

ESTUDO COMPARATIVO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA E EDUCAÇÃO FÍSICA

Ana Paula Discola^{1,2}; Luciana Almeida Lima²; Flávio Rebutini¹

¹LEPEBIMH – Laboratório de Estudos e Pesquisas Biopsicossociais do Movimento Humano (UNIABC); ²Departamento de Psicologia da UniABC

RESUMO

O desenvolvimento intensivo do culto ao corpo, nas últimas décadas, tem provocado uma série de alterações e complicações quanto à imagem corporal e o autoconceito. Este trabalho é o resultado de um estudo interdisciplinar entre pesquisadores interessados no tema Imagem Corporal. O objetivo foi investigar os níveis de imagem real e ideal em estudantes universitários. Da população total investigada (n = 71), 40 pertencem ao curso de Psicologia e 31 ao curso de Educação Física. A avaliação foi feita por meio do instrumento Silhouette Matching Task (Marsh e Roche, 1996), composto por 12 imagens corporais. Foi solicitado aos estudantes que apontassem com qual imagem se identificavam e com qual das imagens gostariam de se parecer no futuro. A análise estatística adotada foi o “t” de Student com nível de significância de $p < 0,01$. Nos resultados sobre a imagem real (atual), os 02 grupos pesquisados não apresentaram diferença significativa entre eles (o curso de Psicologia teve uma média de $4,41 \pm 2,56$ e o de Educação Física $5,40 \pm 2,47$). Em contrapartida, quando analisados os dados referentes à imagem ideal (futura) os resultados apontaram diferença significativa entre os cursos (entre $3,39 \pm 1,96$ e $5,33 \pm 2,18$, respectivamente, Psicologia e Educação Física), o que indica que os estudantes de Psicologia desejam um corpo muito mais esbelto do que o atual, enquanto os da Educação Física estão satisfeitos com seu corpo. Possivelmente, por manterem-se ativos fisicamente e, portanto, mais próximos do corpo idealizado.

Palavras chave: Imagem corporal, universitários, Psicologia e Educação Física.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, as pressões sociais por um corpo “esbelto” têm se intensificado, ainda que por vezes o padrão de magreza exceda os limites da própria saúde física. Numa sociedade de consideráveis exigências narcisistas, o culto ao corpo, a submissão aos ditames da moda e excessiva valorização da imagem atingem proporções significativas. O anterior ditado “diga-me com quem andas e te direis quem é” parece ter sido substituído pelo “mostre-me um corpo sarado e te direis quem é”. Os transtornos derivados da excessiva preocupação com o corpo estão se convertendo numa verdadeira epidemia, evidenciando-se como patologias do narcisismo. Anorexia, bulimia, vigorexia são termos, hoje, comumente divulgados e utilizados pela mídia. Os procedimentos estéticos, incluindo cirurgias plásticas, lipoaspirações e variadas técnicas para redução de peso alcançam hoje índices de procura cada vez maiores. Sem falar nas “dietas milagrosas”, que vertiginosamente multiplicam-se e são divulgadas pela mídia. Ainda que grande parte da comunidade médica alerte para os riscos no exagero dessas medidas e a mídia noticie com frequência tragédias envolvendo estes abusos, como é o caso de modelos vitimizadas pela anorexia (Folha Online, 16/11/2006). Outra fatia, desta mesma comunidade médica, explora de forma voraz os anseios da população cativa das novas técnicas cirúrgicas, dietéticas e medicamentosas direcionados a estes anseios. Nem com todos os alertas observa-se uma diminuição na busca pelo “corpo perfeito”. As pesquisas apontam que a prevalência da anorexia nervosa é de 1% na população geral com 90% dos casos em mulheres e que no caso da bulimia, a prevalência na população geral pode chegar a 4%, conforme indicados no CID-10 (OMS, 1992) e DSM-IV (APA, 1994).

Porém, não podemos ter na mídia condição exclusiva no desenvolvimento desses comportamentos. Outros fatores como: a família, amigos, micro sistemas sociais podem e interferem na formação da imagem e do autoconceito. Esta multiplicidade de interferências é

apoiada pela afirmação de Mauss (1974) de que, o conjunto de hábitos, costumes, crenças e tradições que caracteriza uma cultura também se referem ao corpo.

