

INSATISFAÇÃO CORPORAL EM CRIANÇAS PRATICANTES DE GINÁSTICA ARTÍSTICA

BODY DISSATISFACTION IN CHILDREN WHO PRACTICE ARTISTIC GYMNASTICS

Laura Salles Brandão
Clara Mockdece Neves
Júlia Loth Costa
Beatriz Pardal de Matos
Natália Christinne Ferreira

Universidade Federal de Juiz de fora, FAEFID/UFJF, Juiz de Fora, Brasil

RESUMO

O objetivo deste estudo foi avaliar a insatisfação corporal, as preocupações, o comportamento corporal e a internalização da aparência ideal e das pressões de ideal social de crianças que praticam ginástica artística. Participaram do estudo 24 meninas com idade entre 7 e 11 anos que praticam ginástica artística na cidade de Juiz de Fora. Os instrumentos utilizados foram o questionário ESBC (Escala de Satisfação Corporal), o CBCBS (Questionário de Preocupações Corporais), o SATAQ-4R (Questionário de Avaliação da Internalização da Atividade Física) e um questionário sociodemográfico. Os resultados mostraram que mais da metade das crianças (53,3%) apresentaram insatisfação corporal. Quanto às preocupações, a maior parte das crianças (70%) apresentou moderada ou baixa preocupação com o corpo. No entanto, as crianças que praticam ginástica artística apresentaram maior internalização de magreza e muscularidade do que as crianças não praticantes. Esses resultados indicam que crianças que praticam ginástica artística estão sujeitas a um maior risco de desenvolver distúrbios da imagem corporal. Foi constatado que a maioria das crianças está insatisfeita com o próprio corpo e apresenta altos níveis de internalização de magreza e muscularidade, apesar de terem baixa ou moderada preocupação com a aparência ideal. Esses achados indicam a necessidade de atenção por parte dos profissionais que trabalham com essa população, visando prevenir distúrbios da imagem corporal e transtornos decorrentes dos mesmos. Portanto, é fundamental que sejam desenvolvidas estratégias para fortalecer os fatores positivos da imagem corporal e reduzir os fatores de risco, especialmente em esportes estéticos como a ginástica artística.

Palavras-chave: Imagem corporal. Meninas. Aparência ideal. Pressão do ideal social.

ABSTRACT

The objective of this study was to evaluate body dissatisfaction, concerns, body behavior and internalization of ideal appearance and social ideal pressures of children who practice artistic gymnastics. The study included 24 girls aged between 7 and 11 who practice artistic gymnastics in the city of Juiz de Fora. The instruments used were the ESBC questionnaire (Body Satisfaction Scale), the CBCBS (Body Concerns Questionnaire), the SATAQ-4R (Physical Activity Internalization Assessment Questionnaire) and a sociodemographic questionnaire. The results showed that more than half of the children (53.3%) presented body dissatisfaction. Regarding concerns, most children (70%) showed moderate or low concern about their bodies. However, children who practice artistic gymnastics showed greater internalization of thinness and muscularity than children who did not practice gymnastics. These results indicate that children who practice artistic gymnastics are at greater risk of developing body image disorders. It was found that most children are dissatisfied with their bodies and have high levels of internalization of thinness and muscularity, despite having low or moderate concern about their ideal appearance. These findings indicate the need for attention from professionals who work with this population, aiming to prevent body image disorders and disorders resulting from them. Therefore, it is essential that strategies are developed to strengthen the positive factors of body image and reduce risk factors, especially in aesthetic sports such as artistic gymnastics.

Keywords: Body image. Girls. Ideal appearance. Pressure of the social ideal.

