IMAGEM CORPORAL E O PAPEL DA FACE NA PERCEPÇÃO DO CORPO EM MULHERES

Nayara Nadal Guandeline (PIBIC/Fundação Araucária/UEPG),
Carolina Paioli Tavares (Orientadora), e-mail: cpaioli@yahoo.com.br
Universidade Estadual de Ponta Grossa - Departamento de Educação Física

Área: Ciências da saúde; **Sub-area**: Educação Física

Palavras-chave: Imagem corporal, psicofísica escalar, atividade física, face.

Resumo

Nos últimos anos o padrão de beleza foi modificado radicalmente, especialmente entre mulheres, por meio da divulgação midiática de corpos extremamente magros como definição de arquétipo perfeito. Tal modificação vem acarretando mudanças de conduta nessa população no que diz respeito à saúde e que podem ocasionar diversos problemas, sejam eles psicológicos, sociais ou comportamentais. Participaram desse estudo 20 mulheres, divididas em 2 grupos: Grupo Academia/Corrida (GAC), média de idade de 31,08 (±9,46) anos e Grupo Acadêmicas EF (GAEF), média de idade de 20,7 (±2,19) anos. As participantes responderam ao Body Shape Questionary, escala de silhuetas e a tarefas psicofísicas de estimação de magnitudes. Os resultados revelaram que as mulheres de ambos os grupos perceberam o corpo maior que o tamanho real e desejaram estar em silhueta menor que a percebida. O estudo revelou que as mulheres de ambos os grupos estão insatisfeitas com a imagem corporal e que a estimação de magnitude em relação ao tamanho do corpo difere nas tarefas do próprio corpo com face, sem face e o corpo estranho.

Introdução

Nos últimos anos, a preocupação com a forma corporal entre jovens e adultos - predominantemente entre mulheres - traduziu-se em comportamentos obsessivos e rituais perigosos à saúde. Entre essas práticas, o aparente e inconsequente consumo de produtos relacionados à beleza e estética e a prática de atividades físicas tornou o assunto saúde um paradoxo. A construção da imagem corporal, principalmente entre mulheres, é associada a uma imagem estereotipada, isto é, uma representação criada a partir de conceitos socioculturais.

A imagem corporal tem sido conceitualizada como um construto multidimensional, ou seja, um composto de representações sobre o tamanho e a aparência do corpo, além de respostas emocionais associadas ao grau de satisfação suscitado por essas percepções. Para Cash e Pruzinsky (2002), a representação da imagem corporal pode englobar tanto elementos perceptivos quanto atitudinais. Esse conceito também inclui a imagem mental que cada pessoa possui do tamanho e forma do corpo somada a comportamentos e sentimentos sobre a sua aparência e funcionalidade física. Portanto, abrange processos neurológicos, fisiológicos, psicológicos, afetivos e sociais. Entre os aspectos mais estudados da imagem corporal, estão as emoções e as experiências passadas.

Diariamente, as mulheres são expostas a diversas imposições estéticas de corpos que, na maioria das vezes, são consideradas incompatíveis com seus biotipos. As pressões e violências psicológicas sofridas em busca deste ideal estético resultam, hoje, em uma epidemia de pessoas insatisfeitas com a própria imagem. A insatisfação

com o corpo alcança mulheres de todas as faixas etárias, sejam elas crianças, adolescentes ou adultas (KAKESHITA; ALMEIDA, 2006).
Os objetivos desse estudo foram investigar os aspectos psicofísicos da imagem corporal através das variáveis dos componentes comportamental e perceptivo em mulheres fisicamente ativas.

