



## **AValiação DE CIRCUNFERência ABDOMINAL, RAZÃO CINTURA/QUADRIL E IMC EM ADULTOS SAUDÁVEIS**

Mariana Lira dos Santos  
Severino Eran Gomes Martiniano  
Renata Leite Tavares

A obesidade é uma patologia de causa multifatorial caracterizada pelo excesso de acúmulo de gordura no organismo. A má alimentação e o sedentarismo estão fielmente ligados à obesidade como sua principal causa. A prevalência da obesidade na população mundial tem crescido, aumentando também os casos de doenças correlacionadas, como doença arterial coronariana, hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellito tipo 2, entre outras. O excesso de gordura na região abdominal, denominada obesidade abdominal, está mais intimamente relacionada às consequências da obesidade. Por isso, o objetivo desse estudo foi avaliar os fatores de risco cardiovascular circunferência do abdome, relação cintura/quadril (RCQ), índice de massa corporal (IMC) e composição corporal em adultos saudáveis. A pesquisa baseou-se na realização de uma avaliação física com 11 homens por meio de antropometria utilizando-se os dados peso e altura para cálculo do IMC, circunferências do abdômen, cintura e quadril (fita métrica marca Sanny), através das quais calculou-se a RCQ. Utilizou-se uma balança de bioimpedância (Marca Bioland, Modelo EF912) para avaliação da composição corporal. O peso e altura foram avaliados, e com base nestes resultados foi calculado o IMC. Os participantes da pesquisa apresentaram IMC de 24,95 kg/m<sup>2</sup>, enquadrando-os no limite do estado nutricional de eutrofia. Na avaliação de composição corporal, os avaliados apresentaram 20,2% de gordura, resultado adequado para a idade da amostra (21-23%). A circunferência do abdômen obtida foi de 85,6 cm, mostrando-se dentro do parâmetro (menor que 102 cm), assim como a Relação Cintura/Quadril, que resultou em 0,84, sendo o valor de referência entre 0,8 e 0,9. Com base na comparação entre os resultados encontrados e os valores de referência, é possível afirmar que os homens avaliados estão fora da faixa de risco cardiovascular. Ressalta-se que o peso corporal apresentou-se muito próximo do limite superior da faixa de normalidade, o que indica necessidade de maior atenção quanto à manutenção do peso para esses indivíduos.

**Palavras-chave:** Risco cardiovascular. Circunferência do abdome. Relação cintura-quadril.