INTRODUÇÃO

A ginástica artística é uma das modalidades mais populares dos Jogos Olímpicos (MARTINS *et al.*, 2023). Hoje, a ginástica artística é praticada em todo o mundo, em clubes, escolas e também em competições amadoras e profissionais (MARTINS *et al.*, 2023). Além de ser uma atividade física saudável e desafiadora, a ginástica artística é também uma forma de expressão artística, que exige disciplina, concentração e muita habilidade (MARTINS *et al.*, 2023). A ginástica artística pode contribuir muito para a formação esportiva geral, pois estimula capacidades físicas e contribui com o desenvolvimento motor da criança (NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010). A ginástica artística feminina engloba os quatro aparelhos: Solo, Barras Assimétricas, Trave e Saltos e é importante dar atenção especial à técnica, que é tida como fundamental no esporte. Martins *et al.* (2023) ressaltam que deve-se atentar sempre para a adequação da técnica, pois quando negligenciada, também pode ser associada à ocorrência de lesões. Nunomura; Carrara e Tsukamoto (2010) enfatizam que o “aprimoramento técnico nas fases posteriores de rendimento da Ginástica Artística depende da qualidade da aprendizagem técnica prévia”, indicando a importância de um acompanhamento desde os anos iniciais. A ginástica artística é frequentemente caracterizada pela iniciação e especialização precoce devido à crença de que indivíduos com baixa estatura e massa corporal têm maior probabilidade de obter sucesso nessa modalidade esportiva (MALINA; BOUCHARD; BAR-OR, 2013). Porém, a especialização precoce é desaconselhada, pois pode acarretar consequências negativas aos praticantes como o aumento de incidência de lesões, prejuízos gerais ao desenvolvimento da criança, manifestações de efeitos psicológicos negativos (NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010). Além disso, a ginástica artística é um esporte estético no qual há uma grande pressão em relação ao corpo ideal para alcançar o sucesso, uma vez que a aparência corporal do atleta pode influenciar o julgamento dos jurados (NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010). As exigências corporais e a inserção precoce no treinamento esportivo de alto rendimento podem acarretar em consequências na imagem corporal dos atletas (FORTES *et al.*, 2013).

A representação mental do corpo humano é conhecida como imagem corporal, sendo uma construção que ocorre em nossa mente (SCHILDER, 1994). A imagem corporal é um conceito multidimensional que se refere à forma como as pessoas percebem, pensam e sentem em relação ao seu próprio corpo. A compreensão da imagem corporal é dividida em duas dimensões: perceptiva e atitudinal. A dimensão perceptiva refere-se ao julgamento da forma, tamanho e peso do corpo (CASH; SMOLAK, 2011). Já a dimensão atitudinal pode ser subdividida em três componentes: cognitivo, comportamental e afetivo. O componente cognitivo envolve os pensamentos e crenças sobre o próprio corpo, o componente comportamental diz respeito aos comportamentos em relação ao corpo, enquanto o componente afetivo está relacionado aos sentimentos e emoções, incluindo a insatisfação corporal (NEVES *et al.*, 2020). Autores como Cash e Smolack (2011) destacam que a imagem corporal é influenciada por fatores sociais e culturais, incluindo normas estéticas, mídia, lembranças sociais e experiências pessoais. A percepção do corpo é moldada por padrões culturais de beleza e idealização corporal, o que pode levar a comparações, insatisfação e restrição para se adequar a esses padrões. De acordo com Mendes e Medeiros (2019), a imagem corporal das crianças e dos adolescentes determinam que a mudança entre seu corpo e o universo faz com que se organize toda a sua vida e sua fantasia, uma maneira de formar essas percepções condicionando a criança de uma imagem do corpo como sendo a matriz imaginária.

