

PERCEPÇÃO E SATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM MENINOS E MENINAS DA CIDADE DE PELOTAS/RS

GIOVANI LIMA¹; RAFAEL LIMA²; FRANCINE IRIGON³; VICTOR SILVEIRA COSWIG⁴

¹Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS - giovanidasilvalima@yahoo.com.br

²Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS - rafaelxavant@hotmail.com

³Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS - francineirigon@hotmail.com

⁴Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS - vcoswig@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A auto-imagem é a figura de nosso próprio corpo que formamos em nossa mente, e a imagem corporal é composta por dois componentes, a estima corporal e a insatisfação com o corpo. A primeira refere-se ao quanto uma pessoa gosta ou não do seu corpo, e considera outros aspectos além da forma do corpo como, peso, cabelo ou rosto. Já a insatisfação corporal trata-se da preocupação com o peso, forma do corpo e gordura corporal. E pode trazer consequências a vida da pessoa como transtornos alimentares, baixa autoestima, redução do desempenho psicológico, físico e cognitivo (SCHILDLER, 1999).

Segundo PINHEIRO (2003), estudo de base populacional realizado, com escolares de 8 a 11 anos de idade, indicou que 82% das crianças desejavam uma silhueta diferente da sua. A autora verificou que os principais fatores associados a essa insatisfação eram menor autoestima e a percepção da criança de que havia a expectativa, por parte dos pais e dos amigos, para que ela fosse mais magra.

Os estudos de SCHIDLER (1999) e de PINHEIRO (2003) demonstraram que o nível de insatisfação corporal é maior em crianças e jovens com maior massa corporal e que pode ser fruto de mudanças no peso durante a infância, embora as crianças e adolescentes com sobrepeso sejam, em geral, mais insatisfeitos com a sua imagem, eles não mantêm monopólio dessa insatisfação.

A insatisfação com o próprio corpo pode causar o surgimento de problemas psiquiátricos, neurológicos, fisiológicos, distúrbios alimentares, até mesmo anorexia entre outros, e, neste contexto a Educação Física tem sido uma das possibilidades de desenvolvimento destes aspectos e para melhoria da qualidade de vida (FECHIO; MALERB, 2001). Neste sentido, o exercício físico provoca alterações fisiológicas, bioquímicas e psicológicas, devendo ser considerado uma intervenção não-medicamentosa para o tratamento de distúrbios relacionados aos aspectos psico-biológicos (MELLO et al., 2005). Assim, o exercício físico possibilita melhorias na imagem corporal e auxilia na melhora das individualidades fisiológicas, psicológicas e sócias, desenvolvendo uma imagem corporal íntegra possibilitando uma reconstrução positiva do corpo à sociedade. Portanto o presente estudo objetivou analisar os níveis de percepção corporal, de escolares de diferentes séries de uma Escola Municipal da cidade de Pelotas/RS.

2. METODOLOGIA

Este estudo apresenta uma característica epidemiológica qualitativa. A pesquisa foi realizada com alunos de uma escola municipal da cidade de Pelotas/RS. Foram incluídos no estudo estudantes de classe econômica média

baixa, entre 13 e 17 anos de idade, matriculados e frequentes às aulas de Educação Física.

