

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E FATORES LIGADOS À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS (APOIO UNIP)

Aluna: Francieli Pires Barbosa

Orientador: Prof. Dr. Marcelo Callegari Zanetti

Curso: Psicologia

Campus: São José do Rio Pardo

A preocupação com a estética corporal tem feito com que muitos indivíduos procurem cada vez mais por academias de ginástica a fim de alcançar o corpo desejado, podendo ser influenciados por diversos meios, fazendo muitas vezes, desses ambientes, uma prioridade em suas vidas. Tal prioridade pode acabar gerando a compulsão por exercícios físicos e alguns distúrbios de imagem corporal, tais como vigorexia, bulimia e anorexia nervosa, podendo acometer tanto homens quanto mulheres. Nesse sentido, nosso objetivo foi investigar o comportamento dos indivíduos ante as atividades físicas e quais transtornos e impactos negativos podem ser adquiridos pela prática desenfreada dessas atividades. Pelos poucos ou até mesmo inexistentes profissionais da área da Psicologia do Esporte dentro desses ambientes, houve o interesse de realizar este projeto a fim de relacionar aspectos fisiológicos e psicológicos. Como proposta metodológica, investigamos 100 sujeitos (50 homens e 50 mulheres) e todos os professores das academias, por meio de um questionário estruturado. A pesquisa foi de natureza quali-quantitativa com delineamento transversal e os dados foram coletados em três academias de ginástica e musculação da cidade de Santa Cruz das Palmeiras-SP. De acordo com os dados coletados, grande parte dos indivíduos é influenciada pela mídia e há sentimentos negativos quando não atingem o corpo que desejam. Nota-se, também, ausência de acompanhamento por parte de educadores físicos junto aos alunos em relação a essas questões, além de os alunos priorizarem as atividades físicas antes de qualquer outra coisa. Com tais resultados percebemos a necessidade de se desenvolver um projeto de orientação e intervenção nas academias de

ginástica e musculação para evitar e/ou minimizar possíveis problemas relacionados à prática desenfreada de atividades físicas, bem como consequências negativas de ordem psicológica e social.