

INFLUÊNCIAS DOS PADRÕES DE CORPO E DA COMPARAÇÃO SOCIAL NA IMAGEM CORPORAL

Elizabeth Hirata; Ronaldo Pilati.

Universidade de Brasília

Apoio financeiro : CNPq

A presente pesquisa objetivou avaliar os efeitos dos padrões de corpo e da comparação social na imagem corporal, em participantes de ambos os sexos. A imagem corporal tem sido definida como um construto multidimensional abrangendo atitudes, percepções e comportamentos (Grogan, 2008; Pruzinsky & Cash, 2002). A literatura vem apontando a relação entre padrões de corpo, comparação social e imagem corporal (Grabe, Hyde & Warde, 2008). Diversos estudos nessa área utilizam experimentos testando se as mulheres pioram a avaliação dos seus corpos após a exposição de modelos de magreza, em relação a outros tipos de imagens (Grabe et al., 2008)

Especificamente, a presente pesquisa buscou avaliar qual o padrão de corpo feminino e masculino e o impacto da exposição a eles na satisfação e na percepção do tamanho corporal e na intenção comportamental relativa a dietas e exercícios.

Mulheres sofrem mais pressão social para se adequar aos padrões de corpo do que homens. Elas vivenciam mais preocupações com a aparência (Striegel-Moore & Franko, 2002) e tendem a superestimar seu tamanho corporal (Branco Hilário & Cintra, 2006). A presente pesquisa hipotetizou que elas teriam menor satisfação e acurácia na percepção do tamanho corporal e maior **intenção** comportamental relativo a exercícios e dietas do que eles. Ademais, esperou-se que a exposição e a comparação com padrões de corpo levassem a menor satisfação e acurácia na percepção do tamanho corporal (Durkin, Paxton & Sorbello, 2007; Grabe et al., 2008). Dittmar et al. (2009) encontraram piores na avaliação corporal em mulheres que internalizam o padrão de magreza. Assim, hipotetizou-se que pessoas com maior internalização teriam pior satisfação corporal e maior discrepância perceptual do que aquelas com baixos níveis de internalização. Por fim, esperou-se que

indivíduos expostos ao padrão de corpo teriam maior intenção comportamental relativa a dietas e exercícios.

Inicialmente, buscou-se verificar se o padrão da magreza extrema feminina e da musculosidade masculina encontrados na literatura internacional (Park, Yun, McSweeney, & Gunther, 2007) seria confirmado. Assim, realizou-se o estudo 1 (E1), um *survey* utilizando imagens. Selecionaram-se imagens de homens e mulheres variando em índice de massa corporal (IMC). Participaram desse estudo 128 universitários, metade mulheres (média de idade= 20,3 anos; DP=2,5). A amostra foi escolhida em função do estudo 2 (E2), com membros da mesma população que seria avaliada em seguida. Após responder ao termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), os participantes avaliavam as imagens, respondendo um questionário. As figuras escolhidas serviram de estímulo experimental do E2.

O E2 foi um experimento que buscou avaliar o impacto do *priming* visual, de padrões de corpo na imagem corporal do indivíduo, com três tratamentos experimentais: (1) exposição ao padrão de corpo ideal, (2) exposição ao padrão de corpo e comparação social e (3) controle (sem exposição a padrão de corpo). Participaram 83 estudantes do sexo masculino e 82 do feminino. A média de idade foi de 22,3 (DP=5,0). Escolheu-se uma amostra de conveniência pela dificuldade em se fazer um estudo experimental com amostra representativa. Após responder ao TCLE, os participantes avaliaram as imagens e responderam a medidas de variáveis dependentes.

A acurácia perceptual foi avaliada com base no IMC. A diferença entre o IMC percebido e o atual foi entendida como inacurácia. O IMC percebido foi medido com a escala de silhuetas de Kakeshita & Almeida (2006) com o IMC correspondente a cada imagem. Mediu-se o IMC atual a partir do auto-relato de peso e altura.

Duas escalas foram previamente adaptadas e validadas para esse trabalho, a Escala Situacional de Satisfação Corporal- ESSC (Hirata & Pilati, in press) e a Escala de Normatização Corporal. A ESSC foi desenvolvida com estudantes universitários do Distrito Federal. Análises fatoriais exploratórias revelaram uma estrutura com quatro fatores; “partes inferiores” ($\alpha=0,72$), “satisfação e músculo”, ($\alpha=0,82$), “partes externas” ($\alpha=0,65$) e “insatisfação e gordura” ($\alpha=0,82$). Conforme sugerido por Thompson (2004), o alfa de

Cronbach, foi testado na amostra do presente estudo. Os fatores “partes externas” e “partes inferiores” apresentaram alfas abaixo de 0,70, valor mínimo sugerido por Thompson (2004). Assim, levou-se em conta apenas os fatores “satisfação e músculo” ($\alpha = 0,78$) e “insatisfação e gordura” ($\alpha=86$).

As escalas feminina e masculina de normatização corporal (EMIC/EFIC) foram desenvolvidas, a partir de instrumentos existentes, e validadas no Distrito Federal. Análises fatoriais exploratórias apontaram uma estrutura bifatorial para ambas as escalas. O alfa do fator “internalização” foi de 0,81 na EFIC e de 0,88 na EMIC. O alfa do fator “intenção e comportamento” foi de 0,87 na EFIC e de 0,81 na EMIC. Na amostra do presente estudo, o fator “internalização” obteve alfas de 0,88 na EFIC e 0,89 na EMIC. No fator “intenção e comportamento” os alfas foram de 0,79 para a EFIC e 0,78 para a EMIC, acima do valor sugerido por Thompson (2004). Obteve-se aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (184/08).

