

**AValiação DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE PARTICIPANTES DO  
PROJETO PERDER PARA GANHAR**

Guilherme Bellenzier de Mello<sup>1</sup>

Guilherme Garutti Rossafa<sup>1</sup>

Juliana Benedetti Tavares<sup>1</sup>

Marina Concato Monteiro da Costa<sup>1</sup>

Victor Casado<sup>1</sup>

Suzana Souza Arantes Lanzieri<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

<sup>2</sup>Mestre em Ciências da saúde. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: [suzana@univag.edu.br](mailto:suzana@univag.edu.br)

**Introdução:** A avaliação da composição corporal é uma das etapas mais importantes para a melhor interpretação da atual condição de saúde do paciente. É possível realizá-la através de parâmetros práticos como o IMC, circunferências, dobras cutâneas, fórmulas estimativas e por meios mais convenientes, como a balança de Bioimpedância Elétrica (BIA). O Projeto Perder Para Ganhar apresenta a possibilidade do acompanhamento da composição corporal através da BIA, dos pacientes inscritos. Dessa forma, tem-se conhecimento dos percentuais de massa gorda (%MG) e de massa muscular (%MM), sendo possível a realização de diagnósticos nutricionais mais completos e abrangentes. **Objetivo:** Analisar a composição corporal de pacientes do projeto “Perder Para Ganhar - UNIVAG”. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, que utilizou dados secundários, oriundos de prontuários de pacientes atendidos por uma clínica integrada. Foram analisados 37 prontuários, de cada paciente participante do projeto “Perder para Ganhar - UNIVAG”, dos sexos feminino e masculino, adultos (18 a 59 anos) e idosos (60 anos ou mais). **Resultados:** Houve predominância de participantes do sexo feminino, com faixa etária entre 50 e 69 anos, aproximadamente metade da amostra relataram dormir oito horas ou mais por noite e praticar atividade física, 62,2% relataram não apresentar comorbidades, aproximadamente 95% dos participantes foram classificados com excesso de peso, 93,55% das mulheres e 100% dos homens apresentaram risco muito alto de comorbidades segundo a CC e todos os participantes possuem um percentual de gordura corporal muito alto. **Conclusão:** Esses resultados fornecem um panorama detalhado da condição de saúde dos participantes, o que evidenciam a necessidade de intervenções integradas voltadas à prevenção e controle do excesso de peso, com ênfase na mudança de estilo de vida, na promoção do autocuidado e no fortalecimento do caráter interdisciplinar do projeto.

**Palavras-Chave:** Composição corporal; Bioimpedância; Percentual de massa gorda.