

PERCEPÇÃO CORPORAL, ATITUDE SOCIOCULTURAL E INFLUÊNCIA DA MÍDIA EM *CROSSFIT*: UMA VISÃO DO NUTRICIONISTA (APOIO UNIP)

Aluna: Katia Ramalho

Orientadora: Profa. Dra. Carolina Menezes Ferreira

Curso: Nutrição

Campus: Vergueiro

As pressões sociais podem ser geradoras de estresse e ansiedade e constituírem um risco para práticas insalubres de controle de peso, desordens alimentares e comportamentais como anorexia, bulimia, vigorexia, entre outras. O Crossfit® tem sido uma estratégia muito utilizada com a finalidade estética e está entre as três maiores tendências de *fitness*, desde 2013. Assim, esta pesquisa teve como objetivo avaliar a influência dos fatores sociais e da mídia na percepção corporal em praticantes de Crossfit®. Foi realizada em dois Box de Crossfit® na cidade de São Paulo; foram avaliados 44 praticantes da modalidade, 19 homens e 25 mulheres. Realizou-se avaliação antropométrica para a verificação do índice de massa corporal (IMC) e percentual de gordura corporal por aferição de dobras cutâneas, segundo o protocolo de Faulkner (1968), foi aplicado o questionário *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire – SATAQ – 4*, para a análise dos ideais internalizados e pressões sociais. As informações coletadas foram tratadas e avaliadas com base no cruzamento dos dados antropométricos obtidos e dos ideais internalizados, associado aos fatores que mais influenciam esses praticantes em sua busca por um corpo ideal. A pesquisa conclui que esses praticantes associam a ideia de um corpo magro e atlético à ideia de sucesso e projeção social e, mesmo eutróficos e com níveis de gordura abaixo da média, estes ainda buscam atender as expectativas geradas pela visão de corpos magros e bem delineados a que são expostos todos os dias em redes sociais, propagandas e outros meios de comunicação.