



**ASSOCIAÇÃO DA INGESTÃO CALÓRICA E IMC DE ALUNOS DA ACADEMIA DO  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DA SERRA GAÚCHA EM CAXIAS DO SUL - RS**

Paula Giazzon<sup>a</sup>, Joana Zanotti<sup>a\*</sup>

a) Centro Universitário da Serra Gaúcha - FSG.

\*Autor correspondente (orientador)

Joana Zanotti, endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias  
do Sul - RS - CEP: 95020-472

**Palavras-chave:**

Ingestão de Energia. Índice de Massa  
Corporal. Estado Nutricional.

**INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:** O estado nutricional dos indivíduos está diretamente ligado ao consumo alimentar, podendo ocorrer um desequilíbrio em relação à ingestão e o gasto energético, deste modo, pode haver um balanço energético positivo decorrente do ganho de peso ou negativo, perda de peso (SOUZA, et al., 2010). A alimentação e a nutrição, sendo quesitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, viabilizam o potencial de crescimento e desenvolvimento dos indivíduos, com qualidade de vida, social e cidadania (BRASIL, 2003). O índice de massa corporal (IMC), calculado através da massa corporal em quilos pela estatura em metros tem sido utilizado como um válido indicador do estado nutricional de grupos populacionais (LIPSCHITZ, 1994). O IMC também é recomendado pela Organização Mundial de Saúde como um indicador da gordura corporal por ser obtido de forma ágil e de custo quase nulo. Por meio dos inquéritos dietéticos é possível definir o padrão alimentar de qualidade e quantidade do consumo, sendo assim, auxiliando para demonstrar o estado nutricional de cada indivíduo (WHO, 1998). O objetivo do presente estudo foi verificar a associação entre o IMC e consumo alimentar.

**MATERIAL E MÉTODOS:** O presente estudo foi realizado com 10 alunos do sexo masculino frequentadores da academia do Centro Universitário da Serra Gaúcha. Para a coleta do valor energético total (VET), foi utilizado o inquérito dietético recordatório de 24 horas. A entrevista foi realizada na academia onde foi também aferida a massa corporal e estatura para cálculo do IMC. Para comparação da relação da ingesta calórica com o IMC foi utilizado uma média de 2000 kcal. Para análise dos dados empregou-se o software SPSS 22.0. Aplicou-se o teste *t-student* para obtenção das médias entre as variáveis quantitativas e o teste qui-quadrado para avaliar a associação

entre as variáveis. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** A média obtida do IMC foi de 25,24 kg/m<sup>2</sup>, a média das calorias foi de 2061,58 Kcal. Entre os participantes voluntários da pesquisa, 30% encontram-se eutróficos, 10% com magreza grau I e 60% com excesso de peso. Apenas 30% apresentaram associação entre o IMC e a ingestão calórica, os outros 70% não apresentaram nenhuma associação. **CONCLUSÃO:** O estudo não demonstrou associação significativa entre a ingestão calórica e o IMC dos participantes, o que pode ser justificado pela escassez de dados, como por exemplo, gasto energético total para cada indivíduo.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução RDC nº 360**, 23 de dezembro de 2003.

LIPSCHITZ, D.A. Screening for nutritional status in the elderly. **Vol. 21, n.1**, 1994.

SOUZA, D.R. et al. Ingestão alimentar e balanço energético da população adulta de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v. 26, n. 5, 2010.

World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Geneva: 1998. (WHO Technical Report Series 894).