



A COMPARAÇÃO DA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM TRÊS GRUPOS DISTINTOS DE MULHERES: ATLETAS DE FUTEBOL, PRATICANTES DE ACADEMIA E SEDENTÁRIAS.

Prof. Rafael da Silva Mattos¹; Patrícia de Oliveira Aguiar²

RESUMO

A Imagem Corporal é a representação do nosso corpo que trazemos em nossa mente, diante do convívio com outras pessoas e dos padrões sociais historicamente estabelecidos. A busca por uma Imagem Corporal perfeita tem levado muitas pessoas a procurar alternativas nocivas à saúde e até mesmo ilegais. Diante disso, essa pesquisa tem por objetivo investigar a percepção da Imagem Corporal em três grupos distintos de mulheres: atletas de futebol, praticantes de academia e sedentárias. A amostra foi constituída aleatoriamente de 150 mulheres (média de idade de $22,8 \pm 6,2$), sendo 50 atletas de futebol (média de idade de $20,1 \pm 3,0$), 50 praticantes de academia (média de idade de $24,6 \pm 6,2$) e 50 mulheres sedentárias (média de idade de $23,6 \pm 7,5$). Para avaliar a insatisfação com a Imagem Corporal utilizou-se o *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, que mede o grau de preocupação com a estética corporal. As conclusões apontam para algumas implicações relevantes na prática pedagógica do profissional de educação física.

Palavras-chave: Imagem Corporal; Estética Corporal; Atividade Física; Futebol Feminino

THE COMPARASION OF THE PERCEPETION OF THE BODY IMAGE IN THREE DIFERENT WOMEN GROUPS: SOCCER PLAYERS, GYM APPRENTICES AND SEDENTARY

ABSTRACT

The Body Image is the representation of our body that we bring in our mind, before the conviviality with other people and of the social patterns historically established. The search for a perfect Body Image has been taking a lot of people to seek noxious alternatives to the health and even illegal. The aim of this text is to investigate the perception of the Body Image in three different women groups: soccer players, gym apprentices and sedentary. The sample was constituted 150 women ($22,8 \pm 6,2$), being 50 soccer players ($20,1 \pm 3,0$), 50 gym apprentices ($24,6 \pm 6,2$) and 50 sedentary women ($23,6 \pm 7,5$). To evaluate the dissatisfaction with the Body Image Body Shape Questionnaire it was used (BSQ), that it measures the concern degree with the body aesthetics. The conclusions appear for some relevant implications in practice pedagogic of the physical education professional.

Key-Words: Body Image; Body Aesthetics; Physical Activity; Feminine Soccer

¹ Licenciado em Educação Física pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Atualmente é professor colaborador do Laboratório de Fisiologia Aplicada à Educação Física do Instituto de Educação Física e Desportos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro
rafaelsmattos@uol.com.br

² Graduanda em Educação Física pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro
patcgac@gamil.com



1 INTRODUÇÃO

Podemos reconhecer um judeu, um muçulmano, um atleta, um ambidestro, e até uma pessoa de baixa classe social pelos seus gestos corporais. Sua técnica corporal é capaz de classificá-la e isto não possui relação com a herança genética, mas com o meio sócio-histórico. É preciso reconhecer as tradições impostas a cada um desses indivíduos antes de estudar e classificar sua motricidade (MAUSS, 1974).

Gaya (2005) afirma que o movimento corporal é o espaço no qual homens e mulheres desenvolveram um conjunto de práticas com diversas formas e sentidos. Nesse corpo se apresentam expressões ricas e múltiplas em formas e significados. Da mesma forma, linguagens e expressões corporais que caracterizam as distintas culturas.

Segundo Rodrigues (1983), a cultura, especificidade humana, é uma espécie de mapa que orienta o comportamento dos indivíduos em sua vida social. Esse mapa possui uma lógica própria, de forma que viver em sociedade significa viver sob essa lógica, mesmo que as pessoas não tenham consciência disso. Sendo assim, estudar a apropriação social do corpo é importante, pois ele é o primeiro e maior patrimônio que o homem possui. Cada sociedade pressiona os seus sujeitos a fazerem determinados usos de seus corpos, e a se comunicarem com eles de maneira particular.

Segundo Mauss (1974) cada sociedade possui hábitos que lhe são próprios. Em todos os elementos da arte de utilizar o corpo humano na sociedade, os fatos de educação dominam. É nisso que o ser humano se distingue dos animais, pela sua capacidade de transmissão das técnicas (cultura) e pela sua transmissão oral (linguagem). O corpo é o primeiro e o mais natural instrumento do homem.

Silva (1999) afirma que o nascimento de um indivíduo que não crê no sobrenatural e na imposição do divino, possui a única alternativa de crer na materialidade do corpo. Sendo assim, o corpo tornou-se um valioso objeto de estudo ao longo dos séculos.

Goldenberg e Ramos (2002b) afirmam que o corpo surge como um símbolo que consagra e torna visíveis as diferenças entre os indivíduos e os grupos sociais dos quais fazem parte. O corpo é pensado como um valor que identifica o indivíduo em determinado grupo e, ao mesmo tempo, o distingue dos outros, tornando-se assim, um sinal indicativo de uma virtude humana superior.

Dessa forma, Marzano-Parsoli (2004) nos alerta para o fato de que o corpo pode não ser aceito pela sociedade, na medida em que não se encontra nos padrões estabelecidos e pré-determinados.

Sendo assim, o objetivo desta pesquisa é investigar a Percepção da Imagem Corporal de mulheres atletas, mulheres que praticam atividade física regular buscando promoção da saúde e qualidade de vida e mulheres sedentárias a fim de discutir possíveis semelhanças ou diferenças entre os grupos.

