



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

FEPEG

F Ó R U M
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

AValiação ANTROPOMÉTRICA DE IDOSAS DO PROJETO DE EXTENSÃO ANDE BEM COM A VIDA

Autores: FELIPE GALDINO SOUZA, ADELSON FERNANDES DA SILVA, NÍVEA MARIA DE OLIVEIRA JACQUES, LARISSA FERREIRA DOS SANTOS, LAÍS CASTILHO XAVIER, DEYVID RAFAEL DIAS CARVALHO, WELLINGTON ALQUIMIM DOS SANTOS

Introdução

O avanço na área da saúde tem proporcionado à população uma maior longevidade. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2015) no Brasil, os números são ainda mais incisivos. O número de pessoas com mais de 60 anos, segundo o relatório, deverá crescer mais rápido que a média mundial. Enquanto a quantidade de idosos vai duplicar no mundo até o ano de 2050, ela quase triplicará no Brasil.

Desta forma a população senescente vem buscando modificações no estilo de vida, para se obter ou manter uma melhor qualidade de vida, com práticas de atividade física e mudanças nos hábitos alimentares, buscando atenuar os danos crônicos e anormalidades metabólicas que frequentemente acompanham os idosos. A prática da atividade física incorporada com a avaliação antropométrica permite reconhecer morbidades, constatar modificações metabólicas e fisiológicas. Os índices antropométricos tal como Índice de Massa Corporal (IMC) tem como finalidade analisar o peso corporal ideal para cada faixa etária, a relação Cintura Quadril (RCQ) identifica a gordura visceral que é altamente relacionada com problemas cardíacos, circulatórios e dislipidemias, essas medidas visam detectar iminentes danos à saúde.

Assim, torna-se relevante o desenvolvimento desse estudo, pois ao conhecer melhor a relação dos índices antropométricos, as participantes do projeto “Ande Bem Com A Vida” poderá estabelecer estratégias para reverter ou minimizar o acúmulo de gordura corporal e assim propor alternativas nos hábitos alimentares e modificações das atuais estratégias de atividade física praticada.

A pesquisa tem como objetivo analisar os índices antropométricos das Idosas participantes do projeto “Ande Bem Com A Vida” da Unimontes campus/Januária.

Metodologia

A pesquisa caracteriza – se como descritiva, quantitativa (THOMAS e NELSON, 2002) foi desenvolvido na cidade de Januária. A amostra foi composta por 37 mulheres, participantes do projeto Ande Bem Com a Vida da Universidade Estadual de Montes Claros campus/Januária – MG, com idades compreendidas entre 50 a 70 anos. Para participarem da pesquisa, todas as pesquisadas deveriam ser participantes do projeto “Ande Bem Com a Vida” e estarem presentes no dia da coleta de dados.

A avaliação foi composta por indicadores antropométricos o IMC e RCQ, sendo aferido o peso corporal (kg) e a estatura (m) para posterior cálculo do IMC. A relação Cintura/Quadril foi aferida com uma fita métrica (marca Sanny) nos seus respectivos pontos de acordo com Heyward e Stolarczyk (2000).

Os dados foram apresentados de forma descritiva utilizando-se o programa IBM SPSS Statistics 22 com o qual foram elaborados os gráficos e os cálculos dos valores percentuais para a apresentação das variáveis.

Esta pesquisa foi apresentada para a avaliação ao Comitê de Ética da Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES, e aprovada sob o parecer 024828/2018.

Resultado e discussão

O estudo obteve como principal achado que 64,87% das participantes do Projeto Ande Bem Com a Vida estão com Sobrepeso, 29,72% das participantes foram classificadas com Obesidade. Em estudo realizado na cidade de Cruz Alta (Rio Grande do Sul) com 485 idosos, sendo 303 (62,47%) mulheres, evidenciaram dados que divergem quando comparados com os achados do atual estudo, observando que 21,45% das pesquisadas estão com Sobrepeso, os dados ainda afirmam que 38,94% foram classificadas com Obesidade, 38,94% estão dentro do peso ideal e apenas 0,67% estão consideradas em Baixo peso (ROSA et al., 2016). Estudo realizado em Palmeira das Missões (Rio Grande do Sul) com 424 idosos de faixa etária superior a 60 anos, no qual 290 (68,40%) eram mulheres, apresentaram dados mais expressivos quando confrontados com os do presente estudo, expondo que 53,8% foram classificadas com Sobrepeso, 32,4% estão com níveis Normais e 13,8% então consideradas em Baixo peso (PALMA, 2016). Achados internacionais evidenciaram a prevalência da obesidade em indivíduos com idade superior a 50 anos, variando de 12,8% na Suécia para 20,2% na Espanha para homens e de 12,3% na Suíça para 25,6% em Espanha para mulheres, em comparação com o este estudo, esses achados tornam - se mais expressivos observando uma diferença positiva nas percentagens (ANDREYEVA; MICHAUD; SOEST, 2007). Elevados níveis de IMC são preocupantes, pois favorecem o surgimento de diversas doenças relacionadas com o excesso de peso, como hipertensão e diabetes.

