

PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS LAPEX 2019: AVALIAÇÃO DE COMPOSIÇÃO CORPORAL PARA O ESPORTE, SAÚDE E REABILITAÇÃO FÍSICA

Coordenador: CLAUDIO ANTONIO SEVERO GONCALVES

O projeto Prestação de serviços LAPEX 2019: Avaliação de composição corporal para o esporte, saúde e reabilitação física realizado no Laboratório de Pesquisa do Exercício (LAPEX) da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança (ESEFID), tem como objetivo disponibilizar métodos de avaliação da composição corporal para a população interna e externa da UFRGS. As avaliações da composição corporal são aplicadas em atletas e não atletas, sedentários e indivíduos em reabilitação física, mensurando seus componentes corporais que são constituídos de tecido adiposo, muscular, ósseo e residual, por meio de diversas técnicas avaliativas, sendo todas elas não invasivas e indolores. A avaliação antropométrica é realizada por meio da aferição das dobras cutâneas utilizando-se o protocolo de 8 dobras, perímetros e diâmetros ósseos. Outra forma utilizada no projeto para avaliar a composição corporal dos indivíduos é a absorciometria de dupla emissão de raios-X (DEXA), sendo considerado o padrão-ouro no meio científico. A Bioimpedância elétrica, outra forma de avaliação dos indivíduos, realizada por meio da passagem de correntes elétricas imperceptíveis ao avaliado com a colocação de 4 eletrodos, dois na mão e dois no pé. As avaliações de composição corporal proporcionam subsídios para contemplar uma planificação de treinamentos e estado nutricional, além de servirem de referenciais para identificar e prevenir fatores de riscos. O agendamento das avaliações é realizado por e-mail e telefone e o exame é feito pela equipe de avaliação. Após o agendamento, são disponibilizadas instruções para a realização das avaliações, bem como o prazo para entrega do laudo, que é de cinco dias úteis. O projeto proporciona também uma grande gama de aprendizado para os bolsistas componentes do mesmo, sendo uma ótima oportunidade para obtenção de conhecimentos e prática das avaliações, podendo também ser realizadas pesquisas com os dados obtidos nas avaliações.