

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

**IMAGEM CORPORAL E OS TRANSTORNOS ALIMENTARES DE MENINAS
ADOLESCENTES ATLETAS DE VOLEIBOL¹
BODY IMAGE AND FOOD DISORDERS OF ADOLESCENT GIRLS
VOLLEYBALL ATHLETES**

**Mateus Tomm Gallert², Mateus Jardel Dallabrida³, Jordana Wiezicki De
Carvalho⁴, Jonathan Gonzatto⁵, João Schmidt Corso⁶, Mauro Bertollo⁷**

¹ Trabalho desenvolvido na disciplina de Práticas Corporais e Saúde I, do curso de Educação Física da Unijuí.

² Aluno do Curso de Graduação em Educação Física da UNIJUI, mateustommgallert@gmail.com;

³ Aluno do Curso de Graduação em Educação Física da UNIJUI, mjardd@hotmail.com;

⁴ Aluna do Curso de Graduação em Educação Física da UNIJUI, jordanawdecarvalho@gmail.com;

⁵ Aluno do Curso de Graduação em Educação Física da UNIJUI, jonathangonzatto9@gmail.com;

⁶ Aluno do Curso de Graduação em Educação Física da UNIJUI, joao.corso@yahoo.com.br;

⁷ Professor do Curso de Educação Física - Departamento de Humanidades e Educação - UNIJUI;

INTRODUÇÃO

A padronização de beleza imposta pela sociedade corresponde a um corpo magro, porém, acaba-se deixando de lado aspectos envoltivos à saúde e as diversidades físicas dos sujeitos. Esse modelo de beleza criado e divulgado pela mídia acarreta números exorbitantes de jovens mulheres que se preocupam excessivamente com o controle do peso e dietas (GRAUP et al., 2008). O grupo em questão é o mais pressionado a obtenção de um corpo esteticamente bonito, ocasionando insatisfação com a sua autoimagem corporal ou até mesmo uma distorção desta, e esse descontentamento provoca os transtornos alimentares e isso justifica a necessidade da prevenção destes comportamentos inadequados.

Ao pesquisar a respeito da imagem corporal, as mulheres adolescentes têm sido apontadas como grupo de risco para distúrbios com a imagem corporal e transtornos com a alimentação (GRAUP et al., 2008). A imagem corporal para Schilder (1994 apud SAIKALI et al., 2004, p.164) "é a figura de nosso próprio corpo que formamos em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo nos apresenta". Thompson (1996 apud SAIKALI et al., 2004, p.164) afirma ainda que a imagem corporal envolve três componentes: perceptivo, relacionado a percepção da própria aparência física; subjetivo, envolve aspectos de satisfação com a aparência e o nível de preocupação com ela; e comportamental, são situações evitadas pelos sujeitos por conta de desconforto com a aparência corporal.

Sabendo que as adolescentes sofrem com esse risco, as escolas têm como responsabilidade orientar esses grupos, é essencial a educação em saúde para essas pessoas. Rossi et al. (2014) aponta a importância de explicar a estas meninas o contexto vivido por elas no período da adolescência, sua fisiologia, ação dos hormônios nas mudanças corporais, tudo o que possa esclarecer e justificar as mudanças físicas vivenciadas pelos adolescentes.

Dentre as diversas preocupações com esta problemática, temos os transtornos alimentares

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

resultantes de uma distorção da própria imagem corporal. Os casos mais citados, são a anorexia e a bulimia, a primeira “[...] caracterizada por uma luta pessoal contra a fome na qual é evidente uma perda de peso exagerada devido à redução de alimentação, métodos purgativos e/ou excesso de atividade física” (SANCHEZ; DORFMAN; JAEGER, 2003 apud IDA E SILVA, 2007, p.420). A segunda “[...] caracteriza-se por grande ingestão de alimentos de uma maneira muito rápida e com a sensação de perda de controle [...]” (ABREU; CANGELLI FILHO, 2004, p.178).

Reconhecendo que estes problemas são mais frequentes no público feminino, no período da adolescência, onde há uma maior atenção e busca pelos padrões corporais, buscamos um contexto que, além de compreender este grupo-alvo, a busca pelos padrões corporais fosse cobrada constantemente. Assim, este estudo tem por objetivo investigar em uma equipe de voleibol suas concepções da autoimagem corporal e a presença ou não de transtornos envoltos a alimentação nestas atletas.

