

CINEANTROPOMETRIA  
Avaliação 1  
Duração 90 min – Valor Total = 24 pontos

Nome e Rúbrica..... Matrícula .....

a) Marque com um **V** a afirmativa verdadeira e com **F** a afirmativa Falsa (0,5 cada – total 8,0).

1. ( F ) O método “gold standard” da composição corporal é o da equação de Pollock, que se baseia no modelo anatômico de dois compartimentos – massa de gordura e massa livre de gordura.
2. ( V ) O modelo químico de dois compartimentos é baseado nos pressupostos de que a densidade da massa livre de gordura é constante e é igual a  $1,1000 \text{ g.cm}^{-3}$  @  $36^\circ \text{ C}$ .
3. ( F ) O modelo químico de dois compartimentos é baseado no pressuposto de que a densidade da massa de gordura é constante e maior do que a densidade da massa de livre de gordura.
4. ( F ) A densidade corporal (em  $\text{g.cm}^{-3}$ ) é calculada pela razão da massa dividida pela estatura.
5. ( V ) Uma das limitações da determinação da densidade corporal pelo método da hidrodensitometria é de que a densidade óssea dos idosos é menor do que o adulto normal.
6. ( F ) A ectomorfia é definida como a gordura relativa do indivíduo.
7. ( V ) O cálculo da mesomorfia utiliza as medidas antropométricas perímetro de panturrilha, perímetro do braço tenso e flexionado, dobra cutânea de tríceps, dobra cutânea de panturrilha, diâmetro do úmero e do fêmur e estatura.
8. ( V ) A medida da dobra cutânea é feita a partir da medida da espessura da dupla camada de pele mais tecido adiposo subcutânea (sem músculo), destacada com os dedos polegar e indicador.
9. ( F ) Na medida da dobra cutânea as garras do adipômetro devem estar a dois centímetros de distância dos dedos indicador e polegar e a medida deve ser realizada em apenas 3 segundos.
10. ( V ) Na medida de estatura, deve-se orientar a cabeça do indivíduo a ser medido em relação ao Plano de Frankfurt que é um plano imaginário que passa pelos pontos anatômicos tragion e orbitale e que deve estar paralelo à superfície da chão.
11. ( F ) As medidas de dobra cutânea abdominal, subescapular e de tríceps devem ser realizadas verticalmente em relação ao eixo longitudinal do corpo.
12. ( V ) O ETM relativo é calculado a partir da divisão do ETM absoluto pela média de todos os valores usados, ou seja, se forem usados 10 sujeitos medidos duas vezes, a média é calculada para as 20 medidas.
13. ( V ) O termo Cinenatropometria é derivado dos radicais gregos Kinen, Anthropos e Metren que significam respectivamente Mover, Homem e Medida.
14. ( F ) A curva de distância de crescimento (estatura) informa a velocidade do crescimento do indivíduo em dado momento.
15. ( V ) Na curva de velocidade da variável estatura, o **eixo Y** representa o valor em centímetros por ano e o **eixo X** a idade em anos ou meses do indivíduo medido.
16. ( V ) Na curva de distância da variável estatura, o **eixo Y** representa o valor em centímetros e o **eixo X** a idade em anos ou meses do indivíduo medido.

CINEANTROPOMETRIA  
Avaliação 1

Responda objetivamente (total 16 pontos)

17. Se você estivesse analisando duas curvas de velocidade e na **primeira** a idade do pico de velocidade de estatura **fosse de 11 anos** e na **segunda a fosse de 12 anos**, assumindo que as curvas representassem valores médios para cada sexo, qual você arriscaria dizer que seria de meninas? Por que? (1,0)

Resposta: a primeira pois elas atingem o pico de crescimento antes do meninos, As meninsa amadurecem primeiro.

18. Considerando a curva de velocidade do crescimento (estatura), quando é observado o estirão do ganho de força em meninos, antes, durante ou após o pico de crescimento em estatura? (1,0)

Resposta: após o pico de crescimento de estatura

19. Em média as meninas têm um valor de pico de crescimento de estatura (em cm/ano) maior ou menor que os dos meninos? (1,0)

Resposta: menor do que os dos meninos

20. Identifique todas as medidas usadas nos cálculos do primeiro componente do somatotipo segundo o método de Heath-Carter. (1,0)

Resposta: dobras cutâneas de tríceps, subescapular e supraespinhal e estatura

21. Descreva como é feita a medida de dobra cutânea do tríceps segundo a recomendação da ISAK. Inclua: (a) marcação dos pontos anatômicos de referência; (b) descrição do sítio usado para a medida; (c) tipo de equipamento usado; (d) técnica da medida e posição do avaliador – mão, compasso etc. (4,0) (1 ponto para cada item)

Resposta: (a) marca-se o ponto anatômico acromiale (bordo mais lateral e superior do acrômio e ponto radiale no bordo superior e lateral da cabeça do rádio). O ponto está localizado no ponto médio entre os dois pontos anatômicos aromial e radilae (mid-acromiale-radiale). (b) O sítio situa-se no ponto mid-acromiale-radiale e a dobra é vertical na superfície sobre o tríceps. (c) Compasso de dobras cutâneas que dispões de duas garras e uma mola que permite uma pressão constante de  $10 \text{ g.mm}^{-2}$ . (d) destaca-se a dobra verticalmente com os dedos indicador e polegar colocando-se as garras do compasso a um centímetro dos dedos e perpendicular à dobra. Faz-se a medida após dois segundos com o compasso na posição da medida, sem soltar a dobra, estando o avaliador atrás do avaliado com os braços ligeiramente flexionados, destacando-se a dobra com o a mão esquerda com o cotovelo alto e a mão voltada para baixo.

22. Qual a diferença entre um compasso usado para medir diâmetro ósseos e o para medir dobra cutânea com relação à pressão de suas garras? (1,0)

Resposta: o compasso de dobra cutânea tem uma mola que aplica uma pressão constante de  $10 \text{ g.mm}^{-2}$

23. Defina sucintamente os três componentes do somatotipo segundo o método de Heath-Carter (3,0 pontos) (1 ponto para cada)

Resposta: endomorfia = gordura relativa; mesomorfia: desenvolvimento muscular e esquelético ourobustez músculo-esquelética e estomorfia linearidade relativa

CINEANTROPOMETRIA  
Avaliação 1

24. Qual a diferença entre uma curva de velocidade e de distância usando como referência a medida de estatura? O que estas curvas informam e o que representam seus eixos x e y? Que informação importante podemos obter com a curva de velocidade da estatura? (4,0) (2 pontos para cada)

Resposta: Considerando a variável estatura, a curva de velocidade demonstra a velocidade de crescimento do indivíduo ao longo dos anos e é expressa em cm por ano (eixo y) e idade em anos ou meses ( eixo x). Com esta curva pode-se determinar o pico da velocidade de crescimento de uma variável (Ex.: PHV – peak height velocity ou pico de velocidade de estatura) e observar o estirão do crescimento. A curva distância informa o valor alcançado (Ex.: estatura alcançada) em cm em uma determinada idade.