Tornar-se relevante esta pesquisa na medida em que o educador atento para a realidade da padronização da estética poderá se apropriar de alguns resultados significativos que apontam semelhanças ou diferenças na auto-percepção da imagem corporal feminina. Nesse sentido, este estudo nos ajuda a compreender possíveis formas de exclusão, discriminação e preconceito que emergem durante a prática de atividade física.

2 IMAGEM CORPORAL

Barros (2005) relata que a história da Imagem Corporal iniciou-se no século XVI e até os dias de hoje é objeto de estudo. Em 1905, a Escola Francesa descreveu pela primeira vez distúrbios da imagem corporal e posteriormente a Escola Britânica aprofundou o tema ao afirmar que cada indivíduo constrói um modelo ou figura de si mesmo que constitui um padrão contra o julgamento dos outros. Nós construímos os discursos corporais que resultam na nossa própria experiência. Esse processo progressivo de construção e modelamento do corpo se constitui em tentativas de buscar uma imagem ideal. Sendo assim, o corpo é o espaço onde tudo pode acontecer.

Saikali et al (2004) afirmam que a Imagem Corporal é a figura do nosso corpo que trazemos em nossa mente, em decorrência do convívio com outras pessoas. As práticas de embelezamento do corpo fazem parte de um conjunto de significados simbólicos. A modelagem do corpo refere-se, então, ao processo em que o indivíduo observa o comportamento dos outros e os imita.

Elias (1993) corrobora com essa idéia de ligação e dependência entre os indivíduos, pois acredita que os valores, os comportamentos e as representações produzidas no seio da sociedade dependem das interações dos indivíduos. A sociedade é um tecido que liga os indivíduos numa cadeia de interdependência em permanente mudança e movimento, de forma que o pensar e o agir dos indivíduos são limitados em razão do outro. Esse tecido social é formado pelo cruzamento de relações subjetivas que funcionam de acordo com o princípio da reciprocidade, mesmo que não tenhamos consciência disso. Só há construção de subjetividades com a participação do outro.

Essa construção da subjetividade tornou-se, deste modo, na sociedade contemporânea, individualizada com o predomínio de uma ideologia individualista, fundamentada pela cultura do narcisismo, onde o indivíduo passa a ser o seu valor supremo, com um projeto do eu moderno voltado, cada vez mais, para dentro e para cuidar de si, passando a ser um indivíduo avesso a diferenças (VASCONCELOS et al, 2004).

Segundo Serra e Santos (2003), ao mesmo tempo em que as pessoas adquirem a liberdade em mostrar os seus corpos, mais se aprisionam em critérios estéticos, pois para desnudá-los é necessário ter a forma padrão ideal.

A relação entre corpo e estética não é apenas uma construção psicológica, mas um conjunto de desejos, atitudes afetivas e de interação com os outros, que se enreda no político, no social e no imaginário. Dessa forma, ela é construída por eventos sucessivos do cotidiano. Ela torna-se um fenômeno social, pois há uma relação contínua entre a nossa própria imagem corporal e à daqueles que nos cercam.

Vasconcelos et al (2004) parecem corroborar essa posição ao afirmar que a construção do sujeito e de sua identidade é uma construção discursiva e, portanto, ideológica, onde várias agências, entre elas a mídia, e atores sociais trabalham para perpetuar esta ordem.

O corpo na forma que entendemos, é uma construção cultural e social. Dentro dessa perspectiva, o corpo torna-se o mais belo objeto de consumo, um produto entre outros, caracterizado por traços idealizados e estabelecidos a partir do exterior (MARZANO-PARISOLI, 2004).

Segundo Silva et al (2004) a aparência corporal tem recebido grande destaque e valorização na sociedade atual. A busca de uma Imagem Corporal idealizada



pelos pais, pela mídia, pelos grupos sociais e pelas próprias pessoas desencadeia comportamentos estereotipados que podem comprometer a saúde.

Costa (2005) afirma que o corpo na contemporaneidade tornou-se um referencial privilegiado para a construção das identidades pessoais. O que somos e o que devemos ser é definido a partir de nossos atributos físicos. Vivemos em uma sociedade na qual o espetáculo reordena o mundo como um desfile de imagens que determina o que merece atenção e admiração. A realidade diluída em imagens leva o indivíduo a perder a confiança no seu discernimento e crer mais na mídia. O verdadeiro não é mais “aquilo que é”, mas o que os proprietários dos meios de comunicação decidem que deve ser visto.

Almeida et al (2002) afirmam que o descontentamento com a Imagem Corporal advém, principalmente, da ênfase cultural na magreza. Isto ocorre de tal forma, que muitas mulheres depreciam sua auto-imagem apresentando insatisfação crescente com o corpo.

Hansen e Vaz (2004) ao realizarem estudos no universo das academias, afirmam que o culto ao corpo engendra uma busca incansável trilhada por meio de uma árdua rotina de exercícios, a fim de que os limites corporais sejam superados. O espelho e a balança representam a voz da verdade que irá indicar o sucesso ou o fracasso na batalha pelo aperfeiçoamento estético.

Segundo Goldemberg e Ramos (2002), o corpo tornou-se um mero objeto de consumo e a publicidade exalta suas vantagens e as possibilidades de lhe oferecer uma espécie de corpo novo. O culto higiênico, dietético e terapêutico que rodeia a obsessão das pessoas pela beleza as levam às práticas sacrificiais. O corpo tornou-se uma forma de salvação, criando um sistema de crenças e de rituais tão fortes como de qualquer religião.

Ferreira e Costa (2003) afirmam que *“no esporte e na ginástica, veiculados pela mídia, por exemplo, aqueles corpos ágeis, belos, jovens, saudáveis, produtivos, calam os corpos lentos, envelhecidos, marcados, improdutivos, dos cidadãos comuns”* (p. 31).