Materiais e Métodos

Participaram do estudo 20 mulheres, sendo 12 participantes alocadas no Grupo Academia/Corrida (GAC) e com média de idade de 31,08 (±9,46) anos e 8 participantes alocadas no Grupo Acadêmicas EF (GAEF) com média de idade de 20,7 (±2,19) anos. As participantes responderam ao Body Shape Questionary (BSQ) (COOPER *et*. al, 1987), instrumento utilizado para mensurar como o indivíduo se sente em relação a sua aparência corporal nas últimas quatro semanas. As respostas marcadas refletem o sentimento da participante em relação ao seu corpo e aparência. Para fins de construção dos estímulos psicofísicos das imagens das participantes, foi utilizado o seu IMC. Para a construção dos estímulos para as tarefas psicofísicas as participantes foram fotografadas em sua visão frontal de corpo inteiro, com bermuda e camiseta regata preta. Estas fotografias foram utilizadas como estímulo padrão em ambos os experimentos perceptivos: de escolha de silhuetas e de estimação de magnitude. Na sequência, as fotografias foram distorcidas a partir do tamanho do corpo e resultaram na construção de uma escala com: a) 10 (dez) estímulos para a tarefa de escolha de silhuetas b) 6 (seis) estímulos para a tarefa de estimação de magnitude.
Para avaliar a dimensão atitudinal da imagem corporal os participantes realizaram o teste de silhuetas que utiliza a própria imagem da participante (IPC) para avaliar o nível de insatisfação com o corpo. Através do método de estimação de magnitude também verificamos se as respostas perceptivas dos participantes variaram quando eles responderam aos estímulos constituídos de suas próprias imagens (com e sem face) comparadas às respostas dos estímulos constituídos da imagem de uma pessoa desconhecida.

Resultados e Discussão

Os grupos GAC e GAEF foram separados a partir do perfil de atividade física das participantes: mulheres que frequentam academia e fazem corrida de rua (GAC) e estudantes do curso de educação física da UEPG que praticam atividades esportivas (GAEF). O teste *t-Student* para amostras independentes revelou diferença para a variável independente idade (t = 8,954, $p \leq 0,05$) (Tabela 1).

Tabela 1. Médias, valores de p das variáveis idade, peso, estatura, IMC e BSQ das participantes do GAC e GAEF.

	GAC (n=12)	GAEF (n=8)	Valor de p
Idade (anos)	31,8 ± 9,46	20,75 ± 2,19	≤ 0,05*
Massa corporal (kg)	68,33 ± 16,09	63,16 ±10,20	= 0,43
Estatura (m)	1,66 ± 0,05	1,61 ± 0,06	= 0,09
IMC	24,74 ± 5,49	24,43 ± 4,74	= 0,90
BSQ	94,83 ± 34,43	97,62 ± 45,24	= 0,87

*$p \leq 0,05$

Na tarefa comportamental (escolha de silhuetas), os subcomponentes foram obtidos a partir da observação da escala das imagens do próprio corpo (IPC). As

participantes escolheram: 1) a IPC percebida, referente à imagem como a qual ele se percebe atualmente (subcomponente perceptivo); 2) a IPC desejada, referente à imagem com a qual ela gostaria de se parecer (subcomponente afetivo). Ainda, a variável "acurácia perceptiva" foi obtida através da subtração: IPCpercebida – IPC; e a variável "insatisfação com a imagem" através da equação IPCdesejada – IPCpercebida.

Para o cálculo e análise dos dados, foram utilizados os valores do IMC referentes às imagens escolhidas pelas participantes. O teste *t-Student* para amostras independentes revelou diferença significativa entre grupos para IPC desejada (t = -2,113, p = 0,049). A Figura 1 apresenta as médias e desvios-padrão, em IMC, dos três subcomponentes da tarefa (IPC, IPCperceb e IPCdesej) para ambos os grupos.

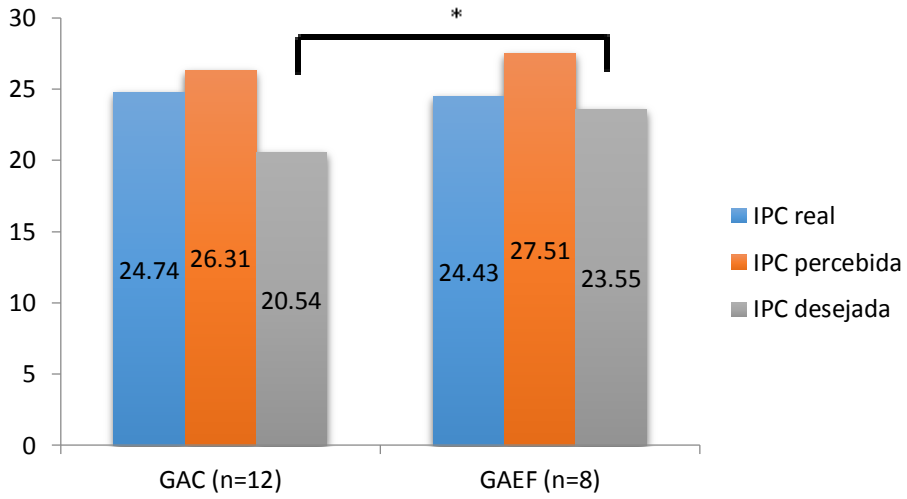


Figura 1. Médias referentes às variáveis IPC, IPC percebida e IPC desejada das participantes do GAC e GAEF.

