

## **ANÁLISE DE AUTOIMAGEM CORPORAL DE PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA**

**Autores:** Profa. Dra. Ana Lúcia Ribeiro Salomon, Prof. Dr. Misael Rabelo de Martins Custódio, Profa. Dra. Renata Costa Fortes, Profa. Patrícia de Souza Kanno e Fábio Rodrigues Chaves Cavalcante

A palestra objetiva relatar resultados de um estudo que visou comparar o nível de insatisfação corporal de praticante de atividade física ao consumo de suplementos alimentares e outros meios de alteração e modificação da imagem corporal, em uma academia de musculação da cidade de Águas Claras - DF. Participaram do estudo 37 indivíduos, média de idade de  $30,32 \pm 6,21$  (anos), média de Índice de Massa Corporal (IMC) de  $25,32 \pm 3,36$  ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ), sendo 43,24% ( $n=16$ ) homens e 56,76% ( $n=21$ ) mulheres. Realizou-se avaliação antropométrica por meio de aferição da massa corporal, estatura, posteriormente cálculo do IMC e percentual de gordura corporal. Aplicou-se a escala com quinze silhuetas e questionário de frequência e consumo de suplementos. Para análise estatística, dividiram-se os participantes em dois grupos, masculino e feminino, e realizou-se o teste T. Solicitou-se que as pessoas indicassem qual silhueta correspondia ao seu corpo atualmente e qual gostariam de atingir. Homens e mulheres apresentaram valores de significância para insatisfação corporal, em que se mostrou que a satisfação com a imagem corporal está associada ao prazer de possuir um corpo escultural; os objetivos por sexos são distintos, sendo que para mulheres, o corpo ideal é magro, enquanto para os homens, maior definição e volume muscular. Conclui-se que ambos os sexos apresentam insatisfação com a imagem corporal e buscam na atividade física um meio de alterar sua composição corporal e motivação para essas mudanças físicas, sendo as mulheres o grupo que mais consome suplementos em relação aos homens.