Dessa forma, cabe ao professor de Educação Física, por estar lidando diretamente com a cultura corporal, que se manifesta sob a forma de jogos, esportes, danças, lutas e movimentos gímnicos, a estimular os alunos, independente da faixa etária, a aprender a conviver com as diferenças do outro, em vias de elaboração de conceitos orientadores de uma conduta humana cidadã.

3 O CORPO E AS RELAÇÕES DE PODER NA SOCIEDADE

Foucault (2006b) com seus estudos trouxe grande contribuição para entendermos como o corpo está submetido a distintas relações de poder que o aprisionam e o domesticam no seio da sociedade. Ele nos ajuda a compreender que o poder não é uma realidade que possui uma essência, uma origem. O poder não é um objeto, uma coisa ou algo que se tem ou não se tem, mas ele é uma prática social constituída historicamente. Esse poder proposto pelo autor não provém de nenhum aparelho de Estado ou instituição, conforme afirmam os marxistas, mas está em toda parte.

Foucault (2006a) acredita que quem controla o corpo, controla as idéias e os pensamentos. Essa microfísica do poder está diretamente relacionado ao poder que intervém materialmente atingindo a realidade mais concreta dos indivíduos – o seu corpo – penetrando na vida cotidiana.

Nesse sentido, a microfísica celular do poder dociliza os corpos em suas mínimas operações. Ela se manifesta através de micropenalidades e micropoderes no cotidiano que penetram nas relações sociais, circulando e alternando posições, em vez de poderes únicos e absolutos.

O poder não é algo que se tem, fixo, imóvel. Mas um conjunto de relações por meio das quais os indivíduos ou grupos sociais interferem na ação de outros indivíduos.

Sendo assim, Foucault (2006a) nos mostra que o poder é uma ação sobre ações. Ele é móvel, difuso, fluido e está em toda parte, inclusive na produção do saber e do conhecimento. O saber e o poder são mutuamente dependentes, de forma que não existe saber que não seja a vontade do poder e poder que não se utilize de um saber.

Segundo Veiga-Neto (2005), Foucault em vários textos enfatiza a busca do entendimento acerca dos processos pelos quais os indivíduos se tornam sujeitos como resultados de um intrincado processo de objetivação que se dá no interior de redes de poderes, que os capturam, dividem, classificam.

O poder é concebido não como um estado mental, mas como um conjunto de práticas sociais e discursos construídos historicamente que disciplinam o corpo e a mente de indivíduos e grupos. Na perspectiva definida por Foucault não há qualquer centro único de poder, originário e decisivo, mas sim no caráter dinâmico e capilar das relações de poder que perpassam todas as esferas sociais (CAPELLE et al, 2005).

Para Serra e Santos (2003), o corpo é um campo de luta que envolve diferentes saberes, práticas, imaginário social e poderes. Esse poder atual da mídia caracteriza-se como poder de produzir sentidos, projetá-los e legitimá-los, dando visibilidade aos fenômenos que conseguiram, em primeiro lugar, atrair os jornalistas. A mídia seleciona, enfatiza, interfere por meio de palavras e imagens na construção simbólica dos acontecimentos

Para Foucault (2006a), o corpo adestrado, domesticado, vigiado e submisso é um corpo dócil. O corpo está preso no interior das relações de poder e é controlado a partir de uma relação de utilidade-docilidade. São criadas localizações funcionais para vigiar os corpos, como nas próprias academias de ginástica e musculação.

A ação do poder sobre o corpo tem como objetivo separar, comparar, distribuir, avaliar e hierarquizar. O homem, segundo Foucault (2006b) se constitui como produto dos dispositivos de poder.

O mundo moderno denunciado por Foucault (2006) é uma sociedade disciplinar marcada pela vigilância, pelo exame, pelo castigo disciplinar e pela docilização dos corpos. É a disciplinarização exacerbada que submete os corpos às relações de dominação. Essa disciplina é a arte de extrair o máximo dos corpos de forma eficiente, econômica. Nesse sentido, ela produz corpos submissos, dóceis, úteis e controlados.

As práticas disciplinares, largamente disseminadas em escolas, exércitos, manicômios, asilos e até mesmo nas empresas, se constituem em estratégias de poder que se transformam em práticas discursivas que disciplinam o corpo, instituindo gestos, atitudes, condutas e posturas, regulam a mente e ordenam as emoções (CAPELLE et al, 2005).

Vale ressaltar, que dizer que a disciplina fabrica corpos dóceis não significa dizer que ela fabrica corpos obedientes. Falar em corpos dóceis é falar em corpos maleáveis e moldáveis. Mas não se trata de uma modelagem imposta, feita à força. Ao contrário, o que é notável no poder disciplinar é que ele atua ao nível do corpo e



dos saberes. Cada um passa a ver a disciplinaridade do e sobre o próprio corpo não apenas como algo necessário, mas como uma necessidade necessariamente natural (VEIGA-NETO, 2005).

4 A QUESTÃO DE GÊNERO NA SOCIEDADE

As representações de gênero na sociedade atual são bastante diferentes das representações dos últimos séculos. Muitos sabem que as mulheres com massa corporal mais elevada á foram consideradas sinônimo de beleza e status, enquanto hoje, pode-se perceber que as mulheres vislumbram um corpo magérrimo semelhante às modelos presentes na mídia.

