

AUTO PERCEÇÃO DO CORPO IDEAL EM ESTUDANTES DA ÁREA DO DESPORTO



*Ribeiro, Maria Isabel Barreiro & *Fernandes, António Gonçalves

¹Instituto Politécnico de Bragança. Investigadora do CETRAD. Colaboradora da UDI.
²Instituto Politécnico de Bragança. Investigador do CETRAD.



INTRODUÇÃO

As exigências da vida atual contribuem para a diminuição dos níveis de atividade física¹ e para o aumento do consumo de alimentos hipercalóricos e industrializados. Os padrões de beleza, estabelecidos e aceites pela sociedade, exigem corpos perfeitos². Esta realidade traduz-se na busca constante pelo corpo perfeito, jovem, esquelético ou musculoso, divulgado constantemente pelos media e apresentado em revistas, cinema e centros comerciais, influenciando a crescente insatisfação das pessoas com a própria aparência³.

OBJETIVOS

Avaliar a auto percepção da imagem corporal e do corpo ideal em estudantes da área do desporto e relacioná-la com o género e o estado nutricional.

METODOLOGIA

Realizou-se um estudo transversal com 97 indivíduos, de um total de 142 estudantes, que frequentavam o curso superior de Desporto numa Instituição de Ensino Superior Público localizada no Interior Norte de Portugal. Para avaliar a percepção da imagem corporal atual e ideal foi utilizada a Escala de Silhuetas proposta por Stunkard *et al.* (1983)⁴ a qual representa um continuum desde a magreza (silhueta 1) até à obesidade severa (silhueta 7). Nesta escala, cada respondente escolheu o número da silhueta que considerava mais semelhante à sua imagem atual e a que percecionava como ideal. Deste modo a insatisfação com a imagem corporal foi determinada pela diferença entre a auto percepção da imagem ideal e da imagem atual.

Para classificar o estado nutricional foram utilizados os valores do Índice de Massa Corporal classificado de acordo com critério da Organização Mundial de Saúde (1998). A recolha de dados foi efetuada em, contexto de sala de aula, entre os meses de maio e junho de 2011.

Os estudantes desta amostra eram, maioritariamente, do género masculino 76,3% (74), com idades compreendidas entre 18 e os 33 anos, registando uma média de idade de 21,3 anos (DP± 2,87) (tabela 1).

Tabela 1 – Frequências (classes etárias, género e IMC) e medidas de tendência central e de dispersão (idade)

Variáveis	Grupos	Frequências (n=97)	
		%	n
Género	Masculino	76,3	76
	Feminino	23,7	23
Idade	18-21	70,1	68
	>21	29,9	29
IMC	Baixo peso/ normal peso	83,5	81
	Excesso peso/obesidade	16,5	16
Medidas de tendência central e de dispersão relativas à idade			
Média=21,3 DP±2,87 Mínimo=18 Máximo=33			

RESULTADOS

A maioria dos participantes está insatisfeito com o seu corpo (51,5%) sendo que destes, 37,1% está insatisfeito porque tem uma silhueta acima da desejada e 14,4% está insatisfeito porque possui uma silhueta abaixo da desejada (figura 1).

As mulheres em comparação com os homens ambicionam, em maior número, ter uma silhueta menor (60,9% vs. 29,7%) (figura 2). Nas mulheres a silhueta 4 foi apontada como sendo a atual (56,5%) e a silhueta 3 como a ideal (65,2%). Nos homens a silhueta 3 e 4 foi apontada pela maioria (55,4%) como sendo a atual sendo a desejada a silhueta 4 (58,1%).

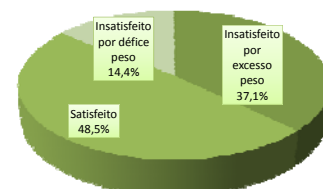


Figura 1 – Prevalência de insatisfeitos com a imagem corporal

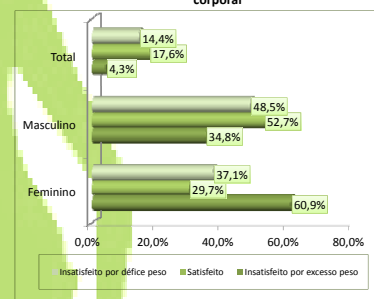


Figura 2 – Prevalência de insatisfeitos com a imagem corporal por género

Comparando a proporção de homens e mulheres insatisfeitos, verificou-se que existem diferenças estatisticamente significativas ($\chi^2=7,872$; $p=0,020$). As mulheres com excesso de peso/obesas estão em maior número insatisfeitas (figura 2).

Tendo em conta o estado nutricional dos inquiridos, medido através do IMC, verificou-se que existem diferenças estatisticamente significativas entre as proporções ($\chi^2=10,091$; $p=0,037$). São os estudantes com excesso de peso ou obesas que, em maior número, estão menos satisfeitos com a sua imagem corporal (figura 3).

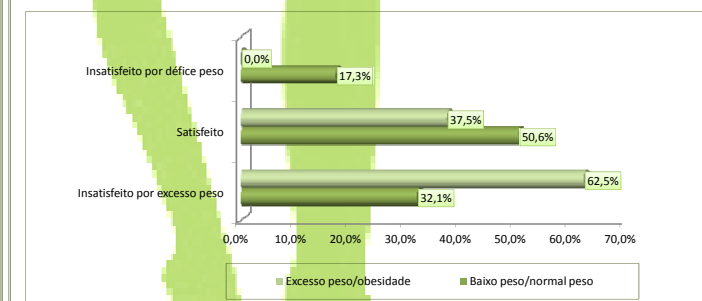


Figura 3 – Prevalência de insatisfeitos com a imagem corporal por IMC

CONCLUSÕES

A satisfação e insatisfação com a imagem corporal está associada ao género e ao IMC.

- MATSUDO SM, MATSUDO VR, ARAÚJO T, ANDRADE D, ANDRADE E, OLIVEIRA L & BRAGGION G. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o género, idade, nível socioeconómico, distribuição geográfica e de conhecimento. *Revista Brasileira Ciência e Movimento Humano*. 2002; 10 (4): 41-50.
- ANDRADE A, BOSI MLM. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. *Revista de Nutrição*. 2003; 16 (1): 117-125.
- BOSI MLM, RAGGIO R, MORGADO CMC, COSTA MLS & CARVALHO RJ. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro 2006; 55 (2): 108-113.
- STUNKARD AJ, SORENSON T, SCHLUSINGER F. Use of the Danish Adoption register for the study of obesity and thinness. In: KETY, S.S., ROWLAND, L.P., SIDMAN, R.L.; MATHYSSE, S.W. (Eds.). *The genetics of neurologic and psychiatric disorders*. New York: Raven; 1983. p.115-20.