

AVALIAÇÃO DOS FATORES DE RISCO E PREVALÊNCIA DE OBESIDADE ENTRE OS ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DA ESCOLA COOPERAÇÃO DE CRUZ ALTA – RS.

HISTER, Aline¹; RIVA, Eduarda¹; SCHAEDLER, Emília¹; MARQUES, Juliane Scartão¹; DILLSCHNEIDER, Gustavo Holz¹; BECK, Derliane Glonvezynski dos Santos²

A obesidade é uma doença causada pelo alto índice de gordura no organismo e é consequência de uma soma de fatores, como a dieta e os fatores ambientais, com uma predisposição de caráter genético. Na fase adulta, aqueles obesos na adolescência parecem ter a morbidade e a mortalidade aumentada. Em geral, um percentual de gordura corporal entre 6% e 25% para homens e 12% a 31% para mulheres é considerado saudável. Porém, é considerado um percentual de gordura baixo e atlético entre 6% e 14% para homens e entre 12% e 20% para mulheres. Quanto ao Índice de Massa Corporal (IMC), os valores considerados normais vão de 18,5 a 24,9 kg/m². A partir de 25 kg/m², configura-se sobrepeso e, acima de 30 kg/m², obesidade. Os pontos de corte e a divisão em faixas de normalidade e anormalidade são importantes para que os médicos tenham um referencial para a tomada de decisões clínicas e quanto ao Índice Cintura-Quadril (ICQ) os valores normais seriam uma relação inferior a 1,0 para homens e 0,85 para as mulheres, pode ser aceito como excluída da área de risco. Se os valores são inferiores a 0,75 em mulheres e 0,85 em homens, considera-se que a distribuição da gordura é ginóide. Para isso o objetivo deste estudo foi avaliar os fatores de risco e a prevalência de obesidade entre os estudantes do ensino médio da escola Cooperação e orientá-los quanto aos fatores de risco da obesidade e a importância de uma alimentação saudável e atividade física regular. Foi realizada avaliação antropométrica nos estudantes para determinar percentual de gordura, IMC e ICQ para identificar o risco no desenvolvimento de patologias crônico-degenerativas. O estudo foi desenvolvido em 3 etapas, na 1ª etapa coletando dados, em seguida foi feita a avaliação e a discussão dos resultados e por último a apresentação dos mesmos. A amostra foi composta 19 alunos (11 meninos e 8 meninas). Nos resultados, 2 alunos do sexo masculino e 1 aluno do sexo feminino tiveram acima dos padrões, quanto a IMC totalizando 15,78% e 84,22% considerado IMC normal. No percentual de gordura, 4 meninos tiveram percentual abaixo dos níveis normais, totalizando 21,05%, o restante 78,95% dentro do normal. No ICQ, 52,63% foram avaliados em ginóide (7 meninos e 3 meninas), 10,52% alterado acima do normal e só meninas, 36,85% estão dentro dos padrões normais. Conclui-se que apesar de a avaliação ser realizada com poucos indivíduos, foi possível observar alguns casos de alunos com sobrepeso que pode estar associado a patologias futuras. Estes indivíduos são jovens e ainda há tempo para trocar os hábitos diários devidamente orientados, e prevenir patologias como diabetes e hipertensão arterial sistêmica.

¹ Acadêmicos do 6º período do Curso de Fisioterapia da UNICRUZ

² Docente do curso de Fisioterapia da UNICRUZ, Mestre em Ciências Biológicas (Fisiologia) – UFRGS. E-mail: degbeck@gmail.com