

ANÁLISE DO PERFIL BIOQUÍMICO E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM PARTICIPANTES DE UM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

Olivia Berwanger Bouchacourt¹, Simone Morelo Dal Bosco²

¹ Autor, Curso de Enfermagem, Centro Universitário Univates

² Orientador, Centro Universitário Univates



INTRODUÇÃO

A atividade física envolve gasto de energia e alterações do organismo, por meio de exercícios que envolvam movimentos corporais de modo que terá como resultados os benefícios à saúde. Um destes benefícios está relacionado com a melhora dos níveis bioquímicos.

OBJETIVOS

Este estudo tem como objetivo verificar a associação entre variáveis bioquímicas - triglicerídeos (TG), Colesterol total, Colesterol HDL e LDL, e glicose - com o índice de massa corporal (IMC), sexo, e o tempo (min) de atividades físicas por dia.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada foi de caráter transversal, com uma amostra total de 245 participantes de um ambulatório de nutrição. Foi utilizando o teste estatístico de correlação de Pearson e ANOVA com nível de significância de 5% e *software* SPSS versão 21.

RESULTADOS

De acordo com os resultados encontrados 75,9% da amostra caracterizou-se pelo sexo feminino. Observou-se significância ($p \leq 0,0001$) em que os homens praticam mais tempo de atividade física do que as mulheres: 29 ± 27 min/dia, 13 ± 19 min/dia respectivamente. Já os valores bioquímicos não diferiram de maneira significativa entre os gêneros, e nem entre o tempo de atividade física. Houve diferença significativa ($p = 0,011$) quanto os valores de IMC entre os gêneros: ♀ 23.24 ± 3.87 , ♂ 24.88 ± 5.34 . Foi observado que não há relação entre os níveis bioquímicos e os minutos por dia de atividades físicas. É importante enfatizar, no entanto, que é necessário estimular a prática regular da atividade física entre ambos os sexos.

REFERÊNCIAS

MONTTI, Marcello. *Importância da atividade física*. Disponível em: <http://boasaude.uol.com.br/lib/ShowDoc.cfm?LibDocID=4772&ReturnCatID=1774>. Acesso em: junho de 2013.



MODALIDADE
DE BOLSA

BIC