

PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS LAPEX 2018: AVALIAÇÃO DE COMPOSIÇÃO CORPORAL PARA O ESPORTE, SAÚDE E REABILITAÇÃO FÍSICA

Coordenador: RONEI SILVEIRA PINTO

Autor: RENATA ROVANI HOFFMANN

O Projeto Avaliação de composição corporal para o esporte, saúde e reabilitação tem como objetivo proporcionar, tanto para atletas quanto para não atletas, praticantes ou não de atividades e exercícios físicos ou indivíduos em reabilitação, avaliações de composição corporal (tecido adiposo, muscular, ósseo e residual) pelos métodos de Antropometria, Densitometria óssea por dupla emissão de raios-x (DEXA) ou Bioimpedância Elétrica. A Antropometria obtém as medidas de dobras cutâneas, perímetros e diâmetros corporais, através de Estadiômetro, Balança, Plicômetro, Paquímetro antropométrico ósseo e Fita Antropométrica. Estes, serão inseridos no Excel com fórmulas específicas, gerando o laudo. Já a Densitometria Óssea (DEXA) faz o escaneamento através do braço do equipamento para obter a composição corporal com o indivíduo em decúbito dorsal. E a Bioimpedância estima, através do equipamento Biodynamics Model 310, a composição corporal pela passagem da corrente elétrica de baixo nível através do corpo, onde é medida a impedância (oposição ao fluxo da corrente) e a água corporal total. Através dos laudos das avaliações é possível fornecer subsídios para contemplar uma planificação de treinamento e estado nutricional e identificar e/ou prevenir fatores de riscos associados com a composição corporal. O projeto tem como importância fornecer os serviços prestados pelo LAPEX (Laboratório de Pesquisa do Exercício) para a população interna e externa da UFRGS, a fim de proporcionar um maior cuidado físico para a mesma. Além disso, o projeto está constantemente auxiliando no aprendizado dos estudantes durante o período da graduação, através de treinamentos para os novos bolsistas (alunos) para que futuramente coloquem os conhecimentos em prática. Ainda, os referidos testes também fazem parte das avaliações oferecidas às equipes universitárias da UFRGS. Juntamente a isso, os bolsistas da equipe de avaliação são incentivados a produzirem estudos com o banco de dados coletados. Desta forma, o projeto visa expandir ainda mais a relação entre pesquisa, ensino e extensão.