

# PERCENTUAIS DE GORDURA, MASSA MAGRA E IMC E HÁBITOS DE ALUNOS/MORADORES DAS RESIDÊNCIAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ

XXXVIII Encontro de Iniciação Científica

Fernando Lucas Lisboa Pereira, Adelson Vinicius Souza Constancio, Alvaro Marcos Lima de Carvalho, Kássia Mitally da Costa Carvalho

Introdução: Essa pesquisa foi realizada como exercício avaliativo da disciplina de Práticas Integrativas IV e despertou nosso interesse pela pesquisa e compartilhamento de dados de forma crítica e reflexiva. Objetivo: conhecer e analisar medidas antropométricas de estudantes da Universidade Federal do Ceará (UFC), que moram nas residências universitárias. Método: Como instrumento de coleta de dados foi utilizado questionário e a balança de bioimpedância. A amostra foi composta por 40 voluntários, moradores de três residências da UFC (125, Convento e a 433), sendo 20 homens e 20 mulheres, na faixa etária de 18 anos a 25 anos, de diferentes cursos. Os dados obtidos foram comparados aos parâmetros saudáveis dados pelos órgãos da saúde. Resultados e discussões: A partir dos dados obtidos, realizamos o cálculo do IMC, percentual de gordura e massa magra dos indivíduos, bem como traçamos um breve perfil dos hábitos de risco dos participantes. Assim, observamos que 50% de alunos consomem bebida alcoólica, pouco mais de 2% fumam e 7% praticam atividade física pelo menos duas vezes por semana, o que pode indicar um alto índice de sedentarismo nos alunos pesquisados, relacionado a um alto consumo de álcool. Além disso, o IMC no sexo feminino possui 16 indivíduos nos parâmetros normais, enquanto no masculino 12, o percentual de gordura o sexo masculino se mostrou mais bem distribuído entre parâmetros normais enquanto no feminino 80% estavam acima da média. Já o percentual de massa magra no sexo masculino se mostrou com maior frequência nos parâmetros normais, sendo cerca de 17 indivíduos nesse parâmetro enquanto que no sexo feminino somente 11 estavam no parâmetro normal. Desse modo, observamos um perfil sedentário e fora dos padrões saudáveis entre os participantes dessa pesquisa, o que pode acarretar doenças e uma diminuição da qualidade de vida dos participantes.

Palavras-chave: BIOIMPEDANCIA. PERCENTUAIS ANTROPOMÉTRICOS. VICIUS. SEDENTARISMO.