

NÍVEIS DE COMPOSIÇÃO CORPORAL E RISCO CARDÍACO APÓS 12 MESES DE TREINAMENTO MILITAR COM GUARDA VIDAS DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DA PARAÍBA.

Gabriel Chaves Oliveira, Katty Sabrina do Nascimento Silva, Isaias Guedes Dos Santos, Fernando Antônio de Oliveira Lima, Daniel Sandro Medeiros, Thiago Siqueira Paiva de Souza

Resumo

Introdução: A concentração do tecido adiposo, independentemente da gordura total, trás problemas para a saúde induzido pela obesidade, principalmente o risco cardíaco. A relação cintura/quadril é um dos indicadores mais utilizados na aferição da distribuição centralizada da gordura em avaliações individuais e coletivas. **Objetivo:** Comparar níveis de composição corporal e risco cardíaco após 12 meses de treinamento. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de caráter comparativo, corte longitudinal; com critérios de inclusão: ser do sexo masculino, idade entre 25 - 40 anos, e estar lotado no BBS do CBMPB (Batalhão de busca e salvamento do Corpo de Bombeiros Militar da Paraíba) no período mínimo 1 ano. A amostra foi composta por N=30 (30,63±3,76 anos; 77,65±13,64kg; 1,74±0,05m) que foram submetidos a 2 avaliações físicas em momentos distintos porém com coletas de mesmo protocolo, tendo a segunda coleta realizada 12 meses após a primeira. O período de intervenção foi composto por treinamento físico militar. Os dados coletados consistiam em peso, estatura total, circunferência abdominal e circunferência do quadril e o risco cardíaco foi calculado por meio da relação cintura quadril (RCQ). A análise de dados foi calculada no SPSS versão 21, e utilizou-se o teste estatístico 't' de student para amostra pareadas com níveis de significância 5%. **Resultado:** De acordo com análise dos dados as variáveis que apresentaram uma correlação significativa ($p < 0,05$) foram as de peso ($p = 0,036$), cintura ($p = 0,036$) e quadril ($p = 0,01$), porém a análise da RCQ não teve uma diferença estatística substancial, pois a mesma apresentou um $p = 0,838$. **Conclusão:** O estudo, com base na amostra, permitiu concluir que o treinamento militar aplicado não foi capaz de promover mudanças consideráveis na RCQ, entretanto como a variável 'peso' obteve uma alteração notável, sugere-se uma análise semelhante, mas acrescentando a variável percentual de gordura (%G), seja usando adipômetro ou técnicas de bioimpedância, dessa forma poderemos observar se esse ganho se caracteriza como aumento da massa muscular adiposa.

Palavras-chave: Risco Cardíaco, Composição corporal, Militar, Cineantropometria.

Autor Correspondente: MAJ Katty Sabrina do Nascimento Silva, Email: sabrinabmpb@hotmail.com Tel: (083) 8890-3903, (083) 32185746