



## **CORRELAÇÃO ENTRE A FORÇA DE MEMBROS INFERIORES E A MASSA LIVRE DE GORDURA, MASSA MUSCULAR ESQUELÉTICA E GORDURA CORPORAL DE PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR**

**Maria Clara DA SILVA NUNES<sup>1</sup>, Luiz Carlos MARQUES VANDERLEI, Jéssica MALEK DA SILVA**

### **Resumo:**

Este estudo teve como objetivo avaliar a correlação entre a força de membros inferiores e a composição corporal de participantes de um programa de reabilitação cardiovascular (RCV). Foram avaliados a composição corporal de 70 participantes ( $70,21 \pm 8,98$  anos; 39 do sexo masculino [55,71%]) inseridos em um programa RCV por meio da bioimpedância elétrica tetrapolar de onde foram obtidos: massa livre de gordura (MLG – kg e %), massa muscular esquelética (MME – kg e %) e gordura corporal (GC – kg e %). A força do músculo quadríceps foi mensurada por meio de um dinamômetro digital, considerando o maior pico de força entre três contrações isométricas máximas. A normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk. Para a análise dos resultados foi utilizada estatística descritiva e o teste de correlação de Spearman, devido à distribuição não paramétrica. CAAE: 35831220.8.0000.5402. Os participantes apresentaram média de MLG de  $48,27 \pm 9,78$  kg ( $63,95 \pm 11,80\%$ ), com 53 participantes (75,71%) classificados como “abaixo do ideal teórico”. A MME média foi de  $23,68 \pm 6,08$  kg ( $30,75 \pm 6,95\%$ ) e a média de GC foi de  $28,41 \pm 13,00$  kg ( $36,04 \pm 11,80\%$ ). O pico de força de quadríceps foi de  $36,38 \pm 11,96$  kg. A força apresentou correlação positiva moderada com a MLG ( $r=0,408$ ;  $p<0,001$ ), correlação positiva forte com a MME ( $r=0,525$ ;  $p<0,001$ ) e correlação negativa fraca com a GC ( $r=-0,282$ ;  $p=0,018$ ). Conclui-se que a força dos membros inferiores se correlaciona à composição corporal, com resultados que sugerem que valores mais elevados de MLG e MME estão relacionados a maior força de quadríceps, enquanto valores mais elevados de GC está relacionado a menor desempenho muscular. Esses achados reforçam a importância da avaliação da massa magra em conjunto com a força muscular para estimar a qualidade muscular e orientar o planejamento individualizado do treinamento em programas de reabilitação cardiovascular.

**Palavras-chave:** força muscular; composição corporal; bioimpedância; reabilitação cardiovascular.

**Comentado [U1]:** RETIRANDO ISSO VAI DEIXAR O TEXTO MAIS ADEQUADO AO TÍTULO - AVALIAR

**Comentado [U2]:** VERIFIQUE SE ESSE VALOR ESTÁ CORRETO, POIS FORAM MUITO ACIMA DA MÉDIA

**Comentado [JM3R2]:** Verifiquei e é isso mesmo, Prof.

<sup>1</sup> Discente do 4º termo do curso de fisioterapia na Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”. Aluna do laboratório de Fisiologia do Estresse sob orientação do Prof. Dr. Luiz Carlos Marques Vanderlei e da Profa. Ma. Jéssica Malek da Silva. E-mail: maria.s.nunes@unesp.br.