METODOLOGIA

A pesquisa foi conduzida com dez adolescentes do sexo feminino, atletas de uma equipe de voleibol do município de Ijuí - RS. Trata-se de uma pesquisa de campo, descritiva, de cunho qualitativo, na qual foi utilizada a aplicação de uma avaliação da imagem corporal a partir da escala de silhuetas de Stunkard et al. (1983 apud AZEREDO, 2014). Esta escala consiste em um conjunto de silhuetas, representando um contínuo desde a magreza (silhueta 1) até a obesidade severa (silhueta 9). Para a percepção dos distúrbios alimentares, foi utilizado o teste Eating attitudes test (EAT-26), na tradução para o português Teste de atitudes alimentares, desenvolvido por Garner e Garfinkel (1979 apud BIGHETTI, 2003) instrumento que favorece o diagnóstico precoce, evitando o agravamento ou prevenindo os transtornos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os testes aplicados nas meninas da equipe de voleibol se mostraram importantes, e apresentaram probabilidades de atingir o grupo de risco para obtenção dos transtornos. No grupo estudado, uma adolescente se enquadrou acima do ponto de corte do teste EAT-26 e, além disso, se mostrou insatisfeita com sua aparência corporal, dizendo estar com excesso de peso. As demais também obtiveram pontuações elevadas, alertando sobre possíveis transtornos.

Para a obtenção dos resultados de insatisfação com a autoimagem corporal, foi utilizado o estudo de Pereira et al. (2009), o qual classifica a diferença obtida entre a silhueta real e a silhueta ideal como: satisfeito com sua aparência (variação igual a zero); e insatisfeito com sua aparência (variação diferente de zero). Quando a diferença for positiva, considerou-se insatisfação por excesso de peso e, quando negativa, insatisfação por pouco peso.

Nesse sentido, dentre as meninas da pesquisa, nove apresentaram algum grau de insatisfação com sua imagem corporal, sendo seis meninas por excesso de peso e três por pouco peso. Seus índices de desaprovção sobre suas silhuetas variaram entre grau de -3, que é a insatisfação corporal por ter pouco peso à grau de 2+, insatisfeitas pelo excesso de peso.

Os estudos de Raposo et al. (2014) evidenciam a influência benéfica da atividade física sobre o nível de satisfação corporal no público masculino e feminino, porém, nesta pesquisa, as atividades praticadas regularmente pelo grupo, parecem não ter efeito sobre o nível de insatisfação corporal das meninas. Mas é preciso levar em conta que, para as práticas corporais oferecerem benefícios, precisam ser bem trabalhadas e conduzidas, lidando com vivências que possibilitem a consciência

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

do corpo, respeitando seus limites e possibilidades.

Esta talvez, não seja a realidade da equipe. Possivelmente o ambiente dos treinos e competições leve às atletas uma concepção de cobranças e de buscas constantes pelo resultado. O que implica na pretensão dos padrões corporais ideais, para atingir neste possível caso, o mais alto grau de rendimento possível.

As concepções das atletas acerca de suas imagens corporais, no geral, fazem referência a insatisfação pelo fato de sentirem que estão fora dos padrões de beleza. Algumas alegam estar com índices de gorduras acima do normal e outras com o desejo de criar um corpo mais robusto. O motivo citado por elas pela insatisfação corporal gira em torno da estética, uma das atletas cita: “eu acho que se fosse mais gordinha seria mais bonita”, o que esclarece e se relaciona com Graup (2008, p.129) “[...] o indivíduo sofre influência da indústria cultural e dos meios de comunicação, os quais se encarregam de criar desejos e reforçar imagens por meio da padronização de corpos”. Isto põe em evidência que a saúde tanto física, mental como social é deixada em segundo plano.