Na análise da RCQ foi evidenciado que 35,14% da faixa etária 60 a 69 anos estão classificadas com riscos Alto e muito Alto de saúde. Entre as voluntárias com idades entre 50 a 59 anos, 37,83% das pesquisadas estão propensas a riscos Alto e Muito alto de saúde. Pesquisa desenvolvida no município de Vitória da Conquista (Bahia) teve como objeto de estudo 62 idosos com idades de 60 anos acima, identificou percentuais mais elevados quando comparados com os resultados encontrados no presente estudo, evidenciando que 92% dos idosos estão na faixa de risco, sendo que destes, 67% ficaram entre risco Alto ou Muito alto (LIMA; DUARTE, 2013). Pesquisa realizada por Tanaka; Bueno; Paganotto, (2015) com 133 idosas institucionalizadas, obtiveram achados semelhantes quando confrontados com os resultados encontrados no estudo, observando que na RCQ 80% das idosas estão classificadas com risco muito elevado para doenças cardiometabólicas. A problemática da RCQ é que quanto maior for a gordura corporal localizada na cintura e quadril maior será o risco à saúde, aumentando assim os riscos cardiovasculares. A presença dessas doenças juntamente com o excesso de gordura na região abdominal do corpo também aumenta o risco de problemas mais graves para a saúde, como infarto, AVC e gordura no fígado, que podem deixar sequelas ou levar à morte (LIMA, 2018).



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

FEPEG

F Ó R U M
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

Conclusão

Conclui-se que o nível antropométrico das idosas do Projeto Ande Bem Com a Vida, estão elevados no Índice de Massa Corporal, no qual 64,87% das pesquisadas estão com Sobrepeso. E 35,13% estão com níveis Muito altos na relação cintura/quadril. Sendo um fator preocupante, pois elevados níveis de IMC, RCQ predisõem a doenças coronarianas.

Em virtude desses resultados, sugerisse modificações nas atividades que são propostas no projeto, assim como realização de palestras com nutricionistas, que irão expor para as pesquisadas a importância de melhorar o seu estilo de vida, podendo assim obter o peso ideal.

Referências

ANDREYEVA, T.; MICHAUD, P. C.; VAN SOEST, A. **Obesity and health in Europeans aged 50 years and older**. Public Health 2007; 121: 497-509.

HEYWAR, V. H.; STOLARCZYK, L. M. **Avaliação da composição corporal aplicada**. São Paulo: Manole (2000).

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. IBGE, 2017. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/januaria/panorama> . Acessado em: 10 jun. 2018.

LIMA, P. V.; DUARTE, S. F. P. **Prevalência de obesidade em idosos e sua relação com hipertensão e diabetes**. R. Interscien. v. 1 n. 3 (2013). ISSN 2317 – 7217

LIMA, A. L. **Medida Cintura-Quadril pode indicar risco de infarto**. Julho, 2018. Disponível em: < <https://www.tuasaude.com/relacao-cintura-quadril/> >. Acessado em: 12 out. 2018.

LONGEVIDADE ADUNICAMP. **Organização Mundial de Saúde divulga relatório sobre envelhecimento, questiona estereótipos e aponta novos caminhos (2015)**. Disponível em: <http://longevidadeadunicamp.org.br/?p=1379>. Acesso em: 20 abri. 2017.