Entretanto, Vasconcelos et al (2004) afirma que em nenhuma outra época, o corpo adquiriu um sentido de corpo ideal e esteve tão em evidência como nos dias atuais. Esse corpo, nu ou vestido, exposto em diversas revistas femininas e masculinas, está definitivamente na moda: é capa de revistas, matérias de jornais, manchetes publicitárias, e se transformou em um sonho de consumo para milhares de pessoas, nem que, para isso, elas tenham que passar por intervenções cirúrgicas, dietas de todos os tipos ou exercícios físicos dos mais variados.

Adelman (2003) afirma que o esporte incorpora a luta das mulheres por espaço. Mesmo assim, as mulheres atletas são alvos do preconceito em razão de sua constituição física diferenciada, identificada como masculinizante. As mulheres precisam a todo o momento estar tomando posturas que transpareçam para o público que elas não são homossexuais.

Torna-se relevante, em estudos posteriores, tentar entender porque alguns esportes são praticados por homens e mulheres sem grandes alterações nas normas, enquanto outros causam inúmeros questionamentos sociais. Homens e mulheres anseiam por um status de normalidade que, na maioria das vezes, é produto da mídia, da sua formação familiar e religiosa.

Segundo Lacerda et al (2002) a construção de estereótipos identifica negativamente determinados grupos sociais. As representações sociais de gênero são princípios organizadores dos processos simbólicos que derivam da conduta e do posicionamento dos membros dentro de seus grupos sociais e da relação com os demais grupos.

Segundo Arán (2003) mesmo com a injustiça que podemos vislumbrar em nossa sociedade, as conseqüências positivas do movimento feminista estão presentes no campo da cultura, da educação e do esporte, na medida em que se materializam nos conflitos e desejos que constituem o cotidiano das relações humanas entre homens e mulheres.

Aguiar et al (1997) afirmam que os estudos sobre gênero enfatizam a necessidade da rejeição do caráter fixo e permanente da oposição entre masculino versus feminino.

Veiga-Neto (2005) ao elaborar uma análise sobre Foucault, afirma que este não se interessava por estudar os comportamentos, as condutas e as práticas sexuais em si, mas sim por ela ser um modo, um caminho, muito importante de experimentar a subjetivação, pelo qual nos subjetivamos como seres de desejo.

Ribeiro et al (2004) entendem a sexualidade como construção histórica e cultural constituída de experiências na vida das pessoas, levando-nos a refletir sobre o entendimento biológico de sexo e cultural de gênero.

Para Sabat (2001), as identidades culturais são constituídas a partir das diferentes formas que os grupos sociais estabelecem entre si. Ou seja, as identidades culturais não são preexistentes aos sujeitos, elas se constituem no processo de representação de um grupo, sempre em relação a outros grupos, que carregam características diferentes daquele que está sendo representado.

É preciso descobrir em que medida a prática de futebol feminino se torna uma subversão social de gênero, podendo provocar uma nova configuração de sentidos para a masculinidade e feminilidade. Entender qual a relação da prática esportiva com as definições de feminino ou masculino é de fundamental valor para diminuir a resistência à inserção de mulheres em esportes considerados masculinos

5 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa experimental qualitativa do tipo descritiva constituída aleatoriamente de 150 mulheres (média de idade de $22,8 \pm 6,2$), sendo 50 atletas de futebol (média de idade de $20,1 \pm 3,0$), 50 mulheres praticantes de academia (média de idade de $24,6 \pm 6,2$) e 50 mulheres sedentárias (média de idade de $23,6 \pm 7,5$). Definimos a atletas de futebol como o Grupo I, as mulheres praticantes de academia como o Grupo II e as mulheres sedentárias como o grupo III. Para avaliar a insatisfação com a Imagem Corporal utilizou-se o *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, validado internacionalmente, que mede o grau de preocupação com a estética corporal (COOPER et al 1997; ROSE et al, 1996). O BSQ preocupa-se com os sentimentos em relação ao corpo (insatisfação ou desvalorização da forma física). O instrumento consta de 34 perguntas, com seis opções de respostas: 1) *nunca*, 2) *raramente*, 3) *às vezes*, 4) *frequentemente*, 5) *muito frequente*, 6) *sempre*. De acordo com a resposta marcada, o valor do número correspondente à opção feita é computado como ponto para a questão. O total de pontos obtidos no instrumento é somado e o valor é computado para cada avaliado. A classificação dos resultados é feita pelo total de pontos obtidos e reflete os níveis de preocupação com a imagem corporal. Obtendo resultado menor ou igual a 80 pontos, é constatado um padrão de normalidade e tido como ausência de distorção da imagem corporal. Resultado entre 81 e 110 pontos é classificado como leve distorção da imagem corporal. Resultado entre 111 e 140 é classificado como moderada distorção da imagem corporal. Resultado acima de 140 pontos é classificado como grave distorção da imagem corporal. Os resultados foram Interpretados à luz do referencial teórico sócio-antropológico, a fim de pontuar algumas questões que merecem nossa atenção na construção da imagem corporal na contemporaneidade. Todas as mulheres que responderam ao questionário permitiram a exploração dos resultados em estudos científicos, desde que seja garantido o anonimato e a privacidade, assinando um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