Já para a avaliação do teste EAT-26, foi dividido em 3 escalas e o maior valor obtido equivaliu a maior preocupação e/ou risco de adquirir transtorno alimentar. A primeira escala relaciona-se a dieta e reflete uma recusa por alimentos com alto teor calórico e uma preocupação intensa com a forma física (BIGHETTI, 2003), compreende as seguintes questões do teste: 1, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 22, 23, 24, 25. Para a segunda escala, a fim de descobrir o transtorno sobre Bulimia nervosa, a qual refere-se a episódios de ingestão compulsiva de alimentos, seguidos de vômitos e outros comportamentos para evitar o ganho de peso (BIGHETTI, 2003), temos as seguintes perguntas: 3, 4, 9, 18, 21, 26. Para a última escala, de controle oral, que de acordo com Bighetti (2003, p.79) “é explicada por demonstrar autocontrole em relação aos alimentos e reconhece as forças sociais que estimulam a ingestão de alimentos”, temos as questões: 2, 5, 8, 13, 15, 19, 20.

Cada questão apresenta 6 opções de resposta (sempre, muitas vezes e às vezes, respectivamente, 3, 2 e 1 pontos e poucas vezes, quase nunca e nunca = 0 pontos) com variações na pontuação. A única questão que apresenta pontos em ordem invertida é a 25. (BIGHETTI, 2003). Para os autores do EAT-26, um resultado maior que 21 pontos indica um teste positivo e o entrevistado poderá ser incluído em um grupo de risco. (GARNER et al. 1979 apud BIGHETTI, 2003, p.44).

Nestas condições, percebemos com a pesquisa que as meninas em geral têm índices elevados para tendência à transtornos alimentares. No entanto apenas uma atleta ficou dentro do grupo de risco, com pontuação de 24 pontos. Ainda assim, 60% das participantes obtiveram pontuação acima de 16 pontos, se credenciando a uma probabilidade significativa para a aquisição de futuros transtornos.

As questões referentes a forma física, nos sugerem uma preocupação excessiva do grupo. Em especial, questões como “fico apavorada com a ideia de estar engordando”, “penso em queimar calorias a mais quando estou me exercitando” e “preocupo-me com a ideia de haver gordura em meu corpo”, mais de 40% do grupo somou pontos nestas questões. Historicamente, o gênero feminino é o que mais se preocupa com a forma física, em seu estudo Graup (2008, p.130) reforça que a probabilidade dos transtornos atingirem as mulheres adolescentes é significativamente maior, priorizando o aperfeiçoamento de natureza estética.

Referente a segunda escala de questões sobre a bulimia nervosa, se mostrou efetiva em algumas questões, e pouco efetiva em outras. Questões como “sinto-me preocupada com os alimentos” e

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

“passo muito tempo pensando em comer” resultou em 60% do grupo com soma de pontos. Porém, a indagação “Vomito depois de comer” e “Sinto vontade de vomitar após as refeições” obtiveram 0% de soma de pontos. Com este resultado, conclui-se que grande parte do grupo tem o pensar em seus hábitos alimentares como algo muito frequente, porém não desenvolvem atitudes radicais. Neste caso, não se pode dizer que as atletas sofrem com a bulimia nervosa, e a tendência para que se chegue a isto se torna pouco provável.

A escala de questões que se referem ao autocontrole, também não se obteve resultados preocupantes. Se somou pontos em mais de 50% do grupo na questão “as pessoas me acham muito magra”, já na “demoro mais tempo para fazer minhas refeições do que as outras pessoas”, 60% das atletas afirmam passar por isso. Porém variou entre 20 a 30% das meninas que somaram pontos nas questões: “Sinto que os outros me pressionam para comer” e “Evito comer quando estou com fome”. A busca pela aprovação externa não é muito presente nestas atletas, sentem-se pressionadas por vezes, porém não consideram relevantes as opiniões dos que os cercam. Em sua pesquisa, Abreu e Cangelli Filho (2004, p.180) diz que “[...] as trocas parentais são, na maioria das vezes, marcadas por baixos níveis de cumplicidade e respeito interpessoal”, dando a entender que o convívio com outras pessoas pode interferir na questão de autocontrole sobre a alimentação, porém, acredita-se que de acordo com os resultados obtidos, este não é o caso destas atletas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A insatisfação com a imagem corporal está presente, especialmente nas jovens mulheres. Os transtornos alimentares são consequência de uma busca pelo aperfeiçoamento estético do corpo. Nesse sentido, o grupo participante da pesquisa demonstrou ter concepções muito baseadas no que a mídia introduz na sociedade. O padrão de beleza está sendo elevado a fator primordial para o bem-estar destas e a atividade física exercida por elas deve ser pensada a partir de uma aceitação corporal. A tendência para aquisição de transtornos alimentares foi diagnosticada, porém, é necessária uma avaliação mais aprofundada para declarar como preocupante estas situações. Seria interessante, através de uma avaliação antropométrica, com medidas das dobras cutâneas, identificar e demonstrar para as atletas sua classificação nos parâmetros de especialistas e, assim, passar a elas suas reais medidas e silhuetas, transmitindo um novo olhar sobre seu próprio corpo, evitando os possíveis transtornos alimentares.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde. Estética. Adolescência.

