

0908 - EFEITOS DO PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO E REEQUILÍBRIO POSTURAL EM GRUPO NA IMAGEM CORPORAL

- Célia Aparecida Stellutti Pachioni (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Aline Yoshie Aoyama (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), André Augusto Baldacin Garçon (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Ariane Pavia (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Dalva Minonroze Albuquerque Ferreira (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Giovana Dessoti Tumolo (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Vanessa Tiemi Haro (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente) - pachioni@fct.unesp.br.

Introdução: A imagem corporal, a qual é a imagem internalizada do próprio corpo, está intimamente ligada a postura. O indivíduo deve ser considerado como uma unidade que não pode ser fragmentada, portanto torna-se importante valorizar a sua participação no processo terapêutico, tornando-o consciente do trabalho realizado e possibilitando a aprendizagem e o consequente domínio do eu corporal. Segundo Shont, 1990, a organização da imagem não é puramente neurológica nem mental, mas também uma reflexão dos desejos, atitudes emocionais e interação com os outros. O toque pode ser um instrumento para que o indivíduo consiga representar a imagem do seu corpo mentalmente e identificá-la, facilitando a localização e a forma de todas as partes do corpo. Essa representação mental leva a uma consciência corporal que ajuda a melhorar a atenção sobre esse corpo. O projeto de orientação em grupo atua na manutenção da postura através de alongamentos, que visam o equilíbrio muscular e propõe-se inicialmente e na final de cada sessão a prática da conscientização corporal do toque, do peso ou do volume do corpo em relação ao solo, maneira esta, de despertar no participante a percepção do seu corpo no espaço. No entanto, quando a percepção corporal esta alterada, pode afetar a imagem que uma pessoa tem de si mesma. **Objetivos:** O objetivo deste estudo foi verificar a satisfação com imagem corporal em participantes de um Programa de Orientação e Reequilíbrio Postural em Grupo (PORPOG) antes e após 15 aulas do programa. **Métodos:** Participaram do estudo sujeitos de ambos os sexos, com idade média de 56 ± 19 anos. As aulas do programa constavam de exercícios respiratórios, alongamentos de cadeias musculares e conscientização corporal pelo toque, volume, e peso do corpo e foram aplicadas duas vezes por semana por 1 hora. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o Body Shape Questionnaire (BSQ), desenvolvido por Cooper et al., 1987, em sua versão para o português (CORDÁS; CASTILHO, 1994), inventário utilizado para avaliar o grau de insatisfação com a imagem corporal. As categorias do BSQ refletem níveis crescentes de preocupação com a imagem corporal. **Resultados:** Na avaliação inicial 28,57% dos participantes avaliaram sua insatisfação como moderada assim como a mesma porcentagem avaliou sua insatisfação como leve e outros 42,86% não apresentaram insatisfação com sua imagem corporal. Já na avaliação final 57,14% não apresentaram insatisfação com sua imagem corporal, e 42,86 foram classificados com insatisfação leve. **Conclusão:** Após 15 aulas do programa de orientação e reequilíbrio postural em grupo houve melhora do grau de insatisfação com a imagem corporal. **Palavras Chaves:** imagem corporal; alongamento muscular; consciência corporal