



## PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE IDOSOS PRATICANTES DO PROGRAMA DE HIDROGINÁSTICA DA AGEL

WILLIAN IAGO REIS DA SILVA; ADEMIR SCHMIDT; LEANDRO MEDEIROS SOUSA

will\_edfiscapuc@hotmail.com

**Objetivo:** Verificar o perfil antropométrico de idosos que participam de um programa de promoção da saúde na cidade de Goiânia. **Método:** Este estudo se caracteriza como uma pesquisa de caráter descritiva-quantitativa. Participaram da amostra 54 voluntários (11 homens e 43 mulheres), todos com idade  $\geq 60$  anos, participantes do programa de iniciação esportiva oferecido pela AGEL. Os voluntários passaram por uma avaliação antropométrica de perimetria (Abdome, Nádegas, Coxa e Panturrilha), de estatura e índice de massa corporal (IMC) e relação cintura quadril (RCQ). Foram utilizados como materiais: uma balança digital da marca welmy, estadiometro modelo R 110 e uma fita métrica da marca carci. Após coletados os dados, os mesmos foram tabulados em uma planilha do Excel. **Resultados:** Com base no IMC, verificou-se que ambos os gêneros não se enquadram no risco de baixo peso, estando às mulheres com índices acima em relação ao dos homens na classificação de sobrepeso. Entretanto, em relação às classificações de obesidade, os homens apresentaram maiores níveis do que quando comparados com as mulheres. Enquanto a RCQ o sexo feminino encontra-se com um percentual elevado numa classificação de risco coronariano tendo uma diferença considerável de mais de 30% em relação ao gênero masculino. Quando analisados os dados de percentual de gordura corporal os homens apresentaram níveis mais elevados de massa gorda do que as mulheres. **Conclusão:** Os resultados indicam que o público avaliado na amostra apresenta um perfil negativo em suas mensurações antropométricas, esses dados analisam fielmente as condições nutricionais dos idosos praticantes de hidroginástica em nossa região. Uma hipótese justificável para tal fenômeno dos perfis analisados seria a grande adesão de pessoas com alguma doença ou enquadradas como risco, diagnosticadas clinicamente pelo médico para a prática de hidroginástica, por recomendação.

**Palavras-chave:** Idosos. Hidroginástica. Perfil Antropométrico