

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: “Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”

ISSN: 1983-8174

### RELAÇÃO ENTRE PERCEPÇÃO E SATISFAÇÃO CORPORAL E O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM INTEGRANTES DE UM PROGRAMA DE TREINO NO ÂMBITO DO CENAPES-URCA

Leonardo Bizerra de Alencar<sup>1</sup>, Josias do Monte Viveiros<sup>2</sup>, Fabrício Franklin do nascimento<sup>3</sup>, Kelvyn dos Santos Ferreira<sup>4</sup>, Francivaldo da Silva<sup>5</sup>, Hudday Mendes da Silva<sup>6</sup>, Simonete Pereira da Silva<sup>7</sup>

**Resumo:** A autoimagem não é só uma construção cognitiva, mas também uma reflexão dos desejos, atitudes emocionais e interação com os outros. Todos esses fatores influenciam diretamente na percepção da sua imagem corporal. O presente estudo tem como objetivo verificar os níveis de satisfação e insatisfação de sujeitos com a sua imagem corporal e correlacionar a aparência corporal atual selecionada por cada um com os níveis de IMC de cada indivíduo e assim consequentemente analisar os níveis de percepção da autoimagem corporal. A percepção da imagem corporal foi obtida por autoavaliação, com uso da escala de silhuetas. Foi solicitado que o indivíduo identificasse qual silhueta considera semelhante à sua aparência corporal atual e também o número da silhueta que acredita ser mais condizente a sua aparência corporal desejável. Visto os resultados apresentados neste estudo podemos concluir também que pessoas que estão acima do peso apresentam maiores índices de insatisfação com o seu corpo quando comparamos com sujeitos que estão com peso adequado de acordo com os níveis de IMC. Já que 62% dos indivíduos se encontram acima do peso e insatisfeitos, 66,7% se encontram com o peso adequado e satisfeitos e 25% se encontram abaixo de peso e insatisfeitos.

**Palavras-chave:** Autoimagem corporal; Satisfação, Insatisfação e Percepção.

#### 1. Introdução

A imagem corporal é a constituição da figura do corpo que o indivíduo tem de si mesmo, ou seja, como ele concebe e percebe seu próprio corpo. Uma estrutura formada através das sensações provindas de diversas formas e que chegam à consciência mental. A autoimagem não é só uma construção cognitiva, mas também uma reflexão dos desejos, atitudes emocionais e interação com os outros. É uma construção multidimensional que descreve amplamente as representações internas da estrutura corporal e da aparência física (Tavares, 2003; Damasceno e colaboradores, 2006).

---

1 Universidade Regional do Cariri, email: leonardo43alencar@gmail.com

2 Universidade Regional do Cariri, email: josiasviveiros13@gmail.com

3 Universidade Regional do Cariri, email: Fabregastfm@gmail.com

4 Universidade Regional do Cariri, email: Kelvyn.ferreira05@gmail.com

5 Universidade Regional do Cariri, email: rafinha0407.silva@gmail.com

6 Universidade Regional do Cariri, email: hudday.mendes@urca.br

7 Universidade Regional do Cariri, email: simonete.silva@urca.com.br

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: “Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”

ISSN: 1983-8174

Existem fatores que levam os sujeitos a estabelecerem relações positivas ou negativas referentes a sua imagem corporal, dentre elas se destacam os fatores históricos, ou seja, circunstâncias do passado é que moldam a forma de cada um perceber sua aparência. Nesta perspectiva, experiências cotidianas determinam os pensamentos, sentimentos e reações relativas a aparência (Castilho, 2001). O primeiro indício de que o indivíduo não está satisfeito com o seu corpo é quando ele se olha no espelho e percebe que o seu corpo não está de acordo com os estereótipos impostos pela sociedade. Assim se cria uma imagem negativa da sua autoimagem corporal.

A mídia expõe para a população a imagem de modelos como à imagem de um espelho, em que a população faz uma avaliação do seu corpo em relação ao olhar do outro, que poderá interferir na construção da sua autoestima e da autoimagem (Durif, 1990). Muitos estereótipos são impostos, entre eles padrões de beleza. Esse fator é um grande motivador para a distorção da imagem corporal, o que também acaba por influenciar a autoestima. A aparência física que a sociedade atual enxerga como ideal é sempre um corpo mais esbelto, com curvas acentuadas, com baixos níveis de percentual de gordura e com níveis mais altos de hipertrofia muscular. Esses exemplos são sempre encontrados em modelos, atores, atrizes e atletas.

