



## **AVALIAÇÃO DO PERCENTUAL DE GORDURA PELA MEDIDA DAS PREGAS CUTÂNEAS EM ACADÊMICOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO**

<sup>1</sup>Elisandra da Silva Paz, <sup>1</sup>Jaluza Fernandes, <sup>2</sup>Cassia Medeiros

A Avaliação do Estado Nutricional tem como objetivo identificar os distúrbios nutricionais, possibilitando uma intervenção adequada. Antropometria é a medida do tamanho corporal e de suas proporções. A medida das Pregas cutâneas (bicipital, tricipital, subescapular e supra-íliaca) são utilizadas para avaliar e acompanhar a reserva de gordura corporal dos indivíduos em diversas condições clínicas. A avaliação das pregas cutâneas deve ser realizada com cuidado em razão da grande variabilidade existente inter e intra-avaliador. Esta fonte de erro pode ser minimizada por meio da padronização dos procedimentos e treinamento das técnicas. O objetivo foi identificar os percentuais de gordura corporal dos alunos da disciplina de Avaliação Nutricional pelo método das medidas das Pregas Cutâneas (bicipital, tricipital, subescapular e supra-íliaca), traçando assim um diagnóstico nutricional, e demonstrar aos alunos a importância da prática para a utilização deste método de avaliação. Dentro da disciplina de Avaliação Nutricional do Curso de Nutrição da Universidade da Região da Campanha- Bagé RS, os alunos participaram de uma aula prática. A principal finalidade da medida das dobras cutâneas foi avaliar indiretamente a quantidade de gordura contida no tecido celular subcutâneo e estimar a proporção de gordura em relação ao peso corporal do indivíduo. As medidas foram realizadas em alunos voluntários, utilizando-se o adipômetro como equipamento de medida científico, seguindo as técnicas de medição das principais Pregas Cutâneas conforme a bibliografia especializada, onde recomenda, identificar e marcar o local a ser medido, segurar a prega formada pela pele e pelo tecido adiposo com os dedos polegar e indicador da mão esquerda a 1 cm do ponto marcado, depois pinçar a prega com o calibrador exatamente no local marcado mantendo as pregas entre os dedos até o término da aferição. Foram realizadas as medidas das Pregas Cutâneas em cinco alunos voluntários. Utilizou-se três medidas de cada prega com a finalidade de obter-se a média, das quais obteve-se os seguintes resultados : Tricipital : aluno 1= 3,2, aluno 2= 3,1, aluno 3 = 3,1, aluno 4 = 3,3, aluno 5 = 3,2. Bicipital : aluno 1 = 7,2 ; aluno 2 = 7,6, aluno 3 = 7,3, aluno 4 = 7,4, aluno 5 = 7,2. Subescapular : aluno 1 = 9,13 , aluno 2 = 9,23; aluno 3 = 9,3, aluno 4 = 9,4, aluno 5 = 9,6. Supra- íliaca : aluno 1= 9,36 , aluno 2 = 9,41, aluno 3 = 9,5, aluno 4 = 9,4, aluno 5 = 9,0. Conclui-se que o estado nutricional dos alunos foi Eutrofia, ou percentual de gordura dentro dos limites de normalidade, obtido através da fórmula de densidade corporal e também foi constatado a importância da utilização do método de medidas das Pregas Cutâneas para um fiel diagnóstico nutricional.

<sup>1</sup>Discente do Curso de Nutrição da URCAMP

<sup>2</sup>Profª Mestre do Curso de Nutrição da URCAMP

Anais da 14ª Mostra de Iniciação Científica.  
Submetido: 21/08/2017 Aceito: 04/10/2017.  
Urcamp Bagé - RS, 2017.

**Palavras chave:** pregas cutâneas; avaliação; estado nutricional.