6 RESULTADOS

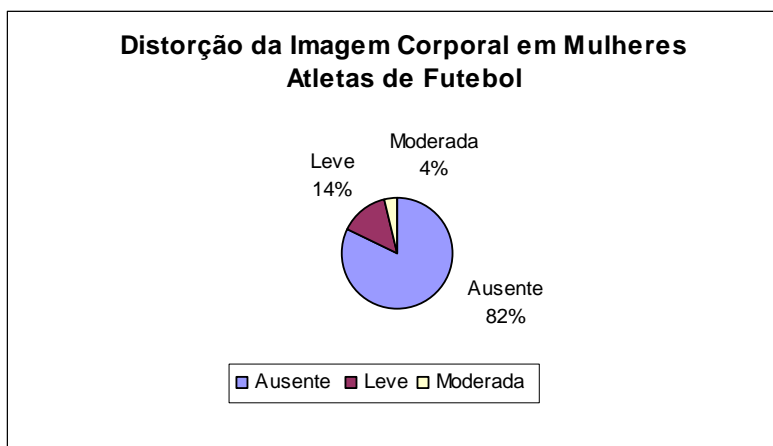


Figura I
Grupo I
50 mulheres praticantes de futebol feminino profissional

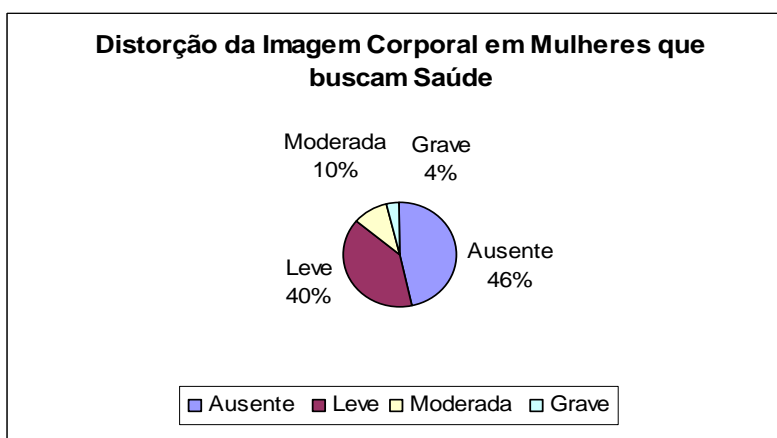


Figura II
Grupo II
50 mulheres praticantes de ginástica e musculação nas academias

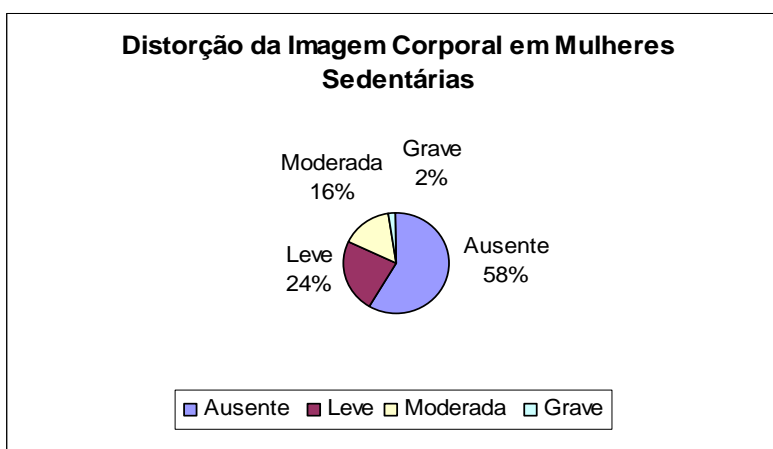


Figura III
Grupo III
50 mulheres sedentárias

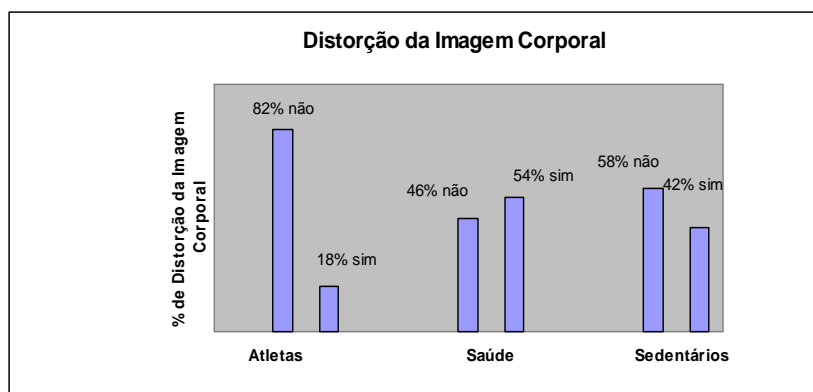


Figura 4

Comparação dos níveis de Distorção da Imagem Corporal nos três grupos

7 DISCUSSÃO

Segundo Barros (2005) nós construímos e destruimos os discursos corporais que resultam na nossa própria experiência. Esse processo progressivo de construção e modelamento do corpo se constitui em tentativas de buscar uma imagem ideal. Sendo assim, o corpo é o lugar onde tudo pode acontecer.

Almeida et al (2002) afirmam que os sinais de comprometimento da auto-imagem corporal parecem estar relacionados diretamente com a insatisfação, depreciação e preocupação excessiva com a estética.

Para Oliveira et al (2003) o ambiente esportivo pode ser um ambiente propício para o surgimento de modelos ideais de corpos, em virtude das fortes pressões socioculturais de que o corpo magro é o corpo bom e belo.

Em nosso estudo, pudemos constatar que 82% das atletas de futebol não apresentam nenhum indício de distúrbio ou transtorno da imagem corporal, enquanto 18% apresentam algum grau de insatisfação corporal. Sendo que não foi encontrado nenhum percentual de distúrbios de imagem corporal no nível grave. (Figura I).

Nossos dados apontam para 14% das atletas entrevistadas com grau leve de distorção da imagem corporal, sugerindo que algumas atletas temem uma possível masculinização corporal em razão da prática intensa de atividades físicas (Figura I).

Já Oliveira et al (2003) com uma metodologia semelhante, encontraram valores de 33% para mulheres atletas de diversas modalidades esportivas. Entretanto, a comparação torna-se limitada, pois a nossa amostra era composta por 50 atletas de futebol, enquanto o referido estudo avaliou 12 atletas de outros desportos.

