

- XXVII Seminário de Iniciação Científica
- XIV Seminário Integrado de Ensino,  
Pesquisa e Extensão - SIEPE



## RELAÇÃO ENTRE COMPOSIÇÃO CORPORAL E A PERCEÇÃO DA AUTOIMAGEM EM PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO DO MEIO OESTE CATARINENSE

Pesquisador(es): AMORA, Maieli da Silva; ZAGO, Ederlei

Instituição de Ensino Superior/Curso: Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc),  
Curso de Educação Física

Área: Área das Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** A percepção da imagem corporal é a forma em que o indivíduo percebe seu próprio corpo, essa percepção vai sendo desenvolvida e reavaliada continuamente durante sua vida. **Objetivo:** O objetivo da pesquisa foi verificar a relação entre composição corporal e a percepção da autoimagem em praticantes de exercício físico em academias do meio Oeste Catarinense, por meio da escala de silhuetas. **Método:** A amostra foi composta por 78 indivíduos com idades de 15 a 74 anos, do sexo feminino e masculino. O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa estatística descritiva e absoluta. Os dados foram coletados através questionário formulado no Google Forms, com perguntas objetivas e descritivas sobre conjunto de silhuetas propostas por Stunkard et al. 1983 (KAKESHITA e ALMEIDA, 2006), enviado via Facebook e Whatsapp para os indivíduos participantes da pesquisa. Foram investigados 78 indivíduos, sendo 73,08% (n=57) do sexo feminino e 26,92% (n=21) do sexo masculino, com média de idade de 31 anos ( $\sigma$  10,76; min.15; max.74). A análise estatística dos dados coletados realizou-se através de estatística descritiva e absoluta com média e desvio padrão. **Resultados:** Os resultados da pesquisa com relação a classificação da média do IMC geral foi de 25,69 kg/m<sup>2</sup>. Comparando separadamente, para o sexo feminino a média do IMC é de 24,8 kg/m<sup>2</sup> e a média do IMC do sexo masculino é de 26,85 kg/m<sup>2</sup>. Segundo a OMS, o IM ideal é de 18,5 a 24,9

- XXVII Seminário de Iniciação Científica
- XIV Seminário Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão - SIEPE



kg/m<sup>2</sup>. Desta forma, os indivíduos do sexo feminino estão com o IMC considerado ideal, enquanto os do sexo masculino estão acima do ideal. Em relação a silhueta atual do sexo feminino 30% (n= 17) tem a silhueta de número 4 e 42% (n=24) gostariam de ter a silhueta de número 3. Os investigados do sexo masculino 29 % (n=6) tem silhueta 5 e 38% (n=8) almejam ter a silhueta de número 4. **Conclusão:** Conclui-se que a maioria dos indivíduos do sexo masculino 38% e 42% do sexo feminino desejam uma silhueta diferente da atual, mostrando insatisfação com sua imagem corporal. A maioria dos indivíduos (70,5%) relata que comparam seu corpo com pessoas do seu cotidiano, 53,8% afirmam que comparam seu corpo com indivíduos que aparecem na televisão e revistas e 55,1% dos participantes relatam que seu familiares as vezes elogiam ou criticam sua forma física e aponta que a maioria dos indivíduos gostaria de possuir uma silhueta diferente da que se encontram atualmente.

**Palavras-chave:** Atividade Física. Composição Corporal. Imagem Corporal.

**E-mails:** maieliamora@yahoo.com.br; ederlei.zago@unoesc.edu.br.

