

Female Muscularity Scale (FMS) - Escala de Muscularidade Feminina

Conceitos avaliados: atitudes relacionadas à muscularidade (itens 1, 2, 3, 4 e 8) e comportamentos relacionados à muscularidade (5, 6, 7, 9 e 10).

Referência da versão original: RODGERS, R. F. *et al.* Development and Validation of the Female Muscularity Scale. *Sex Roles*, v. 78, n. 1-2, p. 18-26, Jan. 2018.

Referência da versão em português: CAMPOS, Priscila Figueiredo. **Adaptação transcultural e avaliação psicométrica da Female Muscularity Scale: uma análise em mulheres brasileiras fisicamente ativas e insuficientemente ativas.** 2019. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2019. <https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/10907>

Favor indicar o quanto as afirmações a seguir se aplicam a você.	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Sempre
1. Eu gostaria de ser mais tonificada/firme.					
2. Eu gostaria que meu abdômen fosse mais definido.					
3. Eu gostaria que meu corpo fosse mais firme.					
4. Eu gostaria de ser mais esculpida/desenhada.					
5. Eu vou à academia para parecer mais forte.					
6. Eu treino para melhorar o formato de meu corpo.					
7. Eu me exercito para ter músculos mais definidos.					
8. Eu acho que eu pareceria mais atraente se eu fosse mais tonificada/firme.					
9. Eu me exercito para tentar parecer em forma e esculpida/desenhada.					
10. Eu me exercito para que as pessoas notem que eu sou esculpida/ desenhada.					