A insatisfação corporal faz parte da dimensão perceptiva da imagem corporal e segundo Thompson *et al.* (1999), corresponde à avaliação subjetiva negativa do corpo e está relacionada com estados e comportamentos psicológicos negativos. Desta forma, indivíduos com insatisfação corporal elevada podem apresentar piores marcadores de saúde mental, como depressão, ansiedade, baixa autoestima e baixa qualidade de vida (THOMPSON *et al.*, 1999). Os indivíduos podem se apresentar insatisfeitos com a aparência física como um todo, ou com algumas partes corporais específicas e pode ser influenciada por fatores culturais e sociais (CASH; SMOLAK, 2011). A insatisfação corporal é considerada um dos componentes afetivos da dimensão atitudinal da imagem corporal e refere-se à desvalorização do corpo por meio da avaliação de peso, forma e aparência (CASH; SMOLACK, 2011). A insatisfação corporal está associada a fatores maturacionais, psicossociais, nutricionais, ambientais, culturais e de gênero. Além disso, há uma relação direta entre a insatisfação corporal e o índice de massa corporal (IMC), de modo que indivíduos com sobrepeso têm maior probabilidade de apresentar insatisfação corporal (FORTES *et al.*, 2013). Pesquisas mostram que a preocupação com o corpo, peso e forma inicia-se na infância, especialmente entre os 6 e 11 anos, quando as crianças começam a internalizar ideais socioculturais de ansiedade e depressão (NEVES *et*

al., 2017). Nessa fase, a influência dos pais, amigos e mídia desempenha um papel significativo (THOMPSON *et al.*, 1999). É nesse período que as crianças começam a formar percepções sobre seus corpos e a fazer comparações com seus pares, o que pode impactar a construção da imagem corporal ao longo da vida, de maneira positiva ou negativa (CASH; SMOLAK, 2011). No entanto, de acordo com Mendes e Medeiros (2019), “a experiência da imagem corporal não é a mesma em ambos os sexos”, sendo que as mulheres geralmente apresentam níveis mais elevados de preocupação com a imagem corporal e uma visão mais negativa de seus corpos em comparação aos homens.

A insatisfação corporal possui uma relação mútua com os transtornos alimentares, conforme discutido por Neves *et al.* (2017). Além disso, a insatisfação corporal pode afetar negativamente a autoimagem do indivíduo, predispondo-o a transtornos psicológicos (FORTES *et al.*, 2013). Os transtornos alimentares são doenças psiquiátricas caracterizadas por alterações no comportamento alimentar e são consideradas síndromes crônicas de diagnóstico e tratamento desafiadores (FRANCISCO; NARCISO; ALARCÃO, 2012). Dentre os quadros mais conhecidos desses transtornos estão a anorexia nervosa, bulimia nervosa, e os transtornos alimentares não especificados. A insatisfação corporal é frequentemente considerada um fator desencadeante desses transtornos, uma vez que eles têm a distorção da imagem corporal como um dos sintomas principais (FORTES *et al.*, 2013). Estes distúrbios podem afetar pessoas de diferentes idades e classes sociais, porém, muitas pessoas que possuem esta desordem, tendem a negar ou esconder a doença e evitam ajuda profissional (FORTES *et al.*, 2013). Tsukamoto e Nunomura (2005) destacam que a anorexia e a bulimia nervosa são transtornos alimentares que frequentemente afetam ginastas, especialmente do sexo feminino.

No contexto esportivo atual, existe uma tendência de iniciar certas modalidades cada vez mais cedo, buscando resultados rápidos (TSUKAMOTO; NUNOMURA, 2005). O ambiente esportivo pode ser um meio ampliador de pressões socioculturais motivadas pelo ideal corporal (MENDES; MEDEIROS, 2019). A pressão para ter um corpo magro e musculoso pode ser ainda mais intensa em contextos esportivos, especialmente em esportes estéticos como a ginástica artística, pois implica uma determinada estética corporal, específica, pela exigência de um biótipo favorável para a prática (TSUKAMOTO; NUNOMURA, 2005). Diante disso, observa-se que, nos esportes que enaltecem a intensidade física e o corpo do indivíduo, há uma preocupação com a forma corporal, com a melhora da alimentação e controle do peso, o que faz com que o atleta tenha um melhor desempenho nas competições da modalidade (HAUSENBLAS; DOWNS; HAGAN, 2018). Com isso, há uma distorção da imagem corporal em muitos atletas, que é o olhar subjetivo que o indivíduo tem sobre seu corpo. Assim, pode-se verificar um controle de peso desenfreado, com extremas restrições alimentares e grandes horas de treinamento. Nesse sentido, o sexo feminino costuma ser o mais afetado por essa distorção de imagem e transtornos alimentares (HAUSENBLAS; DOWNS; HAGAN, 2018). Observa-se ainda que os transtornos alimentares podem ser acompanhados por outras doenças psicológicas, como depressão, ansiedade ou abuso de substâncias. Um estudo publicado no *Journal of Sports Sciences* em 2018 revelou altos níveis de insatisfação corporal e preocupação com o peso e a forma corporal entre atletas de ginástica artística (HAUSENBLAS; DOWNS; HAGAN, 2018). Dessa forma, percebe-se que a ginástica artística pode influenciar a imagem corporal de seus praticantes, independente da idade ou nível competitivo. Nesse contexto, é importante avaliar a insatisfação corporal desde a infância, a fim de reduzir os fatores de risco e fortalecer os aspectos positivos da imagem corporal, especialmente em esportes estéticos como a ginástica artística. Diante disso, o objetivo deste estudo é avaliar a insatisfação com a imagem corporal em crianças praticantes de ginástica artística.

