

Relação entre composição corporal e força de preensão palmar: os efeitos da massa magra e massa gorda em indivíduos jovens das regiões brasileiras

Leandro de Deus Moreira¹, Guilherme de Lima Maciel¹; Letícia Matos Alves Freires¹; Cristina França Rodrigues¹; Anna Carolina Messias Nogueira¹; Patrícia Sardinha Leonardo Lopes Martins²; Jalsi Tacon Arruda².

1. Discente do curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA.

2. Docente do curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA.

RESUMO: A composição corporal é um fator essencial na avaliação da qualidade de vida e da saúde dos indivíduos, dada a sua importância para a prevenção e para o controle de várias doenças que estão intimamente relacionadas com a quantificação muscular, óssea e adiposa do corpo. Paralelamente força de preensão palmar tem sido amplamente utilizada como indicador da força muscular global e, por conseguinte, da integridade funcional dos indivíduos, a partir da avaliação da função motora dos membros superiores. É uma medida preditora de complicações clínicas e limitações físicas nos indivíduos, uma vez que é capaz de monitorar a potência muscular e aptidão física. Nesse sentido o objetivo desse trabalho é correlacionar a força de preensão palmar de indivíduos jovens com a composição corporal. Essa pesquisa tem caráter observacional, transversal e analítico, a população desse estudo é composta por indivíduos entre 18 e 28 anos de idade, de ambos os sexos, que já tenham participado da coleta de dados através da BIA (aparelho da Tera ScienceR). Os dados serão obtidos do banco de dados da empresa Tera ScienceR, os quais estão armazenados em nuvem, dessa forma o seu uso estará respaldado pelo termo de autorização de manuseio de dados. Com isso, espera-se identificar possíveis associações entre a força de preensão palmar e os componentes da composição corporal e assim contribuir para a formulação de recomendações mais precisas no que diz respeito à saúde muscular e consequentemente oferecer embasamento para o desenvolvimento de estratégias voltadas à promoção da saúde e ao condicionamento físico, especialmente em jovens adultos, promovendo prevenção e melhoria na qualidade de vida.

Palavras-chave:

Composição corporal. Força da mão. Índice de massa corporal.