**AUTO PERCEPÇÃO DA SATISFAÇÃO CORPORAL EM UNIVERSITÁRIAS SUBMETIDAS À EXERCICIOS DO MÉTODO PILATES®.**

***SILVA, F.S* [[1]](#footnote-1)**

***MORAES, F.C* [[2]](#footnote-2)**

***OLIVEIRA, L.H.S* 3**

***PEREIRA, P.C* 4**

**Resumo -** *A valorização da imagem corporal em mulheres jovens ocupa cada vez mais um grande espaço dentre as preocupações da sociedade hoje. Objetivo: Analisar a satisfação corporal de universitárias através do Questionário de Imagem Corporal (**Body Shape Questionnaire - BSQ) previamente a um treinamento físico por meio do Método Pilates®. Metodologia: Trata-se de um estudo transversal intervencional quantitativo, amostra de 10 mulheres, entre 18 e 25 anos, responderam o Questionário BSQ, avaliadas no início do treinamento físico. Os resultados mostram que o Questionário BSQ é capaz de avaliar a auto percepção corporal. Discussão: A relação do Método e a melhora da satisfação corporal é o resultado de um processo presente durante a vida inteira, aspectos fisiológicos e afetivos interagem entre si a todo o momento. Conclui-se que as voluntárias apresentaram uma leve insatisfação corporal conforme o BSQ mediante avalição prévia a submissão de exercícios do Método Pilates®.*

*Palavras-chave: Autoimagem, Beleza, Adiposidade.*

1. Graduanda de Fisioterapia, Brasil. E-mail: [ffss07@yahoo.com.br](mailto:ffss07@yahoo.com.br). [↑](#footnote-ref-1)
2. Docente de Fisioterapia, Brasil. E-mail: [fernandacortezmoraes@yahoo.com.br](mailto:fernandacortezmoraes@yahoo.com.br).

   3 Docente de Fisioterapia, Brasil. E-mail: [lhfisio@yahoo.com.br](mailto:lhfisio@yahoo.com.br).

   4 Docente de Fisioterapia, Brasil. E-mail: pam\_milaf@yahoo.com.br. [↑](#footnote-ref-2)