Para Alferes (1987, p. 213), “o corpo é um objecto social, um objecto público, no sentido em que as representações que dele temos são socialmente construídas e partilhadas e porque é, por excelência, um objecto de troca social. O corpo é matéria e é signo. É objecto de troca e de consumo”

Tal se mostra a multideterminação de influências e complexidade do assunto, que a investigação sobre a imagem corporal parece ser um ato infundável de análise e percepções, já que é profunda a relação entre a imagem corporal, o corpo, as representações mentais, a identidade corporal, o psiquismo, a cultura, os estímulos e a contextualização de tudo isso no tempo e no espaço (TAVARES, 2003).

Diante destes aspectos, nos é possível inferir que a fragmentação dos estudos, baseados em uma leitura unidimensional limita a leitura ao cenário biopsicossocial. Assim, o enfoque adotado nesse estudo é o desenvolvimento de uma visão multidisciplinar, tanto na literatura e configuração do instrumento desenvolvido quanto na formação dos profissionais envolvidos na investigação.

IMAGEM CORPORAL

A imagem corporal é a figura de nosso próprio corpo que formamos em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós mesmos ou como o vivenciamos (CORDÁS e CASTILHO, 1994). Conforme Slade (1988), o termo *imagem corporal* refere-se a uma ilustração, que se tem na mente, de tamanho, imagem e forma do corpo, expressando também sentimentos relacionados a essas características, bem como as partes que o constituem.

A insatisfação com o corpo tem sido frequentemente associada à discrepância entre a percepção e o desejo relativo a um tamanho e a uma forma corporal (ALMEIDA *et al.*, 2005). Embora constitua objeto complexo para investigações, existem evidências de que a mídia tem influência sobre os distúrbios na esfera da alimentação e da imagem corporal, pois ao mesmo tempo em que exige corpos perfeitos, estimula práticas alimentares não-saudáveis. O desfile de figuras jovens, com corpos esqueléticos ou musculosos apresentados em revistas, cinema e comerciais torna muito difícil, principalmente para os jovens, considerar a beleza em sua diversidade e singularidade, ou seja, como componente individual, sem se prender a padrões estéticos cada vez mais inatingíveis (INAD, 2004; SAIKALI *et al.*, 2004).

Em estudo realizado com fisiculturista no Rio de Janeiro, Sabino (2000) aponta que os marombeiros têm como motivação de suas ações a busca da forma ideal – em geral veiculada pelos meios de comunicação –, mas que é inalcançável, pois se radica em modelos abstratos. O termo marombeiros foi associado àqueles que, praticamente, vivem no culto e modelagem do corpo. Esta idealização causa o surgimento do que é denominado dismorfia muscular, decorrente da preocupação do indivíduo de que seu corpo seja franzino e pequeno, quando na verdade é grande e musculoso (ASSUNÇÃO, 2002), sendo que a dismorfia é de prevalência masculina.

O culto ao corpo, seja nos (as) marombeiros (as) ou nos (as) modelos (as), não possibilita uma visualização simplificada do fenômeno, pois as dismorfias não estão apenas nos indivíduos que seguem estes dois caminhos. De acordo com Tavares (2003, p.19):

“somos conduzidos a visualizar a imagem corporal como um fenômeno complexo, que deve ser visto sob múltiplas perspectivas, processo em constante transformação, que integra múltiplas dimensões e vulnerável aos processos dinâmicos internos e externos que se encontram em relação a cada instante, reconhecendo, no entanto, seu caráter singular e indivisível”.

Thompson (1996) aponta três fatores que compõem o conceito de autoimagem:

- Perceptivo, que se relaciona com a precisão da percepção da própria aparência física, envolvendo uma estimativa do tamanho corporal e do peso;

- Subjetiva, que envolve aspectos como satisfação com a aparência, o nível de preocupação e ansiedade a ela associada;
- Comportamental, que focaliza as situações evitadas pelo indivíduo por experimentar desconforto associado à aparência corporal.