MÉTODOS

O estudo foi realizado em conformidade com os princípios éticos da pesquisa envolvendo seres humanos. Todos os participantes, incluindo crianças menores de idade, assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TA), que explicava os objetivos da pesquisa, os riscos e benefícios envolvidos, e os direitos dos participantes. Os responsáveis pelos participantes menores de idade também assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O estudo foi de natureza quantitativa, descritiva e transversal. Os dados numéricos foram coletados por meio de questionários e analisados estatisticamente para identificar padrões e tendências. Os resultados foram apresentados em forma de tabelas e gráficos. A presente pesquisa buscou descrever as características da amostra, sem fazer inferências sobre a população. O estudo forneceu informações importantes sobre as características das meninas que praticam ginástica.

A amostra selecionada para este estudo consistiu em um grupo de meninas cujas idades variavam entre 7 e 11 anos, e que estavam atualmente envolvidas na prática da ginástica em escolas ou academias localizadas na cidade de Juiz de Fora. Para a inclusão nesta pesquisa, foram consideradas somente as crianças que estavam frequentando as aulas de ginástica de forma regular, ou seja, aquelas que participavam consistentemente dessas atividades no momento da seleção da amostra.

Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram os questionários ESBC, CBCBS, SATAQ-4R e um questionário sociodemográfico. Além da aplicação dos questionários, as crianças foram submetidas a procedimentos de medição antropométrica, realizados pela pesquisadora responsável, utilizando equipamentos apropriados, como um estadiômetro para medir a altura e uma balança para determinar o peso corporal.

Sobre as escalas: A ESBC foi desenvolvida por Kakeshita *et al.* (2009), é usada para avaliar a insatisfação corporal em crianças entre 7 e 12 anos. Essa escala apresenta 11 imagens de corpos humanos com diferentes IMC. Foi perguntado às crianças qual imagem representa melhor o corpo dela e qual imagem representa o corpo que ela gostaria de ter. A partir dessa informação mede-se a insatisfação corporal pela diferença entre as duas imagens, quanto maior a diferença, maior o nível de insatisfação corporal.

O CBCBS (Child Body Concerns and Behavior Scale) é utilizado para avaliar as preocupações e o comportamento corporal da criança. E teve sua versão para crianças brasileiras entre 7 e 11 anos, validada por Neves *et al.* (2020). Para meninas, é composta por 17 itens com três opções de respostas e imagens, carinha feliz para “satisfeito” (1 ponto), cara com a boca reta para “nem satisfeito, nem insatisfeito” (2 pontos), e carinha triste para “insatisfeito” (3 pontos), além das mãos com o dedo para baixo indicando “não concordo” (1 ponto), dedo para o meio “concordo mais ou menos” (2 pontos) e dedo para cima para “concordo” (3 pontos). Para avaliação é usado a soma destes pontos, quando a soma está entre 17 e 23 pontos é indicado baixa preocupação com o corpo, quando entre 24 e 31 pontos a preocupação com o corpo é moderada e quando entre 31 e 51 a preocupação com o corpo é alta.

