

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

LEANDRO AUGUSTO DUTRA SILVA <sup>1</sup>

CAIO CESAR MATIAS SOUZA <sup>2</sup>

THAÍS BEZERRA ARANHA <sup>3</sup>

### **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

rela&ccedil;&atilde;o a pratica de exerc&iacute;cios f&iacute;sicos, 58% do sexo masculino disseram que nunca praticam exerc&iacute;cios fora da escola e 30% praticam exerc&iacute;cios f&iacute;sicos raramente. E apenas 2% praticam exerc&iacute;cios todos os dias, j&aacute; 93% do sexo feminino nunca praticam exerc&iacute;cios f&iacute;sicos fora da escola e apenas 2% informaram que praticam exerc&iacute;cio as vezes. A correla&ccedil;&atilde;o da pratica de exerc&iacute;cios e a percep&ccedil;&atilde;o da imagem corporal, nos mostra que para o g&ecirc;nero masculino existe uma fraca rela&ccedil;&atilde;o negativa, para o g&ecirc;nero feminino existe um rela&ccedil;&atilde;o positiva fraca entre a pr&aacute;tica de exerc&iacute;cios f&iacute;sicos, ou seja, quanto mais pratica exerc&iacute;cios melhor ela associa a sua percep&ccedil;&atilde;o de imagem corporal. Palavras-Chave: Imagem Corporal. Exerc&iacute;cio F&iacute;sico. Adolescentes.

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

---

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

<sup>2</sup> UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA, caiocms@live.com;

<sup>3</sup> UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA, thais-aranha@hotmail.com;