

## DISTRIBUIÇÃO DA GORDURA CORPORAL EM MULHERES PÓS-MENOPÁUSICAS

Pesquisador(es): BRINGHENTI, Caroline; ZANINI, Daniela

Curso: Educação Física

Área: Ciências da Vida

Resumo: As mulheres apresentam uma particularidade no envelhecimento que é o período na menopausa, cuja a principal característica é a redução gradual do funcionamento dos ovários. Dentre as transformações que ocorrem nesse período estão as mudanças na composição corporal e na proporção de distribuição da gordura corporal. A distribuição da gordura corporal pode ser verificada pela relação cintura-quadril (RCQ) esta pode estar associada à obesidade, doenças cardiovasculares e é indicada como preditora de mortalidade, principalmente entre as mulheres. O objetivo do estudo foi avaliar a distribuição da gordura corporal em mulheres pós-menopáusicas. Foram avaliadas 14 mulheres entre 50 e 60 anos. Os participantes foram avaliados pelo método antropométrico de acordo com os protocolos propostos pela International Society for the Advancement of Kineanthropometry (ISAK), e as seguintes variáveis determinadas: massa corporal (Kg), estatura (cm) perímetros da cintura (cm) e quadril (cm). Utilizou-se os perímetros da cintura e do quadril para verificar a RCQ. A média de idade das participantes foi de 58 anos e (dp 6,2), da massa corporal 68 kg e (dp 10,88), estatura 161, 96 cm e (dp 4,70) e o RCQ encontrado foi de 0,81 cm (dp 0,06). Conclui-se que as mulheres pós-menopáusicas apresentam valores inadequados para o RCQ. Considerando que o excesso de gordura abdominal aumenta o risco de morbidades e mortalidade e predispõe o indivíduo a doenças cardiovasculares percebe-se a importância de acompanhar as medidas antropométricas para controle e prevenção dessas doenças.

Palavras-chave: Menopausa. Composição corporal. Avaliação Antropométrica.

E-mails: carolbrin@hotmail.com