O fato de o menor percentual de mulheres insatisfeitas com a imagem corporal prevalecer nas atletas (Figura I), parece estar relacionado diretamente com a busca do rendimento desportivo. As exigências do desporto de alto nível parecem ser tão grandes que as atletas de futebol não se preocupam, pelo menos demasiadamente, com a imagem corporal. Grande parte do tempo é dedicado aos treinamentos e estes objetivam a melhora da performance no desporto e não a estética corporal.

Damasceno et al (2005) em um estudo recente, relataram que apenas 24% das mulheres que praticam atividade física regular estão satisfeitas com sua silhueta, enquanto nosso estudo apontou para 46% das mulheres satisfeitas com a auto-



imagem corporal. Essa discrepância de valores pode ser explicada pelo fato de que o autor estudou mulheres que apenas caminhavam, enquanto as mulheres, que praticam atividade física regular, em nosso estudo são, em grande maioria, de academias. A caminhada, em geral, apresenta um gasto calórico muito menor do que atividades como ginástica, musculação, spinning e jump presentes nas academias, o que causaria um impacto muito pequeno na composição corporal e aumentando assim a insatisfação com a auto-imagem.

De certa forma, podemos entender porque o número de mulheres que se encontram no nível grave de distúrbio da imagem corporal foi maior no grupo praticante de atividade física regular. Mesmo alegando o busca pela saúde e melhorias na qualidade de vida, 4% delas apresentam grave insatisfação com a imagem corporal (Figura II).

Para Almeida et al (2002) isso pode ser explicado pelo imperativo social da magreza que afeta as mulheres, ao perceberem que são diferentes das demais e que precisam urgentemente perder peso.

O mundo social valoriza os indivíduos atraentes e os considerados não-atraentes possuem maior possibilidade de encontrar rejeição nos mais distintos locais sociais (SAIKALI et al, 2004).

Segundo Oliveira (2003) o modelo de corpo perfeito imposto pela sociedade é de um corpo magro. Este padrão distorcido de beleza acaba por acarretar um número cada vez maior de mulheres que sofrem com a insatisfação da imagem corporal.

Vasconcelos et al (2004) afirmam que na cultura da atualidade marcada por valores dominantes como competição, consumismo, o corpo é um corpo pautado no individualismo, é um corpo-mercadoria, um corpo-aparência, um corpo-ferramenta, um corpo-consumidor, um corpo com função de promoção social, que pode trazer um retorno, um corpo que deve expressar saúde. Esta se torna uma utopia, um projeto universal no século XXI.

É interessante perceber que Loland (1998) e Williams e Cash (2001) relataram associações entre a prática de atividade física regular e o alto nível de satisfação corporal, o que nos remete a relevância do papel do profissional de educação física ao atuar como um incentivador contra o sedentarismo.

Segundo Barros (2005) o corpo torna-se um palco de imagens corporais construídas socialmente e as descobertas que fazemos de nós mesmos vão definindo nossa forma de agir diante do outro. Caberia a nós refletir sobre que corpo desejamos e que corpo os outros desejam para nós.

Novaes (2001) afirma que vivemos na era das imagens, na qual existir é ser visto e olhar implica também em ser olhado. Não se constrói uma imagem sem ser afetado por ela. Quando se vende um biquíni de grife, não está em jogo somente a aquisição do produto, mas o que se vende subliminarmente é o padrão corporal.

É nessa mesma linha de pensamento que Costa (2005) afirma que o século XX e XXI adquiriram uma nova forma psicológico-moral de lidar com o corpo, elegendo-o como o principal meio de construção da subjetividade e da identidade pessoal, na medida em que os meios tradicionais de construção da subjetividade passam por transformações profundas. Essas mudanças caracterizam o que autor chama de “moral do espetáculo”. Sob essa moral, o corpo é aprisionado ao entretenimento irresponsável.

Sendo assim, impotentes para suportar as faltas, os sujeitos caem no desespero, na tristeza ou entregam-se às compulsões. O tempo é o da urgência e a única saída é “emagrecer rapidamente” – a espera virou sinônimo de desespero. O



discurso da saúde oculta o real que apavora: o mal-estar e a finitude (NOVAES, 2001).

No âmbito dessa investigação preliminar, o propósito foi contribuir para o esclarecimento de alterações na imagem corporal das mulheres do mundo pós-moderno, marcada pela padronização da estética e pelo culto exacerbado ao corpo.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os menores percentuais de distúrbios de imagem corporal nas atletas de futebol parecem estar relacionados diretamente com a maior dedicação ao rendimento desportivo e menor preocupação com a estética corporal (Figura 4).

Os maiores percentuais de distúrbio de imagem corporal nas mulheres praticantes de atividade física regular, assim como o maior percentual de mulheres no nível grave, parecem estar relacionados com a busca exagerada pela estética, influenciada pelo meio sociocultural, diante de um discurso mascarado de busca pela saúde (Figura 2).

As mulheres sedentárias parecem pouco preocupadas com a imagem corporal, principalmente diante da falta de tempo e motivação para a prática de exercícios. Entretanto, há um número importante de mulheres sedentárias que gostariam de ter o corpo “da moda” (Figura 3).

Torna-se relevante para o Profissional de Educação Física a valorização da Promoção da Saúde e da Qualidade de Vida nos mais distintos locais de atuação profissional, não excluindo a estética, mas evitando a padronização imposta pela sociedade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADELMAN, M. **Mulheres atletas:** re-significações da coporalidade feminina. Revista de Estudos Feministas, v. 11, n. 2, p. 445-465, 2003.

AGUIAR, N. (org). **Gênero e Ciências Humanas:** desafio às ciências desde a perspectiva das mulheres. Rio de Janeiro: Rosa dos Tentos, 1997.

