



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"



Diferença do tempo de permanência no PROFIT, e relação com o IMC, Índice de Adiposidade Corporal e Perfil de Imagem Corporal em idosas.

Giovanna Pyles Barcellos, Marina Mungai Sartori, Letícia Ap. Calderão Sposito, Camilla Lie Higa, Priscila Missaki Nakamura, Eduardo Kokubun, Campus Rio Claro, Instituto de Biociências, Educação Física, gi.barcellos95@gmail.com, Bolsa PROEX.

Eixo 2: Os Valores para Teorias e Práticas Vitais

Resumo

O objetivo deste estudo foi verificar a diferença de tempo de permanência de idosas inseridas no Programa de Atividade Física para a Terceira Idade (PROFIT) com o Índice de Massa Corporal (IMC), Índice de Adiposidade Corporal (IAC) e Perfil de Imagem Corporal; e relacionar o IMC e o IAC com o Perfil de Imagem Corporal.

A amostra foi composta por 50 idosas com idade média de $(67,60 \pm 5,74)$ participantes do PROFIT. Foi possível perceber uma relação "regular" e significativa para o IMC e IAC com a Imagem Corporal. O tempo de permanência no projeto é maior para as idosas com sobrepeso e obesidade, e, conseqüentemente, apresentam IMC, IAC e Perfil de Imagem Corporal mais elevado. No entanto, o tempo da prática de atividade física não é a única variável que tem influência sobre esses índices.

Palavras Chave: *Idosas, Medidas Antropométricas, Imagem Corporal.*

Abstract

The aim of this study was to verify the difference of the permanence time of elderly inserted in a Physical Activity Program for Third Age (PROFIT), with the Body Mass Index (IMC), Body Adiposity Index (IAC), and Body Image Profile; and relate IMC and IAC with body image. The sample consisted of 50 older women participants of the PROFIT program, with a mean age of 67.60 ± 5.74 . It was possible to realize a "regular" and meaningful relationship to the IMC and IAC with a body image. The index of IMC, IAC and body image profile are higher, in consequence of the permanence time in the project, which those who are there longer than others, are classified as overweight and obese. However, the time of physical activity practice is not the only variable that influences these indexes.

Keywords: *Elderly, Anthropometric Measurements, Body Image*

Introdução

Nos países desenvolvidos, uma pessoa é classificada como idosa a partir dos 65 anos de idade, e, nos países em desenvolvimento, essa classificação se dá aos 60 anos, devido à condição socioeconômica desfavorável (OMS, 1994; BALESTRA, 2002). No entanto, mensurar com precisão o envelhecimento por parte da idade ou patológico é uma tarefa difícil para considerar a pessoa como sendo idosa (BALESTRA, 2002).

O processo de envelhecimento associa-se ao alto risco de contrair uma doença crônica não transmissível (DCNT), sintomas depressivos, afastamento social, limitações físicas, perdas cognitivas e decréscimo na parte sensorial, insatisfação com a própria imagem corporal, e entre outros aspectos (RAMOS, 2003; PEREIRA et al., 2008).

Para o ser humano, independentemente da sua idade, uma imagem corporal positiva tem relação com a percepção e satisfação com o próprio corpo, de forma que uma percepção positiva e satisfação com a imagem propiciam uma autoestima melhor. No entanto, com o processo de envelhecimento há uma diminuição da autoimagem corporal e da autoestima, interferindo diretamente na qualidade de vida desta faixa etária (NASCIMENTO, 2008). Sabe-se que a imagem corporal está extremamente relacionada com o Índice de Massa Corporal (IMC). Alguns estudos indicam que o IMC em mulheres está inversamente relacionado com a satisfação com o peso corporal. Valores de IMC mais elevados, relacionam-se com maior insatisfação com a imagem corporal, independente do nível de atividade física habitual. (TRIBESS et al., 2010). Tribess et al. (2010) observaram em um estudo comparativo sobre a satisfação de imagem corporal



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROGrama de Extensão

em idosas, que, quanto mais elevada a categoria de IMC, maior era o percentual de idosas insatisfeitas com a imagem corporal.

