

## **42343 - PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS LAPEX 2020: AVALIAÇÃO FISIOLÓGICA, FÍSICA, FUNCIONAL E COMPOSIÇÃO CORPORAL PARA O ESPORTE, SAÚDE E REABILITAÇÃO FÍSICA**

**Autores:** Renata Rovani Hoffmann e Rodrigo Quevedo

**Coautores:** Daniel Nóbrega de Moraes, Guilherme Gomes da Rocha, Brenda Wedy Danni, Claudio Antonio Severo Gonçalves, Rogério Da Cunha Voser

**Coordenadora:** Clarice Sperotto dos Santos Rocha

O projeto é desenvolvido no Laboratório de Pesquisa do Exercício (LAPEX) da ESEFID/UFRGS e tem como objetivo oferecer à comunidade interna e externa da UFRGS avaliações fisiológicas, cardiorrespiratórias e de composição corporal para atletas e não atletas, sedentários e indivíduos em reabilitação física. Seus resultados além de servirem de referenciais para identificar e prevenir fatores de riscos e para o acompanhamento da progressão do treinamento, podem aprimorar a prescrição de exercício individualizado. A Ergoespirometria é um teste realizado em esteira ou cicloergômetro e avalia a capacidade cardiorrespiratória do indivíduo, utilizando como parâmetro principal o consumo de oxigênio em esforço, que permite a determinação da intensidade de exercício. Além desta, o médico cardiologista do laboratório realiza o Eletrocardiograma, onde são observados os comportamentos da frequência cardíaca e da pressão arterial e suas alterações. As avaliações da composição corporal mensuram os componentes corporais, constituídos de tecido adiposo, muscular, ósseo e residual, por meio de técnicas não invasivas e indolores. A avaliação de Antropometria é realizada por meio da aferição das dobras cutâneas, perímetros e diâmetros ósseos e a Bioimpedância Elétrica estima a composição corporal por meio da passagem de correntes elétricas imperceptíveis ao avaliado. O agendamento das avaliações é realizado por e-mail ou telefone e os testes são feitos pela equipe de avaliação. Após o agendamento, são disponibilizadas orientações para a realização das avaliações e a entrega do laudo é de cinco dias úteis. Como caráter educacional, o projeto oportuniza aos alunos bolsistas e voluntários a compreensão de como variáveis fisiológicas estudadas nas disciplinas da graduação são utilizadas na prática. A equipe também ministra aulas práticas para graduação, participa de reuniões de planejamento juntamente com coordenadores e servidores técnicos, organiza visitas de escolas e universidades ao LAPEX, apresenta trabalhos em eventos científicos e participa de projetos de pesquisa desenvolvidos no laboratório.