

Título:	ASSOCIAÇÃO ENTRE A SATISFAÇÃO COM O PESO CORPORAL E SINTOMAS DE ANSIEDADE, ESTRESSE E DEPRESSÃO ENTRE OS USUÁRIOS DE ACADEMIA		
Autores:	Ana Luiza Sanfelice Antonello Moro Ana Carolina Nyland Aline Alves da Luz Geovana Andrine Vogt Munithale Moraes Eisenhardt Eduarda Limberger Castilhos Patrícia Molz Diene da Silva Shlickmann Silvia Isabel Rech Franke		
Área	<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	Dimensão:	<input type="checkbox"/> Ensino <input checked="" type="checkbox"/> Pesquisa <input type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<p>Resumo:</p> <p>Introdução: A satisfação com o peso corporal é um fator relevante para o bem-estar emocional, podendo influenciar no desenvolvimento de sintomas de ansiedade, estresse e depressão. A discrepância percebida entre o peso atual e o desejado pode atuar como importante fator emocional associado a sintomas de ansiedade, estresse e depressão.</p> <p>Objetivo: Investigar a associação entre a satisfação com o peso corporal e os sintomas de ansiedade, estresse e depressão em usuários de academias. Metodologia: Estudo transversal descritivo, realizado com praticantes de exercícios físicos em academias, com idade igual ou maior de 18 anos, da cidade de Santa Cruz do Sul/RS, no período de abril de 2022 a julho de 2025. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Santa Cruz do Sul, sob parecer nº 5.121.729. A satisfação com o peso corporal foi avaliada por meio da seguinte pergunta: “você está satisfeito com seu peso?”, contendo as respectivas opções de respostas: i) Sim, ii) Não, gostaria de diminuir e, iii) Não, gostaria de aumentar. Para identificar a presença de sintomas de ansiedade, estresse e depressão, os indivíduos responderam ao questionário <i>Depression, Anxiety, Stress Scale</i> (DASS-21). A associação entre as variáveis e a chance de apresentar insatisfação com o peso corporal foi explorada por meio de regressão logística binária, utilizando o programa SPSS 23.0. Valores de $p < 0,05$ foram considerados estatisticamente significativos. Resultados: Ao todo, foram avaliados 266 participantes, com idade média de 35,3 anos, sendo a maioria do sexo feminino (67,3%). Em relação à satisfação com o peso corporal, a maioria relatou estar insatisfeito com o peso e gostariam de diminuir (50,4%), 36,5% estavam satisfeitos com seu peso e 13,2% estavam insatisfeitos e gostariam de aumentar o peso. Os praticantes de academia que estavam insatisfeitos e gostariam de diminuir seu peso apresentaram, respectivamente, 2,41 e 3,67 vezes mais chances de desenvolver sintomas leves ($p = 0,048$) e</p>			



moderados de depressão ($p=0,013$). Já os praticantes, que relataram insatisfação com o peso e desejo de aumentá-lo, apresentaram 4,17 vezes mais chances de desenvolver sintomas moderados de ansiedade ($p=0,044$). **Conclusão:** A insatisfação com o peso corporal nos usuários de academia, quando motivada pelo desejo de perda de peso, associou-se a maiores chances de apresentar sintomas leves e moderados de depressão. Por outro lado, a insatisfação com o desejo de aumentar o peso foi associada a uma maior chance de apresentar sintomas moderados de ansiedade.

Link do Vídeo:

<https://drive.google.com/file/d/1NmcahOBi8iQy5AMJXYW9JkpjYCvDsu64/view?usp=sharing>