

## **CORRELAÇÃO DAS VARIÁVEIS: ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) E PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL EM UMA POPULAÇÃO PRATICANTE REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA**

<sup>1</sup>Frederico Lochaidy de Lima; <sup>2</sup>Carlos Ap. Zamai; <sup>2</sup>Antonia Dalla Pria Bankoff; <sup>3</sup>Marise F. Filizola; <sup>3</sup>Marco Antonio de Moraes

<sup>1</sup>Graduando do Curso de Educação Física – Unicamp

<sup>2</sup>Laboratório de Avaliação Postural - FEF-Unicamp

<sup>3</sup>Departamento de Fisioterapia – Cecom-Unicamp

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Educação Física - Unicamp

E-mail [lochaidy@yahoo.com.br](mailto:lochaidy@yahoo.com.br)

### **RESUMO**

O índice de massa corporal (IMC) é utilizado como fator preditor de estado nutricional, para classificar se uma pessoa está dentro de uma faixa considerada ideal, no entanto, sabe-se que este fator isolado pode levar a uma interpretação equivocada, pois não se levam em consideração fatores como massa magra, massa óssea, idade, biótipo e sexo do indivíduo. Apresentam-se apenas valores generalizados para qualquer indivíduo. Este estudo apresenta uma correlação entre as variáveis IMC e Gordura Corporal de uma população praticante regular de atividade física. Teve como objetivo apresentar as possíveis inconsistências de resultados em adotar apenas uma ou outra para determinar a saúde de um indivíduo ou de uma população. O grupo em estudo foi constituído por sujeitos do sexo feminino funcionárias e/ou alunas da Unicamp, com idade variando entre 20 e 60 anos praticantes de atividades físicas regular. O estudo foi realizado junto ao Programa de Convivência e Atividade Física - Mexa-se da Universidade Estadual de Campinas no ano de 2008. O estudo apresentou resultados interessantes, se considerado apenas a primeira variável (IMC) 57,7% da população estaria acima do peso, no entanto, o percentual de gordura (%G) avaliado através do protocolo Faulkner, mostrou valores adequados quando normalizados por faixa etária.

Palavras-Chave: Qualidade de vida, índice de massa corporal, Gordura corporal.