

Relações entre Índice de Massa Corpórea e Percentual de Gordura com a Taxa Metabólica Basal entre Homens e Mulheres Jovens.

Nusch, J.B.S; dos Santos, L.G.A; Vasconcelos, C.M.T; Gomes, L.A.T; Siqueira, L.O.C.; Pessoa Filho, D. M.

Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Bauru, São Paulo.

O índice de massa corpórea (IMC) é uma medida antropométrica tradicional do excesso de gordura corporal (GC). Por outro lado, as alterações na Taxa Metabólica Basal (TMB) permitem identificar a propensão em evitar/reduzir GC. Dessa forma, estabelecer as relações entre TMB e parâmetros da diretos e indiretos da adiposidade, respectivamente, como GC, massa magra (MM) e IMC, podem auxiliar no foco primário de atenção durante um programa de atividade física direcionado ao controle ponderal, por informar o efeito das alterações de IMC e %G sobre TMB. Assim, o objetivo foi analisar a associação de IMC e %G com TMB, entre homens e mulheres, com vistas à identificação da magnitude e tipo de relação entre as variações de índices do excesso de peso e gordura corporal com o custo diário de energia. Selecionou-se 20 homens ($22,5 \pm 4,0$ anos, $1,77 \pm 0,08$ m e $80,8 \pm 20,6$ kg), que se submeteram as avaliações de TMB (reposta média de $\dot{V}O_2$ - últimos 10 minutos - do teste de 30 minutos em posição semi-pronada), IMC (kg/m^2) e %G por dobras cutâneas (homens: Faulkner = $\{[(\text{TR} + \text{ES} + \text{SP} + \text{AB}) \times 0,153] + 5,783\}$; e mulheres: Faulkner = $\{[(\text{TR} + \text{ES} + \text{SP} + \text{AB} + \text{CX}) \times 0,8] \times 0,153\} + 5,783$). Para as equações foram medidas as dobras cutâneas do tríceps (TR), escapular (ES), supra-ilíaca (SP), abdominal (AB) e coxa (CX). A partir do %G, determinou-se GC e MM. O $\dot{V}O_2$ foi analisado respiração-a-respiração (CPET, Quark). Os dados foram analisados quanto à normalidade pelo teste de Shapiro-Wilk e as correlações entre os produtos primários (TMB, IMC e %G) foram determinadas pelo coeficiente ajustado à amostra (R^2_{aj}) da regressão linear múltipla. Adotou-se nível de significância em $p \leq 0,05$ e medidas de dispersão (IC95% e erro-padrão da estimativa – EPE). Os resultados demonstram que TMB ($2160,7 \pm 636,7$ kcal/dia; IC95%: 1862,6 – 2458,8 kcal/dia), IMC ($25,8 \pm 6,5$ kg/m^2 ; IC95%: 22,7 – 28,8 kg/m^2), MM ($63,8 \pm 10,9$ kg; IC95% = 58,6 – 68,9 kg) e CG ($17,1 \pm 10,9$ kg; IC95%: 12,0 – 22,2 kg) estão correlacionados, respectivamente, com $r = 0,60$ ($p = 0,002$), $r = 0,59$ ($p = 0,006$) e $r = 0,57$ ($p = 0,009$). Porém, apenas IMC apresentou potencial determinístico sobre TMB ($R^2_{aj} = 0,33$; $p < 0,01$; EPE = 522,1 kcal/dia). Todavia, os valores de IMC e %G ($19,9 \pm 6,5$ %) indicam que a população analisada é, em média, eutrófica ou apresenta sobrepeso leve, apresentando relações entre IMC, %G e MM ($r = 0,85$, $p < 0,001$; $r = 0,81$, $p < 0,001$). Conclui-se, assim, que o aumento de IMC em populações sem risco, ou risco leve de enfermidades que acompanham GC, é o objeto-alvo pois tem efeito direto sobre TMB. Porém, a recomendação do aumento de IMC para a prevenção e redução da adiposidade deve estar associado ao aumento de MM, pois também é um indicador da predisposição ao exercício físico.

Palavras-chaves: Composição corporal, Antropometria, Custo energético repouso, Jovens.

e-mail: jacqueline.nusch@unesp.br