

INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS DE RISCO CARDIOVASCULAR EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS.

Juscilene Oliveira Santos¹

Vallber Rafael¹

Igor de Souza¹

Luiz Fernando O. Guimarães¹

Gersione Soares Andrade¹

Lorena Cristina CuradoLopes²

O excesso de gordura corporal é importante fator de risco à diversas doenças. Contudo, além da quantidade, também a distribuição da gordura pode afetar a saúde implicando em incremento do risco cardiovascular à medida que a gordura localizada na região central do corpo (androide) aumentada. A relação entre os perímetros da cintura e do quadril (RCQ) é um indicador antropométrico, simples e de baixo custo para identificação de riscos cardiovasculares. Neste sentido, o objetivo do presente estudo é identificar a prevalência de estudantes universitários com risco aumentado de desenvolvimento doenças cardiovascular. Este trabalho foi realizado durante a disciplina medidas e avaliações. Foram avaliados 47 indivíduos entre 17 a 41 anos de idade, estudantes do curso de Educação Física da Unifimes. As medidas antropométricas foram realizadas com os indivíduos utilizando roupas leves. Para a medida da circunferência da cintura, foi identificado o ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca, a medida do quadril foi realizada no ponto de maior circunferência aparente no glúteo. Em seguida foi calculada a razão entre a medida da cintura e do quadril e a classificação do risco foi feita de acordo com os pontos de corte propostos por Machado e Abad (2010). Foi constatado que 85,1% dos indivíduos avaliados foram classificados como baixo risco cardiovascular e 14,9% classificados como moderado risco cardiovascular. O fato da maioria dos estudantes apresentarem baixo risco indica que o conhecimento adquirido ao longo do curso pode afetar as escolhas relacionadas ao estilo de vida destes estudantes

¹Acadêmicos do 4º período do Curso de Educação Física -Unifimes – juscileneocs@hotmail.com

²Professora Docente do Curso de Educação Física da Unifimes.lorena.lopes@unifimes.edu.br

conscientizando-os sobre a importância de manter um peso adequado e bons níveis de atividade física para garantia da saúde. Assim, conclui-se que entre os estudantes de educação física a prevalência de risco cardiovascular aumentado é baixa, e sugerimos ainda que estudos futuros são necessários para identificar se esta baixa prevalência de risco cardiovascular aumentado é semelhante entre estudantes de outras áreas de conhecimento.

Palavras-chave: Risco-Cardiovascular. Estudantes-Universitários. Gordura-Corporal. Obesidade-central