Em um estudo experimental envolvendo idosas inseridas em um programa de atividade física estruturada, Shaw et al. (2000) identificaram uma associação da satisfação da aparência corporal com a diminuição da massa gorda. Recentemente, foi criado um novo índice para mensurar a adiposidade corporal, que se mostrou eficiente quando relacionada aos outros métodos. Essa nova fórmula é denominada "Index of Body Adiposity" (BAI) ou "Índice de Adiposidade Corporal" (IAC). A fórmula é descrita da seguinte maneira: $[(\text{Circunferência do Quadril em cm})/(\text{altura(m)} \times \sqrt{\text{altura (m)}})] - 18$ (BERGMAN et al., 2011).

Contudo, a prática regular de atividade física interfere na diminuição do peso corporal, índice de massa corporal, porcentagem de gordura corporal e a relação de cintura/quadril em relação a uma pessoa sedentária. Isso contribui conseqüentemente para uma imagem corporal positiva, podendo ser associada pelo tempo que a pessoa esteja mais ativa (NÓBREGA, 1999). Todas essas complicações associadas ao envelhecimento podem ser melhoradas, ou então reduzidas, com a prática de atividade física, que tende a prevenir a perda de massa óssea e massa muscular, promovendo então a força muscular, redução de ocorrência de lesões e melhora na flexibilidade muscular (NÓBREGA, 1999; MUENZER, 2012).

Objetivos

O objetivo deste estudo foi verificar a diferença de tempo de permanência de idosas inseridas no Programa de Atividade Física para a Terceira Idade (PROFIT) com o Índice de Massa Corporal (IMC), Índice de Adiposidade Corporal (IAC) e Perfil de Imagem Corporal; e relacionar o IMC e o IAC com o Perfil de Imagem Corporal.

Material e Métodos

Amostra

O estudo foi realizado com idosas participantes do Programa de Atividade Física para a Terceira Idade (PROFIT), o qual se trata de um projeto de extensão oferecido pela Universidade Estadual Paulista – Júlio de Mesquita Filho (UNESP), na cidade de Rio Claro. A amostra foi composta por 50 idosas ativas, com idade média de $(67,60 \pm 5,74)$. As atividades que acontecem no projeto são: Dança, Resistência Aeróbia, Musculação e Atividade Física Geral. A frequência dos idosos nas aulas é controlada pelos 8º Congresso de Extensão Universitária da UNESP, 2015. Diferença do tempo de permanência no PROFIT, e relação com o IMC, Índice de Adiposidade Corporal e Perfil de Imagem Corporal em idosas. Giovanna Pyles Barcellos, Marina Mungai Sartori, Letícia Ap. Calderão Sposito, Camilla Lie Higa, Priscila Missaki Nakamura, Eduardo Kokubun – ISSN 2176-9761

professores das respectivas atividades. Para que o idoso permaneça no projeto, este deve frequentar rigorosamente 65% das aulas, pois, caso contrário, ele será advertido e poderá perder sua vaga, visto que o Projeto atende grande parte da comunidade, e sempre prioriza dar oportunidade para os interessados.

Avaliações

Escala de Silhuetas

Para a avaliação da imagem corporal foi utilizada a escala de silhuetas de Kakeshita, 2008 (Anexo 1, Figura 1). Esta apresenta uma classificação que corresponde do número 1 ao 15, e cada figura representa uma média do Índice de Massa Corporal (IMC) apresentados no Anexo 2, Tabela 1. Sendo as figuras do número 1 ao 3, correspondentes ao IMC <18,5 (abaixo do peso); figuras 4 e 5, correspondentes ao IMC entre 18,5 e 24,9 (normal); figuras 6 e 7, correspondentes ao IMC entre 25 e 29,9 (sobrepeso); e, figuras acima de 8, correspondentes ao IMC >30 (obesidade). A classificação do IMC em abaixo do peso, normal, sobrepeso e obeso obedeceu aos critérios da Organização Mundial da Saúde (WHO, 1998). Com isso, os idosos deveriam assinalar a imagem em que eles acreditavam ser a mais parecida com o seu corpo, e preencher os seguintes dados: nome, idade e tempo de participação no projeto.

