

COMPARAÇÃO DE DIFERENTES MÉTODOS DE ESTIMATIVA DO PERCENTUAL DE GORDURA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

RIOS, Daniela Gonçalves (danielagrios@yahoo.com.br); BARROS, Cristiano Lino Monteiro de (cristianolino@unipam.edu.br)

Introdução e Objetivos: A determinação dos componentes da composição corporal possui diversas aplicações em programas direcionados à promoção da saúde e treinamento físico-desportivo. A estimativa do percentual de gordura (%G) através da bioimpedância (BIA) tem como vantagem a simplicidade da medida. Contudo, a confiabilidade da BIA tem sofrido críticas. Portanto, o objetivo do presente estudo foi comparar o %G estimado através da BIA e o método de dobras cutâneas (DC).

Materiais e métodos: O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética do UNIPAM (protocolo nº 80/09). A amostra foi composta por 60 universitários do curso de Educação Física, sendo trinta homens ($23,47 \pm 5,12$ anos; $72,70 \pm 11,78$ kg; $1,74 \pm 0,07$ m) e 30 mulheres ($24,33 \pm 5,72$ anos; $56,97 \pm 8,90$ kg; $1,64 \pm 0,06$ m). Para a estimativa do %G através da BIA, foi utilizado um aparelho da Marca Omron® Model HBF-306 (“hand-to-hand”). Para a determinação da densidade corporal foi utilizado o protocolo de Pollock *et al.* (1984), o qual utiliza 7 dobras cutâneas (subescapular, axilar média, tríceps, coxa, supra-iliaca, abdome e peitoral) e o protocolo de Siri (1956) para a determinação do %G. As dobras cutâneas foram medidas através de um plicômetro (Sanny®). Os resultados foram comparados através do teste t de Student e correlacionados através do coeficiente de Pearson. O nível de significância foi de $p < 0,05$.

Resultados e discussão: O %G nos homens foi $15,34 \pm 5,06\%$ e $15,98 \pm 5,36\%$ para os métodos de DC e BIA, respectivamente ($p > 0,05$). O %G nas mulheres foi $23,86 \pm 4,75\%$ e $21,89 \pm 6,37\%$ para os métodos de DC e BIA, respectivamente ($p < 0,05$). Tanto o método de BIA quanto DC foram maiores nas mulheres ($p < 0,05$). Os resultados dos homens, bem como o das mulheres, apresentaram alta correlação entre os dois métodos de estimar o %G utilizados no presente estudo ($r=0,88$ para homens e $r=0,73$ para mulheres). A diferença encontrada entre os 2 métodos nas mulheres pode ser atribuída à maior variação de água e temperatura corporal nesta população, uma vez que a BIA é um método que leva em consideração a capacidade de condutância corporal elétrica e a água pode interferir no processo.

Conclusão: Os resultados do presente estudo mostraram que a BIA parece um método eficaz de estimar o %G em homens, mas deve ser utilizada com cautela em mulheres.

Palavras-chave: dobras cutâneas, bioimpedância, percentual de gordura.