

## **Corpo e envelhecimento**

Maria Elisa Caputo Ferreira, Jimilly Caputo Corrêa, Eliane Ferreira Carvalho Banhato, Vanessa Nolasco Ferreira

O panorama de uma sociedade do espetáculo onde o corpo passou a ser um objeto de consumo tende a se agravar diante do processo natural de envelhecimento humano. Preocupação constante do homem em todos os tempos, o envelhecimento, na cultura ocidental, é geralmente rejeitado. A chamada Terceira Idade, que compreende os indivíduos com sessenta ou mais anos de idade, desperta sentimentos negativos, como a piedade, o medo e o constrangimento em decorrência das mudanças físicas, cognitivas e sociais que desencadeia.

Nesse sentido, torna-se relevante examinar os modos particulares da forma de perceber o próprio corpo em indivíduos de diferentes sociedades. É importante observar como o papel da imagem corporal influencia na construção da identidade pessoal.

É dentro dessa perspectiva que a presente pesquisa buscou discutir como as pessoas com idade a partir de 60 anos percebem o envelhecimento através de seu próprio corpo e verificar como a valorização estética contemporânea interfere no modo de se perceber.

Os sujeitos amostrados nesse estudo foram obtidos por conveniência, perfazendo um total de 100 idosos, de ambos os sexos, com idades que variavam de 60 a 88 anos.

Como instrumento foi utilizado uma entrevista semi-estruturada que investigou dados sócio-demográficos e questões específicas da autopercepção corporal.

Além disto, utilizou-se a Escala de Desenhos de Silhuetas (Nine-Figure Outline Scale; Stunkard, Sorensen; Schulsinger, 1983), mostrada aos participantes; com a finalidade de avaliar a percepção de tamanho e forma corporal. A escala consiste num conjunto de dezoito cartões, contendo nove desenhos de silhuetas femininas e nove masculinas, que representam figuras humanas com nove variações em ordem crescente de tamanho corporal.

Alguns estudos têm buscado investigar e avaliar a imagem corporal por meio de diferentes instrumentos de avaliação. Podem-se encontrar questionários e escalas, por exemplo, o Questionário Multidimensional de Relações Eu-Corpo, validado no Brasil por Ferreira e Leite (2002) ou a Escala de Auto-imagem, adaptada para a realidade brasileira por Gouveia, Singelis e Coelho (2002). E para investigar os aspectos perceptuais da imagem corporal podem ser encontradas as escalas de silhuetas ou fotografias, como a desenvolvida por Stunkard, Sorensen e Schulsinger (1983).

O referido instrumento de Stunkard, utilizado para avaliar a imagem corporal, foi validado para o Brasil somente ao público feminino; por isso a análise da escala de silhuetas refere-se apenas ao público feminino entrevistado (Scagliusi et al, 2006).

Inicialmente, realizou-se um levantamento dos locais freqüentados por pessoas de 60 ou mais anos de idade, que praticassem atividade física ou intelectual. Nesses contatos, os idosos eram informados sobre os objetivos da pesquisa e solicitados a participarem da mesma. As pessoas que concordavam em colaborar assinavam, inicialmente, o consentimento livre e esclarecido. O referido documento, elaborado em duas vias, foi entregue para cada entrevistado, com a finalidade de informar os objetivos da pesquisa, bem como o compromisso com o sigilo a respeito da identidade dos participantes.

Após a elaboração das entrevistas, elas foram submetidas a um pré-teste, com o objetivo de testar sua eficácia. Depois da adequação do instrumento, as entrevistas foram realizadas individualmente por pesquisadores treinados e sem tempo pré-determinado. O tempo médio de duração de cada entrevista foi de, aproximadamente, 30 minutos.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora – CES-JF sob o número 244.18082006.

Das 100 pessoas entrevistadas, 75% são do sexo feminino. A média de idade foi de 69 (DP= 6,6) anos. A maioria dos entrevistados (55%) são idosos jovens, ou seja, com idades compreendidas entre 60 e 69 anos. Quanto à escolaridade, 53% (n= 53) possuíam ensino fundamental. Chama a atenção o fato de 17% da amostra apresentar ensino superior.

Quanto à satisfação com o próprio corpo, 82% dos idosos disseram estar satisfeitos. Desses, 78% não fariam quaisquer modificações no corpo atual.

Chama a atenção o expressivo percentual de indivíduos (75%) que afirmaram ter preocupação com o próprio corpo, além de não se preocuparem com a forma como as outras pessoas percebem o seu corpo, o que foi relatado por 84% dos entrevistados.