A SATAQ-4R para crianças brasileiras, validada por Neves *et al.* (2020) avalia a internalização da aparência ideal e as pressões para alcançar o ideal social. Esse instrumento apresenta 22 itens com três opções de resposta em símbolos, dedo para baixo indicando “não”, dedo para o lado para “às vezes” e dedo para cima quando a resposta for “sim” com pontuações 1, 2 e 3 respectivamente. Essa escala apresenta 5 fatores, são eles: internalização ideal de magreza, internalização ideal de muscularidade, pressão da aparência, pressão: amigos/pessoas próximas, e pressão da mídia. Foi aplicado também um questionário sociodemográfico para obter informações pessoais como idade, tempo de prática de ginástica, participação ou não em outros esportes.

A coleta de dados foi realizada em duas etapas. Na primeira etapa, as pesquisadoras entraram em contato com as escolas de ginástica para solicitar autorização para realizar a pesquisa. Na segunda etapa, as pesquisadoras entraram em contato com as crianças e os responsáveis durante as aulas de ginástica. As crianças que concordaram em participar da pesquisa assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TA) e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os questionários foram respondidos pelas crianças em um ambiente separado, sem interferência dos pais ou professores. As pesquisadoras auxiliaram as crianças na resposta aos questionários.

Os dados foram tabulados no Microsoft Office Excel e no Statistical Package for the Social Science (SPSS), versão 21.0. As estatísticas descritivas abrangentes foram calculadas para todas as variáveis numéricas da pesquisa. Essas estatísticas incluíram média, desvio padrão, mediana, valor mínimo e valor máximo. Para as variáveis categóricas, foram realizadas análises de frequência absoluta e relativa. Essas análises permitiram identificar com precisão a distribuição das respostas dos participantes em relação às categorias específicas das variáveis categóricas.

RESULTADOS

Participaram da presente investigação 24 meninas praticantes de ginástica artística da cidade de Juiz de Fora. As meninas tinham idade entre 7 e 11 anos, com média de $8,75 \pm 1,54$ anos. A maior parte da amostra do presente estudo ($n=20$; 83,3%) relataram uma frequência semanal de 2 ou 3 vezes na semana na prática da ginástica. A maioria das crianças ($n=20$; 83,3%) praticam exclusivamente a ginástica como

atividade física regular, enquanto apenas 4 crianças relataram estarem engajadas em outras modalidades (como por exemplo: ballet, natação e atletismo).

Em relação ao questionário CBCBS, 9 crianças (37,5%) apresentaram escore entre 17 e 23 pontos, indicando baixa preocupação com o corpo. Enquanto 10 crianças (41,7%) apresentaram preocupação moderada com o corpo ao obterem escore entre 24 e 31 pontos. Por fim, apenas 5 crianças (20,8%) obtiveram escores maiores que 32 pontos indicando alta preocupação com o corpo.

Em relação à Escala de Silhuetas, 10 crianças (41,7%) assinalaram como figura real e figura desejada a mesma silhueta, isso significa que elas não desejam alterar sua silhueta corporal, estando classificadas como “satisfeitas”. Apenas 2 crianças (8,3%) assinalaram como ideal uma figura maior do que aquela apontada como real. Isso significa que nesse caso elas gostariam de aumentar sua silhueta corporal. Por fim, 12 meninas (50%) assinalaram como desejada uma figura menor do que aquela apontada como real, significando um desejo de reduzir sua silhueta corporal.

Ao calcular o IMC das meninas que participaram do estudo constatou-se que, 3 crianças (13%) obtiveram IMC menor que 5, indicando assim baixo peso. Enquanto 11 meninas (46%) apresentaram IMC entre 5 e 85, sendo considerado peso normal e 10 crianças (42%) obtiveram IMC igual ou maior que 85, o que indica sobrepeso.

