



VI Seminário de
Pesquisa do Curso de
Educação Física

Aptidão Física, Saúde e Qualidade de Vida



ESTADO NUTRICIONAL DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE DE CRUZ ALTA

BIGUELINI, Magali Facco¹; KRUG, Marília de Rosso²

Apesar de não medir a composição corporal, o cálculo de Índice de Massa Corporal (IMC) possui bom potencial como indicador do estado nutricional permitindo identificar indivíduos com subnutrição, excesso de peso e obesidade. Outra variável indicativa do estado nutricional é a Circunferência da Cintura (CC), onde recomenda-se a medida isolada, com a finalidade de verificar complicações metabólicas associadas à obesidade, correlaciona-se fortemente com o IMC e parece predizer melhor o tecido adiposo visceral. Dessa forma esse estudo teve como objetivo avaliar o estado nutricional, através do cálculo do IMC e da medida da CC de estudantes universitários do curso de Educação Física da Universidade de Cruz Alta. O estudo caracterizou-se como uma pesquisa descritiva. Fizeram parte da amostra, 39 acadêmicos regularmente matriculados no primeiro semestre letivo 2015/1, do curso referido anteriormente, os mesmos apresentaram média de idade de $21 \pm 4,54$ anos. O instrumento utilizado foi o cálculo do IMC e medida da CC, os dados foram analisados através de inferência percentual, após a coleta de dados chegou-se aos seguintes resultados: a maioria (89,7%) dos acadêmicos apresentou classificação normal para a CC e somente 10,3% apresentaram valores elevados e muito elevados. Quanto ao IMC a maioria (71,8%) evidenciou peso normal, 26,6% excesso de peso e obesidade e 2,6% abaixo do peso ideal. Quando analisou-se as variáveis estudadas separadamente por sexo observou-se que: a maioria dos acadêmicos, tanto do sexo masculino (88,5%) quanto do sexo feminino (92,3%), apresentaram classificação normal para a CC, sendo que os demais apresentaram classificação elevada e muito elevada. Quanto ao IMC os resultados foram semelhantes aos obtidos com a CC, ou seja, a maioria dos acadêmicos, tanto do sexo masculino (73,1%) quanto do sexo feminino (69,2%) apresentaram valores normais. 19,2% dos acadêmicos do sexo masculino apresentaram excesso de peso e 7,7% obesidade grau I enquanto que os acadêmicos do sexo feminino 23,1% apresentaram excesso de peso e 7,7% apresentaram-se abaixo do peso ideal. Nenhum dos resultados evidenciou diferenças estatisticamente significativas ao nível de $p \leq 0,05$ entre os sexos. Dessa forma, foi possível concluir que a maioria dos acadêmicos do primeiro semestre do curso de Educação Física da UNICRUZ

¹ Acadêmica do Curso de Educação Física Licenciatura da Universidade Cruz Alta maga_fb@hotmail.com

² Profª Me. Orientadora - Curso de Educação Física Licenciatura da UNICRUZ, mkrug@unicruz.edu.br

apresentou um estado nutricional normal. Especial atenção, no entanto, deve ser dada ao grupo de acadêmicos que apresentaram excesso de peso e obesidade.

Palavras-chave: Circunferência da Cintura, Índice de Massa Corporal.