Na tarefa perceptiva, o teste *t-Student* para amostras pareadas, calculado para as variáveis IPCCF, IPCSF e ICD revelou efeito principal para tarefas ($F_{3,16} = 4,974$; $p \leq 0,05$). As participantes dos grupos GAC e GAEF estimaram de maneira diferente o tamanho corporal próprio com a face, o tamanho corporal próprio sem a face e o tamanho corporal de uma pessoa desconhecida. Porém, o efeito principal para tarefa indica que para o grupo GAC, julgar tamanho corporal de imagens sem a face foi uma tarefa mais precisa, enquanto que para o grupo GAEF, o julgamento do corpo estranho foi o mais próximo do Ideal. A Figura 2 mostra as médias e desvios padrão da variável dependente expoente (n) das tarefas de estimação de magnitude da IPCCF, IPCSF e ICD das participantes do estudo.

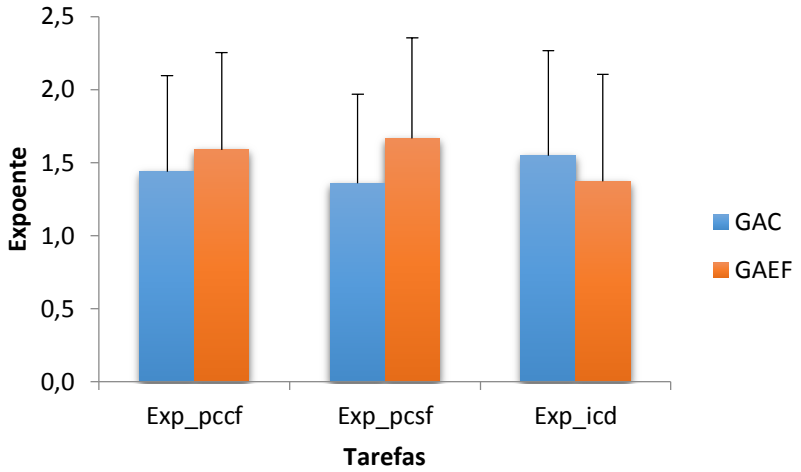


Figura 2. Médias e desvios padrão da variável dependente expoente (n) das tarefas de estimação de magnitude da IPCCF, IPCSF e ICD das participantes do estudo.

Conclusões

Nosso estudo corrobora outras pesquisas que afirmam que mulheres são altamente influenciadas por pressões socioculturais acerca do corpo e seus níveis de insatisfação com a própria imagem nos dias de hoje indicam uma "epidemia". As participantes de ambos os grupos apresentaram características corporais semelhantes. Ainda sim pudemos observar que, em ambos os grupos, as participantes se perceberam em silhuetas maiores e desejaram estar em silhuetas menores, inclusive que o seu IMC atual. Assim, o julgamento do próprio corpo foi um processo mais influenciado pelo fator afetivo que cognitivo. Também houve uma tendência de superestimar o tamanho do corpo na tarefa perceptual, ou seja, mulheres estimam volume corporal maior do que realmente possuem. Os resultados do questionário de insatisfação corporal corroboram e reforçam essas informações já que 75% das participantes se encontram entre distorção leve e grave de imagem corporal.

Agradecimentos

Agradecemos à Fundação Araucária pelo apoio financeiro para o desenvolvimento da pesquisa. Agradecemos também ao Departamento de Educação Física da UEPG pela disponibilização do espaço do Laboratório de Avaliação Física para a realização das coletas de dados e às participantes da pesquisa que, voluntariamente, contribuíram para a realização do estudo proposto.

Referências

CASH, T. F.; PRUZINSKY, T. (Eds.) **Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice**. NY: Guilford Press, pp. 38-300, 2002.

COOPER, P. J.; TAYLOR, M. J.; COOPER, Z.; FAIRBURN, C. G. The development and validation of the body shape questionnaire. **International Journal of Eating Disorders**, Los Angeles, v. 6, n. 4, p. 485-494, 1987.

KAKESHITA, I. S.; ALMEIDA, S. S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 40, n. 3, p. 497-504, 2006.