DISCUSSÃO

O esporte é um fenômeno sociocultural cujas manifestações são classificadas em esporte-educação, esporte-participação (lazer) e esporte-performance (HAUSENBLAS; DOWNS; HAGAN, 2018). Esporte-performance visa à competição e para isso o volume de prática deve ser maior para o treinamento minucioso das técnicas da modalidade. A ginástica artística é uma modalidade esportiva que, tradicionalmente, tem início em uma idade bastante precoce. A prática dessa modalidade exige um alto nível de condicionamento físico e flexibilidade, o que pode levar a uma maior preocupação com o corpo, especialmente em crianças (HAUSENBLAS; DOWNS; HAGAN, 2018)

Há diferentes opiniões entre especialistas sobre o momento ideal para que as crianças comecem a frequentar espaços relacionados à prática da ginástica artística. Alguns técnicos afirmam que o processo deve começar quando as crianças têm entre 3 e 4 anos de idade. Por outro lado, outros especialistas, argumentam que o momento mais apropriado para iniciar na ginástica artística é entre os 5 e 7 anos (NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010). Isso se justifica pelo fato de que nessa faixa etária as crianças começam a desenvolver uma maior consciência em relação ao próprio corpo, como apontado por Cash e Smolak (2011), elas começam a notar as diferenças entre seus corpos e os corpos dos outros, o que pode levar a uma maior preocupação com a aparência física. Além disso, as crianças nessa faixa etária também se tornam mais suscetíveis às pressões socioculturais, as quais podem ser agravadas no contexto esportivo conforme indicado por (NUNOMURA; CARRARA; TSUKAMOTO, 2010).

Nesse sentido, o objetivo deste estudo foi investigar a insatisfação corporal em crianças praticantes de ginástica artística.

De acordo com Neves *et al.* (2017), quando as crianças são diretamente questionadas sobre sua satisfação corporal, os índices de insatisfação são relativamente baixos. No entanto, em outras pesquisas que utilizam a Escala de Silhuetas como instrumento de avaliação, a maioria das crianças tende a demonstrar insatisfação com sua imagem corporal.

No contexto deste estudo em particular, as crianças participantes foram indagadas diretamente sobre se estavam satisfeitas com seus corpos de forma geral, e a resposta média obtida foi que elas se sentiam satisfeitas “às vezes”. Essa percepção foi corroborada pela interpretação dos resultados da Escala de Silhuetas, que revelou que 41% dos participantes estão satisfeitos com seus corpos atuais, enquanto 58,3% manifestaram insatisfação e expressaram o desejo de ter um corpo diferente do que é considerado como seu corpo real. Em Neves *et al.* (2017), foi constatado que a insatisfação corporal é mais prevalente em crianças com excesso de peso. Neste estudo atual, 42% das crianças apresentaram sobrepeso e 58,3% insatisfação com seus corpos. Assim, podemos concluir que a insatisfação corporal não se restringe apenas às crianças acima do peso, mas como um fator relevante em geral.

No que se refere à análise dos fatores de internalização da muscularidade e da magreza, conforme avaliados por meio do questionário SATAQ-4R, este estudo apresentou resultados que indicam médias mais elevadas, especificamente, 6,12 para a internalização da muscularidade e 8,66 para a internalização da magreza, quando comparadas com as médias da população que não pratica atividades físicas, as quais foram registradas em 5,79 e 7,79, respectivamente, conforme evidenciado no estudo conduzido por Neves *et al.* (2020). Essa discrepância nos valores sugere que as crianças envolvidas na prática da ginástica artística podem estar mais suscetíveis à internalização desses fatores em comparação com seus pares que não se engajam em atividades físicas. Tal fenômeno pode ser atribuído à ênfase estética e aos estereótipos que frequentemente permeiam essa modalidade esportiva, contribuindo para uma maior influência no desenvolvimento de conceitos ligados à muscularidade e magreza entre os jovens praticantes.

