O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E A SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM UNIVERSITÁRIOS.

Autor(res)

Phelipe Henrique Cardoso De Castro
Gustavo Rodrigues Da Silva
Miriam Santos Da Silva

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA (LEME/PIRASSUNUNGA)

Introdução

É bastante documentado na literatura que a prática de atividade física é grande importância para a manutenção de uma vida saudável. (GUALUANO e TINUCCI, 2012; RECH et al., 2010). Contudo, esse conhecimento não parece ser suficiente, já que se observam altos níveis de inatividade física e comportamento sedentário na população brasileira (MIELKE et al., 2015). Pesquisas apontam o nível de satisfação da imagem corporal como um componente associado ao nível de atividade física das pessoas (HOSSEINE & PADHY, 2021) importante de ser observado. A imagem corporal pode ser definida como a percepção resultante das avaliações sobre si mesmo somada às do meio externo. (BARROS, 2005). Altos níveis de inatividade física e insatisfação corporal estão documentados entre jovens (SMITH-MENEZES et al., 2012; CUREAU et al., 2016). O que é preocupante, pois é nessa fase que hábitos cotidianos serão consolidados e decisões importantes serão tomadas, como o ingresso na faculdade.

Objetivo

Diante de todas essas evidências, esta pesquisa tem em vista a hipótese de que os universitários possuem baixo nível de atividade física, além de apresentarem insatisfação corporal, portanto, o objetivo deste presente estudo é avaliar o nível de atividade física e satisfação corporal entre universitários

Material e Métodos

O presente estudo é de caráter observacional, analítico e de corte transversal. A população da pesquisa foi constituída por discentes, regularmente matriculados em cursos presenciais de uma faculdade de SP.

Este estudo foi apreciado e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de São Carlos, sob o nº do parecer 4.607.588. Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, autorizando a participação na pesquisa. O questionário usado para coletar os dados foi composto por instrumentos previamente validados para a população brasileira, organizado em três seções de questões abertas e fechadas.

A coleta de dados aconteceu entre junho e julho de 2021 e para análise dos dados, foi realizada estatística descritiva. Para verificar a associação das variáveis sexo, curso, IMC e nível de atividade física com a satisfação com a imagem corporal foi aplicado o Teste Exato de Fisher. Considerou-se significativo um p-valor <0,05.

Resultados e Discussão

Participaram do presente estudo 55 universitários, com média de idade de 28,5 anos. Os achados mostraram um considerável número de alunos insuficientemente ativos em seu cotidiano. Em relação à imagem corporal, registrou-se alta prevalência de insatisfação entre os universitários. Referente ao IMC, as evidências apontam que 26 indivíduos com excesso de peso (51,0%) apresentam insatisfação. Os resultados desta pesquisa corroboram evidências encontradas na literatura como o de Melo et al. (2016). Em relação ao IMC, entre os participantes com excesso de peso foi registrada grande insatisfação com a imagem corporal (96,3%) esse achado vai ao encontro de um estudo semelhante (Frank et al., 2016). No que diz respeito ao nível de atividade física, a parcela insuficientemente ativa se mostrou totalmente insatisfeita (100%) com a sua imagem corporal, porém os dois fatores não apresentaram associação.

Conclusão

A presente pesquisa revela considerável nível de inatividade física e alta insatisfação com a imagem corporal entre universitários de sete cursos de uma universidade particular do estado de São Paulo, porém, nenhuma das variáveis analisadas foram associadas com as determinantes.

Referências

BARROS, Daniela Dias. Imagem Corporal a descoberta de si mesmo, 12 ago. 2005. CUREAU, Felipe Vogt et al. ERICA: Inatividade física no lazer em adolescentes brasileiros: Saúde Pública, 23 fev. 2016. FRANK, Robson et al. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de educação física, 1 out. 2015. GUALUANO, Bruno; TINUCCI, Tais. Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas. Rev. Bras. EF e Esp., São Paulo, Dez 2012. HOSSEINE, Seyed Alireza; PADHY, Ranjit. Body Image Distortion, 22 ago. 2021.MELO, Alexandre Barroso et al. Nível de atividade física dos estudantes de graduação em educação física da universidade federal do Espírito Santo, 16 set. 2015. MIELKE, Grégore Iven et al. Prática de atividade física e hábito de assistir à televisão entre adultos no Brasil Pesquisa Nacional de Saúde: Saúde, 9 fev. 2015. RECH, Cassiano Ricardo et al. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. Rev. Bras. EF e Esp., São Paulo, Abr/Jun 2010.