

ESTUDO DOS MÉTODOS DE AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA E DETERMINAÇÃO DE COMPOSIÇÃO CORPORAL EM ADULTOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ana Paula Bertasi Moro de Oliveira Neves
(Iniciante científica bolsista - Nutrição)
ana.neves@aluno.unifametro.edu.br

Larissa Tuane Gonçalves Costa
(Iniciante científica bolsista - Nutrição)
larissa.costa03@aluno.unifametro.edu.br

Maria Jaqueline da Silva
(Iniciante científica voluntário - Nutrição)
Maria.silva02@aluno.unifametro.edu.br

Sarah Stephanny Dantas Mendes
(Iniciante científica bolsista - Nutrição)
sarah.dantas@aluno.unifametro.edu.br

Teresa Larissa Furtado Martins
(Iniciante científica bolsista - Nutrição)
teresa.martins@aluno.unifametro.edu.br

Leonardo Furtado de Oliveira
(Professor orientador - Nutrição)
leonardo.oliveira@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Ensino, Pesquisa, Extensão em Educação.

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde.

Modalidade: Iniciação Científica.

RESUMO

Introdução: A iniciação científica é um programa implementado nas Instituições de Ensino Superior com o propósito de introduzir estudantes de graduação na pesquisa acadêmica, oferecendo suporte técnico e metodológico para a sua formação Calazans (2002). O presente estudo integra um projeto aprovado pelo Comitê de Ética da Unifametro em dezembro de 2024, cujo objetivo é comparar o percentual de gordura corporal obtido por meio da medição de dobras cutâneas e da mensuração da espessura de pontos de gordura por ultrassom. A pesquisa



visa identificar o método mais eficaz e com melhor custo-benefício para aplicações clínicas e esportivas, considerando fatores como precisão das medições, acessibilidade dos equipamentos e viabilidade na prática profissional. Atualmente, o projeto encontra-se na fase de coleta de dados, aplicando as medições no público-alvo para garantir um conjunto de informações sólido e comparativo. Além da execução da pesquisa, são realizados encontros recorrentes para o aprimoramento da escrita científica, nos quais são abordadas técnicas de estruturação de artigos acadêmicos, interpretação de dados e uso de ferramentas como Excel e Word, assegurando que os resultados sejam apresentados de maneira clara, precisa e alinhada às normas científicas. Este estudo é de grande relevância para profissionais e estudantes da área de Nutrição, pois busca fornecer embasamento científico para a escolha do método de avaliação mais adequado.

Objetivo: Relatar a experiência dos alunos na iniciação científica e seu contato inicial com a pesquisa acadêmica. **Metodologia:** Este relato configura-se como um estudo descritivo, fundamentado na experiência vivenciada por cinco discentes e um professor orientador participantes de um projeto de iniciação científica intitulado “Estudo dos Métodos de Avaliação Antropométrica e Determinação da Composição Corporal em Adultos”. A seleção dos integrantes foi realizada por meio da análise de cartas de intenção, seguida da formalização através da assinatura de contrato de participação. O projeto teve início em março de 2025, com encontros semanais destinados à discussão e aprofundamento dos temas relacionados. A atividade principal desenvolvida consistiu na análise da efetividade de um protocolo específico voltado para a avaliação da composição corporal, com o intuito de compreender sua aplicabilidade e confiabilidade no contexto prático. Para a coleta de dados e realização das avaliações, foram utilizados diversos instrumentos, incluindo adipômetro, bioimpedância, estadiômetro, fita métrica e ultrassom. A análise fundamentou-se em bases descritivas e teóricas, sendo esta última construída a partir de pesquisas em plataformas científicas reconhecidas, como PubMed e SciELO. **Resultados parciais e Discussão:** A participação no projeto de iniciação científica proporcionou aos discentes a vivência prática de técnicas antropométricas fundamentais para a avaliação da composição corporal. Durante a fase de coleta de dados, os estudantes tiveram a oportunidade de aplicar conhecimentos teóricos em um contexto real, manuseando equipamentos como adipômetro, ultrassom, fita métrica, estadiômetro e bioimpedância. A experiência prática permitiu compreender as particularidades e desafios de cada método, especialmente no que se refere à padronização das medições, necessidade de capacitação técnica e variabilidade. Um dos principais aprendizados foi o



manuseio do aparelho de ultrassom para aferição da espessura da gordura subcutânea, técnica ainda pouco difundida na prática nutricional, mas com potencial promissor devido à sua precisão e não invasividade. Contudo, observou-se que o custo elevado do equipamento e a curva de aprendizado mais acentuada podem representar entraves à sua ampla utilização em consultórios e academias. A troca constante entre os integrantes da equipe e o professor orientador também se mostrou essencial para o amadurecimento profissional dos discentes, estimulando o raciocínio crítico e a busca por embasamento teórico nas bases científicas. Além disso, os encontros periódicos voltados para a escrita acadêmica contribuíram para o desenvolvimento de habilidades como interpretação de dados, organização textual e domínio de ferramentas digitais, promovendo uma formação mais completa e alinhada às demandas da atuação em Nutrição. Por fim, o envolvimento direto na pesquisa científica despertou nos participantes um maior interesse pela produção de conhecimento e reforçou a importância da validação científica dos métodos utilizados na prática clínica e esportiva, especialmente no contexto da avaliação da composição corporal. **Considerações finais:** Durante a fase das coletas de dados, os estudantes tiveram a oportunidade de colocar em prática os conhecimentos obtidos de forma teórica, a partir da avaliação da composição corporal com o adipômetro, a bioimpedância e o ultrassom, principal método estudado na Iniciação Científica. Com isso, se fez possível o entendimento das particularidades de cada um desses métodos e suas diferentes formas de avaliação dos resultados, além da compreensão dos custos que cada um exige para a melhor utilização. Para que essas coletas fossem possíveis, reuniões semanais com o professor orientador se mostraram de extrema importância, ajudando os discentes a interpretar dados com mais eficiência. Ademais, as atividades realizadas na IC despertaram nos estudantes um grande interesse pela escrita acadêmica e para a pesquisa científica, contribuindo assim, para um avanço na compreensão e validação dos métodos antropométricos.

Palavras-chave: Nutrição; Antropometria; Composição corporal.

Referências:

LOPES, Maria Janice Pereira; SOUSA JÚNIOR, Dárcio Luiz de. Iniciação científica: uma análise de sua contribuição na formação acadêmica. *Revista Cesumar – Ciências Humanas e Sociais Aplicadas*, v. 23, n. 1, 2018. Disponível em: Revista Cesumar. Acesso em: 24 maio 2025.

