



## RELAÇÃO ENTRE O PERFIL ANTROPOMÉTRICO E DIETA CONSUMIDA COMO RISCO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM HOMENS ADULTOS

**Suelen Dayane Pereira<sup>1</sup>; Gersislei Antonia Salado<sup>2</sup>**

**RESUMO:** Homens em idade adulta correm risco muito mais grave em apresentar doenças cardiovasculares quando apresentam distribuição de gordura corporal centralizada no abdome. Observa-se que na literatura científica há poucos estudos direcionados para esta classe de indivíduos, que estão em uma fase da vida altamente produtiva, competitiva e estressante, estando assim, mais propensos a desenvolver cardiopatias. Estes indivíduos quase sempre apresentam inadequações dietéticas, como consumo exagerado de alimentos ricos em gorduras saturadas, baixo consumo de frutas e verduras, e alto consumo de alimentos ricos em sódio. Portanto, a avaliação do perfil nutricional e da dieta consumida por indivíduos adultos, poderá oferecer informações importantes para guiar ações de orientações e prevenção do desenvolvimento de doenças cardiovasculares, e prevenir o agravamento das doenças já existentes. Objetivos: avaliar a dieta consumida por indivíduos do gênero masculino; determinar a localização da gordura corporal e sua possível relação com hábitos alimentares. Metodologia: seleção da amostra para a pesquisa será selecionada 100 indivíduos aleatoriamente com idade entre 30 a 60 anos, correspondendo a 20% de um universo de 500 funcionários do gênero masculino, de uma instituição de ensino superior da cidade de Maringá – PR. Peso, estatura, prega cutânea tricipital, prega cutânea bicipital, prega cutânea supra-iliaca, prega cutânea subescapular, percentual de gordura, massa magra, circunferência da cintura, IMC e a dieta será avaliada aplicando-se recordatórios de 24 horas, uma vez por semana, em dias considerados não-atípicos, por um período de quatro semanas. Serão avaliados os macronutrientes, carboidratos, proteínas e lipídios, as vitaminas: B12, folato, e fibras. Instrumentos: balança eletrônica, estadiômetro, caliper de Lange, fita métrica, índice de massa corporal será obtido pela divisão do peso atual pela altura ao quadrado, percentual de gordura corporal será calculado pela somatória das quatro dobras cutâneas, massa magra será calculada utilizando-se a fórmula:  $CMB = CB - (PCT \times 3,14)$ , Para avaliar a adequação das quantidades de macronutrientes e vitaminas serão utilizadas as recomendações das DRIs 2001. Para o cálculo da composição química dos alimentos consumidos na dieta será utilizado o software NUTRI LIFE – 2006. Resultados: os dados ainda não foram computados e submetidos à análise estatística.

**PALAVRAS-CHAVE:** Avaliação Nutricional; Dieta Consumida; Gordura Centralizada.

---

<sup>1</sup> Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR. Programa de Bolsas de Iniciação Científica do Cesumar (PROBIC). [suelenpnutri@gmail.com](mailto:suelenpnutri@gmail.com)

<sup>2</sup> Orientadora e Docente do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR. [gersislei@cesumar.br](mailto:gersislei@cesumar.br)