Índice de Massa Corporal

Para a coleta dos dados de Índice de Massa Corporal (IMC), foi realizada a avaliação periódica semestral, a qual os idosos já estão aptos a participar. É uma avaliação que consiste em testes específicos para as capacidades físicas, como: flexibilidade, coordenação, agilidade, força e resistência aeróbia, para analisar o desempenho dos idosos ao decorrer do projeto. Ocorre também a avaliação antropométrica da altura e massa corporal. Para isso, utilizamos um estadiômetro da marca Sanny para medição da altura, e uma balança com precisão de 0,01 para mensuração da massa corporal. O IMC foi calculado de acordo com sua fórmula: peso (kg), dividido pela altura (m) ao quadrado (WHO, 2004).

Índice de Adiposidade Corporal

Para predição do Índice de Adiposidade Corporal (IAC), foram necessárias as mensurações da altura e da circunferência do quadril. A coleta seguiu o mesmo processo citado anteriormente a respeito do



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROGRAMA DE EXTENSÃO

Índice de Massa Corporal, uma avaliação periódica, a qual os idosos já estavam aptos a realizar. A altura foi mensurada por um estadiômetro da marca Sanny, e, para medir a circunferência do quadril, foi utilizada uma fita métrica da mesma marca. A fórmula descrita para o cálculo do IAC é: $[(\text{Circunferência do Quadril em cm})/(\text{altura(m)} \times \sqrt{\text{altura(m)}})]$ (BERGMAN et al., 2011).

Para a análise do Índice de Adiposidade Corporal, foi utilizada a classificação sugerida por Bergman (2011), que classifica as mulheres nas seguintes pontuações: <20,9 correspondente a "abaixo do peso"; entre 21 e 32, correspondente a "normal"; entre 33 e 38 correspondente a "sobrepeso"; e, >38, correspondente à "obesidade".

Análise Estatística

Para a análise estatística utilizou-se o teste t para verificar diferença entre média de tempo para cada categoria do IMC, IAC e Perfil de Imagem Corporal, e o teste de correlação entre IMC e IAC com o Perfil de Imagem Corporal. O Software utilizado foi o Stata 12.0.

Resultados e Discussão

Tabela 2. Correlações entre o Índice de Massa Corporal, Índice de Adiposidade Corporal, e Imagem Corporal.

Correlações		
Grupo	IDOSAS	
	IMC X IC	IAC X IC
Total	0.557*	0.459*

Legenda: IMC: Índice de Massa Corporal; IC: Imagem Corporal; IAC: Índice de Adiposidade Corporal; * significativo para $p < 0,05$.

Observamos que o IMC, quando relacionado com a Imagem Corporal, apresentou uma correlação "regular" e significativa. Um estudo realizado por Tribess et al. (2010) analisou o estado nutricional e a percepção da imagem corporal de mulheres idosas residentes no nordeste do Brasil, o qual permitiu identificar que o IMC alto é uma variável que influencia mais fortemente a insatisfação corporal em relação ao nível de atividade física e status socioeconômico. Das idosas que apresentavam sobrepeso, mais de 50% estavam insatisfeitas com sua imagem corporal e, à medida que aumentava o valor do IMC, essa insatisfação também aumentava significativamente. No presente

estudo, isso se mantém como verdadeiro, pois quanto maior foram os valores de IMC, maior foi o Perfil de Imagem corporal selecionado pelas idosas. No estudo de Pereira et al. (2009), as prevalências de insatisfação com a imagem corporal e de sobrepeso foram altas, considerando-se que o grupo de idosas realiza exercícios físicos regulares há um longo período de tempo. As correlações com as variáveis antropométricas utilizadas pelos autores indicam que as idosas possuem um bom conhecimento de sua própria imagem corporal; resultado o qual condiz com o do presente estudo, pois as idosas também parecem ter uma boa percepção corporal.

Para o IAC, quando relacionado com a Imagem Corporal, demonstrou uma correlação "regular" e significativa. No entanto, um estudo realizado por Pereira et al (2008) que analisou a relação entre diferentes indicadores antropométricos e a percepção da imagem corporal em idosas ativas, verificou que a prevalência de insatisfação com a imagem corporal foi 1,42 vezes maior em idosas classificadas em situação de risco, considerando-se a área de gordura do braço e da cintura. Contudo, necessita-se de estudos sobre a relação do índice de adiposidade corporal com a imagem corporal, visto que são escassos os estudos com essa temática.

Tabela 3 (Anexo 3) - refere-se à diferença do tempo de permanência no projeto (PROFIT) com as medidas do Índice de Massa Corporal, Índice de Adiposidade Corporal e Imagem Corporal.

