

CORRELAÇÕES ENTRE INDICADORES MORFOLÓGICOS E A GORDURA CORPORAL DE ADULTOS USUÁRIOS DOS PROGRAMAS DE TREINO DO CENAPES - URCA

DUARTE, Juliene Cordeiro

Universidade Regional do Cariri,
Departamento de Licenciatura em
Educação Física, CENAPES.

RODRIGUES, Maria Isabella Silva

Universidade Regional do Cariri,
Departamento de Licenciatura em
Educação Física, CENAPES.

ALENCAR, José Alan Urbano de

Universidade Regional do Cariri,
Departamento de Licenciatura em
Educação Física, CENAPES.

NASCIMENTO, Clara Yasmim da Silva

Universidade Regional do Cariri,
Departamento de Licenciatura em
Educação Física, CENAPES.

SILVA, Simonete Pereira

Professora (orientadora)
Universidade Regional do Cariri,
Departamento de Licenciatura em
Educação Física, CENAPES.

Introdução: As variáveis antropométricas, também conhecidas como avaliações físicas, podem ser utilizadas como marcadores dos efeitos adaptativos promovidos pelos programas de treinamento ou como parâmetros associados aos fatores de risco para doenças crônico-degenerativas. **Objetivo:** O presente estudo teve por objetivo avaliar a relação entre o percentual de gordura e indicadores morfológicos de adultos praticantes de um programa de treino funcional no âmbito do CENAPES - URCA (Centro de Atividades Físicas e Práticas Esportivas). Utilizando como instrumento avaliações morfológicas. **Material e métodos:** A amostra foi constituída por 89 indivíduos de ambos os sexos participantes do programa de treinamento funcional com idades compreendidas entre 19 e 55 anos. A estimativa de gordura corporal foi determinada a partir da mensuração da dobra cutânea supra iliaca, utilizando-se os valores de referência de Brooks para ambos os sexos e de acordo com a idade. Os indicadores morfológicos utilizados foram: IMC (índice de massa corporal), perímetro do braço relaxado e tenso, perímetro da cintura, perímetro do quadril e RCQ (razão cintura quadril). Para o cálculo das associações foi efetuado o teste de correlação de Pearson. Os cálculos estatísticos foram realizados no programa SPSS 20. O nível de significância foi mantido em 5%. **Resultados:** Foram encontradas correlações significativas e positivas entre os indicadores %G e idade ($r=0,382$, $p=0,001$) e %G e IMC ($r=0,429$, $p=0,000$), indicando que quanto maior é idade e o índice de massa corporal do indivíduo, maior é a quantidade de gordura corporal acumulada. **Conclusões:** Conforme os achados do presente estudo, as correlações foram mais elevadas entre os indicadores antropométricos IMC e idade, sugerindo que estes indicadores associados são bons preditores da obesidade generalizada, pois apresentam uma porção maior de gordura nas zonas de risco que são onde se localizam os órgãos vitais do corpo humano, ou seja, quanto maior a idade maior a porcentagem de gordura.

Palavras-chave: Gordura corporal; morfologia; associações