O reflexo das distorções da imagem corporal pode desencadear uma série de transtornos que vão desde o imaginário aos distúrbios alimentares e nervosos graves. Exatamente, neste cenário surgem a anorexia nervosa e a bulimia que, de acordo com Saikali et al. (2004) são transtornos alimentares caracterizados por um padrão de comportamento alimentar gravemente perturbado, um controle patológico do peso corporal e por distúrbios da percepção do formato corporal.

JUVENTUDE E IMAGEM CORPORAL

A adolescência é um período de transição entre a infância e a idade adulta, permeada por múltiplas transformações como física, psicológica e social, amplamente estudadas por autores de diferentes áreas do conhecimento. Para a Psicologia essa fase mobiliza um intenso esforço no desenvolvimento do conceito de si próprio, uma vez que a identidade adulta ainda não está consolidada. As vestimentas, gestos e vocabulário, traduzem um jeito do jovem interpretar e agir no ambiente, de acordo com sua percepção sobre este, ou como resposta à percepção do próprio ambiente sobre ele. A agregação a um grupo é mais que um desejo nesse período do desenvolvimento, é uma necessidade. Essa tão importante afiliação poderá trazer benefícios para o adequado desenvolvimento do jovem ou, ao contrário, promover o potencial de risco (OUTEIRAL, 1994 e ORTEGA, 1993). Desse modo, os jovens, pelo momento característico do desenvolvimento que estão vivenciando, mostram-se mais suscetíveis às prerrogativas sociais, dificilmente passando incólumes frente a este cultuamento ao corpo. Na adolescência existe uma pressão para as meninas se manterem magras e uma cobrança para que os meninos fiquem fortes e musculosos. As transformações corporais constituem uma condição intrínseca a esta fase evolutiva, e podem ser consideradas o ponto de partida das mudanças psicológicas e de adaptação social que também caracterizam este momento.

Estudiosos apontam que as modificações corporais incontroláveis, bem como os imperativos do mundo externo que exigem do adolescente novas pautas de convivência são vividos, no começo, como uma invasão. Estas mudanças, nas quais perde a sua identidade de criança, implicam a busca de uma nova identidade que vai se construindo num plano consciente e inconsciente. O jovem não quer ser como determinados adultos, mas, em troca, escolhe outros como ideais (ABERASTURY e KNOBEL, 1981).

Esta particularidade psicodinâmica justifica o comportamento defensivo de busca de uniformidade, favorecendo o espírito de grupo pelo qual o adolescente mostra-se tão inclinado. Há um processo de “superidentificação em massa” (ABERASTURY e KNOBEL, 1981), por isso, inclina-se às regras do grupo, em relação a modas, vestimentas, costumes, preferências de todo tipo, incluindo o de “corpo perfeito”, evidenciando-se sua suscetibilidade pela busca de um padrão idealizado.

IMAGEM CORPORAL E PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE

Nessa perspectiva, evidencia-se o fato de que os profissionais da área da saúde, boa parte, são jovens em formação, aspirantes a um exercício profissional em que terão contato com estas questões circundantes no universo dos pacientes e nos imaginários sociais a que também se encontram atrelados.

A definição do âmbito de atuação dos profissionais de Educação Física prevê a necessidade de um curso superior, durante o qual estudará os aspectos fisiológicos, bioquímicos, genéticos, antropométricos e neuromotores da atividade física como também suas dimensões sociais e psicomotoras. Implicitamente, percebe-se como prerrogativa a estes profissionais conhecerem e orientarem os indivíduos em relação ao seu corpo e movimento, bem como os determinantes psicossociais envolvidos.

A Psicologia, por sua vez, procura explicar, prever e modificar os comportamentos. Propõe-se a ser uma disciplina dentre as áreas de conhecimento a estudar questões ligadas à personalidade, aprendizagem, motivação, inteligência e, também, comunicação interpessoal, ao comportamento sexual, à agressividade, ao comportamento em grupo e demais processos psíquicos e comportamentais, incluindo, obviamente, os processos psicoafetivos do sujeito em relação ao seu corpo.

Considerando que são na maioria jovens, mostra-se importante investigar o imaginário dos nossos aspirantes ao exercício da prática profissional como agentes da saúde, em que as questões com o corpo frequentemente serão objetos de análise.