Com base nos resultados encontrados neste estudo, é possível afirmar que a insatisfação corporal em crianças praticantes de ginástica artística é um problema relevante e que merece atenção por parte dos profissionais que trabalham com essa população. A pressão para ter um corpo magro e musculoso pode ser ainda mais intensa nesse contexto, o que pode levar a distúrbios da imagem corporal e transtornos alimentares. Por isso, é importante que os profissionais estejam atentos aos sinais de insatisfação corporal em seus alunos e desenvolvam estratégias para prevenir esses problemas. Algumas estratégias como: Incentivar hábitos saudáveis, estimular a prática esportiva como forma de desenvolver habilidades físicas e mentais, e oferecer suporte psicológico para crianças que apresentam sinais de insatisfação corporal ou transtornos alimentares, podem contribuir para que essas crianças não cheguem na adolescência com essa insatisfação corporal. Essas são apenas algumas possíveis estratégias, mas é importante ressaltar que cada caso deve ser avaliado individualmente e que o trabalho com uma equipe multidisciplinar é fundamental para prevenir e tratar problemas relacionados à imagem corporal em crianças praticantes de ginástica artística.

Este estudo sobre a insatisfação corporal em crianças praticantes de ginástica artística da cidade de Juiz de Fora apresentou resultados relevantes para a compreensão desse fenômeno. Foi constatado que a maioria das crianças está insatisfeita com o próprio corpo e apresenta altos níveis de internalização de magreza e muscularidade, apesar de terem baixa ou moderada preocupação com a aparência ideal. Esses achados indicam a necessidade de atenção por parte dos profissionais que trabalham com essa população, visando prevenir distúrbios da imagem corporal e transtornos decorrentes dos mesmos. Portanto, é fundamental que sejam desenvolvidas estratégias para fortalecer os fatores positivos da imagem corporal e reduzir os fatores de risco, especialmente em esportes estéticos como a ginástica artística.

Os questionários CBCBS e o SATAQ-4R foram publicados para a população brasileira no ano de 2020, o que significa que há uma limitada quantidade de estudos que empregaram esses instrumentos de avaliação até o momento. Nesse contexto, o presente estudo se destaca ao oferecer contribuições significativas em relação à compreensão da insatisfação corporal e dos fatores socioculturais em crianças que participam da ginástica artística. Suas descobertas desempenham um papel importante em preencher essa lacuna de conhecimento, lançando luz sobre a dinâmica complexa que envolve a imagem corporal e os elementos culturais presentes na vida de crianças envolvidas nessa modalidade esportiva.

É amplamente reconhecido na literatura especializada que esportes que enfatizam a estética corporal têm um impacto significativo na geração de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. No entanto, até o momento, há uma escassez notável de estudos que tenham direcionado sua atenção para investigar esses efeitos em crianças. A identificação de pesquisas que evidenciam a ocorrência dessas influências em praticantes de ginástica artística, mesmo em idades mais jovens, suscita questões cruciais relacionadas à iniciação esportiva e à especialização precoce nesse contexto.

Essa lacuna no conhecimento ressalta a importância de compreendermos de maneira mais abrangente como a participação em esportes com ênfase na estética corporal pode moldar as percepções e as atitudes das crianças em relação ao próprio corpo, bem como suas decisões sobre quando e como iniciar sua jornada esportiva. Portanto, a investigação desses efeitos em faixas etárias mais jovens não apenas enriquece nosso entendimento sobre os impactos dessas modalidades esportivas, mas também levanta importantes considerações sobre a orientação e o suporte apropriados para crianças que se envolvem precocemente nesse tipo de atividade esportiva.

CONCLUSÃO

A análise realizada neste estudo suscita uma série de questões cruciais que demandam uma reflexão profunda sobre o momento oportuno para a implementação de intervenções destinadas a preservar e promover a saúde mental dos praticantes de ginástica artística. Essas questões não apenas abrangem a saúde mental individual dos atletas, mas também lançam luz sobre a necessidade premente de revisitar e aprimorar os métodos de ensino e treinamento empregados na ginástica artística.

Os aspectos psicológicos que permeiam a prática de modalidades esportivas, em particular a ginástica artística, emergem como elementos de extrema relevância que devem ser considerados com a máxima seriedade. É imperativo reconhecer que o bem-estar psicológico dos praticantes não pode ser negligenciado em prol do desenvolvimento físico. Portanto, a abordagem integral que prioriza tanto o aspecto físico quanto o mental se torna um objetivo crucial para a comunidade esportiva.

