

347

PERFIL NUTRICIONAL DE PESSOAS PORTADORAS DE DEFICIÊNCIA PRATICANTES DE NATAÇÃO. *Fabiana Simon Barreto, Flávio Santos, Nathália Schutz, Marcello Mascarenhas, Marcelo Santanna, Cristina Panziera, Ana Paula Trussardi Fayh (orient.) (IPA).*

A natação é um dos esportes individuais mais praticados por pessoas portadoras de deficiência (PPDs), pela facilidade de locomoção no ambiente aquático. O aspecto nutricional é relevante para o desempenho esportivo e qualidade de vida destes indivíduos. O objetivo deste estudo foi avaliar o estado nutricional de PPDs que praticam natação no Projeto Paradesporto do Centro Universitário Metodista IPA. Foram avaliados sete PPDs devido a amputações ou paralisia (4 homens e 3 mulheres) com média de idade 27, 28 + 5, 34 anos, que freqüentam aulas de 2 a 3 vezes por semana em um período de três meses. Foram medidas massa corporal e estatura (balança mecânica Filizzolla), e quando estes procedimentos eram inviáveis foram utilizadas equações específicas para a estimativa destas medidas. Os avaliados responderam um recordatório alimentar de 24 horas para o cálculo da ingestão calórica e de macronutrientes. Os nadadores apresentaram uma média de peso de 71, 65± 22, 01 Kg, estatura média de 164, 85±10, 22 cm, e índice de massa corporal médio de 25, 71± 4, 88 Km/m². O consumo alimentar encontrado foi de 2901, 5+1085, 45kcal, tendo uma composição média de 60, 84±7, 34% de carboidratos, 19, 92+3, 53% de proteínas e 19, 23±7, 4% de lipídios do valor energético total (VET). A quantidade de proteínas por quilograma de peso (g/kg) dos praticantes foi de 1, 81+0, 66 g/kg. Conclui-se que os PPDs apresentam peso acima do desejável e ingestão nutricional desequilibrada, consumindo mais proteína e menos lipídeos que o desejável. Devido a grande diferenciação dos dados torna-se necessário uma orientação nutricional individualizada para corrigir as inadequações alimentares observadas, para a melhora do desempenho físico e da qualidade de vida.