

Análise da relação cintura-quadril e circunferência abdominal de mulheres praticantes de atividade física de um projeto da cidade de Crato-Ce

Luciana Nunes de Sousa

Residência Multiprofissional em
saúde coletiva /Universidade
Regional do Cariri,
NUPAFES

Cícera Luana de Lima Teixeira

Residência Multiprofissional em
Saúde Coletiva /Universidade
Regional do Cariri

Valmir Wanderson Tomé da Silva

Residência Multiprofissional em
Saúde Coletiva /Universidade
Regional do Cariri

Raquel de Moraes Furtado

Universidade Regional do
Cariri/Unidade Descentralizada de
Iguatu

Eleonora Nunes Oliveira

Universidade Regional do Cariri -
URCA, Departamento de
Educação Física, NUPAFES

Introdução: A concentração da gordura abdominal tem sido associada significativamente com o risco de um indivíduo ser acometido por problemas como colesterol alto, hipertensão, diabetes e arteriosclerose. **Objetivo:** Analisar a relação cintura-quadril, circunferência abdominal e os riscos cardiometabólicos, de mulheres praticantes de atividade física de um projeto da cidade de Crato-CE. **Materiais e Métodos:** Trata-se de um estudo quantitativo descritivo, com amostragem de 30 mulheres participantes de atividade física do Projeto Crato em Movimento, que fazem parte do grupo Encosta em Movimento, com média de idade 46,03 ($\pm 13,04$) anos e tempo de prática em média 1,25 ($\pm 0,8$) anos. As variáveis utilizadas para avaliação antropométrica foram: circunferência abdominal, quadril e cintura, calculando-se a relação cintura-quadril (RCQ) classificando conforme a tabela de corte estabelecido pela Organização Mundial de Saúde (1999). Para aferição das circunferências, utilizou-se uma fita métrica metálica flexível (Sanny) com precisão de 1mm. As participantes foram interrogadas sobre os objetivos da prática da atividade física, assinando o termo de consentimento livre e esclarecido. O tratamento estatístico se deu por meio do programa Excel 2010. **Resultados:** De acordo com os achados para a classificação da circunferência do abdômen quanto aos riscos cardiovasculares, constata-se para o estado de risco aumentado um percentual de 13%, e em risco aumentado substancialmente 87%. Quanto à classificação em relação à cintura-quadril verifica-se que 37% estão em risco muito alto de complicações, 30% em alto risco, 30% risco moderado e baixo risco correspondeu apenas a 3%. Ao interrogar as mesmas sobre os objetivos da prática da atividade física, constatou-se que 87% tinham como objetivo a busca de saúde, 7% faziam por indicação médica, 3% estética e 3% melhorar o estado de depressão. **Conclusão:** As mulheres apresentaram um percentual elevado quanto ao risco aumentado para complicações cardiovasculares e metabólicas, entretanto muitas fazem a prática da atividade física com o propósito de saúde e mais qualidade de vida.

Palavras-chaves: Atividade física; Riscos cardiovasculares; Riscos metabólicos; Mulheres.