

RELAÇÃO ENTRE IMC, COMPOSIÇÃO CORPORAL E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES.

¹BARBIERI B.R., ¹RODRIGUES A.M., ¹FIGUEIREDO M.C.D., ¹FARIA A.L.,
¹SONATI J.G.

Departamento de Enfermagem e Nutrição - UNITAU, Taubaté-SP, Brasil.

Introdução: No período da adolescência existe o aumento gradativo tanto da gordura corporal como da massa magra. É importante o monitoramento dessas variáveis, assim como os hábitos de vida. **Objetivo:** Avaliar e classificar o índice de massa corpórea (IMC), composição corporal e nível de atividade física de adolescentes vulneráveis. **Metodologia:** Estudo realizado com adolescentes assistidos na Instituição Guarda Mirim do município de Taubaté-SP, no mês de agosto de 2016. O IMC foi calculado a partir da massa corporal verificada por balança eletrônica de marca *Healthmeter* com capacidade de até 150kg, e estatura mensurada por estadiômetro *Sanny*. Foi utilizada como critério de classificação a curva IMC por Idade da Organização Mundial de Saúde. A composição corporal foi averiguada com o equipamento de bioimpedância tetrapolar BIA 310, e o resultado classificado segundo LOHMAN (1987). O nível de atividade física foi classificado pelo Questionário Internacional de Atividade Física – Ipaq versão curta. **Resultados:** Participaram do estudo 29 adolescentes (16 meninos e 13 meninas), com idade entre 15 e 16 anos com valores médios de 56,96kg de massa corporal, 166cm de estatura, 22% de gordura corporal, e 20,35 de IMC. Quanto ao nível de atividade física 96,55% não foram considerados sedentários. Embora 89,65% dos adolescentes tenham sido classificados como eutróficos, apenas 44,82% apresentaram percentual de gordura corporal adequado, sendo 77% das meninas com percentual acima do adequado. **Considerações finais:** Os dados levam a crer que esses adolescentes estão distantes de possuírem um hábito alimentar saudável, pois, apesar de terem reportado um bom nível de atividade física, e estarem com o estado nutricional adequado, estão, com o percentual de gordura inadequado para a idade, fato que os expõem a riscos para desenvolverem doenças crônicas não transmissíveis.

Palavras chaves: Adolescentes, Composição corporal, Nível de atividade física, IMC.