



B0193

PERFIL ANTROPOMÉTRICO E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE MULHERES MENOPAUSADAS
Valéria Bonganha (Bolsista CNPq) e Profa. Dra. Vera Aparecida Madruga Forti (Orientadora),
Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

O objetivo desta pesquisa foi caracterizar o perfil antropométrico e a composição corporal de mulheres na pós-menopausa, com ou sem utilização de terapia de reposição hormonal (TRH). Foram avaliadas 10 voluntárias com média de idade $56,5 \pm 8,31$ anos com e sem uso de TRH, não praticantes de atividade física regular. Para a análise do perfil antropométrico foram realizadas as coletas das medidas de peso, estatura, circunferências, cálculo do IMC e RCQ. Para a composição corporal foram realizadas medidas de dobras cutâneas e posteriormente realizamos o cálculo do % de gordura corporal. Também avaliamos a força isométrica através do teste de dinamometria em ambas as mãos, tração lombar, e flexibilidade que foi coletada por meio de um flexímetro e do teste de sentar e alcançar. Os resultados mostraram que na maioria das mulheres avaliadas (80%) estão acima dos níveis considerados ideais para os valores encontrados para IMC e RCQ e ambos trazem altos riscos para a saúde. Quanto ao % de gordura corporal foram encontrados níveis elevados. Concluindo, os resultados encontrados comprovaram que após o período da menopausa ocorreu um aumento do peso corporal nas mulheres independentemente da utilização ou não da TRH.

Menopausa - Perfil antropométrico - Composição corporal