

## **44649 - PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS LAPEX 2021: AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL E FISIOLÓGICA PARA ESPORTE E REABILITAÇÃO FÍSICA**

**Autor:** Renata Rovani Hoffmann e Rodrigo Quevedo

**Coautores:** Daniel Nóbrega de Moraes, Guilherme Gomes da Rocha, Cláudio Antônio Antônio Severo Gonçalves, Giovani dos Santos Cunha, Jeam Marcel Geremia e Alex De Oliveira Fagundes

**Coordenadora:** Clarice Sperotto dos Santos Rocha

O projeto é desenvolvido no Laboratório de Pesquisa do Exercício (LAPEX) da ESEFID/UFRGS e tem como objetivo oferecer à comunidade interna e externa da UFRGS avaliações fisiológicas, cardiorrespiratórias e de composição corporal para atletas e não atletas, sedentários e indivíduos em reabilitação física. Seus resultados, além de servirem de referencial para identificar e prevenir fatores de risco e para o acompanhamento da progressão do treinamento, podem aprimorar a prescrição de exercício individualizado. Dentre as avaliações, estão a Ergoespirometria, que avalia a capacidade cardiorrespiratória do indivíduo; o Eletrocardiograma, onde são observados os comportamentos da frequência cardíaca e da pressão arterial e suas alterações. Já a Antropometria e a Bioimpedância são avaliações da composição corporal e mensuram os componentes corporais, constituídos de tecido adiposo, muscular, ósseo e residual, por meio de técnicas não invasivas e indolores. O agendamento das avaliações é realizado por e-mail ou telefone e os testes são feitos pela equipe de avaliação. Após o agendamento, são disponibilizadas orientações para a realização das avaliações e a entrega do laudo é de cinco dias úteis. Como caráter educacional, o projeto oportuniza aos alunos bolsistas e voluntários a compreensão de como variáveis fisiológicas estudadas nas disciplinas da graduação são utilizadas na prática. A equipe também ministra aulas práticas para a graduação, participa de reuniões de planejamento juntamente com coordenadores e servidores técnicos, organiza visitas de escolas e universidades ao LAPEX, apresenta trabalhos em eventos científicos e participa de projetos de pesquisa desenvolvidos no laboratório. Enquanto as atividades presenciais não estão liberadas, o projeto continua de forma remota, com reuniões semanais dos coordenadores com a equipe para organizar as atividades, estabelecer as metas do ano e atualizar os protocolos de avaliação e escrita de artigos científicos com dados coletados pela equipe previamente à pandemia.