Ao observarmos a tabela 3, podemos perceber que não houve resultado significativo quando verificada a diferença do tempo de permanência do PROFIT com o IMC, IAC e Imagem Corporal, mostrando que o tempo de permanência é maior para as classificações de sobrepeso e obesidade.

Sabe-se que a atividade física está relacionada à melhoras na percepção da imagem corporal em idosos, identificando-a como uma importante aliada para melhor compreensão por parte dos idosos sobre suas individualidades fisiológicas, psicológicas e sociais (Balestra, 2002).

Muenzer (2012) realizou um estudo com idosos praticantes e não praticantes de atividade física desde jovens, e aponta que os resultados mostraram que a autoimagem e a autoestima apresentaram influência da atividade física, tendo em vista que praticantes de atividade física desde jovens obtiveram melhores percepções da imagem corporal do que aqueles que iniciaram mais tarde. Esse fator pode ser justificativo para que as idosas



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROGRAMA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

do presente estudo estejam com sobrepeso ou obesidade, mesmo estando a mais tempo no programa.

No entanto, Coradini et al. (2012) ressalta um fator importante, de que o exercício físico, praticado de forma regular, é um dos responsáveis pela diminuição do peso, porém, sua prática deve ser combinada com uma alimentação equilibrada para melhores resultados.

O excesso de peso das idosas presentes nesse estudo, pode estar relacionado a mudanças ocorridas com o corpo durante o envelhecimento, grau de escolaridade, hábitos alimentares não saudáveis, entre outros (VIGITEL, 2014).

Em relação ao IAC e o tempo de atividade física, apesar da escassez de estudos, nossa pesquisa identificou que as idosas com índices mais elevados de IAC são as que permanecem há mais tempo no programa. A mesma é verdadeira para índices de IMC mais elevados também. Contudo, as idosas parecem ter uma boa percepção corporal, segundo Tabela 2.

Um estudo realizado por Piccoli et al. (2012) reuniu 202 idosos residentes em Ivoti – RS, para realizar um estudo correlacional entre coordenação global, equilíbrio, IMC, e nível de atividade física. A partir deste estudo, concluiu-se que houve correlação negativa significativa moderada entre o IMC e a coordenação global e o equilíbrio para os indivíduos idosos do sexo feminino; e que o IMC está relacionado negativamente ao nível de atividade física em ambos os gêneros.

Portanto, no presente estudo, os índices antropométricos IMC e IAC, e o Perfil de Imagem Corporal, quando verificada a diferença com o tempo de permanência das idosas no projeto, mostrou que o tempo de permanência é maior para as idosas que se encontram com sobrepeso e obesidade. Mostrando assim, que a atividade física não é a única variável influente para redução dos índices de sobrepeso/obesidade e percentual de gordura corporal.

Conclusões

O objetivo deste estudo foi verificar a diferença de tempo de permanência de idosas inseridas no Programa de Atividade Física para a Terceira Idade (PROFIT) com o Índice de Massa Corporal (IMC), Índice de Adiposidade Corporal (IAC) e Perfil de Imagem Corporal; e relacionar o IMC e o IAC com o Perfil de Imagem Corporal. Uma das dificuldades encontradas para a realização da pesquisa foi a escassez de estudos das variáveis citadas

anteriormente em relação à população idosa. O “n” da pesquisa também não se demonstrou grande, e o grupo se demonstrou homogêneo, podendo restringir os significados dos resultados obtidos.

Foi possível concluir que o IMC e o IAC tem relação “regular” e significativa com a Imagem Corporal, considerando que houve uma relação proporcional entre essas duas variáveis.

Em relação ao tempo de permanência no programa, concluímos que as idosas que permanecem a mais tempo no PROFIT são aquelas classificadas com sobrepeso ou obesidade, portanto, o tempo de permanência no projeto não apresentou valores significativos quando verificada a diferença de tempo em relação ao IMC, IAC e Imagem Corporal.

Devido a escassez de estudos sobre o Índice de Adiposidade Corporal e o tempo de atividade física com a população idosa, a conclusão a respeito dessa área fica restrita. O IMC, IAC e o Perfil de Imagem Corporal podem ser considerados proporcionais comparados ao tempo de permanência no projeto dessa pesquisa, pois as idosas que apresentaram média de tempo maior no Projeto são as que apresentam índices mais elevados. No entanto, elas possuem uma boa percepção corporal.