KEY WORDS: Health. Aesthetics. Adolescence.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU, CRISTIANO N., CANGELLI FILHO, RAPHAEL. Anorexia nervosa e bulimia nervosa – abordagem cognitivo-construtivista de psicoterapia. Revista psiquiatria clínica. São Paulo. P. 177-183. Setembro, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpc/v31n4/22405.pdf>> Acesso em: 29 jun. 2018.

AZEREDO, DÉBORA GASPARY. Relação entre a percepção da imagem corporal e as categorias do índice de massa corporal em escolares. 2014. 45 pág. Monografia apresentada à Escola de

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como pré-requisito para a conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física. Porto Alegre, 2014. Disponível em: <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/116161/000964696.pdf?sequence=1>> Acesso em: 30 jun. 2018.

BIGHETTI, Felícia. Tradução e validação do eating attitudes test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino na cidade de Ribeirão Preto- SP. 2003. 123 p. Dissertação de mestrado apresentada a escola de enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2003. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22133/tde-12042004-234230/pt-br.php>> Acesso em: 01 jul. 2018.

GRAUP, S.; PEREIRA, E. F.; LOPES, A. S.; DE ARAÚJO, V. C.; LEGNANI, R. F. S.; BORGATTO, A. F. Associação entre a percepção da imagem corporal e indicadores antropométricos de escolares. Revista Brasileira de educação física e esporte. São Paulo, v.22, n.2, p.129-138, abr./jun. 2008. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16688/18401>> Acesso em: 30 jun. 2018.

PEREIRA, E. F.; TEIXEIRA, C. S.; BORGATTO, A. F.; DARONCO, L. S. E. Relação entre diferentes indicadores antropométricos e a percepção da imagem corporal em idosas ativas. Revista de Psiquiatria Clínica, São Paulo, v. 36, n. 2, p. 54-59, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpc/v36n2/03.pdf>> Acesso em: 30 jun. 2018.

RAPOSO, J. V.; TEIXEIRA, C. M.; PINTO, A. F.; PEREIRA, C. A.; FERNANDES, M. G.; PINTO, M. Atividade física, satisfação com a imagem corporal e comportamentos alimentares em adolescentes. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, Porto, n. 3, pp. 15-32, 2014. Disponível em: <http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/2014-3/01.pdf> Acesso em: 30 jun. 2018.

ROSSI, D. S.; KRUG, M. R.; ILHA, P. V.; SOARES, F. A. A. A imagem corporal na promoção da saúde dos alunos: visão de professores. Revista Contemporânea de Educação, vol. 9, n. 18, p.357-372, julho/dezembro de 2014. Disponível em: <<https://revistas.ufrj.br/index.php/rce/article/view/1864/1698>> Acesso em: 07 jul. 2018.

SAIKALI, C. J.; SOUBHIA, C. S.; SCALFARO, B. M.; CORDÁS, T. A. Imagem corporal nos transtornos alimentares. Revista Psiquiatria Clínica. São Paulo. p.164-166, setembro, 2004. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v31n4/22401.pdf>> Acesso em: 30 jun. 2018.

SANCHEZ, P. C.; DORFMAN, I. Z.; JAEGER, M. A. (2003) apud IDA, S. W.; SILVA, R. N. Transtornos alimentares: uma perspectiva social. Revista Mal-Estar e Subjetividade, Fortaleza, Vol. 7, N^o 2, p.417-432, set/2007. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/ppgpsi/producao-intelectual/arquivos/Transtornos%20Alimentares%20-%20shila%20ida%20e%20Rosane%20Neves.pdf>> Acesso em: 01 jul. 2018.