

Percepção corporal e comparação da insatisfação corporal entre gêneros de nadadores adolescentes competitivos

Leonardo de Sousa Fortes, Valter Paulo Neves Miranda; Pedro Henrique Berbert de Carvalho; Ana Carolina Soares Amaral; Juan Couri da Rocha; Santiago Paes e Maria Elisa Caputo Ferreira

O esporte competitivo é um fator causador de estresse em consequência de variáveis fisiológicas, biomecânicas, psicológicas e metabólicas que exercem papel fundamental no desempenho esportivo (Miranda & Bara Filho, 2008). Além disso, a mídia tem utilizado como forma de marketing imagens de atletas reconhecidos no cenário internacional, o que pode acarretar uma busca pelo “corpo ideal” no contexto do treinamento desportivo. O propósito de se pesquisar este tema também se encontra no desenvolvimento de programas e estratégias para avaliar a eficácia de intervenções de controle de distúrbios psicológicos afim de se prevenir o aparecimento ou para avaliar a eficácia de intervenções de controle e prevenção de distúrbios psicológicos e indicações terapêuticas para jovens atletas.

Em atletas, a demanda por um peso e um corpo ideal acaba por ocasionar o risco de que estes desenvolvam atitudes prejudiciais à sua saúde como a insatisfação com o seu corpo.

Entende-se por imagem do corpo humano a figuração de nosso corpo formada em nossa mente (Schilder, 1999). A insatisfação com a imagem corporal faz parte de um componente da imagem corporal relacionada com as atitudes e avaliações do próprio corpo (Campana & Tavares, 2009; Grabe & Hyde, 2006). Esta insatisfação com a própria imagem poderá repercutir na formação da identidade corporal do indivíduo, principalmente dos adolescentes.

A dimensão perceptiva da imagem corporal pode ser avaliada por métodos que possibilitam diagnosticar a alteração do tamanho das dimensões do corpo (Campana & Tavares, 2009). Esta dimensão perceptiva é altamente influenciada pelas atitudes do corpo. Assim sendo, a insatisfação com o corpo influencia a percepção e vice-versa.

O exercício físico e o esporte podem ser utilizados para alcançar um corpo forte, esbelto e funcional, tanto em consequência de uma insatisfação corporal, quanto pela exigência de um tipo corporal característico de certas modalidades esportivas, muitas vezes analisado através da composição corporal e da classificação somatotípica (Zary & Fernandes Filho, 2007).

Diante disso, o objetivo do presente estudo foi avaliar a percepção corporal e comparar a insatisfação corporal de acordo com o sexo de nadadores adolescentes competitivos.

O estudo foi realizado em dois dos maiores clubes desportivos localizados na cidade de Juiz de Fora/MG.

A população de estudo foi constituída por atletas adolescentes competitivos de ambos os gêneros da modalidade natação, com média de idade entre dez e dezenove anos. A amostra foi composta por 31 indivíduos. Para a seleção da amostra foi adotado o critério de amostra por conveniência.

Para caracterização das dimensões corporais reais da amostra foi realizado avaliação antropométrica. Para cada sujeito foram aferidas massa corporal, estatura, diâmetros ósseos (epicondiliano umeral e condiliano femural), circunferências (braço contraído, tórax, cintura, quadril, coxa e perna) e dobras cutâneas (tricipital, subescapular, peitoral, suprailíaca, abdominal, coxa e perna). Massa Corporal e Estatura foram coletados com intuito de caracterização do Índice de Massa Corporal (IMC) dos sujeitos, e estes, foram classificados em quatro grupos contrastantes, a saber: abaixo do peso (IMC menor que 15,3 Kg/m²), peso normal (IMC de 15,31 até 24,9 Kg/m²), sobrepeso (IMC acima de 25,0) (WHO, 2007).

Foi aplicado o *Body Shape Questionnaire* (BSQ), criado por Cooper, Taylor, Cooper, e Fairburn (1987) apud Branco, Hilário, e Cintra (2006), com intuito de diagnosticar a insatisfação corporal. Este teste trata-se de autopreenchimento com 34 perguntas para serem respondidas segundo uma legenda, conforme versão validada para adolescentes brasileiros por Conti, Cordás e Latorre (2009). A análise de consistência interna revelou um α de 0,96 para ambos os sexos. O coeficiente de correlação entre os escores do teste-reteste foram significativos, variando de 0,89 a 0,91 para mulheres e homens respectivamente.

A percepção corporal foi avaliada através da correlação entre IMC aferido e IMC referido. Por a dimensão perceptiva ser o quanto o sujeito percebe o tamanho de suas áreas corporais, acreditamos que o IMC referido comparado com o IMC aferido possa ser uma variável que indique o quanto o sujeito percebe seu tamanho corporal.

Para determinar o grau de comprometimento psicológico que um indivíduo possa ter com o hábito de se exercitar, aplicamos a Escala de Dedicção ao Exercício (EDE) desenvolvida por Davis, Brewer e Ratusny (1993) apud Laus (2009). Ela avalia o grau com que sensações de bem estar são moduladas pelo exercício, a manutenção do exercício em face de condições adversas e o grau de interferência que a atividade física tem em compromissos sociais do indivíduo.

Para as variáveis idade, IMC, percentual de gordura, BSQ e EDE, utilizou-se a análise descritiva, em que foram calculadas a média, desvio padrão, e os valores mínimo e máximo. Aplicou-se o teste Shapiro Wilk e constatou-se uma distribuição não paramétrica da amostra, portanto foi aplicado o teste Mann-Whitney para comparar a insatisfação corporal de meninos e meninas. Foi utilizada a correlação de Spearman para verificar a relação existente entre os parâmetros avaliados (satisfação corporal, IMC aferido, IMC referido, percentual de gordura e somatotipo). Em todos os casos, o nível de significância foi de $P < 0,05$.

