

281

AVALIAÇÃO DA PRESENÇA DE SOBREPESO/OBESIDADE EM IDOSAS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA. Daniela Sangiovanni, Adriana Barni Trucolo (orient.) (ULBRA).

A (OMS) estima em 250 milhões o número de obesos no mundo, devendo chegar a 300 milhões no ano de 2050. No Brasil, segundo dados do Ministério da Saúde (2001) a prevalência de sobrepeso é de 32% e a de obesidade 8. Estudos mostram que o excesso de gordura está relacionado com o surgimento de várias doenças e desvios posturais, como: cardiovasculares, hipertensão arterial, diabetes, distúrbios renais. O IMC é uma medida antropométrica utilizada para a determinação do excesso de peso, e a medida da circunferência da cintura está relacionada com a gordura intra-abdominal sendo sugerida como um índice antropométrico capaz de prever o risco cardiovascular. Objetivo foi verificar, através do IMC e medida da circunferência da cintura, presença de sobrepeso/obesidade em idosas que praticam hidroginástica uma vez por semana. A amostra foi composta por 17 idosas na faixa etária entre 60 e 77 anos de idade, que praticam hidroginástica uma vez por semana, durante 50 min na piscina da ULBRAI. De acordo com o ACSM são considerados com excesso de peso, associado com aumento do risco para doenças e perda da mobilidade as idosas com $IMC \geq 27 \text{ Kg/m}^2$ e circunferência da cintura acima de 88cm. O estudo foi do tipo descritivo observacional de delineamento transversal. A tabela abaixo mostra as médias e desvio-padrão da amostra: N IDADE (anos) PESO (Kg) ESTATURA (cm) IMC (Kg/m^2) CINTURA (cm) 17 66, 9 \pm 5, 4 69, 8 \pm 13, 6 156, 3 \pm 8 28, 3 \pm 6, 1 97, 0 \pm 8, 4 Somente 19% das idosas apresentaram IMC na faixa recomendável abaixo de 27 Kg/m^2 enquanto que 100% das idosas apresentaram a medida da circunferência da cintura acima de 88cm. Conclui-se que a combinação de ações direcionadas à redução do excesso de peso, como exercício físico realizado três ou mais vezes na semana, dieta e medicação se tornam importantes aliados para o controle da obesidade.