



**Universidade:
presente!**

UFRGS
PROPEAQ

XXXI SIC

Salão UFRGS 2019
CONHECIMENTO FORMANDO INOVAÇÃO

21. 25. OUTUBRO • CAMPUS DO VALE

Evento	Salão UFRGS 2019: SIC - XXXI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2019
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Comparação da composição corporal, espessura muscular e força máxima de ovolactovegetarianos e não vegetarianos
Autor	BIANCA FASOLO FRANCESCHETTO
Orientador	CAROLINA GUERINI DE SOUZA

Comparação da composição corporal, espessura muscular e força máxima de ovolactovegetarianos e não vegetarianos

Bianca Fasolo Franceschetto^a, Carolina de Souza Guerini^a

^aFaculdade de Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, Brasil.

Introdução: O vegetarianismo tem se popularizado no Brasil e em diversos países por questões ambientais, religiosas e preocupação com o bem-estar animal. Esse tipo de dieta preconiza o consumo de alimentos de origem vegetal e exclusão de carnes, permitindo ou não o consumo de outros produtos de origem animal (ovos, leite e derivados). Poucos são os estudos que investigaram aspectos relacionados à composição corporal e parâmetros de força muscular em indivíduos vegetarianos e não vegetarianos, especialmente em brasileiros. **Objetivo:** Avaliar e comparar a composição corporal, espessura muscular e força máxima de indivíduos ovolactovegetarianos (OLV) e não vegetarianos (NV). **Metodologia:** Participaram deste estudo adultos saudáveis, de ambos os sexos, eutróficos, que não praticassem exercício físico regular e fossem OLV ou NV há pelo menos seis meses. A composição corporal, a espessura muscular e a força máxima foram avaliadas por Densitometria Por Dupla Emissão De Raios-X (DEXA), ultrassonografia do quadríceps femoral direito (QF) e teste de uma repetição máxima (1RM) em cadeira extensora, respectivamente. O projeto foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), sob registro CAAE: 69787617.0.0000.5327 sendo incluídos no protocolo de estudo apenas os voluntários que leram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. **Resultados:** Foram avaliados 41 indivíduos (63,4% do sexo feminino), sendo 16 OLV [24,5 (21-44) anos] e 25 NV [25 (19-54) anos]. Em relação a composição corporal, apesar da massa corporal total de OLV ser significativamente menor do que a de NV ($62,1 \pm 7,9\text{kg}$ vs $68,7 \pm 11,5\text{kg}$, respectivamente) ($p=0,03$), o índice de massa corporal ($22,2 \pm 2,1\text{kg/m}^2$ vs $23,4 \pm 2,4\text{kg/m}^2$), o percentual de gordura corporal ($35,2 \pm 7,2\%$ vs $33,7 \pm 7,9\%$), a massa gorda ($20,9 \pm 4,4\text{kg}$ vs $22,2 \pm 6,1\text{kg}$), a massa magra [$61,9$ ($52,9-77,9$) kg vs $67,8$ ($48,9-90,5$) kg] e o conteúdo mineral ósseo ($2,3 \pm 0,4\text{kg}$ vs $2,5 \pm 0,3\text{kg}$) não diferem entre os grupos ($p>0,05$). OLV e NV também apresentaram valores semelhantes de espessura muscular do QF ($78,8 \pm 10,6\text{mm}$ vs $82,2 \pm 11,7\text{mm}$) ($p>0,05$) e de força máxima ($58,0 \pm 17,2\text{kg}$ vs $68,7 \pm 22,5\text{kg}$) ($p>0,05$). **Conclusão:** Embora a massa corporal total de OLV tenha sido menor do que a de NV, os demais aspectos avaliados relativos a composição corporal, espessura muscular e força máxima foram semelhantes entre os grupos.