



NÍVEL DE SATISFAÇÃO CORPORAL DE JOVENS ADULTOS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

INGRID FONSECA BORGES; THIAGO CAMARGO IWAMOTO
gui_nominhaa@hotmail.com

Objetivo: Verificar a satisfação da imagem corporal de jovens adultos que praticam exercícios físicos regularmente, identificando assim o nível de satisfação de imagem corporal, investigar a forma de pensar, agir e comportar de acordo com a imagem corporal. **Método:** Enfoque paradigmático positivista, de caráter qualitativo e quantitativo, com recorte temporal transversal, de características exploratório e descritivo, utilizando -se de questionários para a coleta de dados virtual e presencial. Questionário sócio-demográfico, Body Shape Questionnaire e questionário Escala da Medida de Imagem Corporal. **Resultados:** 94% dos entrevistados não tem nenhuma preocupação com a imagem corporal de forma excessiva, 6% apresentou alguma preocupação com a imagem sendo 2% preocupação leve e 1% preocupação moderada. Sendo que esses 6% são todos indivíduos do sexo feminino e buscam redução do percentual de gordura como objetivo principal para a prática de exercícios físicos. **Conclusão:** Foi possível verificar o nível de satisfação dos jovens entrevistados, assim como também foi possível analisar a forma como cada uma pensa, age e se comporta diante da auto percepção que têm do próprio corpo, sendo que o grupo analisado não demonstrou comportamentos decorrentes de transtornos psicológicos ou psicossomáticos, e agem de forma saudável com os comportamentos relacionados ao corpo.

Palavras-chave: Imagem Corporal. Auto-Imagem. Satisfação Da Imagem Corporal