:** Ciências da Saúde, Fisioterapia e Terapia Ocupacional

**Palavras Chave:** Qualidade de vida, atividade física, bancários

**Resumo**

Objetivos: avaliar a qualidade de vida e nível de atividade física em profissionais em bancários na cidade do Rio Grande. Considerado um estudo de caráter transversal, quantitativo descritivo. Foi realizado em três agências de um Banco de economia mista na cidade do Rio Grande/RS. Participaram do estudo 38 funcionários, todos assinaram o termo de consentimento ético. Metodologia: os funcionários responderam os questionários referentes ao nível de atividade física (IPAQ); sintomas osteomusculares (QNSO) e sobre a avaliação da qualidade de vida (WHOQOL). Para análise dos dados foi realizada através do programa estatístico SPSS, para verificar a frequência descritiva das variáveis e associações significativas entre elas, será considerado o valor de p=0,05. Resultados: no que se refere ao IPAQ 53% eram sedentários. Em relação aos sinais e sintomas nas regiões anatômicas 84% referiram dor na coluna, 79% em membros superiores e 48% em membros inferiores. Antes de iniciar o trabalho de bancário 74% não apresentam dor. Na avaliação do WHOQOL todos os funcionários relataram ter boa qualidade de vida. Não houve associação significativa entre as variáveis. Conclusão: Embora os funcionários apresentarem boa qualidade de vida, se faz necessárias intervenções de ações preventivas em saúde para que sejam estimulados hábitos de vida saudáveis como a prática de atividade física e proporcionar a redução da sintomatologia referida.