O estudo 1 encontrou resultados condizentes com a literatura internacional. O corpo feminino considerado o padrão foi de uma modelo com o IMC muito baixo (16, 23Kg/m²). Na amostra masculina, escolheu-se um corpo musculoso.

No E2, conduziu-se uma MANCOVA, controlando o IMC e o pré-teste de satisfação corporal. Primeiramente foram feitas comparações entre homens e mulheres. Em seguida foram avaliados os efeitos dos tratamentos experimentais. O critério de Wilk, evidenciou diferenças significativas entre os sexos, no agrupado de variáveis dependentes, com $F(9,143)= 9,05$, $p<0,001$, $\eta^2=0,36$. As análises separadas não apontaram resultados significativos nos tratamentos experimentais para a amostra masculina. Na feminina, notaram-se efeitos significativos nas medidas perceptuais de imagem corporal, conforme o critério de Wilk ($F(14,134)= 2,44$ $p=0,004$, $\eta^2=0,20$). Mulheres na condição de comparação exibiram maior inacurácia perceptual. Entretanto, as que observaram o padrão de corpo, sem fazer comparação, viram-se mais magras do que aquelas na condição de controle. Foram encontrados efeitos significativos na satisfação corporal apenas em mulheres consideradas “internalizadoras” ($F=3,66$, $p=0,048$, $\eta^2=0,30$). Dentre essas, as que visualizaram e se compararam aos padrões pioraram sua satisfação corporal após o experimento.

Conforme esperado, as mulheres tiveram piores índices de satisfação corporal do que os homens em relação à gordura corporal. Porém, eles se mostraram mais insatisfeitos no tocante à massa muscular. A importância da magreza na imagem corporal feminina tem sido salientada (Park et al., 2007), bem como a relevância da musculosidade para os homens (Standford & McCabe, 2002). Elas tiveram uma **inacurácia** perceptual significativamente maior do que eles.

A manipulação experimental mostrou efeitos na satisfação corporal, em mulheres “internalizadoras”. Ao se comparar, elas apresentaram piores índices de satisfação, posterior à exposição de imagens de corpo, confirmando a literatura (Dittmar et al., 2009).

Notou-se que mulheres que apenas observaram os padrões tiveram menor discrepância perceptual do que as que se compararam. Após visualizarem as imagens de ideal de corpo, certas mulheres podem se perceber mais magras, analogamente aos achados de Mills, Polivy, Herman e Tiggemann (2002), que encontraram uma “fantasia da magreza”.

Os resultados da comparação explícita com o padrão de corpo seguiram levaram ao aumento da discrepância perceptual entre corpo percebido e real. Refletir sobre a adequação do próprio corpo em comparação levou as participantes a se sentirem mais distantes do corpo visto e maiores do que realmente são.

A presente pesquisa contou com o apoio financeiro concedido pelo CNPQ.

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 de Psiquiatria Clínica*, 33, 292-296.

Dittmar, H. (2009). How do "body perfect" ideals in the media have a negative impact on body image and behaviors? Factors and processes related to self and identity. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28, 1-8.

Durkin, S. J., Paxton, S. J. & Sorbello, M. (2007). An integrative model of the impact of exposure to idealized female images on adolescent girls' body satisfaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 37, 1092–1117.

Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children*. East Sussex: Routledge.

Grabe, S., Hyde, J. S. & Ward, L. M. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134, 460- 476.

Hirata, E. & Pilati, R. (in press). Desenvolvimento e Validação Preliminar da Escala Situacional de Satisfação Corporal- ESSC. *Psicousf*

Hirata, E., Pérez-Nebra, A. & Pilati, R. (2010). *Desenvolvimento e validação de escalas brasileiras de percepção e internalização de normas corporais*. Manuscrito submetido para publicação.

Kakeshita, I. S., & Almeida S. (2006). Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Revista Saúde Pública*, 40, 497-504.

Mills, J. S., Polivy, J., Herman, C. P. & Tiggemann, M. (2002). Effects of exposure to thin media images: Evidence of *self-enhancement* among restrained eaters. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 1687-1699.

Park, S-Y., Yun, G. W., McSweeney, J. H. & Gunther, A. C. (2007). Do third-person perception of media influence contribute to pluralistic ignorance of the norm of ideal female thinness? *Sex Roles*, 57, 569-578.

Pruzinsky, T. & Cash, T. F. (2002). Understanding Body Images. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice* (pp. 3-12). Nova York: The Guilford Press.

Standford, J. N. & McCabe, M. P. (2002). Body image ideal among males and females: Sociocultural influences and focus on different body parts. *Journal of Health Psychology*, 7, 675-684.

Striegel-Moore, R. H. & Franko, D. L. (2002). Body image issues among girls and women. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice* (pp. 183-191). Nova York: The Guilford Press.

Thompson, J. K. (2004). The (mis)measurement of body image: Ten strategies to improve assessment for applied and research purposes. *Body Image*, 1, 7-14.