Esta pesquisa somente foi desenvolvida após receber o número do parecer (129.273.2009) do comitê de ética e pesquisa em seres humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora emitido em 10/02/2010, de acordo com a Resolução 196/96. Além disso, os responsáveis por estes adolescentes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido autorizando a participação destes indivíduos no estudo.

Os resultados mostraram médias de idade 14,03 ($\pm 2,49$) anos, IMC aferido 20,04 ($\pm 2,77$) kg/m², gordura corporal 11,74 ($\pm 8,1$) %, BSQ 56,06 ($\pm 21,28$) e EDE 745,67 ($\pm 161,16$).

Em relação ao IMC, 29 sujeitos foram classificados como eutróficos e apenas 2 como sobrepeso, não havendo indivíduos classificados como baixo peso. Para o BSQ, 29 (93,5%) atletas foram classificados como livre de insatisfação corporal e os 2 (6,5%) atletas restantes apresentaram insatisfação moderada.

No instrumento EDE, 6 (19,4%) indivíduos apresentaram escala negativa e 24 (77,4%) escala positiva quanto a interferência nas relações e compromissos sociais com a dedicação ao exercício, sendo que 1 (3,2%) sujeito não respondeu o questionário.

A correlação entre IMC aferido e IMC referido se mostrou estatisticamente significativa apresentando $r=0,86$. As demais correlações não foram estatisticamente significantes e apresentando r baixo.

O teste Mann-Whitney nos mostrou não haver diferenças significantes ($U=95,00$; $p<0,44$) entre meninos e meninas quanto à insatisfação corporal.

Vieira, Amorim, Vieira, Amorim e Rocha (2009) acharam médias do BSQ de $61,1 \pm 28$ (10-12 anos), $89,6 \pm 39$ (13-14 anos) e $95,2 \pm 13,7$ (acima de 15 anos). Nosso estudo mostrou média do BSQ semelhantes apenas aos atletas de 10 a 12 anos em relação ao estudo retromencionado.

Vieira, Oliveira, Vieira, Vissoci, Hoshino e Fernandes (2006) encontraram diferenças significativas entre atletas de judô de diferentes sexos, mostrando que meninas são mais insatisfeitos do que meninos e que adolescentes de ambos os sexos são mais insatisfeitos do que adultos praticantes da mesma modalidade esportiva. Nosso estudo diverge nos resultados quanto a comparação da insatisfação corporal entre os sexos, já que não foram encontradas diferenças significativas.

Concluimos que essa amostra tem uma boa percepção de peso e estatura (IMC referido) e que não existe diferenças entre o sexo quanto a insatisfação corporal de atletas adolescentes de natação competitiva.

Sugerimos que mais estudos sejam feitos com atletas de outras modalidades esportivas de contexto competitivo avaliando tanto a dimensão perceptiva quanto a atitudinal da imagem corporal e comparando-as com grupos de não atletas para saber o quanto o processo de treinamento físico influencia nesse constructo dinâmico e multifacetado que é a imagem corporal.

Referências

Branco, L. M., Hilário, M. O. E., Cintra, I. P (2006). Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Revista Psiquiatria Clínica*, 33(6), 292-296.

Campana, A. N. N. B., & Tavares, M. C. G. C. (2009). *Avaliação da Imagem Corporal: Instrumentos e diretrizes para pesquisa*. São Paulo: Phorte.

Conti, M. A.; Cordás, T. A.; & Latorre, M. R. D. O. (2009). Estudo de validade e confiabilidade da versão brasileira do body shape questionnaire (bsq) para adolescentes. *Revista Brasileira de Saúde Materna e Infantil*, 9(3), 331-338.

Grabe, S., & Hyde, J. S. (2006). Ethnicity and body dissatisfaction among women in the United States: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 132, 622-640.

Laus, M. F. (2009). *Estudo das relações entre prática de atividade física, estado nutricional e percepção da imagem corporal em adolescentes dos ensino médio de Ribeirão Preto – SP*. Dissertação de mestrado. Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da USP.

Miranda, R., Bara Filho, M. G. (2008). *Construindo um atleta vencedor*. Rio de Janeiro: Artmed.

Schilder, P. (1999). *A imagem do corpo*. São Paulo: Martins Fontes.

Vieira, J. L. L., Amorim, H. Z., Vieira, L. F., Amorim, A. D., & Rocha, P. G. M. (2009). Distúrbios de atitudes alimentares e distorção da imagem corporal no contexto competitivo da ginástica rítmica. *Rev Bras Med Esporte*, 15(6), 410-414.

Vieira, J. L. L., Oliveira, L. P., Vieira, L. F., Vissoci, J. R. N., Hoshino, E. F., & Fernandes, S. L. (2006). Distúrbios de atitudes alimentares e sua relação com a distorção da auto-imagem corporal em atletas de judô do estado do Paraná. *Rev da Educação Física/UEM*, 17(2), 177-184.

World Health Organization (2007). Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organization*, 85(9), 660-667.

Zary, J. C. F. & Fernandes Filho, J. (2007). Identificação do perfil dermatoglífico e somatotípico dos atletas de voleibol masculino adulto, juvenil e infanto-juvenil, de alto rendimento no Brasil. *R. bras. Ci. e Mov*, 15(1), 53-60.