

AUTOPERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E COMPOSIÇÃO CORPORAL DE MULHERES PRATICANTES DE POLE DANCE

Lílian Fernanda Pacheco

Universidade Estadual de Goiás (UEG)

Saymon Borges Rodrigues

Universidade Estadual de Goiás (UEG)

Lara Ribeiro da Trindade

Universidade Estadual de Goiás (UEG)

Franassis Barbosa de Oliveira

Universidade Estadual de Goiás (UEG)

Thais Inácio Rolim Póvoa

Universidade Estadual de Goiás (UEG)

INTRODUÇÃO

O Pole Dance caracteriza-se por ser uma prática completa de bem-estar e condicionamento físico (CINTI et al., 2022). Com gestos e técnicas que misturam balé, ginástica olímpica e acrobacia circense, o Pole Dance auxilia na desenvoltura corporal. Para executar um movimento, uma sequência ou uma coreografia exige dedicação e treino, assim como outras modalidades artísticas e esportivas (WEAVING, 2020). O Pole Dance é uma modalidade crescente no país e no mundo e que precisa ser explorada cientificamente, em especial pela Educação Física tendo em vista o recente reconhecimento do Pole Dance como esporte (DALE, 2013). A exploração do Pole Dance em suas possibilidades como dança, esporte ou atividade física (AF) pela comunidade científica poderá contribuir para a difusão dos benefícios proporcionados pela modalidade bem como para a superação dos preconceitos que a envolve (FENNELL, 2022). Assim, o objetivo dessa pesquisa foi traçar o perfil de mulheres praticantes de Pole Dance quanto ao seu nível de AF, seu estado nutricional e ainda o seu nível de satisfação com sua imagem corporal.

METODOLOGIA

Esta é uma pesquisa de caráter observacional e de análise qualitativa. Vinte e duas mulheres praticantes de Pole Dance de uma academia da cidade de Goiânia – GO participaram do presente estudo. Elas receberam um *link* pelo *WhatsApp*® onde tiveram acesso ao TCLE e aos seguintes questionários:

- 1) Questionário Internacional de AF – IPAQ. A partir desse questionário pôde-se avaliar o nível de AF de cada participante;
- 2) Questionário para caracterização da amostra com questões sobre massa corporal (Kg) e altura (cm) no qual foi possível calcular o IMC e o estado nutricional;
- 3) A escala de silhuetas (KAKESHITA et al., 2009), para que a participante respondesse o quão satisfeita está em relação a sua imagem corporal. Essa escala é composta por 15 diferentes tamanhos corporais, com mulheres bem magras até mulheres obesas. Cada participante: escolheu um imagem correspondente à sua silhueta e qual imagem corresponde ao corpo que ela deseja ter. A partir dessa escolha pode-se avaliar o grau de satisfação.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê e ética em pesquisa com humanos da Universidade Estadual de Goiás com parecer número 6.255.081.

RESULTADOS

Os dados obtidos estão apresentados como média e desvio-padrão da média. Participaram da pesquisa mulheres com idade média de $26,24 \pm 5,97$ anos. O peso e a altura média das participantes foi $58,46 \pm 10,57$ e $1,62 \pm 0,05$, respectivamente. O IMC médio das participantes foi classificado como normal, $22,34 \pm 4,51$ (eutrófico).

Das 22 participantes, 82,0% se autodeclararam como muito ativas, 9% como ativas e 4,5% como sedentária e também como insuficientemente ativas de acordo com a classificação do IPAQ. Em relação a autopercepção e satisfação com a imagem corporal, apenas oito (36,4%) das participantes estão satisfeitas com a sua imagem corporal. Sete (31,8%) expressaram o desejo de aumentarem o peso corporal e sete (31,8%) participantes desejam reduzir o peso corporal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo dessa pesquisa foi traçar o perfil de mulheres praticantes de Pole Dance quanto ao nível de AF, estado nutricional e ainda avaliar a percepção da imagem e identificar o nível de satisfação de sua imagem corporal. Pode-se observar que as mulheres avaliadas apresentaram um bom nível de AF já que a maioria foi classificada como muito ativas. Ou seja, além da prática de Pole Dance essas mulheres desempenham outras AFs com intensidade moderada e vigorosa. Além disso, o IMC classificado como normal, indica que essas mulheres estão, pelo menos em sua maioria, com uma boa composição corporal e isso reitera o resultado já que a maioria se declarou satisfeita com a sua imagem corporal.

REFERÊNCIAS

- CINTI, D. T. R. et al. Revisão sistemática sobre o Pole Dance. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 3, p. e11711326470, 14 fev. 2022.
- DALE, J. P. The future of pole dance. **Australasian Journal of Popular Culture**, v. 2, n. 3, p. 381–396, 2013.
- FENNELL, D. Pole Sports: Considering Stigma. **Sport, Ethics and Philosophy**, v. 16, n. 1, p. 96–110, 2 jan. 2022.
- KAKESHITA, I. S. et al. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 25, n. 2, p. 263–270, jun. 2009.
- WEAVING, C. Sliding Up and Down a Golden Glory Pole: Pole Dancing and the Olympic Games. **Sport, Ethics and Philosophy**, v. 14, n. 4, p. 525–536, 1 out. 2020.