ALCÂNTARA, M.L.B. **O corpo do brasileiro:** estudos de estética e beleza. Revista de Antropologia, v. 44, n. 2, p. 231-234, 2001.

ALMEIDA, G.A.N.; LOUREIRO, S.R.; SANTOS, J.E. **A Imagem Corporal de Mulheres Morbidamente Obesas Avaliadas através do Desenho da Figura Humana. Psicologia:** reflexão e crítica. v. 15, n. 2, p. 283-292, 2002.

ARÁN, M. **Os destinos da diferença sexual na cultura contemporânea.** Revista de Estudos Feministas, Florianópolis, v. 11, n. 2, p. 399-422, 2003.

ARRUDA, A. **Teoria das representações sociais e teorias de gênero.** Cadernos de Pesquisa, n. 117, p. 127-147, 2002.

BARROS, D.D. **Imagem corporal:** a descoberta de si mesmo. História, Ciências e Saúde – Manguinhos, v. 12, n. 2, p. 547-554, 2005.



CAPPELLE, M.C.A., et al. **Power relationships according to Bourdieu and Foucault: a proposal for a theoretical articulation for organization analysis.** Organizações Rurais & Agroindustriais, Lavras, v. 7, n. 3, p. 356-369, 2005.

COOPER, P.J., et al. **The development and validation of the Boddy shape Questionnaire.** International Journal of Eating Disorders, v. 6, p. 485-494, 1987.

COSTA, J.F. **O Vestígio e a Aura: corpo e consumismo na moral do espetáculo.** 4. ed. Rio de Janeiro: Garamond, 2005.

DAMASCENO, V.O., et al. **Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 11, n. 3, p. 181-186, 2005.

DOWSON, J.; NENDERSON, L. **The Validy of a short Version of the Body Shape Questionnaire.** Psychiatry Research, v. 102, n. 3, 2001.

ELIAS, N. **O Processo Civilizador: formação do estado e civilização.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, v. 2, 1993.

FERREIRA, N.T. (org.); COSTA, V.L.M. (org). **Esporte, Jogo e Imaginário Social.** Rio de Janeiro: Shape, 2003.

FOUCAULT, M. **Vigiar e Punir.** 31. ed. Petrópolis: Vozes, 2006.

FOUCAULT, M. **Microfísica do Poder.** 22. ed. São Paulo: Graal, 2006.

VEIGA-NETO, A. **Foucault e a Educação.** 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2005.

GAYA, A. **Será o corpo humano obsoleto? Sociologias.** Porto Alegre, n. 13, p. 324-337, 2005.

GHADERI, A.; SCOTT, B. **The reliability and validity of the Swedish version of the Body Shape Questionnaire.** Scandinavian Journal of Psychology, v. 45, p. 319-324, 2004.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M.S. **A civilização das formas: o corpo como valor.** In: GOLDENBERG, M. (org) **Nu e Vestido: Dez Antropólogos revelam a Cultura do Corpo Carioca.** Rio de Janeiro: Record, 2002.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M.S. **O corpo carioca (des)coberto.** In: CASTILHO, K; GALVÃO, D. (org). **A moda do corpo, o corpo da moda.** São Paulo: Esfera, 2002.

HANSEN, R.; VAZ, A.F. **Treino, Culto e Embelezamento do Corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação.** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 26, n. 1, p. 135-152, 2004.



LACERDA, M. et al. **Um estudo sobre as formas de preconceito contra homossexuais na perspectiva das representações sociais. Psicologia: reflexão e crítica**, v. 15, n. 1, p. 165-178, 2002.

LOLAND, N.W. **Body image and physical activity: a survey among norwegian men and women**. *International Journal Sport Psychological*, v. 29, p. 339-365, 1998.

MARZANO-PARISOLI, M.P. **Pensar o corpo**. Petrópolis: Vozes, 2004.

MAUSS, M. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: Pedagógica e Universitária, v. 2, 1974.

MONTENEGRO, T. **Diferenças de gênero e desenvolvimento moral das mulheres**. *Revista de Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 11, n. 2, p. 493-508, 2003.

NOVAES, J.V. **Perdidas no Espelho? Sobre o Culto ao Corpo na Sociedade de Consumo**. Dissertação de Mestrado – Departamento de Psicologia da PUC-RJ, 2001.

OLIVEIRA, F.P., et al. **Comportamento Alimentar e Imagem Corporal em Atletas**. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 9, n. 6, p. 348-356, 2003.

PARISOTTO, L., et al. **Diferenças de gênero no desenvolvimento sexual: integração dos paradigmas biológico, psicanalítico e evolucionista**. *Revista de Psiquiatria*, Rio Grande do Sul, v. 25, n. 1, p. 75-87, 2003.

PRIORE, M.D. **Viagem pelo imaginário do interior feminino**. *Revista Brasileira de História*, v. 19, n. 37, 1999.

RODRIGUES, J.C. **O Tabu do Corpo**. 3. ed. Rio de Janeiro: Achiamé, 1983.

ROSEN, J.C., et al. **Body Shape Questionnaire: studies of validity and reliability**. *International Journal of Eating Disorders*, v. 20, n. 3, p. 315-319, 1996.

SABAT, R. **Pedagogia cultural, gênero e sexualidade**. *Revista de Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 9, n. 1, p. 9-21, 2001.

SAIKALI, C.J., et al. **Imagem Corporal nos Transtornos Alimentares**. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v. 31, n. 4, p. 164-166, 2004.

SERRA, G.M.A.; SANTOS, E.M. **Health and media in construction of obesity and perfec body**. *Ciência e Saúde Coletiva*, v. 8, n. 3, p. 691-701, 2003.

