



# Força muscular e perfil antropométrico em adolescentes com e sem resistência insulínica

## AUTORES

Frederico Bento de Moraes Junior  
Larissa Rosa da Silva  
Wendell Arthur Lopes  
Maiara Cristina Tadiotto  
Rosana Bento Radominski  
Neiva Leite

Núcleo de Pesquisa em Qualidade de Vida (NPV)  
- Departamento de Educação Física - Universidade  
Federal do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.

## CONTATO

*freddjr@hotmail.com*

Rev Bras Ativ Fis Saude 24(suppl 1):42

**Resumo:** A exposição ao excesso de peso na adolescência relaciona-se ao maior risco de desenvolver resistência insulínica (RI). A força muscular (FM) tem sido destacada como fator de proteção a diversos fatores de risco em indivíduos sedentários. Este estudo comparou os níveis de FM em adolescentes com excesso de peso, conforme a RI presente (Com-RI) ou ausente (Sem-RI). Participaram 41 meninos sedentários, entre 13 e 17 anos, avaliados quanto à massa corporal (MC), estatura, circunferência abdominal (CA) e o percentual de gordura (%G) por meio de densitometria (DEXA). Avaliaram-se FM de membros superiores (supino e rosca direta) e inferiores (leg press) pelo teste de uma repetição máxima (1RM). Calcularam-se os índice de massa corporal (IMC) e escore z (IMC-z). Analisaram-se a glicemia e insulinemia em jejum, calculou-se o índice Homeostasis Metabolic Assessment (HOMA-IR) para dividir os adolescentes em dois grupos: Sem-RI (n = 20) e Com-RI (n = 21). Utilizou-se o teste-t independente para as comparações, com significância  $p < 0,05$ . As médias de idade, MC e estatura foram semelhantes entre os grupos. Os adolescentes Com-RI apresentaram maiores médias de IMC, IMC-z, CA e %G quando comparados ao Sem-RI ( $p < 0,001$ ). Quanto à FM, não foram encontradas diferenças para FM de membros inferiores entre os grupos, porém após correções pela MC, o grupo Sem-RI apresentou maiores médias de FM em membros superiores e inferiores em relação aos Com-RI ( $p < 0,001$ ). Conclui-se que meninos sedentários com perfil metabólico inadequado apresentaram pior perfil antropométrico, composição corporal e menor FM, demonstrando a importância de melhorar a aptidão física para redução de co-morbididades.

**Palavras-chave:** Aptidão física; Antropometria; Composição corporal



Este obra está licenciado com uma Licença  
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-  
CompartilhaIgual 4.0 Internacional.



# XII CBAFS