



V Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia

XXX Seminário de Iniciação Científica
XV Salão de Ensino e Extensão
V Mostra da Pós-Graduação Stricto Sensu
IV Seminário de Inovação Tecnológica

De 28 de outubro a
01 de novembro de 2024

INSCRIÇÕES ABERTAS

 **UNISC**

Título:	RELAÇÃO ENTRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL E A SATISFAÇÃO COM O PESO ENTRE ADULTOS E IDOSOS FREQUENTADORES DE ACADEMIA, QUE FAZEM OU NÃO USO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES		
Autores:	Geovana Andrine Vogt Patrícia Molz Diene da Silva Schlickmann Jossana Pukaleski Gehres Ana Rúbia Fin Eduarda da Silva Limberger Castilhos Munithete Moraes Eisenhard Gabriela Moura Soares Silvia Isabel Rech Franke		
Área	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	<input type="checkbox"/> Ensino <input checked="" type="checkbox"/> Pesquisa <input type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
Resumo:	<p>Introdução: A composição corporal, juntamente com as mudanças associadas ao envelhecimento, pode impactar a percepção de peso e a prática de exercícios físicos. Além disso, o consumo de suplementos alimentares é um fator relevante que pode influenciar a composição corporal. Objetivo: analisar a relação entre a composição corporal e a satisfação com o peso entre adultos e idosos frequentadores de academias, que fazem ou não uso de suplementos alimentares. Metodologia: Estudo transversal descritivo, realizado</p>		



V Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia

XXX Seminário de Iniciação Científica
XV Salão de Ensino e Extensão
V Mostra da Pós-Graduação Stricto Sensu
IV Seminário de Inovação Tecnológica

De 28 de outubro a
01 de novembro de 2024

INSCRIÇÕES ABERTAS

 UNISC

com homens e mulheres, adultos e idosos, praticantes de exercícios físicos em academias da cidade de Santa Cruz do Sul/RS. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC (nº 5.121.729). A composição corporal foi avaliada utilizando a balança de bioimpedância elétrica Omron Healthcare Co (Kyoto, JAPÃO), sendo todos os procedimentos de medição seguidos conforme protocolos do fabricante. Os parâmetros avaliados incluíram: percentual de massa muscular, percentual de gordura corporal e nível de gordura visceral. Para avaliar a satisfação com o peso corporal foi realizada a seguinte pergunta: "Você está satisfeito com seu peso?", contendo as respectivas opções de resposta i) Sim, ii) Não, gostaria de diminuir e iii) Não, gostaria de aumentar. Também, questionou-se o uso de suplementos pelos participantes. Os dados foram analisados utilizando o software SPSS, aplicando o teste qui-quadrado e nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** Avaliou-se 200 adultos (68,0% do sexo feminino) e 20 idosos (63,6% do sexo feminino) praticantes de academia. Não foram observadas diferenças significativas entre a satisfação com o peso entre as faixas etárias ($p = 0,101$), entretanto, 57,1% dos idosos estavam satisfeitos com seu peso, enquanto 50,5% dos adultos gostariam de diminuir de peso. Por outro lado, pode-se verificar diferenças quanto ao uso de suplementos alimentares entre adultos e idosos ($p = 0,008$), no qual 57,0% dos adultos relataram fazer uso de suplementos, enquanto 72,7% dos idosos não os utilizavam. Dados de composição corporal mostraram associação entre a faixa etária, o percentual de massa muscular ($p = 0,002$) e o nível de gordura visceral ($p < 0,001$). A maioria dos adultos (65,5%) e idosos (54,5%) apresentou massa muscular adequada. Quanto ao nível de gordura visceral, 84,8% dos adultos estavam dentro da faixa normal, enquanto que 54,5% dos idosos tinham nível de gordura visceral alta ou muito alta. A relação entre a satisfação com o peso corporal e a composição corporal entre adultos e idosos que fazem ou não uso de suplementos alimentares mostrou diferenças significativas entre percentual de massa muscular ($p = 0,005$)



e nível de gordura visceral ($p < 0,001$). **Conclusão:** Embora não tenha sido observado diferenças significativas na satisfação com o peso corporal entre adultos e idosos, a percepção de peso e a composição corporal variaram entre essas faixas etárias. Os adultos procuraram a redução de peso e consumiram mais suplementos, enquanto a maioria dos idosos estava satisfeito com o peso e não usava esses produtos. Ambos apresentaram massa muscular adequada, mas os idosos demonstraram maior nível de gordura visceral. Isso destaca a necessidade de intervenções específicas para preservar a massa muscular e reduzir a gordura visceral, especialmente para promover um envelhecimento saudável.

Link do Vídeo:

<https://drive.google.com/file/d/1x7EaNJoqSuwXt7rdwcRba8VyQi73CHWM/view?usp=sharing>