



## V Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia

XXX Seminário de Iniciação Científica  
XV Salão de Ensino e Extensão  
V Mostra da Pós-Graduação Stricto Sensu  
IV Seminário de Inovação Tecnológica

De 28 de outubro a  
01 de novembro de 2024

INSCRIÇÕES ABERTAS

 **UNISC**

<b>Título:</b>	<b>RELAÇÃO ENTRE MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS DE CIRCUNFERÊNCIA E A SATISFAÇÃO COM O PESO EM MULHERES PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM ACADEMIA</b>		
<b>Autores:</b>	<b>Jossana Pukaleski Gehres Patrícia Molz Diene da Silva Schlickmann Silvia Isabel Rech Franke</b>		
<b>Área</b>	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	<b>Dimensão:</b>	<input type="checkbox"/> Ensino <input checked="" type="checkbox"/> Pesquisa <input type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<b>Resumo:</b>	<p><b>Introdução:</b> a satisfação com o peso corporal é um aspecto significativo para mulheres que frequentam academias, muitas das quais adotam regimes de exercícios com o intuito de modificar a composição corporal. Nesse contexto, as medidas antropométricas de circunferência são importantes indicadores para avaliar as mudanças corporais e como essas alterações influenciam a satisfação com o próprio peso. <b>Objetivo:</b> associar dados antropométricos de circunferências com a satisfação com o peso corporal entre mulheres praticantes de exercícios físicos em academias. <b>Metodologia:</b> estudo transversal descritivo realizado com mulheres praticantes de exercícios físicos em academias da cidade de Santa Cruz do Sul/RS, entre abril de 2022 e julho de 2024. A amostra foi composta por</p>		

Site do Evento: [www.unisc.br/Mostra](http://www.unisc.br/Mostra)



## V Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia

XXX Seminário de Iniciação Científica  
XV Salão de Ensino e Extensão  
V Mostra da Pós-Graduação Stricto Sensu  
IV Seminário de Inovação Tecnológica

De 28 de outubro a  
01 de novembro de 2024

INSCRIÇÕES ABERTAS

 UNISC

participantes recrutadas diretamente nas academias, sendo incluídas todas as mulheres que aceitaram participar do estudo, tinham idades entre 18 e 59 anos e forneceram todos os dados necessários. A satisfação com o peso corporal foi avaliada por meio da seguinte pergunta: “você está satisfeito com seu peso?”, com as respectivas opções de respostas: i) sim, ii) não, gostaria de diminuir e, iii) não, gostaria de aumentar. As medidas antropométricas de circunferências foram avaliadas pela circunferência do braço relaxado e contraído, da panturrilha, da coxa média, da cintura e do quadril, utilizando uma fita antropométrica de aço (Cescorf®, Porto Alegre, Brasil). Os dados foram analisados utilizando o software SPSS, por meio dos testes qui-quadrado e *Kruskal-Wallis*, com um nível de significância estabelecido em  $p < 0,05$ . O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC (Número do Parecer: 5.121.729). **Resultados:** foram avaliadas 175 mulheres praticantes de exercícios físicos em academias, com idade média de 35,6 anos. Em relação à satisfação com o peso, 32,6% das mulheres relataram estar satisfeitas com o peso corporal, enquanto 58,9% gostariam de diminuir de peso e 8,6% gostariam de aumentar de peso. As mulheres que estavam insatisfeitas e que gostariam de diminuir de peso apresentaram circunferências significativamente maiores do braço relaxado e contraído, panturrilha, cintura e quadril comparado às mulheres satisfeitas com seu peso e aquelas que gostariam de aumentá-lo ( $p < 0,001$ ). Além disso, verificou-se que as mulheres insatisfeitas com seu peso possuíam menor circunferência da panturrilha em comparação às mulheres satisfeitas com seu peso. **Conclusão:** Pode-se verificar que a maioria das mulheres que praticavam exercícios físicos em academias demonstrou insatisfação com seu peso corporal e gostariam de reduzi-lo. Além disso, a satisfação com o peso reportado pelas mulheres diferiu entre as circunferências avaliadas, sugerindo uma consciência corporal entre as participantes.



**Link do Vídeo:**

<https://drive.google.com/file/d/1G9mPwp7oH0tvQoOoYvntEyrgRdO1ICu4/view?usp=sharing>