

SATISFAÇÃO CORPORAL EM ATLETAS DE GINÁSTICA DE TRAMPOLIM

Carolina Zampa de Sousa, Daniel Oliveira Pereira Tavares, Pedro Henrique Berbert de Carvalho, Ana Carolina Soares Amaral, Maria Elisa Caputo Ferreira.

Universidade Federal de Juiz de Fora.

De acordo com Schilder (1999), nossa imagem corporal depende de nossas experiências vividas, das relações com o meio externo e das relações que o sujeito estabelece consigo mesmo e com os outros indivíduos, bem como dos seus desejos para o futuro. Sendo assim, a imagem corporal não se fundamenta apenas em associações, memórias e experiências, mas também em intenções, aspirações e tendências.

A imagem corporal sofre alterações ao longo da vida e a sociedade tem um grande papel na construção e valorização de um corpo ideal. É com base nos padrões estabelecidos culturalmente que almejamos o corpo perfeito e, à medida que os conceitos socioculturais se modificam, alteramos também nosso ideal corporal (Grogan, 2006). É neste contexto de valorização do belo que somos estimulados pela mídia, família e pelos amigos, a adoção de cuidados com o corpo, direcionando estes comportamentos a desejos, hábitos, e descontentamentos com a aparência visual do corpo (Damasceno, Lima, Vianna, Vianna, & Novaes, 2005).

Segundo McCabe e Ricciardelli (2004) existe uma tendência por parte de adolescentes, a desenvolverem sentimentos de inferioridade e desajuste com relação ao seu corpo, estando relacionada à busca pela prática de exercícios físicos, como a finalidade de melhoria da aparência e estética corporal. Deste modo, é gerada uma necessidade: a de coadunar o seu corpo com o ideal cultural, uma vez que existe uma insatisfação com a imagem corporal, que pode ser compreendida como um incômodo que o indivíduo sente em relação a algum aspecto de sua aparência (Garner & Garfinkel, 1981). Esta insatisfação pode afetar os aspectos de vida do indivíduo, o que segundo Ricciardelli e McCabe (2001) se relaciona com o aparecimento de distúrbios de comportamento e distúrbios alimentares, aumentando a propensão a bulimia e anorexia.

Desta maneira, este estudo teve como objetivo verificar a satisfação corporal de atletas da ginástica de trampolim, de ambos os sexos, da cidade de Juiz de Fora – MG.

Este trabalho está de acordo com a Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, sendo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora - MG, sob protocolo número, 1929.273.2009.

A amostra foi composta por atletas de ginástica de trampolim da cidade de Juiz de Fora, sendo 20 jovens, 11 do sexo feminino e 9 do sexo masculino, com idade entre 12 e 19 anos ($15,10 \pm 2,02$), com participações em campeonatos estaduais, nacionais e internacionais. Foi aplicado um questionário semi-estruturado para identificação do sexo, idade e nível das competições que os atletas participaram.

Para a avaliação da satisfação corporal optou-se pelo uso do *Body Shape Questionnaire* (Di Pietro, 2009), questionário adaptado e validado para população brasileira. O instrumento demonstrou consistência interna, analisada através do alfa de Cronbach, de $\alpha = 0,97$. A análise do instrumento resultou na resolução de quatro componentes (“self perception of body shape”, “comparative perception of body image”, “attitude concerning body image alteration”, e “alterations in body perception”), que respondem por 66,4% da variabilidade total dos dados. A escala contém 34 perguntas de autopreenchimento, respondidas em uma escala tipo Likert variando de 1 a 6 (1 – nunca; 2 – raramente; 3 – às vezes; 4 – frequentemente; 5 – muito frequentemente; 6 – sempre), onde os resultados de insatisfação podem ser: ≤ 110 (nenhuma), >110 e ≤ 138 (leve), >138 e ≤ 167 (moderada), e >167 (grave). Todas as medidas foram analisadas através do software SPSS, versão 16.0.