PALMA, S. W. et al. **Comparação do Estado Nutricional de Idosos Utilizando dois Pontos de Corte do Índice de Massa Corporal**. Santa Maria, v. 42, n.1, p. 147-154, jan./jun. 2016

ROSA, C. B.; AGOSTINI, J. A.; BIANCHI, P. D. A.; GARCES, S. B. B.; HANSEN, D.; MOREIRA, P. R.; SCHWANKE, C. H. A. **Síndrome metabólica e estado nutricional de idosos cadastrados no HiperDia**. Sci Med. 2016;26(3):ID23100

TANAKA, S. O.; BUENO, T.; PAGANOTTO, M. **Estado Nutricional de Idosas Institucionalizadas**. Evinci v. 1, n. 3 (2015). Disponível em: <http://portaldeperiodicos.unibrasil.com.br/index.php/anaisvinci/article/view/304/289> . Acessado em: 25 abri. 2018.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

FEPEG

F Ó R U M
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:

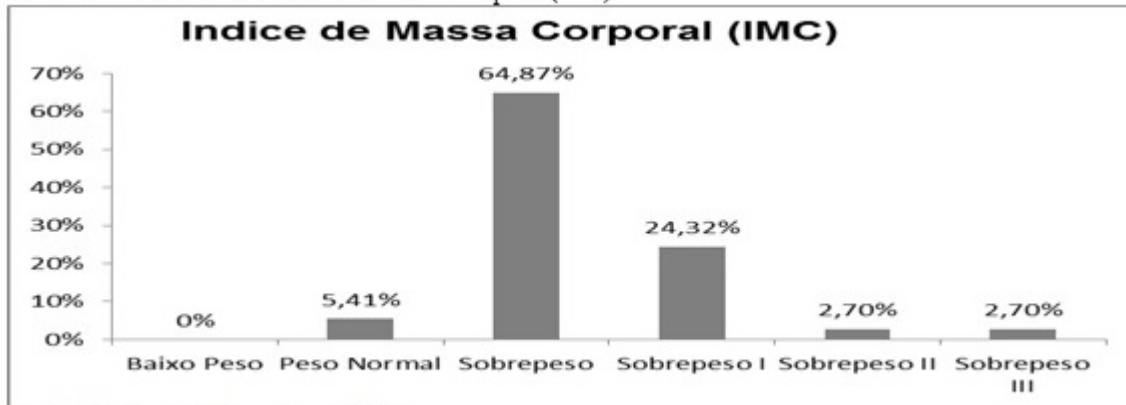


APOIO:



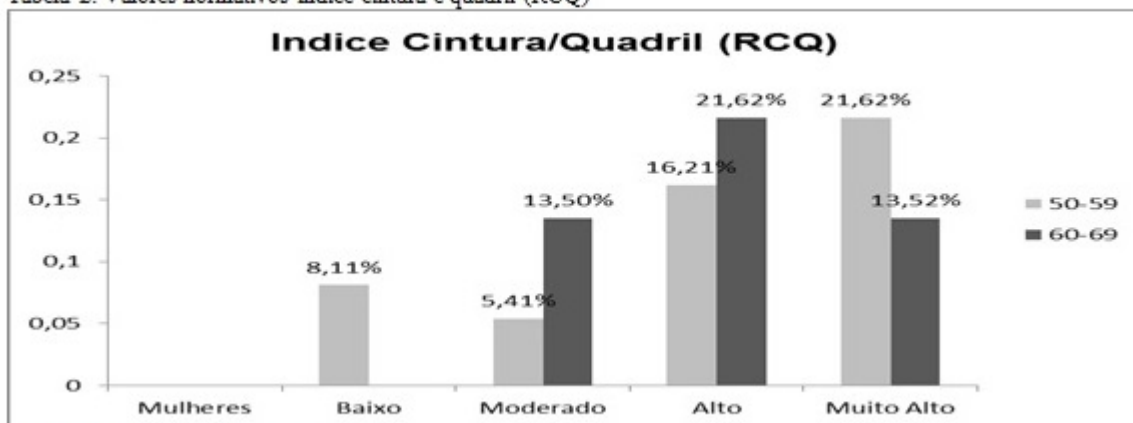
ISSN: 1806-549X

Gráfico 1: Valores normativos Índice de massa corporal (IMC)



Fonte: autoria própria dos autores (2018)

Tabela 2: Valores normativos índice cintura e quadril (RCQ)



Fonte: autoria própria dos autores (2018)