

**Análise da relação entre gordura abdominal e índice de massa corporal (IMC) em profissionais de uma Unidade de Alimentação e Nutrição do município de Porto Alegre-RS.**

**INTRODUÇÃO:** A obesidade é o resultado de diversas interações genéticas, ambientais e comportamentais. A distribuição de gordura de característica andróide e a presença de sobrepeso e obesidade é um preditivo de risco de doenças cardiovasculares, afetando a tolerância à glicose e nos níveis séricos de lipídeos.

**OBJETIVO:** Objetivou-se analisar a relação entre gordura abdominal e índice de massa corporal em profissionais de uma Unidade de Alimentação e Nutrição do município de Porto Alegre-RS. **MATERIAIS E MÉTODOS:** A amostra analisada era composta por 31 funcionários, com idade média de 30,51 (desvio padrão  $\pm 8,79$ ), sendo 58% (n=18) homens e 42% (n=13) mulheres. Para avaliar a distribuição de gordura corpórea foi utilizada a relação cintura-quadril (RCQ), obtida pela divisão dos perímetros da cintura (cm) e do quadril (cm), sendo analisados segundo Pereira et al, que preconiza os pontos de corte de 0,95 para homens e 0,80 para mulheres. Para avaliar o Índice de Massa Corporal (IMC) foram aferidos o peso e a altura, com o auxílio de fita métrica inelástica e balança do tipo Filizola, sendo os dados analisados segundo OMS. O consumo alimentar foi obtido por um recordatório de 24 horas e analisado no software DietWin Clínico, na versão 3.0. **RESULTADOS E**

**CONCLUSÕES:** Através dos resultados podemos observar que a média da RCQ no grupo das mulheres foi de 0,90 e no grupo dos homens foi de 0,93. A média dos IMC foi de 27,98 kg/m<sup>2</sup> para os homens e 27,8 kg/m<sup>2</sup> para as mulheres. Observamos que toda a amostra encontra-se em sobrepeso, segundo a classificação da OMS. Em relação à RCQ, as mulheres estão acima do padrão recomendado, tendo risco aumentado de doenças cardiovasculares. A partir dos resultados torna-se necessária uma mudança nos hábitos alimentares e a inclusão de atividades físicas para toda a amostra, especialmente o grupo das mulheres, pois além de sobrepeso estão com a RCQ elevada. É necessária uma intervenção nutricional, visando a reeducação dos hábitos alimentares, a promoção de uma vida saudável e a prevenção de doenças cardiovasculares.