

AFERIÇÃO, CÁLCULO E AVALIAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE SERVIDORES DA UNICAMP PARTICIPANTES DO PROGRAMA MEXA-SE

*Carlos Aparecido Zamai, Antonia Dalla Pria Bankoff, Vívian Santos Xavier Silva

Universidade Estadual de Campinas

*E-mail: czamai@unicamp.br

Introdução

Há diversas décadas era uma blasfêmia citar a respeito de uma iminente pandemia mundial de obesidade. Todavia, as dietas e os padrões de atividade física estavam evidentemente mudando de forma drástica nos Estados Unidos da América (EUA) e, na década de 1980, constatou-se que a qualidade da dieta dos americanos estava piorando, a atividade física estava sendo reduzida sistematicamente e a obesidade aumentando nos EUA e na Europa. No Brasil, entre 2006 e 2016, a proporção de pessoas com excesso de peso cresceu 26,3%, passando de 42,6% para 53,8% e atualmente é ainda maior.

Objetivo

Diagnosticar e avaliar o Índice de Massa Corporal (IMC) adotado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) de 205 servidores da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP).

Metodologia

Foram mensurados o peso corporal, com balança digital Filizola (precisão de 100g), e a estatura, com estadiômetro Tipo Trena Sanny (precisão 0,1 cm), calculando-se os valores de IMC. As medidas de peso e altura foram aferidas no início das atividades no programa, quando houve o preenchimento da ficha de anamnese.

Resultados

Grupos: G1 = 25,8; G2 = 23,9 e G3 = 25,9 – Área da saúde – e Grupos G4 = 26,9; G5 = 27,1 e G6 = 25,7 – Área administrativa. Quando comparado o IMC entre os grupos das áreas saúde e administrativa, verificou-se que apenas no G2 o IMC foi inferior a 25,0. Nos demais grupos o IMC esteve acima dos padrões considerados normais. Destaca-se o IMC dos grupos 4 e 5 (26,9 e 27,1) da área administrativa, em que o IMC se classifica como excesso de peso ou obesidade leve.

Conclusão

Verificou-se que o IMC encontra-se alterado, o que merece atenção profissional, para que os servidores recebam orientações sobre reeducação alimentar e práticas de atividades físicas diárias, inclusive no ambiente de trabalho. Desse modo, estes resultados são relevantes no que concerne à discussão e planejamento de estratégias mais efetivas a respeito da saúde física e de programas que fomentem, imbuindo à

prática regular de atividades físicas e orientações de dieta balanceada de qualidade nutricional aos servidores.

Palavras-chave: Índice de massa corpórea. Fator de risco. Servidores. Saúde.

Referências

CALADO, I. L. **Manual de avaliação nutricional de adultos e idosos:** técnicas de aferições antropométricas. São Luís: EDUFMA; Associação Brasileira das Editoras Universitárias, 2022.

LIMA, F. L. de; ZAMAI, C. A.; BANKOFF, A. D. P. Correlação das variáveis: índice de massa corporal (IMC) e percentual de gordura corporal em uma população praticante regular de atividade física. **Efdeportes**. Revista Digital, Buenos Aires: Año 15, n. 144, Mayo de 2010. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd144/indice-de-massa-corporal-e-percentual-de-gordura-corporal.htm> Acesso em: 09.set.2023.

OLIVEIRA, L. P. M. de; Queiroz, V. A. de O.; Silva, Maria da Conceição Monteiro da; et al. Índice de massa corporal obtido por medidas autorreferidas para a classificação do estado antropométrico de adultos: estudo de validação com residentes no município de Salvador, estado da Bahia, Brasil. **Epidemiol. Serv. Saúde**. v.21, n.2, Brasília: jun. 2012.

RODRIGUES, F. de F. G.; SANTOS, C. V. de O.; JAERNEVAY, M. L. dos S. NOÉ, P. A. de A. B. Cálculo do índice de massa corporal. Disponível em: <https://www.gov.br/ebserh/pt-br/hospitais-universitarios/regiao-sudeste/hu-ufjf/acesso-a-informacao/nucleo-de-qualidade-hospitalar-gestao-de-documentos/gerencia-de-atencao-a-saude/unidade-multiprofissional-umulti/pop-umulti-trs-010-calculo-do-indice-de-massa-corporal.pdf> Acesso em: 11.set.2023.