Após obtermos autorização das Instituições de Ensino para pesquisa, foi realizada a pesagem dos alunos, medição de estatura, e a realização do questionário sobre percepção corporal BSQ (*BodyShapeQuestionnaire*) adaptado. Os alunos foram entrevistados eram estudantes do ensino regular do período matutino da escola, com aplicação do questionário BSQ (adaptado, com 24 questões) com perguntas simples e objetivas sobre percepção corporal e suas insatisfações. A mensuração da massa corporal dos alunos foi realizada em balança digital de marca Toledo, no qual os estudantes permaneceram em posição anatômica. Em seguida foi medida a estatura dos alunos com estadiômetro. A partir disto, foi realizado cálculo do IMC a partir da fórmula $IMC = \text{peso (em quilograma)} / \text{altura (em metros)}^2$. Também foi apresentada uma escala de Silhuetas de Stunkard et al. (1983) para ambos os sexos sobre suas percepções corporais e suas insatisfações, no qual o estudante deveria marcar sua autoimagem atual e sua autoimagem ideal. Para análise dos dados, após teste de normalidade de Shapiro-Wilk, foi aplicada ANOVA para comparação das médias entre gêneros e teste Pearson para correlações. A significância estatística foi estabelecida quando $p < 0,05$ e o software utilizado foi o SPSS 17.0.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Fizeram parte do estudo 73 estudantes de uma escola Municipal da cidade de Pelotas/RS. De acordo com os dados coletados através do questionário BSQ, é possível verificar na Tabela 1 que há diferença significativa quanto a massa corporal ($p = 0,01$), onde meninos possuem maior massa corporal. Não houve diferença significativa quanto ao IMC entre gêneros, porém, meninos apresentam valores superiores aos das meninas.

Em relação ao Score no questionário BSQ, as meninas apresentam valores maiores ($62,6 \pm 24,2$) que os meninos ($46,3 \pm 13$), de modo estatisticamente diferente ($p = 0,001$). Apesar de não haver diferença significativa na auto-imagem atual entre os gêneros, meninas têm maior percepção que meninos. Demonstrando maior preocupação com a forma do corpo e autodepreciação. Além disto, as meninas apresentaram autoimagem ideal menor que a dos meninos ($2,7 \pm 1,6$ vs $3,7 \pm 0,9$; $p = 0,003$) e maior insatisfação ($-1,3 \pm 2,3$ vs $-0,1$; $p = 0,004$).

Tabela 1: Valores descritivos e comparação entre meninos e meninas (n=73).

	Total		Meninas		Meninos		Valor p
	Média	Dp	Média	dp	Média	dp	
Idade (anos)	15,1	1,7	15,1	1,6	15,2	1,8	0,8
Estatura (cm)	164	9	160	7	168	8	0,04
Massa Corporal (kg)	67,6	17,5	62,2	12,1	71,9	19,9	0,01
IMC (kg/m ²)	24,8	5,3	24,2	4,1	25,3	6,1	0,4
Score	53,7	20,4	62,6	24,2	46,3	13,0	0,001
Auto-imagem Atual	4,2	1,6	4,2	1,8	4,2	1,5	0,8
Auto-imagem Ideal	3,5	1,1	2,7	1,6	3,7	0,9	0,003
Insatisfação (Ideal – Atual)	-0,6	2,2	-1,3	2,3	-0,1	1,9	0,004

Dp: Desvio Padrão; IMC: índice de massa corporal. Score: Pontuação no questionário BSQ.

Estes resultados são semelhantes aos encontrados na literatura, onde apresentam-se estudos como de JONES (2004) no qual indivíduos de gênero feminino expressam insatisfação corporal de forma mais acentuada. Relacionado a auto-percepção corporal, as amostras apontam que as crianças tendem a superestimar a sua figura, ou seja, percebem-se mais gordas do que realmente são.

Isso parece se dar devido à influência de fatores sociais, onde existe um padrão de corpo ideal, gerando principalmente nas meninas o desejo de serem mais magras. CASTILHO (2001), diz que aos poucos as crianças começam a pensar como os outros veem a sua aparência, e são influenciadas pela sociedade e imagens de que é lhes transmitidas. Induzidas a um padrão de beleza imposto, a criança poderá sofrer transtornos alimentares e psicológicos.