Para a coleta de dados realizamos um levantamento das instituições da cidade que possuíam atletas de ginástica de trampolim. As mesmas foram visitadas e convidadas a participar da pesquisa. Após a aprovação de três destas instituições, foram realizadas duas visitas. Na primeira visita, de cada instituição, foi realizada a observação do treino, e ao final do mesmo os atletas foram convidados a participar da pesquisa. Após o convite para participação foi agendada a segunda visita para a coleta de dados. Todos os atletas convidados para a realização da pesquisa tiveram seus pais contatados a fim de se obter a permissão para sua participação na

pesquisa, obtendo-se assim a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido.

O resultado da avaliação da satisfação corporal demonstrou uma média de 80,82(\pm 23,259) para o público feminino, com máximo de 130 pontos e mínimo de 50 pontos, e média de 49,89(\pm 24,148) para o público masculino, com máximo de 111 pontos e mínimo de 34 pontos. Dos 20 indivíduos analisados, 17 não apresentaram nenhuma insatisfação com a imagem corporal e 3 apresentaram leve insatisfação. Desses três sujeitos levemente insatisfeitos, obtivemos duas meninas e um menino. A análise das diferenças entre os escores obtidos entre os dois sexos, utilizando o Test *t* de Student, demonstrou diferença significativa entre os escores para $p < 0,05$. Os dados deste estudo corroboram com os estudos de McCabe e Ricciardelli (2004), atestando para o fato das adolescentes se mostrarem mais insatisfeitas com seus corpos do que os adolescentes.

Quando relacionados os dados de tempo de prática na modalidade e os escores do BSQ, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas, com o grupo de 2 a 5 anos de prática obtendo escore de 52,67(\pm 29,398) e o grupo com mais de 5 anos de prática com escore de (47,00 \pm 12,728). Demonstrando que neste estudo, o tempo de prática de ginástica de trampolim não mostrou interferência na satisfação corporal dos atletas.

Por fim, a análise de variância (ANOVA) *Post Hoc Tukey*, com intervalo de confiança de 95%, não demonstrou diferença estatisticamente significativa entre o escore obtido no BSQ e os diferentes níveis competitivos que os atletas participam (estadual, nacional e internacional). Os escores obtidos por estes atletas de nível estadual, nacional e internacional foram respectivamente: 42,67(\pm 6,351), 74,58(\pm 31,237), e 63,00(\pm 19,039).

Os dados deste estudo, sobre as diferenças da satisfação corporal entre os homens e mulheres adolescentes, corroboram com a literatura, demonstrando que as adolescentes estão menos satisfeitas que os adolescentes com sua imagem corporal. Não foram encontradas, neste estudo, diferenças estatisticamente significativa para as correlações entre a satisfação corporal e o tempo de prática na modalidade, e nem para a satisfação corporal e o nível competitivo do atleta. Sugerimos que outros estudos, utilizando amostras diferenciadas sejam realizados, a fim de se aprofundar sobre o tema proposto.

Referências:

Damasceno, V. O., Lima, J. R. P., Vianna, J. M., Vianna, V. R. A., Novaes, J. S. (2005). Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 11(3), 181 – 186.

Di Pietro, M., & Silveira, D. X. (2009). Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 31(1), 21 - 24.

Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1981). Body image in anorexia nervosa: Measurement theory and clinical implications. *International Journal of Psychiatry and Medicine*, 11(3), 263 – 284.

Grogan, S. (2006) Body image and health: contemporary perspectives. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 523-530.

McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2004). O longitudinal study of pubertal timing and extreme body change behaviors among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 39, 145 – 166.

Schilder, P. (1999). *A imagem do corpo: as energias construtivas da psique*. (3a ed.). São Paulo: Martins Fontes.

Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. (2001). Children's body image concerns and eating disturbance: a review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21(3), 325 – 344.