

6005

Placa: 157

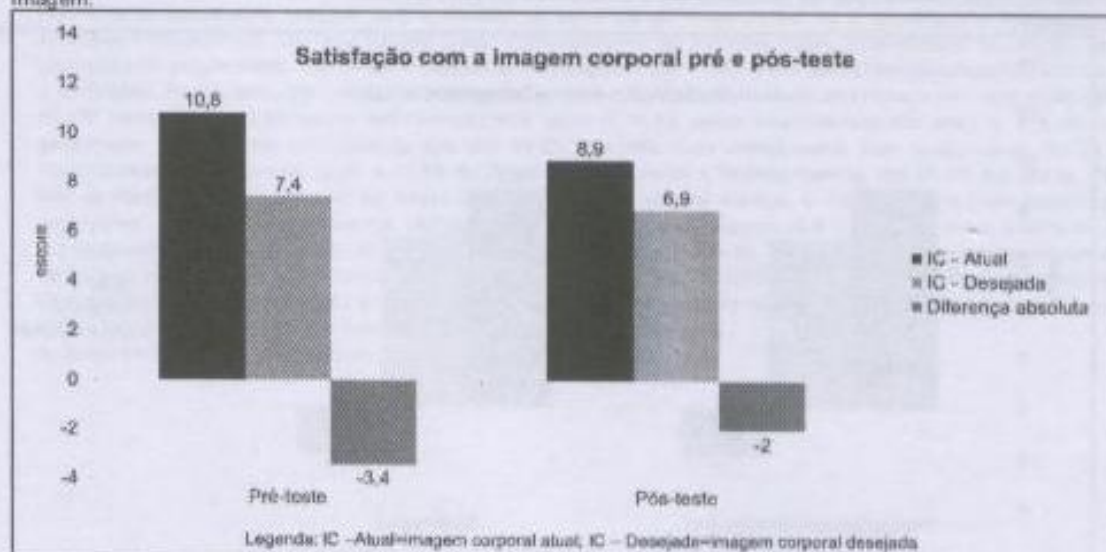
Resumo: 948

PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA: SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL

Tales Cristian Soares, ALINE DE CARVALHO, Stefani dos Reis, RODOLFO HENRIQUE, CAROLINE SANTOS FREIRE, ALINE DE CARVALHO, RODOLFO HENRIQUE, CAROLINE SANTOS FREIRE, ELISANGELA SILVA
 Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais - Campus Muzambinho -
 talescs13_fiftycem@hotmail.com

Introdução: Segundo Pereira et al. (2008) a percepção da imagem corporal reflete a forma como as pessoas veem e percebem seu corpo, sendo influenciada por inúmeros fatores de origens físicas, psicológicas e culturais. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi identificar as possíveis alterações na satisfação com a imagem corporal após 8 meses da prática de hidroginástica. **Metodologia:** A amostra foi constituída por 29 indivíduos do sexo feminino com idade média de 40,2 anos, inscritos no projeto de extensão HidroVIP do curso de Educação Física do Instituto Federal de Educação do Sul de Minas Gerais. Praticantes de hidroginástica a 8 meses. As aulas de hidroginástica aconteceram 3 vezes por semana com duração de 60 m. cada aula. Para identificação da imagem corporal atual e desejada foi utilizado o teste de silhueta proposta por Kakeshita (2008), o qual se baseia em uma escala de 15 silhuetas, onde a primeira silhueta caracteriza o indivíduo com uma menor silhueta, que vai aumentando gradativamente até a 15ª silhueta. Observando a escala de silhuetas os indivíduos responderam as questões: 1-com qual figura você se identifica atualmente?, e 2-com qual figura você gostaria de se parecer? Os dados foram analisados através da média e do teste de t para amostras pareadas. **Resultados:** Os resultados são apresentados na figura abaixo:

Imagem:



Conclusão: Ao final deste estudo pode-se observar que a prática de 8 meses de hidroginástica foi capaz de proporcionar uma redução significativa na insatisfação com a imagem corporal na amostra estudada.