De acordo com os dados relevantes das correlações percebe-se que quanto maior o IMC, maior o Score BSQ (Pontos sobre o Questionário; $p = 0,001$; $r = 0,382$) refletindo níveis de preocupação com a imagem corporal. O mesmo acontece para Autoimagem Atual e IMC ($p = 0,001$; $r = 0,697$), ou seja, quanto maior o IMC, maior o nível de percepção da Autoimagem. Revelando que há distorção de imagem independente de gênero. Verificou-se diferença significativa analisando Autoimagem Ideal e IMC ($p = 0,001$; $r = 0,042$), quanto maior o IMC, maior a percepção de Autoimagem Ideal. Quanto a Insatisfação Atual-Ideal nota-se que quanto maior o IMC, maior o nível de Insatisfação Corporal ($p = 0,001$; $r = 0,457$).

Observa-se que há uma relação proporcional entre as variáveis, ou seja, quanto maior o IMC, maior autoimagem, a insatisfação e o número de pontos sobre o questionário. Estes resultados coincidem com estudos prévios nos quais se encontram altos níveis de insatisfação corporal na infância (LAM et al., 2009; PRESNEL, BEARMAN; STICE, 2004; RICCIARELI; MACCABE, 2001)

Analisando os dados coletados é possível verificar que alunos insatisfeitos com o seu corpo evitam situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo, como em banheiros, vestiários ou piscina. Outro fator significativo em relação à insatisfação com o corpo é a alimentação. Observa-se que há preocupação da amostra com a alimentação que ao ingerir alimentos ricos em calorias, faz com que se sintam insatisfeitos, ao ponto de sentir que é necessário fazer dieta. Esta insatisfação dos adolescentes sugere maior suscetibilidade a transtornos alimentares em meninas e meninos. No entanto, acreditam que a Educação Física na escola pode ajudar no bom funcionamento do seu corpo e na qualidade de vida. O exercício físico é um tratamento não medicinal que provoca alterações no comportamento tanto fisiológico, bioquímico e psicológico (MELLO, 2005). Além disso, Fechio et al., (2001) apontam os benefícios da prática da atividade física regular para o bom funcionamento do corpo humano e para a melhora da qualidade de vida e, nesse sentido, a Educação Física colabora para a autoestima, a própria saúde, disciplina e postura.

4. CONCLUSÃO

Conclui-se que as meninas, possuem maior índice de insatisfação corporal. Além disso, parece que a insatisfação está fortemente associada aos índices de sobrepeso e obesidade dos escolares.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CASTILHO, S. – **A imagem corporal**. Santo André, SP: ESETec Editores associados, 2001.

FECHIO J.J.; MALERBI F. E.K. – Adesão a programas de atividades físicas. **Revista Discorpo**, ed.11, pp 50-73, 2001

JONES, D. C. (2004). Body image among adolescent girls and boys: a longitudinal study. **Developmental Psychology**, **40**, 823-835.

MELLO M. T.; BOSCOLO R.A.; ESTEVES A.M.; TUFIK S.; – O exercício físico e os aspectos psicológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. Ed.8, pp 203-207, 2005.

PINHEIRO, A.P. – **INSATISFAÇÃO COM O CORPO EM ESCOLARES DE 8 A 11 ANOS DE PORTO ALEGRE: PREVALÊNCIAS E FATORES ASSOCIADOS** 2003 Dissertação de Mestrado Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

PRESNELL, K., BEARMEN, S.K., & STIECE, E. (2004). Risk Factors for Body Dissatisfaction in Adolescent Boys and Girls: A Prospective Study. **International Journal of Eating Disorders**, **36**, 389-401.

RICCIADERLI, L. A., & MCCABE, M. P. (2001). Children's body image concerns and eating disturbances: A review of the literature. **Clinical Psychology Review**, **21**(3), 325-344

SCHILDER P.; WERTMAN R.; **A imagem do corpo: as energias construtivas da psique**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

Stunkard AJ, Sorenson T, Schlusinger F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In: Kety SS, Rowland LP, Sidman RL, Matthysse SW, editors. **The genetics of neurological and psychiatric disorders**. New York: Raven, 1983;115-20

TAVARES M. – **Imagem Corporal: conceito e desenvolvimento**. Barueri, SP: Manole, 2003.