Anais do SEPE – Seminário de Ensino, Pesquisa e Extensão da UFFS
Vol. VII (2017) – ISSN 2317-7489

ESTADO NUTRICIONAL, PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL, PESO DE MASSA MAGRA E PESO DE GORDURA CORPORAL ENTRE PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA ATENDIDOS EM UMA CLÍNICA-ESCOLA DE NUTRIÇÃO

Mariana Arent Pawlak[1]
Ana Lia Salbego Rutkankis[2]
Márcia Fernandes Nishiyama[3]
Eloá Angélica Koehnlein[4]
Késia Zanuzo[5]
Daniela Denize Klein[6]
Amanda Rocha Fujita[7]
Jeferson Alencar Carlini[8]

Categoria: Pesquisa[9]

Resumo: Estudos recentes sugerem que a variação da distribuição anatômica da gordura corporal é um importante indicador morfológico relacionado com complicações endócrinas e metabólicas predisponentes ao aparecimento e desenvolvimento de doenças cardiovasculares. A monitorização da quantidade de gordura corporal e da prática da atividade física tem recebido grande notoriedade em aspectos relacionados à promoção da saúde, não apenas por suas ações isoladas na prevenção e controle das doenças cardiovasculares, mas também, por induzirem alterações desejáveis com relação aos níveis de pressão arterial, sedentarismo, sobrepeso/obesidade. O objetivo geral deste trabalho foi comparar a porcentagem de massa magra, porcentagem de gordura corporal, peso da massa magra, peso da gordura corporal entre praticantes e não praticantes de atividade física que frequentaram a Clínica Escola de Nutrição no período de maio a julho de 2017. Este estudo foi baseado em uma abordagem retrospectiva, onde avaliou-se 23

[1] Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza- PR-Brasil. marianaarentpawlak@gmail.com
[2] Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza-PR-Brasil. salbegoanalia@gmail.com
[3] Docente do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira (UFFS), campus Realeza-PR. marcia.nishiyama@uffs.edu.br
[4] Docente do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza-PR. eloa.koehnlein@uffs.edu.br
[5] Nutricionista Responsável Técnica da Clínica-Escola de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza-PR. kesia.zanuzo@uffs.edu.br
[6] Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza-PR-Brasil. deniseklein2010@hotmail.com
[7] Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza-PR-Brasil. amanda.fujitaa@gmail.com
[8] Acadêmico do Curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), Campus Realeza- PR-Brasil. jefercarlini@gmail.com
[9] Formato: Comunicação Oral

prontuários de pacientes adultos (20 a 59 anos) praticantes e não praticantes de atividade física, com a aprovação do comitê de ética da Universidade Federal da Fronteira Sul sob o parecer nº 980.593. O estado nutricional foi classificado através do Índice de Massa Corporal (IMC), de acordo com os pontos de cortes propostos por WHO (1997) e para a avaliação do percentual de gordura corporal, percentual de massa magra, peso de massa magra e peso de gordura corporal foi utilizado o método de bioimpedância tetrapolar, com o analisador de composição corporal Maltron® BF-906. Em relação aos resultados, 70% dos pacientes eram do sexo feminino e 30% do sexo masculino, com idade média de 39 anos. Quanto ao estado nutricional, dos 52% que relataram praticar alguma atividade física, 33% apresentavam eutrofia, 42% sobrepeso e 25% obesidade grau I. Nestes pacientes, a média do percentual de gordura corporal foi de 32,35%; 67,6% de massa magra; 52,45 Kg do peso da massa magra e 26,35 Kg do peso da gordura corporal. Dos 48% que não praticavam atividade física, 36% apresentavam eutrofia, 36% obesidade grau I, 18% obesidade grau II e 10% obesidade grau III. Em relação ao percentual de gordura corporal a média foi de 33,5% de gordura corporal; a massa magra de 64,65%; 52,1 Kg do peso da massa magra e 27,73 Kg do peso da gordura corporal. Conclui-se que, a maioria dos pacientes eram compostos por mulheres, praticantes de atividade física e entre os que referiram não praticar atividade física houve um maior percentual de obesos e em graus mais elevados. Observou-se uma variação nos resultados obtidos principalmente de percentual de massa magra, sendo maior entre os praticantes de atividade física. O método da bioimpedância tetrapolar demonstra ser uma ferramenta importante para o acompanhamento da composição corporal, fornecendo dados que podem complementar a avaliação nutricional e assim realizar condutas que permitam uma intervenção mais adequada na melhora da composição corporal reduzindo os riscos de doenças associadas à obesidade, auxiliando na qualidade de vida da população. Sugerem-se mais investigações que relacione o acompanhamento nutricional utilizando este método para avaliação da composição corporal.

Palavras-chaves: Estado nutricional. Percentual de gordura. Sedentarismo.