

TAREFA # 2

Cineantropometria na Educação Física -
IEFD04-09439

Cineantropometria Aplicada -
IEFD04-10887

- Com base nas informações abaixo, calcule a densidade corporal, percentual de gordura, gordura corporal em kg e massa livre de gordura
- Escolha as variáveis e as equações necessárias para os cálculos solicitados.
- Utilize para seus cálculos 5 casas decimais para o cálculo da densidade corporal (DC em $\text{g} \cdot \text{cm}^{-3}$), 1 casa decimal para o percentual de gordura (%), gordura corporal (kg) e massa livre de gordura (kg)

Dados para o Cálculo

- Sexo: masculino; Idade: 35 anos
- Massa corporal: 80,0 kg
- Dobras Cutâneas
 - Tórax: 10,0 mm
 - Tríceps: 8,0 mm
 - Subescápula: 15,0 mm
 - Abdomen: 25,0 mm
 - Coxa: 6,0 mm
 - Panturrilha: 4,0 mm

Equação Preditiva
Homens Adultos

- $Dc = 1,1125025 - 0,00131125 (X_a) + 0,0000055 (X_a)^2 - 0,0002440 (X_b)$

a = somatório das dobras cutâneas de tórax, tríceps e subescápula

b = idade em anos

$r = 0,89$ $SEE = 0,008 (D) \quad 3,6 (G\%)$

Pollock et al. (Compr. Ther. 6:12-17, 1980)

Equação Preditiva Mulheres Adultas

- $Dc = 1,0994921 - 0,0009929 (X_a) + 0,0000023 (X_a)^2 - 0,0001392 (X_b)$

a = somatório das dobras cutâneas de tríceps, supra espinhal e coxa anterior

b = idade em anos

$r = 0,84$ $SEE = 0,009 (D) \ 3,9 (G\%)$

Pollock et al. (Compr. Ther. 6:12-17, 1980)

Determinação da Gordura Percentual

$$G \% = \frac{497,1}{DC} - 451,9$$

Brozek, J; Grande, E.; Anderson, J.T. & Keys, A. Densitometric analysis of body composition: revision of some quantitative assumptions, Annals of the New York Academy of Sciences, 110: 113-140, 1963

TAREFA 2b

Artigos sobre o Tema

- Faça uma procura na Internet e encontre três artigos originais de pesquisa que tenham usado qualquer equação de predição da densidade corporal ou gordura corporal, com base em dobras cutâneas
- Informe os autores, nome da revista, número, volume, número das páginas e ano de publicação de cada um dos artigos encontrados
- Acrescente na sua pasta um cópia dos artigos em pdf.