

ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM MULHERES PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

**BATISTA, Pamella Detoni ¹, DE SOUZA, Vagner Rocha
Simonin ²**

Resumo:

Comportamentos de risco para transtornos alimentares, também nomeados como comportamentos alimentares desordenados, podem ser reconhecidos como o hábito de fazer dietas restritivas ou jejum, os fatos de compulsão alimentar como uso de laxantes, diuréticos e vômitos auto induzidos com o objetivo de dificultar o ganho de peso. Esses comportamentos antecedem os distúrbios clássicos e podem progredir para quadros completos de Transtornos Alimentares, no entanto, podendo dar um indicativo do problema em determinado local e população. A estreita relação entre imagem corporal e desempenho físico faz com que os atletas femininos sejam um grupo particularmente vulnerável à instalação desses transtornos, tendo em vista a ênfase dada ao controle de peso. Seguindo esta premissa, este trabalho tem como objetivo analisar o comportamento alimentar e percepção da imagem corporal em mulheres praticantes de exercício físico. Para coleta de dados foi aplicado um questionário virtual, utilizando a plataforma Google Forms, contendo 6 sessões distribuídas em: Sessão 1 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; Sessão 2 – Questionário Socioeconômico; Sessão 3

¹ UNIG, Graduanda em Educação Física, Itaperuna-RJ, E-mail: pamella@aol.com

² UFRJ, Doutorado em Química Biológica, Rio de Janeiro-RJ, E-mail: vagner.simonin@uniredentor.edu.br

- BSQ: Body Shape Questionnaire; Sessão 4 - TFEQ-R21 (Three-factor eating questionnaire); Sessão 5 - Escala de Compulsão Alimentar Periódica (BES - Binge Eatingscale); Sessão 6 – Escala de Percepção Visual da Imagem Corporal para Praticantes de Atividade Física do Sexo Feminino. Ao analisar o índice de massa corporal (IMC) das mulheres constatou-se que 49,50% eram eutróficas e 33,64 % foram classificadas como sobrepeso. Embora 64,15% das entrevistadas afirmarem que possuem nenhuma preocupação com a forma do corpo, é evidente que, quando é analisado grau de satisfação corporal dessas entrevistadas, 97,03% delas possuíam algum grau de insatisfação corporal. Quando foi analisado o comportamento alimentar, verificou-se que 54,45% da amostra teria indicação de comer muito, de acordo com o questionário BSE. Corroborando com esses dados a análise do TFEQ-R21 demonstrou que a amostra analisada tende a um descontrole alimentar. Portanto, conclui-se que as participantes apresentaram um comportamento alimentar em comer muito, porém não apresentou problemas relacionado a sua imagem corporal.

Palavras-chave: Percepção da imagem, atividade física, mulheres, transtornos alimentares.