

Regina Célia Denadai Madeira

Análise da Composição Corporal, Prática de Atividade Física e Dietas entre Modelos Adolescentes Brasileiras.

Orientador: Prof. Dr. Mauro Fisberg

Co-Orientador: Prof. Dr. Turíbio Leite de Barros Neto

Coordenador PG: Prof. Dr. José Roberto B. Jardim

Tese Universidade Federal de São Paulo, Escola Paulista de Medicina.

Título de Mestre em Ciências da Saúde

2002

Resumo: O presente estudo teve por objetivo analisar a composição corporal de modelos adolescentes brasileiras com relação à prática de atividades físicas e dietas. Por meio de avaliação física (peso, estatura e composição corporal) e questionário auto-aplicativo, foram avaliadas 203 modelos (idade média: $15,19 \pm 1,42$ anos) e 50 adolescentes do grupo controle, que não exerciam a profissão de modelo (idade média $14,08 \pm 2,03$ anos). Após a análise dos dados observou-se que no grupo de modelos (GM), 88,2% das adolescentes não possuíam risco nutricional imediato, pois apesar de apresentarem valores de IMC $< P50$ para idade e sexo (Must, 1991), seu percentual de gordura corporal situava-se dentro da faixa de normalidade (15-25%). Comparando-se às adolescentes do grupo controle (GC), observou-se que as modelos avaliadas apresentavam IMC significativamente menor (GM: $17,0 \pm 1,07 \text{ kg/m}^2$; GC: $20,2 \pm 2,11 \text{ kg/m}^2$), praticavam menos atividade física (GM: 60,4%; GC: 92,0%) e realizavam mais dieta para emagrecimento (GM: 32,2%; GC: 20,0%). O índice de realização de atividades físicas adequadas e dietas das modelos era baixo. Isso demonstrou que tais ações não interferem de forma significativa em sua composição corporal, sugerindo que suas características de peso, massa magra e percentual de gordura são de caráter constitucional, mais do que decorrentes de ações específicas para mantê-los.

Palavras-chaves: composição corporal, adolescência, exercício físico, dieta.

Body composition, physical activity and diet concerns among Brazilian adolescent fashion models.

Abstract: To analyze body composition of Brazilian adolescent fashion models in regard to physical activity and weight loss diet, 203 fashion models (mean age: 15.19 ± 1.42 years) and 50 adolescents of a control group (mean age: 14.08 ± 2.03 years) were evaluated by means of physical evaluation (weight, height and body composition) and self-report questionnaire. Collected data showed that in the models group (MG) 88.2% of them did not present immediate nutritional risk, because although they presented BMI values $< P50$ for sex and age (Must, 1991), their body fat percentage was in the normal range (15-25%). When comparing to the control adolescents (CG), it was verified that the evaluated models presented significantly lower BMI values (MG: $17.0 \pm 1.07 \text{ kg/m}^2$; CG: $20.2 \pm 2.11 \text{ kg/m}^2$). They also practiced less physical activity (MG: 60.4%; CG: 92.0%) and went on more diets (MG: 32.2%; GC: 20.0%). The indexes of adequate exercises and diets were low in the MG, showing that these actions did not significantly interfere in their body composition, thus suggesting that their weight, lean body mass and body fat percentage characteristics are more related to their body constitution, than to specific actions to keep in shape.

Key words: Body composition, adolescent, physical activity, diet