

PERCEPÇÃO E SATISFAÇÃO CORPORAL EM ADOLESCENTES ESCOLARES E A RELAÇÃO COM A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO

LEANDRO AUGUSTO DUTRA SILVA ¹

CAIO CESAR MATIAS SOUZA ²

THAÍS BEZERRA ARANHA ³

RESUMO

A cada dia que passa os jovens se preocupam mais com a imagem e a satisfação do corpo, esses elementos são importantes para autovalorização, podendo ser mantida ou melhorada com a prática regular de atividades físicas. O objetivo desse estudo é caracterizar e relacionar a percepção, satisfação corporal em adolescentes com a prática de exercício físico. A amostra foi constituída por adolescentes que estudam em um colégio particular situado na cidade de Campina Grande – Agreste Paraibano, com um total de 91 alunos entrevistados sendo (50 entrevistados do sexo masculino e 41 do sexo feminino) com idade média (15,38 $\pm$ 1,05), onde o entrevistado que detinha a menor idade 14 anos e o maior 17 anos. Para determinar a imagem corporal e da prática de exercício físico, os alunos responderam um questionário online, Estilo de Vida de Jovens Brasileiros, através de sete silhuetas corporais e perguntas onde classificavam a sua prática de atividade física. Para caracterizar as variáveis estudadas foi verificado, média e desvio padrão, mínimo, máximo, frequência e o percentual. E para avaliar a correlação das variáveis foi utilizado o teste de Correlação de Spearman devido a não normalidade dos dados. Os dados desse estudo foram tratados através do programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 18.0 para Windows. Assim 50% do sexo masculino se identificou com a imagem 4(mais robusta), já 51% do sexo feminino gostaria de ter a imagem 3(mais magra), mostrando que as meninas desejam um corpo mais magro que os meninos. O índice de insatisfação é maior que o de satisfação, tanto masculino como feminino com 56,0% e 56,1% respectivamente, em relação ao índice de insatisfação, mostrou que ambos, 64% para os meninos e 83% para as meninas, desejam um corpo mais magro do que aquele que tem. Em

relação a pratica de exercícios físicos, 58% do sexo masculino disseram que nunca praticam exercícios fora da escola e 30% praticam exercícios físicos raramente. E apenas 2% praticam exercícios todos os dias, já; 93% do sexo feminino nunca praticam exercícios físicos fora da escola e apenas 2% informaram que praticam exercício as vezes. A correlação da pratica de exercícios e a percepção da imagem corporal, nos mostra que para o gênero masculino existe uma fraca relação negativa, para o gênero feminino existe um relação positiva fraca entre a prática de exercícios físicos, ou seja, quanto mais pratica exercícios melhor ela associa a sua percepção de imagem corporal. Palavras-Chave: Imagem Corporal. Exercício Físico. Adolescentes.

Palavras-chave: IMAGEM CORPORAL, EXERCÍCIO FÍSICO, ADOLESCENTES.

¹ CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA - FUNDAÇÃO OSVALDO ARANHA - RJ, leodutraprofessor@gmail.c;

² UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA, caiocms@live.com;

³ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA, thais-aranha@hotmail.com;