

A influencia da atividade física desportiva na perceção corporal numa população da região do Vale do Sousa.

Pedro Flores¹, Luís Ferreira², Carlos Moreira³, Emília Alves⁴, Carlos Soares⁵, António M Monteiro⁶, Pedro Forte⁷

Introduction/ Background

O corpo é um loco inesgotável de transformações onde prolifera a criatividade e é transformado pelo indivíduo para representar e inserir-se na sua cultura. Várias são as estratégias que visam a alteração da condição corporal. Entre elas, demarca-se a prática desportiva e/ou de exercício físico.

Objectives

O objetivo principal deste estudo foi comparar os níveis de satisfação com a imagem corporal entre indivíduos sedentários, ativos e desportistas

Materials and Methods

A amostra foi constituída por 899 indivíduos, com uma média de idades de 28,97 ($\pm 9,85$) anos. O instrumento utilizado para avaliar o grau de satisfação com a imagem corporal foi o questionário BIS de Lutter et al (1986), traduzido e adaptado para a população portuguesa por Abrantes (1998). Foi utilizada a análise inferencial não paramétrica. O teste de Mann-Whitney permitiu realizar a comparação de médias entre os grupos. Foi considerado o nível de significância de 5%.

Results

Os principais resultados indicam que independentemente do tipo de prática desportiva a que as pessoas aderem, a satisfação com a imagem corporal é significativamente superior à dos sedentários. Os sedentários apresentaram uma satisfação com a imagem corporal de 3,35 ($\pm 0,64$), os ativos de 3,62 ($\pm 0,56$) e os desportistas de 3,75 ($\pm 0,63$). Verificaram-se diferenças significativas entre os sedentários e os sujeitos ativos ($p < 0,001$), entre os sedentários e os desportistas ($p < 0,001$) e entre os ativos e os desportistas ($p = 0,016$).

Discussion and Conclusion

Este estudo permitiu perceber que a prática desportiva influenciou positivamente a satisfação com a imagem corporal. Verificou-se que os sujeitos sedentários apresentaram uma menor satisfação com a imagem corporal e uma menor prevalência de indivíduos com uma boa satisfação com a imagem corporal. Desta forma, pode-se concluir que os sujeitos mais ativos são os que apresentam maior satisfação com a imagem corporal.

References

- [1] Abrantes, H. Satisfação com a imagem corporal, autoestima e actividade física - estudo comparativo em indivíduos de ambos os sexos, dos 45 aos 65 anos. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciência do Desporto e Educação Física, Porto; 1998.
- [2] Bane S, McAuley E. Body Image and Exercise In: J.L. Duda (Ed.). Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement, 1998, p. 311-322. Fitness Information Technology, Inc., Morgantown, WV: Human Kinetics.
- [3] Barbosa M, Matos P, Costa M. Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. Psicologia & Sociedade, 2011, 23(1), p. 24-34.
- [4] Schilder P. L'image du corps: etude des forces constructives de la psyche. Paris, Gallimard. 1968.
- [5] Stewart A, Benson P, Michanikou E, Tsiota D, Narli M. Body image perception, satisfaction and somatotype in male and female athletes and non-athletes: results using a novel morphing technique. Journal of Sports Sciences; 2003, 21, p. 815-823.



May 31 and June 1 2019

Instituto Piaget University
Campus of Viseu

Organization

