

ANAIS I CAMEG

Ação sobre autoimagem em colégio particular com a equipe de MFC: um relato de experiência

Izabella Gomes de Souza¹, Naiza Murielly Pereira Borges¹, Pedro Tomaz Esper¹, Verônica Alcântara Cardoso Duarte Oliveira¹, Vitória Maritzi Costa Mendonça¹, Júlia Maria Rodrigues de Oliveira²

1. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.
2. Docente curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

RESUMO:

Introdução: A relação autoimagem e realidade pode estar distorcida com a presença de baixa autoestima, em que é mais visualizado na adolescência. Isso ocorre, uma vez que é um momento de autoconhecimento amplo, de forma que pode surgir vieses em meio a autopesquisa gerando um diagnóstico equivocado de si. As hipóteses de autodiagnóstico variam e encaixam no que cada deseja imaginar de si, pode ser baseado em superficialidades, distorções ou misticismo. Além disso, existe a sociedade e o ambiente que impactam a forma de pensar do indivíduo seja direta seja indiretamente, causando uma idealização de um objetivo por vezes inalcançável para si. **Objetivo:** Explicar e descrever uma ação em saúde coletiva sobre autoimagem realizada com meninas adolescentes em uma escola particular de Anápolis-GO. **Relato de Experiência.** O projeto social deu início com a aplicação de um formulário sobre autoimagem na turma do 9º ano do Colégio Couto Magalhães, localizado em Anápolis-GO. Os resultados obtidos foram avaliados e revelaram diversos casos de sobrepeso e anorexia entre os alunos da turma, principalmente entre as meninas que relataram insatisfação com a imagem corporal. A ação educativa foi realizada no dia 6 de junho de 2019, direcionada para as meninas da turma. Elas foram divididas em dois grupos para facilitar a abordagem. Os responsáveis por ministrar a ação deveriam fazer uma explicação através de um banner sobre a importância dos exercícios físicos, em que foi elucidado a possibilidade de realizar atividades físicas dentro do dia-a-dia, por meio de exemplos como andar de bicicleta, dançar e pular corda. Além disso, também foi entregue um panfleto com todas essas informações para que ocorresse uma reflexão e reafirmação acerca do assunto. Por fim, foi exibido o vídeo da Dove, intitulado “Retratos da Real Beleza”, com o objetivo de mostrar o quanto as pessoas são críticas com a autoimagem, exacerbando os próprios defeitos. Uma vez que o vídeo faz a relação do retrato falado que as mulheres fazem de si mesma e a que outras pessoas fazem sobre ela. Muitos foram os agradecimentos das adolescentes pela reflexão deixada através da ação. **Discussão:** A busca incessante para a conquista do corpo perfeito, entre os jovens, é cada vez mais comum, sendo influenciada pelas redes sociais e mídias atuais. Fazer dietas e praticar exacerbadamente exercícios físicos está na moda na contemporaneidade. O problema surge quando esse corpo perfeito não é alcançado, gerando um quadro de insatisfação em relação à aparência que pode predispor diversas doenças psíquicas entre os jovens, como depressão e bulimia. **Conclusão:** Através da ação conseguimos empoderar as adolescentes para que elas possam assim fortalecer a autoestima e não ser tão críticas consigo mesmas, cumprindo assim nosso objetivo de auxiliá-las em relação à sua autoimagem.

Palavras-chave:

Saúde Coletiva,
Educação em
Saúde Pública,
Saúde
Comunitária,
Autoimagem,
Autoestima,
Autopercepção.