Área Temática: Nutrição e Saúde

**ÍNDICE DE CONICIDADE EM MULHERES PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO: CORRELAÇÃO COM MARCADORES ANTROPOMÉTRICOS DE RISCO CARDIOVASCULAR**

Isabella da Costa Ribeiro; Tafnes Laís Pereira Santos de Oliveira; **Amanda Suellen Santana Alves**; Andresa Montana Rodrigues Silva; Maria Izabel Siqueira de Andrade; Cybelle Rolim de Lima

E-mail: [amandassuellen@gmail.com](mailto:amandassuellen@gmail.com)

Universidade Federal de Pernambuco – Centro Acadêmico de Vitória (CAV/UFPE), Vitória de Santo Antão, Pernambuco, Brasil.

**Introdução:** No Brasil, as doenças cardiovasculares representam a principal causa de mortalidade e constituem um grande desafio para saúde pública. Estudos revelam que mulheres adultas com obesidade abdominal apresentam predisposição a fatores de risco cardiovasculares tais como: sedentarismo, histórico familiar e menopausa. Neste sentido, tem sido observado que indicadores antropométricos, especialmente o índice de conicidade, são ferramentas práticas e de baixo custo que retratam o risco cardiovascular de forma eficaz. **Objetivo:** Avaliar o índice de conicidade em mulheres praticantes de exercício físico e correlacioná-los com marcadores antropométricos de risco cardiovascular. **Materiais e Métodos:** Estudo de corte transversal realizados com mulheres atendidas pelo Projeto de Extensão “Nutrição em Movimento: uma proposta de enfrentamento ao excesso de peso no município de Vitória de Santo Antão”, no Centro Acadêmico de Vitória da Universidade Federal de Pernambuco. O estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Pernambuco (CAEE: 46600415.4.0000.5208) e incluiu mulheres praticantes de exercícios físicos que firmaram participação voluntária assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram coletadas a idade das participantes e os seguintes marcadores antropométricos: índice de massa corporal, circunferência da cintura, circunferência do quadril, relação cintura-quadril, relação cintura-estatura e o índice de conicidade, o qual diagnosticou obesidade abdominal e risco cardiovascular ≥1,18 nas participantes. As análises estatísticas foram conduzidas no *Statistical Package for the Social Sciences* (*SPSS*) versão 13.0, adotando-se o nível de significância de 5,0%.

**Resultados:** A amostra foi composta por 30 mulheres praticantes de exercício físico, apresentando idade média de 22 anos. Em relação a prática de exercício, a maioria das mulheres referiu se exercitar por um tempo ≥ 60 minutos (56,7%; n=170). De acordo com o índice de conicidade, apenas 3,3% (n=1) apresentou risco de obesidade abdominal. Houve correlação positiva significante do índice de conicidade com a circunferência da cintura, relação cintura-quadril e relação cintura-estatura (r>0,5; p≤0,0024). Não houve correlação do índice de conicidade com o índice de massa corporal (r= 0,2604, p=0,1645). **Conclusão:** O índice de conicidade discorre como um método prático e de baixo custo para avaliação do risco cardiovascular em mulheres praticantes de exercício físico, visto que, demonstra especificamente a obesidade abdominal de forma eficiente. Sendo isso constatado por ocorrer a correlação do índice de conicidade apenas com variáveis antropométricas de obesidade abdominal (circunferência da cintura, relação cintura-estatura e relação cintura quadril), fato não observado com índice de massa corporal (IMC), um indicador de obesidade generalizada. Portanto, sabendo-se que a população estudada é formada por praticantes de exercícios físicos, os resultados sugerem o estímulo a prática de exercício físico diariamente e a continuidade do acompanhamento nutricional, garantindo a eficácia do treinamento e a diminuição da gordura corporal localizada, especialmente na região abdominal.

Palavras-chaves: Antropometria; Doenças Cardiovasculares; Obesidade Abdominal.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

HAUN, D. R.; PITANGA, F.J.G.; LESSA, I. Razão cintura/estatura comparado a outros indicadores antropométricos de obesidade como preditor de risco coronariano elevado. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 55, n. 6, p. 705-711, 2009.

MANSUR, A.P.; FAVORATO, D. Mortalidade por Doenças Cardiovasculares no Brasil e na Região Metropolitana de São Paulo: Atualização 2011. **Arquivos Brasileiros Cardiologia**, Rio de Janeiro, v. 88, n. 2, p. 755-761, 2012.

MORAES K. D., *et al*. Correlação entre o índice de massa corporal e indicadores antropométricos de risco cardiovascular em mulheres. **Revista Pesquisa Saúde.** v. 16, n. 3, p. 175-81, 2015.

SIMÕES, S.K.S., *et al*. Índice de conicidade como indicador de risco cardiovascular em indivíduos ovolactovegetarianos e onívoros. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, São Paulo, v. 29, n. 3, p. 198-202, 2014.