Uma melhor imagem corporal atribuída ao exercício pode ser estimulante e levar à aderência da sua prática em longo prazo, além de alterar no indivíduo sua confiança de realizar mudanças positivas em relação ao corpo e ao peso corporal (Bouchard, 2003; Katzer, 2007). Porém, há diversas variáveis que podem influenciar os índices de massa corporal e adiposidade corporal, independente do tempo de prática de atividade física.

Segundo o Vigitel (2014) – Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico – 52,5% dos brasileiros estão acima do peso e 17,9% da população está obesa. A Vigitel aponta fatores que influenciam no excesso de peso e na obesidade, como: faixa etária, população de 35 a 64 anos têm índices mais elevados; escolaridade, quanto menor a escolaridade, maior o índice; hábitos alimentares não saudáveis; inatividade física; entre outros. Fatores os quais podem ter influenciado sobre o resultado do nosso estudo.

Agradecimentos

Agradecimento à PROEX pela bolsa de estudos; à Unesp por nos permitir dedicar esse tempo para nossa formação acadêmica. Ao Núcleo de Atividade Física e Saúde – NAFES, muito obrigada pelas trocas acadêmicas, pela compreensão e dedicação

8º Congresso de Extensão Universitária da UNESP, 2015. Diferença do tempo de permanência no PROFIT, e relação com o IMC, Índice de Adiposidade Corporal e Perfil de Imagem Corporal em idosas. Giovanna Pyles Barcellos, Marina Mungai Sartori, Letícia Ap. Calderão Sposito, Camilla Lie Higa, Priscila Missaki Nakamura, Eduardo Kokubun – ISSN 2176-9761



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp
UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROJETO DE EXTENSÃO

para que este trabalho fosse realizado com sucesso. E um agradecimento especial á todas as idosas que participaram da pesquisa, contribuindo com a mesma.

BALESTRA, C. M. **Aspectos da imagem corporal de idosos, praticantes e não praticantes de atividades físicas.** 2002. 77 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2002. Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCACAO_FISICA/dissertacao/Balestra_imagem_corporal.pdf. Acesso em: 22 jul. 2015.

BERGMAN, R. N. et al. A Better Index of Body Adiposity. **Obesity**, [s. l.], v. 19, n. 5, p.1083-1089, 3 mar. 2011. Disponível em: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1038/oby.2011.38/pdf>. Acesso em: 14 maio 2013.

Bouchard, C. (2003). **Atividade física e obesidade.** Barueri (SP): Manole.

CORADINI, J. G. et al. Satisfação da imagem corporal e visão de idosas ativas sob a influência do exercício físico na sua autoimagem. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 5, n. 15, p.67-80, set. 2012.

KAKESHITA, I.S.. **Adaptação e validação de Escalas de Silhuetas para crianças e adultos brasileiros.** 2008. 96 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicobiologia, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2008.

Katzer, J. (2007). Diabetes Mellitus tipo II e Atividade Física. EFDeportes.com. **Revista Digital**

Buenos Aires, s/v(113), ano 12. Recuperado em 22 junho, 2011, de: <http://www.efdeportes.com/efd113/diabetes-mellitus-e-atividade-fisica.htm>

MUENZER, T. M. G. **Influência do tempo da prática de atividade física na percepção da autoimagem, autoestima, qualidade de vida e níveis de depressão de idosos.** 2012. 54 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Gerontologia, Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2012. Disponível em: http://www.bdttd.ucb.br/tede/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=1937. Acesso em: 23 jul. 2015

NASCIMENTO, L. M. P. et al. Percepção da imagem corporal, auto-estima e qualidade de vida em alunos da UNATI/UCG. **Revista Digital**,

Buenos Aires, v. 12, n. 127, dez. 2008. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd127/percepcao-da-imagem-corporal-auto-estima-e-qualidade-de-vida.htm>. Acesso em: 29 jul. 2015.

NÓBREGA, A. C. L. et al. Posicionamento Oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: Atividade Física e Saúde no Idoso. **Rev Bras Med Esporte**, Curitiba, v. 5, n. 6, p.207-211, nov. 1999. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v5n6/v5n6a02.pdf>. Acesso em: 22 jul. 2015.