SCHILDER, P. **A Imagem do Corpo**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1994

SILVA, A.M. **Elementos para compreender a modernidade do corpo numa sociedade racional**. *Caderno Cedes*, n. 48, 1999.



SILVA, C.C., et al. **Does physical exercise increase or compromise children's and adolescent's linear growth? Is it a myth or truth?**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 10, n. 6, 2004.

THOMPSON, J.K. **Body Image, Eating Disorders and Obesity**. Washington D.C.: American Psychological Association, 1996.

VASCONCELOS, N.A., et al. **Um peso na alma: o corpo gordo e a mídia**. Revista Mal-Estar e Subjetividade, Fortaleza, v. 4, n. 1, p. 65-93, 2004.

WILLIAMS, P.; CASH, T.F. **Effect of a circuit weight training program on the body images of college students**. International Journal of Eating Disorders, v. 30, p. 75-82, 2001.

Recebido: 05/12/2006

Aprovado: 15/01/2007

ANEXO

Body Shape Questionnaire

Gostaríamos de saber como você vem se sentindo em relação à sua aparência nas últimas quatro semanas.

Por favor leia cada questão e faça um círculo apropriado. Use a legenda abaixo:

1. Nunca	3. Às vezes	5. Muito freqüentemente
2. Raramente	4. Freqüentemente	6. Sempre

1. Sentir-se entediada faz você se preocupar com sua forma física?	1	2	3	4	5	6
2. Você tem estado tão preocupada com sua forma física a ponto de sentir que deveria fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
3. Você acha que suas coxas, quadril ou nádegas são grandes demais para o restante de seu corpo?	1	2	3	4	5	6
4. Você tem sentido medo de ficar gorda (ou mais gorda)?	1	2	3	4	5	6
5. Você se preocupa com o fato de seu corpo não ser suficientemente firme?	1	2	3	4	5	6
6. Sentir-se satisfeita (por exemplo após ingerir uma grande refeição) faz você sentir-se gorda?	1	2	3	4	5	6
7. Você já se sentiu tão mal a respeito do seu corpo que chegou a chorar?	1	2	3	4	5	6
8. Você já evitou correr pelo fato de que seu corpo poderia balançar?	1	2	3	4	5	6
9. Estar com mulheres magras faz você se sentir preocupada em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
10. Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem espalhar-se quando se senta?	1	2	3	4	5	6
11. Você já se sentiu gorda, mesmo comendo uma quantidade menor de comida?	1	2	3	4	5	6
12. Você tem reparado no físico de outras mulheres e, ao se comparar, sente-se em desvantagem?	1	2	3	4	5	6
13. Pensar no seu físico interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como por exemplo, enquanto assiste à televisão, lê ou participa de uma conversa)?	1	2	3	4	5	6
14. Estar nua, por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gorda?	1	2	3	4	5	6
15. Você tem evitado usar roupas que a fazem notar as formas do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
16. Você se imagina cortando fora porções de seu corpo?	1	2	3	4	5	6
17. Comer doce, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gorda?	1	2	3	4	5	6

18. Você deixou de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas) por sentir-se mal em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
19. Você se sente excessivamente grande e arredondada?	1	2	3	4	5	6
20. Você já teve vergonha do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
21. A preocupação diante do seu físico leva-lhe a fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
22. Você se sente mais contente em relação ao seu físico quando de estômago vazio (por exemplo pela manhã)?	1	2	3	4	5	6
23. Você acha que seu físico atual decorre de uma falta de autocontrole?	1	2	3	4	5	6
24. Você se preocupa que outras pessoas possam estar vendo dobras na sua cintura ou estômago?	1	2	3	4	5	6
25. Você acha injusto que as outras mulheres sejam mais magras que você?	1	2	3	4	5	6
26. Você já vomitou para se sentir mais magra?	1	2	3	4	5	6
27. Quando acompanhada, você fica preocupada em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado num sofá ou no banco de um ônibus)?	1	2	3	4	5	6
28. Você se preocupa com o fato de estarem surgindo dobrinhas em seu corpo?	1	2	3	4	5	6
29. Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você sentir-se mal em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
30. Você belisca áreas de seu corpo para ver o quanto há de gordura?	1	2	3	4	5	6
31. Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários ou banhos de piscina)?	1	2	3	4	5	6
32. Você toma laxantes para se sentir magra?	1	2	3	4	5	6
33. Você fica particularmente consciente do seu físico quando em companhia de outras pessoas?	1	2	3	4	5	6
34. A preocupação com seu físico faz-lhe sentir que deveria fazer exercícios?	1	2	3	4	5	6



UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
CENTRO DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Pelo presente instrumento que atende às exigências legais, o Sr.(a) _____, portador(a) da cédula de identidade _____, após leitura minuciosa da **Carta de Esclarecimento ao Voluntário**, devidamente explicada pelos profissionais em seus mínimos detalhes, ciente dos procedimentos de avaliação da composição corporal, aos quais será submetido, não restando quaisquer dúvidas a respeito do lido e explicado, firma seu **Consentimento Livre e Esclarecido** concordando em participar da pesquisa proposta. Caberá ao pesquisado apenas responder um questionário, não sendo submetido a nenhum outro procedimento.

Fica claro que o Sr. pode a qualquer momento retirar seu Consentimento Livre e Esclarecido e deixar de participar desta pesquisa e estar ciente de que todas as informações prestadas tornar-se-ão confidenciais e guardadas por força de sigilo profissional. E, por estarem de acordo, assinam o presente termo.

Rio de Janeiro, 10 de junho de 2006.

Patrícia de Oliveira Aguiar
Assinatura do Pesquisador

Rafael da Silva Mattos
Assinatura do Pesquisador

Assinatura do Represente Legal