Nesse sentido, a pesquisa evidencia a necessidade de reimaginar o ensino da ginástica artística, incorporando abordagens que atendam não apenas aos aspectos técnicos e físicos, mas também às dimensões psicológicas dos atletas. Isso requer uma mudança de paradigma que reconheça que o sucesso no esporte não deve ser medido apenas em termos de conquistas atléticas, mas também em termos do bem-estar emocional e mental dos praticantes.

REFERÊNCIAS

- CASH, T.F.; SMOLAK, L. **Body image: A handbook of science, practice, and prevention.** [s.l.]: Guilford Press, 2011.
- FRANCISCO, R; NARCISO, I; ALARCÃO, M. O tratamento dos transtornos alimentares: Estado da arte. **Psicologia, Saúde & Doenças**, [s.l.], v.13, n.1, p.23-46, 2012.
- FORTES, L.S. et al. Insatisfação corporal e comportamentos alimentares inadequados em adolescentes do sexo feminino: uma revisão sistemática. **Rev. nutr. PUCCAMP**, [s.l.], v.26, n.6, p.639-648, 2013.
- HAUSENBLAS, HA; DOWNS, DS; HAGAN, AL. Athlete body dissatisfaction and disordered eating: Mediating roles of social physique anxiety and physical appearance comparisons during emerging adulthood. **Journal of Sports Sciences**, [s.l.], v.36, n.1, p.49-57, 2018.
- KAKESHITA, I.S. et al. A figure rating scales for brazilian adults and children: development and test-retest reliability. **Psicologia: Teoria e Pesquisa.** [s.l.], v.25, n.2, p.263-273, 2009.
- MALINA, R.M.; BOUCHARD, C.; BAR-OR, O. **Crescimento, Maturação e Atividade Física.** 2.ed. [S. l.]: Phorte, 2013.
- MARTINS, J.C.C *et al.* Impacto da ginástica artística na estatura de crianças durante a puberdade. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, [s.l.], v.5, n.1, p.135-142, 2023.
- MENDES, C.F.; MEDEIROS, C.M. Influência da imagem corporal na autoestima e na qualidade de vida em estudantes do ensino médio. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde.** [s.l.], v.32, n.2, p.1-9, 2019.
- NEVES, C.M.; SILVA, D.A.; ASSUNÇÃO, L.R.; RIBEIRO, M.C. Imagem corporal em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [s.l.], v.4, n.2, p.215-225, 2017.
- NEVES, C.M. *et al.* Child Body Concerns and Behavior Scale: Development and Psychometric Properties of a Body Image Scale for Children. **Perceptual and Motor Skills**, [s.l.], v.128, n.1, p.2020-242, 2020.
- NEVES, C.M. *et al.* Translation, Adaptation and Psychometric Properties of SATAQ-4R for Brazilian Children. **Psicologia: Reflexão e crítica**, [s.l.], v.33, n.12, p. 111-120, 2020.
- NUNOMURA, M.; CARRARA, P.D.S.; TSUKAMOTO, M.H.C. Ginástica artística e especialização precoce: cedo demais para especializar, tarde demais para ser campeão. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [s.l.], v.24, n.3, p.305-314, 2010.

- SCHILDER, P. **A Imagem do Corpo**: as energias construtivas da psique. [s.l.]: Martins Fontes, 1994.
- THOMPSON, J.K. *et al.* **Exacting beauty**: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance. [s.l.]: American Psychological Association, 1999.
- TSUKAMOTO, M.H.C.; NUNOMURA, N. Iniciação esportiva e infância: Um olhar sobre a ginástica artística. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, [s.l.], v.26, n.3, p.159-176, 2005.

Universidade Federal de Juiz de fora - FAEFID/UFJF
Laboratório de Estudos do Corpo – LABESC
Campus UFJF – Curso de Educação Física
Via Local, s/n
Juiz de Fora/MG
3986-3998