OMS. **Planificación y organización de los servicios geriátricos.** Informe Técnico, 843. Ginebra, 1994.

PEREIRA, E. F. et al. Relação entre diferentes indicadores antropométricos e a percepção da imagem corporal em idosas ativas. **Rev Psiq Clín.**, Santa Maria, v. 2, n. 36, p.54-59, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v36n2/03.pdf>. Acesso em: 22 jul. 2015.

PICCOLI, J. C. J. et al. Coordenação global, equilíbrio, índice de massa corporal e nível de atividade física: um estudo correlacional em idosos de Ivoti, RS, Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p.209-222, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232012000200004&lang=pt. Acesso em: 16 ago. 2015.

RAMOS, L. R. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, São Paulo. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 19, p.793-798, jun. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v19n3/15882>. Acesso em: 22 jul. 2015.

SHAW, J. M., EBBECK, V. & SNOW, C. M. (2000). Body composition and physical self-concept in older women. **Journal of Women & Aging**, 12(3-4), 59-75.

TRIBESS, S.; VIRTUOSO JUNIOR, J. S.; PETROSKI, É. L.. Estado nutricional e percepção da imagem corporal de mulheres idosas residentes no nordeste do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p.31-38, jan. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v15n1/a08v15n1.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2015.

World Health Organization. **Obesity: preventing and managing the global epidemic.** Report of a WHO consultation on obesity. Geneva: WHO; 1998

World Health Organization. **Expert Consultation. Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies.** Lancet. 2004;363(9403):157-63.

Anexo 1

Figura 1.



Fonte: KAKESHITA, 2008

8º Congresso de Extensão Universitária da UNESP, 2015. *Diferença do tempo de permanência no PROFIT, e relação com o IMC, Índice de Adiposidade Corporal e Perfil de Imagem Corporal em idosas.* Giovanna Pyles Barcellos, Marina Mungai Sartori, Letícia Ap. Calderão Sposito, Camilla Lie Higa, Priscila Missaki Nakamura, Eduardo Kokubun – ISSN 2176-9761



8º Congresso de extensão universitária da UNESP

"Diálogos da Extensão:
do saber acadêmico à prática social"

Realização:

unesp

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JULIO DE MESQUITA FILHO"

PROEX
PROEXTENSÃO

Anexo 2

Tabela 1.

Figura	IMC Médio (kg/m ²)	Intervalo de IMC (kg/m ²)		Peso Médio correspondente (kg)	
		Mínimo	Máximo	Feminino	Masculino
1	12,5	11,25	13,74	34,03	36,98
2	15	13,75	16,24	40,84	44,38
3	17,5	16,25	18,74	47,64	51,77
4	20	18,75	21,24	54,45	59,17
5	22,5	21,25	23,74	61,26	66,56
6	25	23,75	26,24	68,06	73,96
7	27,5	26,25	28,74	74,87	81,36
8	30	28,75	31,24	81,67	88,75
9	32,5	31,25	33,74	88,48	96,15
10	35	33,75	36,24	95,29	103,54
11	37,5	36,25	38,74	102,09	110,94
12	40	38,75	41,24	108,90	118,34
13	42,5	41,25	43,74	115,71	125,73
14	45	43,75	46,24	122,51	133,13
15	47,5	46,25	48,75	129,32	14,52

Anexo 3

Tabela 3. Refere-se à diferença do tempo de permanência no projeto (PROFIT) com as medidas do Índice de Massa Corporal, Índice de Adiposidade Corporal e Imagem Corporal.

Variável	N	Média de Tempo	Desvio Padrão	Intervalo de Confiança	p
IMC					0.0180
Abaixo do peso/normal	19	60.15	36.61	42.51124	77.80455
Sobrepeso/obesidade	31	101.70	67.98	76.77405	126.6453
IC					0.0947
Abaixo do peso/normal	10	57	38.49	29.46108	84.53892
Sobrepeso/obesidade	40	93.15	63.91	72.70917	113.5908
IAC					0.6577
Abaixo do peso/normal	24	8.187	60.57	56.29672	107.4533
Sobrepeso/obesidade	26	89.65	62.59	64.37008	114.9376

Legenda: IMC: Índice de Massa Corporal; IC: Imagem Corporal; IAC: Índice de Adiposidade Corporal.

