



**EJA**

**CANAL SEDUC-PI5**



PROFESSOR (A):

**GEÓRGIA  
SOARES**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO  
FÍSICA**



AULA Nº:

**05**



CONTEÚDO:

**IMC**



DATA:

**13.03.2020**

## NA PRÓXIMA AULA

# BIÓTIPOS



Canal  
Educação  
PROGRAMA DE MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA

## ROTEIRO DE AULA

- Responder a Atividade dos alunos elaborada para casa;
- Explicar sobre o conteúdo IMC
- Objetivos:  
Reconhecer o IMC e avaliar conforme a classificação;
- Recursos: slides

# IMC

O IMC tem sido recomendado pela OMS(11) como um indicador da gordura corporal por ser obtido de forma rápida e praticamente sem custo nenhum.

O IMC não é capaz de apresentar informações da composição corporal de um indivíduo, além demonstrar uma baixa sensibilidade na identificação do excesso de gordura corporal.

Novo índice - Índice de Adiposidade Corporal (IAC) com o propósito de substituir o Índice de Massa Corporal (IMC) na identificação do desenvolvimento de doenças crônica não transmissível

O índice de massa corpórea (IMC), é calculado através da relação entre peso e estatura, é expresso em Kg/m<sup>2</sup>, fornece a medida mais útil de obesidade em relação à população (Duarte, 2007).

O índice de massa corporal (IMC) é um dos índices mais utilizados na área da composição corporal, e é caracterizado como a divisão do peso pela altura elevada ao quadrado, no qual o peso corporal é expresso em kg e a altura em m<sup>2</sup> (Barbosa, 2013):

$$IMC = \frac{Kg}{m^2}$$

Dessa forma o IMC pode ser utilizado isoladamente para fornecer a medida de obesidade no nível populacional. Mas quando aplicado na prática clínica, IMC deve ser associado em conjunto a outras medidas de composição corporal (Duarte, 2007).

Esse parâmetro determina de forma rápida o estado nutricional, particularmente em adultos, tendo valor diagnóstico e prognóstico.

Adolf Quetelet, matemático, astrônomo e estatístico belga nascido na cidade Gent em 1796, foi o vanguardista a estudar as características físicas do homem e as habilidades sociais.

Entre 1831 e 1832 ele executou o que foi avaliado como o primeiro estudo transversal em recém-nascidos e crianças a partir da altura e do peso.

Quadro 1 - Classificação do estado nutricional de adultos de acordo com o Índice de Massa Corporal.

IMC	CLASSIFICAÇÃO
< 18,5	Peso Baixo
18,5 – 24,9	Peso Normal
25,0 – 29,9	Sobrepeso
30,0 – 34,9	Obesidade (Grau I)
35,0 – 39,9	Obesidade Severa (Grau II)
≥ 40,0	Obesidade Mórbida (Grau III)