



INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS RELACIONADOS À COMPOSIÇÃO CORPORAL DE ACADÊMICAS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA¹

*ANTHROPOMETRIC INDICATORS RELATED TO THE
CORPORAL COMPOSITION OF ACADEMICS OF THE
PHYSICAL EDUCATION COURSE OF A PRIVATE INSTITUTION*

*INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS RELACIONADOS CON
LA COMPOSICIÓN CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES CURSO
DE EDUCACIÓN FÍSICA DE UNA INSTITUCIÓN PRIVADA*

Augusto Cesar Vilela Gama²
Georgia Cristina Lehnen³
Gilberto Reis Agostinho Silva⁴

PALAVRAS-CHAVE: Acadêmicas; Composição Corporal; Educação Física.

1 INTRODUÇÃO

O estudo dos diversos componentes do corpo humano é de fundamental importância, uma vez que a composição corporal está diretamente relacionada com o desempenho motor, capacidade de trabalho, qualidade de vida e principalmente saúde dos indivíduos (QUEIROGA, 2005). Pesquisas confirmam a relação de medidas antropométricas com o risco de doenças metabólicas, e ainda que o sobrepeso está diretamente relacionado com desenvolvimento da diabetes e hipertensão (NAHAS, 2010).

Como o período acadêmico é um momento de transição na vida das pessoas, essa fase contribui bastante para o aumento dos níveis de estresse, alterações dos hábitos alimentares e redução da atividade física, refletindo assim no aumento do percentual de gordura corporal. Portanto este estudo objetivou-se em mensurar

1 O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

2 Universidade Federal de Goiás (UFG), efpesquisador@outlook.com

3 Universidade Federal de Goiás (UFG), georgialehnen@hotmail.com

4 Universidade Salgado de Oliveira (UNIVERSO), gilbertorasilva@hotmail.com

os índices antropométricos relacionados à composição corporal de acadêmicas do curso de educação física de uma universidade privada de Goiânia-GO.

2 METODOLOGIA

Esta pesquisa é descritiva quantitativa transversal, composta por uma amostragem de 17 mulheres adultas, acadêmicas de educação física, com idade entre 20 e 45 anos, sendo coletadas as medidas das dobras cutâneas, o Índice de Massa Corporal (IMC), a Circunferência da Cintura (CC) e a Circunferência do Quadril (CQ), seguindo os métodos propostos por Queiroga (2005).

3 RESULTADOS

O IMC apresentou classificação de baixo peso para 6,1%, saudável para 75,5%, sobrepeso para 11,6% e obesidade grau I para 11,6% da amostragem. A Relação Cintura Quadril (RCQ) apresentou classificação de risco coronariano baixo para 41,2%, moderado para 58,8%, alto para 0,0% e muito alto para 0,0% da amostragem. O Percentual de gordura corporal por indivíduo, o máximo foi de 35,7% e o mínimo de 11,4%, já em quilos respectivamente 36,1kg e 5,7kg. A massa corporal magra por indivíduo em quilos, o máximo foi de 65kg e o mínimo de 44,7kg.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados obtidos e do objetivo proposto para este estudo, observa-se que diferente da hipótese inicial do estudo, as universitárias do curso de educação física em específico, na média não apresentaram significativas alterações na composição corporal.

REFERÊNCIAS

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida:** conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Midiograf, Londrina, 2010.

QUEIROGA, M. R. **Testes e medidas para avaliação da aptidão física relacionada à saúde em adultos.** Guanabara Koogan, Rio de Janeiro, 2005.