Para analisar os dados referentes à satisfação com o próprio corpo, segundo o gênero, realizou-se estatística não-paramétrica do Chi-quadrado. A satisfação com o corpo é percebida diferentemente entre homens e mulheres. As mulheres estão menos satisfeitas com o próprio corpo do que os homens ( $\chi^2 = 4,42$ ;  $p = 0,03$ ).

Os resultados relativos às possíveis medidas para modificações corporais, tais como cirurgias e práticas não invasivas foram, estatisticamente, significativas ( $\chi^2 = 3,81$ ;  $p = 0,05$ ) sendo as mulheres as mais preocupadas em mudar o próprio corpo.

A diferença entre os gêneros quanto à observação da postura física no momento de execução de exercícios foi, estatisticamente, significativa ( $\chi^2 = 13,2$ ;  $p = 0,01$ ). As mulheres estão mais atentas com a melhor conduta postural durante o desempenho físico que os homens entrevistados.

Foi possível perceber que a concepção de corpo vem sofrendo modificações provocadas pelas próprias transformações da sociedade, mas envelhecer é um processo inevitável, contudo os resultados obtidos revelaram que envelhecimento não é sinônimo de incapacidade funcional, portanto, considerar a velhice como uma etapa da vida que pode ser vivida positivamente deve ser a busca de quem deseja continuar tendo autonomia para viver bem.

A idade só é fator de incapacidade corporal quando o imobilismo se instala parcial ou totalmente e se o meio ambiente exerce papel de uma camisa-de-força.

Os determinantes biológicos dispõem o limite final para a longevidade da espécie e seu ritmo de desorganização, mas as oportunidades educacionais e sociais, a saúde física e mental e o estilo de vida exercem um papel de suma importância na determinação do ritmo e dos produtos do envelhecimento. As capacidades intelectuais básicas podem manter-se na velhice, desde que continuem as condições biológicas e a atividade intelectual. Com isso, pode haver crescimento das especialidades cognitivas manifestas no domínio profissional, da vida diária e na sabedoria em relação a questões existenciais. A personalidade conserva sua estrutura e seus

mecanismos de auto-regulação na velhice desde que sejam mantidas a integridade do organismo e a interação social. Um envelhecimento saudável dos pontos de vista biológico, psicológico e social inclui experiências e influências histórico-sociais ocorridas durante toda a vida.

Envelhecer bem depende, pois, do equilíbrio, sempre instável e dinâmico, entre as limitações de cada um (que se vê com mais idade) e de seus recursos e potencialidades para lidar com novas configurações corporais, novas demandas pessoais e os eventuais problemas do cotidiano.

De acordo com este estudo as pessoas do sexo feminino se preocupam mais com o corpo do que as pessoas do sexo masculino. No entanto as pessoas entrevistadas não estão preocupadas no modo como as pessoas vêem seu corpo.

Analisando-se as escolhas relativas à escala de desenho de silhueta pode-se notar que, para as mulheres, a exigência de corpos magros, enquanto sinônimo de normalidade, parece ser grande. Este achado parece concordante com as afirmativas de Ogden e Evans (1996), segundo as quais as normas sociais veiculadas, principalmente, no Mundo Ocidental, representam uma forma de perpetuarem o estereótipo que associa o corpo magro da mulher a atributos positivos, à normalidade e à capacidade de se tornarem atraentes e bonitas.

Há de se concluir, então, que não se pode prever como será o futuro das pessoas, hoje idosas, e quais serão os ideais e padrões que passarão a vigorar, uma vez que a imagem e a própria cultura estão sempre passando por alterações, transições de acordo com o tempo.

## **Referências**

Ferreira, M.C.; Leite, N.G.M. Adaptação e validação de um instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal. *Avaliação Psicológica*, v.2, 2002, p.141-149.

Gouveia, V.V.; Singelis, T.M.; Coelho, J.A.P.M. Escala de auto-imagem: comprovação da sua estrutura fatorial. *Avaliação Psicológica*, v.1, 2002, p.49-59.

Ogden, J.; Evans, C. The problem with weighing: effects on mood, self-esteem and body image. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 1996.

Scagliusi, F. B. et al. Concurrent and discriminant validity of the Stunkard's figure rating scale adapted into Portuguese. *Appetite*, v. 47, p. 77-82, feb. 2006.

Stunkard, A.J.; Sorensen, T.; Schulsinger, F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In: Kety, S.S.; Rowland, L.P.; Sidman, R.L.; Matthysse, S.W. *The Genetics of Neurological and Psychiatric Disorders*. New York: Raven Press, 1983, p.115-120.