OBJETIVOS

Nesse sentido é que se buscou, nesse estudo, realizar uma investigação sobre a percepção da imagem corporal em estudantes universitários dos cursos de Educação Física e Psicologia, para identificar a relação desses universitários com seus corpos, compreendendo a incidência que terão junto à população demandante por seus serviços.

SOBRE O MÉTODO

Participaram da pesquisa 71 jovens universitários, sendo que destes, 40 pertenciam ao curso de Psicologia: idade ($27,35 \pm 7,25$), altura ($1,65 \pm 6,45$) e peso ($59,32 \pm 9,84$) e, 31 alunos do curso de Educação Física: idade ($26,00 \pm 5,30$), altura ($1,76 \pm 6,96$) e peso ($75,36 \pm 12,84$). A avaliação foi feita por meio do instrumento Silhouette Matching Task (Marsh e Roche, 1996), composto por 12 imagens corporais. Foi solicitado aos estudantes que apontassem com qual imagem se identificavam e com qual das imagens gostariam de se parecer no futuro. A análise estatística adotada foi o “t” de Student com nível de significância de $p < 0,01$.

DISCUSSÃO: ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO

Nos resultados sobre a imagem real (atual), os 02 grupos pesquisados não apresentaram diferença significativa entre eles (o curso de Psicologia teve uma média de $4,41 \pm 2,56$ e o de Educação Física $5,40 \pm 2,47$). Em contrapartida, quando analisados os dados referentes à imagem ideal (futura) os resultados apontaram diferença significativa entre os cursos (entre $3,39 \pm 1,96$ e $5,33 \pm 2,18$, respectivamente, Psicologia e Educação Física), o que indica que os estudantes de Psicologia desejam um corpo muito mais esbelto do que o atual, enquanto os da Educação Física estão satisfeitos com seu corpo. Possivelmente, por manterem-se ativos fisicamente e, portanto, mais próximos do corpo idealizado.

Entretanto, ainda que os estudantes de Educação Física evidenciem maior conformidade com seus corpos, é prudente não descartar o quanto à busca em manter seus corpos próximos ao idealizado pode torná-los vítimas do culto ao corpo e mais submissos às exigências de manter os corpos esbeltos e “sarados”. O que nos coloca em um mesmo caminho de mão dupla, enquanto os estudantes de psicologia podem desenvolver e prejudicar sua saúde pela busca de “fórmulas” que propiciem a redução e afilamento de seus corpos, como dietas milagrosas e a utilização de medicamentos para emagrecimento; em compensação; os alunos de Educação Física poderão desenvolver distúrbios de imagem originários do culto ao corpo “sarado”, engajar-se em métodos de treinamentos excessivos e medicamentos, em oposição aos estudantes de psicologia, para aumentar sua massa muscular e reduzir os níveis de gordura corpórea.

Outro aspecto a ser considerado na comparação entre os cursos é que a prevalência de estudantes do sexo feminino no curso de psicologia poderia contribuir para esta discrepância observada. Doravante, os resultados apresentados tanto pelo curso de psicologia quanto pelo curso de Educação Física na imagem atual estão na faixa central do teste, o que pode ser considerada uma imagem saudável, por não apontar nem corpos magérrimos, nem corpos obesos.

No sentido de reforçar a justificativa anterior, devemos destacar que há uma diferença clara na constituição antropométrica das mulheres entre os cursos. As estudantes do sexo

feminino da Educação física são mais altas e pesadas (altura: $1,70 \pm 6,36$; peso: $66,37 \pm 15,55$) do que as da psicologia (altura: $1,64 \pm 6,35$; peso: $59,23 \pm 9,98$). O que denota um ponto a mais de distanciamento entre os cursos, há um perfil físico distinto entre os grupos, não podemos esquecer que os alunos de Educação Física, geralmente, estão ou estiveram engajados na prática esportiva, em grande medida, competitiva durante a adolescência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com este estudo foi possível identificar a percepção que estudantes de psicologia e Educação Física têm dos próprios corpos, enquanto imagem real e imagem idealizada. Ainda que os estudantes de Educação Física mostrem-se mais satisfeitos com seus corpos, indicador positivo, uma vez que trabalham especificamente com questões relacionadas ao corpo, nem por isso podem ser considerados refratários às influências ambientais que colaboram nas distorções de imagem corporal. Já que há uma pressão de corpos bem-feitos nas academias e clubes, pois os corpos dos professores de Educação Física destes estabelecimentos devem representar as buscas e anseios de seus clientes quanto à beleza de seus corpos e do imaginário criado a partir da mídia e outros pólos de informação.

