

SILVA, Amanda Gomes Albuquerque da. Percepção da imagem corporal entre os praticantes de atividade física de uma academia do Município de Atibaia – SP. Bragança Paulista, SP: FESB, 2017. (IMPRESSO)

RESUMO

A imagem corporal é formada logo quando criança, quando aprendemos a reconhecer a nossa imagem e então é formada através dos primeiros contatos com outras pessoas, sejam na escola, clubes, entre outros lugares e a partir daí o indivíduo começa a se comparar com outras pessoas, podemos desencadear uma insatisfação com a imagem corporal. O presente estudo teve como objetivo avaliar a percepção da imagem corporal entre os praticantes de atividade física, com intuito de analisar a presença de insatisfação e distorção da imagem associados ao tempo de permanência no ambiente de treinamento. A amostra foi composta por 28 indivíduos sendo 23 do gênero feminino e 5 do gênero masculino. Foi aplicado um questionário simples (ANEXO B) e em seguida foi solicitado para que o praticante apontasse em uma escala de 15 cartões de silhuetas qual melhor o representava no momento e como ele gostaria de estar, foi analisado também o tempo de permanência no ambiente de treinamento. Com base nos dados obtidos nesta pesquisa foi possível observar a presença de insatisfação e distorção da imagem corporal, em 71,43% dos praticantes de atividades físicas apresentavam-se insatisfeitos com a imagem e 28,57% não apresentavam insatisfação com a imagem esses dados foram associados ao tempo de permanência no ambiente de treinamento que podemos observar que a média foi de 6hr/s. Então podemos concluir que quando mais insatisfeitos o indivíduo se encontra com a própria imagem. Maior será a busca por métodos que o façam atingir o objetivo desejado sendo assim, maior irá ser o tempo de permanência em academias.