Uma medida mais objetiva da proporcionalidade corporal é o Índice de Massa Corporal (IMC), que é definido pela medida equivalente do peso corporal do indivíduo dividido pela sua estatura em metros quadrados. A sua principal função é fornecer informações correlacionadas entre o excesso de gordura corporal e sobrepeso. O mesmo apresenta as seguintes classificações:

- Baixo peso (menor que 18,5 kg/m<sup>2</sup>);
- Peso adequado (entre 18,5 kg/m<sup>2</sup> e 24,9 kg/m<sup>2</sup>);
- Excesso de peso (entre 25 kg/m<sup>2</sup> e 25,9 kg/m<sup>2</sup>);
- Obesidade grau 1 (entre 30 kg/m<sup>2</sup> e 34,9 kg/m<sup>2</sup>);
- Obesidade grau 2 (entre 35 kg/m<sup>2</sup> e 39,9 kg/m<sup>2</sup>);
- Obesidade mórbida (acima de 40 kg/m<sup>2</sup>).

## 2. Objetivo

O presente estudo tem como objetivo verificar os níveis de satisfação e insatisfação de sujeitos com a sua imagem corporal e correlacionar a aparência corporal atual selecionada por cada um com os níveis de IMC de cada indivíduo e assim consequentemente analisar os níveis de percepção da autoimagem corporal.

## 3. Metodologia

Esse estudo é de natureza transversal, a mesma pesquisa é não probabilística por conveniência. A sua amostra foi composta por um grupo de praticantes de um programa de treino com 5 seções semanais oferecidos no âmbito do CENAPES-URCA. No total 45 pessoas foram selecionadas para participarem das avaliações, sendo 8 do sexo masculino e 37 do sexo feminino.

## IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"

ISSN: 1983-8174

O único critério utilizado para a seleção da amostra era de estarem praticando regularmente as seções de treino. Todos foram submetidos a aferição de dobras cutâneas, aferição de perímetros, peso, estatura e autoavaliação da imagem corporal. Para as avaliações foram utilizados:

- Adipômetro HOLTAIN;
- Fita métrica metálica flexível SANNY;
- Estadiômetro;
- Balança;
- Lápis dermatográfico;
- Escala de autoimagem corporal.

A percepção da imagem corporal foi obtida por autoavaliação, com uso da escala de silhuetas (figura 1) proposta por Tiggemann e Wilson-Barret (1998). Essa escala contém nove silhuetas numeradas, com extremos de magreza e gordura com altura estável, sendo apresentada separadamente, segundo o sexo. Foi solicitado que o indivíduo identificasse qual silhueta considera semelhante à sua aparência corporal atual e também o número da silhueta que acredita ser mais condizente a sua aparência corporal desejável.

Para a avaliação da satisfação com a imagem corporal subtrai-se o valor anotado na escala de silhuetas como aparência corporal atual daquela anotada como aparência corporal desejável, podendo variar de menos oito até oito. Se essa variação for igual a zero, o indivíduo é classificado como satisfeito com sua aparência e se diferente de zero é classificado como insatisfeito. Caso a diferença seja positiva considera-se uma insatisfação pelo excesso de peso e, quando negativa, uma insatisfação pelo baixo peso. Já na obtenção dos resultados se utilizou a frequência das respostas em porcentagem (tabela 1) e também se utilizou de uma tabela na qual os dados de satisfação e os níveis de IMC de cada indivíduo foram cruzados (tabela2).

