

PREVENÇÃO DE DOENÇAS E AGRAVOS NÃO-TRANSMISSÍVEIS

A antropometria é um método de investigação em nutrição baseado na medição das variações físicas e na composição corporal global, permitindo a classificação nutricional de indivíduos e grupos.

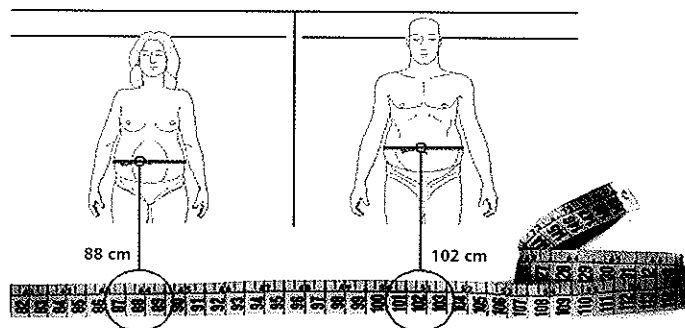
Nos procedimentos de diagnóstico nutricional de adultos, utiliza-se a classificação do Índice de Massa Corporal – IMC recomendado pela Organização Mundial de Saúde – OMS, por sua facilidade de obtenção, padronização e cálculo, e por sua capacidade de predição de riscos de morbi-mortalidade, especialmente em seus limites extremos. O IMC permite verificar a adequação do peso em relação à altura. Seu cálculo é realizado dividindo-se o peso em kg pela altura ao quadrado em metros, conforme a fórmula abaixo.

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Altura}^2 \text{ (m)}}$$

Os pontos de corte utilizados para classificação do estado nutricional de um adulto estão descritos abaixo.

< 18,5	Baixo peso
18,5 – 24,9	Peso normal
25 – 29,9	Sobrepeso
> 30	Obesidade

PERÍMETRO DA CINTURA PARA PREDIÇÃO DE RISCO PARA DCNT



Outro parâmetro que poderá ser utilizado para adultos com objetivo de complementar o diagnóstico nutricional é o perímetro da cintura. Este indicador afere a localização da gordura corporal. Esta medida permite uma avaliação aproximada da massa de gordura intra-abdominal e da gordura total do corpo.

É utilizada na avaliação da distribuição de gordura em adultos, visto que algumas complicações, como as doenças metabólicas crônicas, estão associadas à deposição da gordura abdominal, principalmente se os valores estiverem acima de 88cm para as mulheres e 102cm para os homens. Sua aferição é realizada utilizando uma fita inextensível na altura da cicatriz umbilical, conforme mostrado na figura acima.