Já os estudantes de Psicologia, ao evidenciarem maior suscetibilidade às distorções de imagem corporal, denunciam as incidências de fatores culturais, de gênero e sociais em seu desenvolvimento, e concomitante necessidade de um olhar mais acurado aos efeitos dessas influências em sua formação tanto pessoal quanto profissional.

A comparação e os padrões encontrados entre os grupos de estudantes, levam-nos a citar Schilder (1999, p. 302) de que apesar de não há imagem corporal coletiva; todos estruturam sua imagem corporal em contato com os outros. Há, entretanto, uma troca contínua de modo que há várias partes de imagens corporais comuns a pessoas que se vê, se encontram e se relacionam emocionalmente.

A ampliação deste estudo a outras disciplinas da área da saúde coloca-se como proposta de continuidade dessa investigação, em face da importância da atuação desses profissionais frente aos segmentos que demandam serviços de saúde, dos quais, a relação com o corpo indubitavelmente encontra-se presente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABERASTURY, A; KNOBEL, M. **Adolescência normal**. Um enfoque psicanalítico. Porto Alegre, Artes Médicas, 1981.
- ALFERES, V. R. O corpo: regularidades discursivas, representações e patologias. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, 23, 211-219, 1987
- ALMEIDA GAN, SANTOS J.E; PASSIAN, S.R; LOUREIRO S.R. Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. **Psicologia em Estudo**, 10(1): 27-35, 2005.
- APA. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**, 4th edition. *American Psychiatry Association*, 1994.
- ASSUNÇÃO, S. S. M. Dismorfia muscular. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 24 (supl III), 80-84, 2002.
- CORDÁS, T.A; CASTILHO, S. Imagem corporal nos transtornos alimentares: instrumento de avaliação: Body Shape Questionnaire. **Psiquiatria Biológica**, 2(1): 17-21, 1994.
- FOLHA ONLINE. <http://www1.folha.uol.com.br/folha/cotidiano/ult95u128256.shtml>
- Instituto de Nutrição Annes Dias (INAD). **Obesidade e Desnutrição**: Projeto Com Gosto de Saúde. [online]. Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: <<http://www.saude.rio.rj.gov.br>>.
- MARSH, H. W.; ROCHE, L. A. Predicting self-esteem from perceptions of actual and ideal ratings of body, fatness: is there only one ideal "supermodel". **Research Quarterly for Exercise and Sport**, 67 (1), 12-23, 1996.

- MAUSS, M. **As técnicas corporais. Sociologia e antropologia.** São Paulo: EPU/EDUSP, 1974.
- OMS. **International statistical classification of diseases and related health problems**, 10th revision (CID-10). World Health Association, 1992.
- ORTEGA, M.F. Adolescência, identidade, crise. **Revista APPIA**, v.11, (1/2), p.22-26., 1993
- OUTEIRAL, J. O. **Adolescer: estudos sobre adolescência.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.
- SABINO, C. Musculação: expansão e manutenção da masculinidade. In: GOLDENBERG, M. (org.). **Os novos desejos: das academias de musculação às agências de encontros.** Rio de Janeiro: Editora Record, 2000, 61-104
- SAIKALI, C. J, SOUBHIA, C. S, SCALFARO, B. M; CORDÁS, T. A. Imagem corporal nos transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**, 31(4): 154-6, 2004.
- SCHILDER, P. **A imagem do corpo: as energias construtivas da psique.** 3ªed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- SLADE, P.D. Body image in anorexia nervosa. **Br J Psychiatry**, 153(supl.2): 20-2, 1988.
- TAVARES, M. C. G. C. **Imagem corporal – conceito e desenvolvimento.** São Paulo: Editora Manole, 2003.
- THOMPSON, J. K. **Body image, eating disorders and obesity.** Washington D.C: American Psychological Association, 1996.