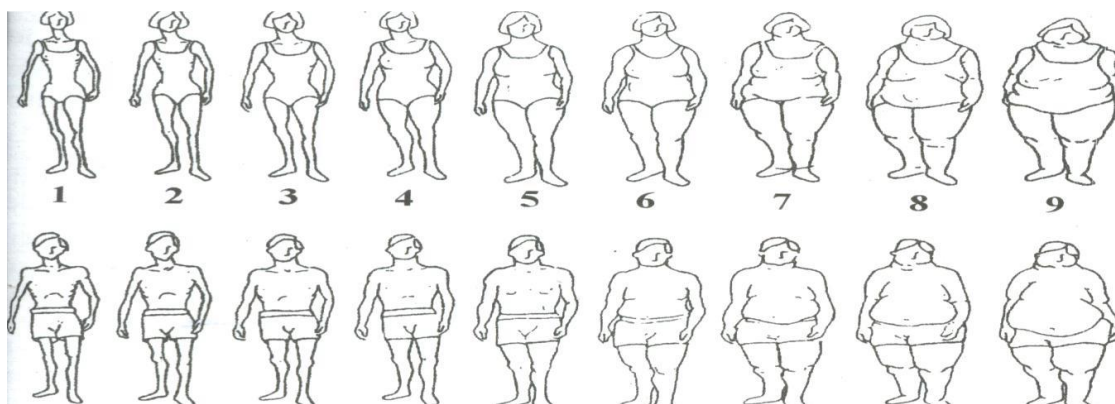


Figura 1 – escala de autoimagem corporal (Tiggemann e Wilson-Barret).

#### 4. Resultados

## IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"

ISSN: 1983-8174

Conforme se pode observar na Tabela 1, apenas 20% do total dos indivíduos avaliados se consideram satisfeitos com a sua imagem corporal. Os demais 80% estão insatisfeitos ou por excesso ou pelo baixo peso.

Tabela 1 – resultados obtidos com o número de sujeitos satisfeitos e insatisfeitos com sua imagem corporal.

Grau de satisfação	N	%
Insatisfeito por baixo peso	4	8,9
Satisfeito	9	20,0
Insatisfeito por excesso de peso	32	71,1
Total	45	100,0

A tabela 2 refere-se ao cruzamento das variáveis classificação do IMC com o grau de satisfação com a imagem corporal. De um modo geral observa-se que 62% dos indivíduos se encontram acima do peso e insatisfeitos, 66,7% se encontram com o peso adequado e satisfeitos e 25% se encontram abaixo de peso e insatisfeitos.

Tabela 2 – cruzamento das variáveis classificação do IMC com o grau de satisfação com a imagem corporal.

Classificação IMC	Classificação satisfação			Total
	insatisfeito por baixo peso	satisfeito	insatisfeito por excesso de peso	
Baixo peso	1 25,0%	0 0,0%	0 0,0%	1 2,2%
Normal	3 75,0%	6 66,7%	10 31,3%	19 42,2%
Excesso de peso	0 0,0%	3 33,3%	12 37,5%	15 33,3%
Obesidade grau 1	0 0,0%	0 0,0%	8 25,0%	8 17,8%
Obesidade grau 2	0 0,0%	0 0,0%	2 6,3%	2 4,4%
Total	4 100,0%	9 100,0%	32 100,0%	45 100,0%

# IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: “Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”

ISSN: 1983-8174

### 5. Conclusão

Com base nos resultados obtidos foi possível verificar que pessoas com excesso de peso apresentam maiores índices de insatisfação com o seu corpo quando comparados com sujeitos que estão com peso adequado de acordo com os níveis de IMC. Portanto, é necessário reconhecer a importância da percepção da imagem corporal e a sua relação com os indicadores de composição e proporcionalidade corporal durante a implementação de estratégias para promover a saúde, considerando a necessidade de controle de peso, principalmente para quem exibe percepção distorcida da imagem corporal. Assim, é necessário motivar indivíduos com peso adequado e insatisfeitos para manter seu peso e se satisfazer com sua imagem corporal. Quanto ao sobrepeso, obesidade ou baixo peso indivíduos que estão satisfeitos com sua imagem corporal, é importante que eles tenham o conhecimento sobre seu estado nutricional para que possam adequar-se ao peso ideal.

### 6. Referências

Damasceno, V. O.; Vianna, V. R. A.; Vianna, J. M.; Lacio, M.; Lima, J. R. P.; Novaes, J. S. **Imagem corporal e corpo ideal**. R bras Ci e Mov. Vol. 14. Núm. 1. p. 87-96. 2006.

Durif, C. **Percepções e representações do peso e forma do corpo: a abordagem psychoethnologique**. Informação sobre Ciências Sociais. Paris. Vol. 29. p. 14-28. 1990.

MACIEL, F. T.; FERREIRA, J. S. **Percepção da autoimagem corporal em relação ao estado nutricional de escolares do ensino médio em Campo Grande, MS**. Revista Digital de Buenos Aires, 2010

Tavares, M. C. G. C. F. **Imagem corporal: Conceito e desenvolvimento**. 2003.