

ESTUDO COMPARATIVO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL ENTRE DIVERSOS GRUPOS DE PARTICIPANTES DO PROGRAMA MEXA-SE

Carlos A Zamai¹, Cláudia Maria Peres, Camila Martins de Queiroz, Andre Mendes Lima, Gabriela Candido dos Reis, Ricardo Luiz S. Guerra

Resumo

O IMC de populações é um dos métodos considerado de fácil aplicação e baixo custo, além disso, gera indicadores para identificar grupos que necessitam de intervenção nutricional. O objetivo deste trabalho foi comparar o índice de massa corporal (IMC) entre sujeitos de diversos grupos praticantes de atividades físicas do Programa Mexa-se Unicamp (anos de 2010 a 2016), onde foram avaliados 205 sujeitos, ambos os gêneros e diversas faixas etárias, observando dados como peso, altura, idade e gêneros. Os testes foram realizados durante este período abrangendo grupos das 8:00 as 9:00 e das 12:00 as 13:00 de 2ª, 4ª e 6ª feiras. Para a medida do peso corporal utilizou-se uma balança digital HBF-214 (Omron), a estatura um estadiômetro (WCS), calculando-se o IMC através da fórmula $(\text{kg})/(\text{altura}^2 (\text{m}^2))$. Neste estudo, o gênero masculino foi representado por 62 sujeitos e o gênero feminino por 143 sujeitos. Do total de 205 sujeitos (41,17%) apresentaram IMC na faixa de 25,0 a 29,9 kg/m^2 , classificados como sobrepeso; 33,95% foram classificados como obesidade I; 18,36% obesidade II em média e 9,38% obesidade III na somatória dos 07 grupos. Neste trabalho foi constatada elevada prevalência de indivíduos com sobrepeso e obesidade I (75,12%). Estes dados podem nortear a iniciativa de se elaborar campanhas de Educação Nutricional através do Cecom e Unicamp a fim de promover ações para a adoção de hábitos de vida saudáveis, uma vez que já existem iniciativas de praticas de atividades físicas na universidade.

¹ UNICAMP – PREAC – Extcamp
E-mail: cazamai@yahoo.com.br

Tema: UNICAMP 50 anos: Memórias, Experiências e Trajetórias Profissionais.

EIXO 3 - Desenvolvimento humano, saúde, sustentabilidade e qualidade de vida

Palavras-chave

Índice de massa corporal. Atividades físicas. Programa mexa-se. Educação nutricional.