



REFLEXÕES ACERCA DA IMAGEM CORPORAL DE IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

MARIA EDUARDA DA SILVA SECATO; MARIANA PISSIOLO LOURENÇO; CÉLIA MARIA GOMES LABEGALINI; FLÁVIA CRISTINA SIERRA DE SOUZA; MARIA ANTONIA RAMOS COSTA

Introdução: O processo de envelhecimento é caracterizado por diferentes dimensões e alterações corporais. O reconhecimento de si, a concepção da beleza e autoestima, essencialmente no que tange as mudanças corporais advindas com o envelhecimento, podem ser discrepantes dos padrões estéticos impostos pela sociedade e quando enfrentadas de forma positiva, favorecem o envelhecimento saudável. **Objetivo:** Relatar a experiência discente acerca das reflexões sobre a imagem corporal entre os idosos participantes da Universidade Aberta para a Pessoa Idosa. **Relato de experiência:** Relato de experiência vivenciada em uma oficina com idosos da Universidade Aberta a Pessoa Idosa da Universidade Estadual do Paraná- Brasil, no mês de abril de 2024. As ações incluíram o planejamento e desenvolvimento da oficina, que foi realizada em três momentos com dez idosos. No primeiro realizou-se uma roda de conversa com o tema - percepções da imagem corporal, que se iniciou com as seguintes questões norteadoras “os senhores estão satisfeitos com seu corpo e a sua aparência física? Como os senhores cuidam do seu corpo e aparência física? A nossa sociedade reconhece a beleza no idoso?”. No segundo, realizou-se a dinâmica do espelho, na qual os idosos olharam para um espelho e relataram o que eles viam. E por fim, no terceiro, houve uma discussão sobre a temática. Apesar da maioria dos idosos estarem satisfeitos com sua aparência e praticarem o autocuidado, alguns ainda referem entraves para sua aceitação. Acreditam que a sociedade não reconhece a beleza no idoso e existem muitos estereótipos criados em relação a eles. A percepção da imagem corporal pode afetar a saúde dos indivíduos, uma vez que muitos comportamentos estão ligados à forma como eles se enxergam fisicamente. Identificar como o indivíduo percebe sua aparência física, torna-se necessário para verificar possíveis comportamentos de risco relacionados à saúde. **Conclusão:** Conclui-se a importância da abordagem desse assunto com idosos, a fim de possibilitar a construção de ambientes dialógicos sobre a temática, reordenar conceitos e perspectivas acerca da imagem corporal, que emancipem os idosos para uma visão positiva de sua beleza e imagem.

Palavras-chave: **IMAGEM CORPORAL; IDOSO; SAÚDE; ENVELHECIMENTO; PROMOÇÃO DA SAÚDE**