

AUTO RELATO DE PERCEPÇÃO CORPORAL E PRÁTICA DE DIETA EM UMA POPULAÇÃO DO NOROESTE GAÚCHO¹

Joseane Pazzini Eckhardt², Taiana Bones³.

¹ Pesquisa realizada no Trabalho de Conclusão de Curso de Administração

² ECKHARDT, J. P. Nutricionista/ I.F. Farroupilha.

Mestranda do Programa de Atenção Integral à Saúde – UNIJUI/UNICRUZ.

Grupo de Pesquisa em Atenção à Saúde/UNIJUI

³ BONES, TAIANA. Acadêmica do Curso de Administração da UNIJUI. DACEC - Departamento de Ciências Administrativas, Contábeis, Econômicas e da Comunicação

Introdução

A percepção da imagem corporal quem cada pessoa tem representa mentalmente a forma de ver o tamanho do seu corpo. Muitas vezes essa percepção é condicionada pela busca do modelo de beleza midiático. Essa mesma mídia é constantemente criticada por apresentar padrões corporais irreais e em desacordo com o padrão comum entre as populações.

A sociedade atual impõe um modelo ou padrão de beleza de extrema magreza, principalmente para pessoas do sexo feminino. Contudo, já está se tornando comum a visualização de um estereótipo de beleza masculina nas veiculações dos meios de comunicação. Esses ideais de beleza são transmitidos diariamente para o imaginário feminino e masculino e causam um padrão de insatisfação corporal generalizado. No intento de alcançar esse padrão de beleza dominante é comum que a população a mais comum o uso de dietas de emagrecimento.

O presente estudo se propõe a investigar as diferentes percepções corporais de homens e mulheres em relação a imagem corporal, bem como a utilização de dietas de emagrecimento, avaliadas através do auto-relato.

Metodologia

Pesquisa transversal descritiva, de abordagem quantitativa, realizada em uma amostra não-probabilística por conveniência (entrevistados são selecionados pelo entrevistador com base em seu julgamento) constituída por 277 pessoas, de ambos os sexos, com idades estipuladas entre 14 a 70 anos, residentes em Três Passos/RS. Completando a pesquisa descritiva foi utilizado o método Survey ou levantamento que tem por base a obtenção de informações a partir do interrogatório aos entrevistados (MALHOTRA, 2001). Fortes (2013) enfatizou que em estudos com grandes amostras, ferramentas de auto-relato podem ser o método padrão-ouro, por serem fáceis de aplicar e de baixo custo.

A pesquisa descritiva, de abordagem quantitativa, visou descrever características de determinada população, fenômenos e estabelecer relações entre variáveis, extrapolando os resultados obtidos,

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XX Jornada de Pesquisa

que serão analisados e interpretados a partir de médias e percentuais através das respostas (GIL, 2008; SAMARA E BARROS, 1997). A análise dos dados foi realizada através de tabelas do excel. Os dados foram classificados e organizados de forma a obter uma melhor visualização e interpretação dos dados.

Resultados e Discussão

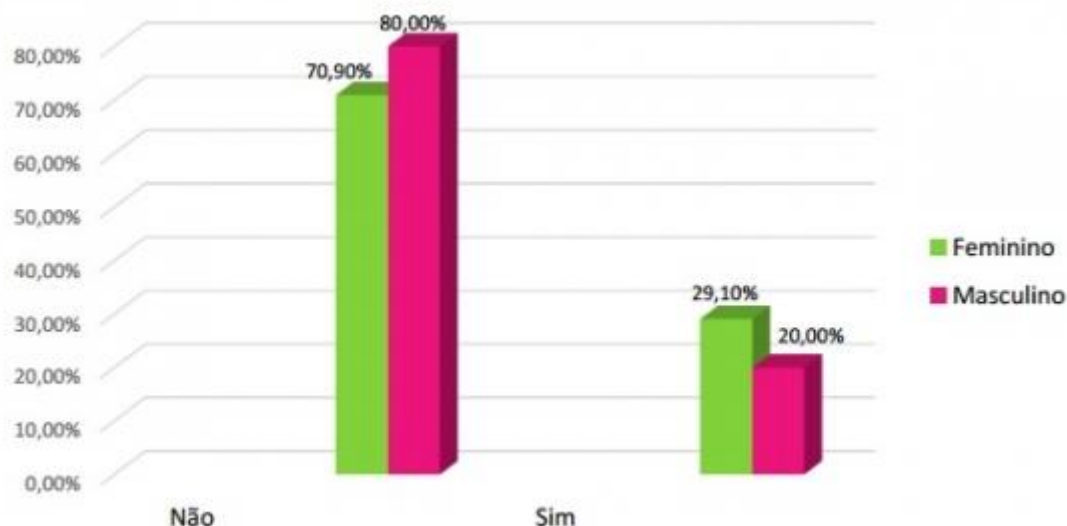
No presente estudo, a técnica de auto relato da percepção da imagem corporal pode ser considerado um método indireto para verificar o nível de insatisfação pessoal com a sua forma física.

Na sociedade moderna a beleza deixou de ser algo que diz respeito apenas ao físico, mas passou a representar também aspectos do caráter e da personalidade do indivíduo. O feio pode ser visto como fraco, sem obstinação e incapaz de assumir a responsabilidade sobre o seu próprio corpo. Novaes e Vilhena (2003) afirmam que a beleza tornou-se um dever moral (se quiser eu consigo). Segundo Abdala (2008) as pessoas se motivam a alcançar e se adequar aos padrões de beleza como forma de autodisciplina, na qual o corpo é um objeto social que é reconstruído para se adequar aos padrões de preferência da sociedade da época. Na atualidade o padrão de preferência é a magreza.

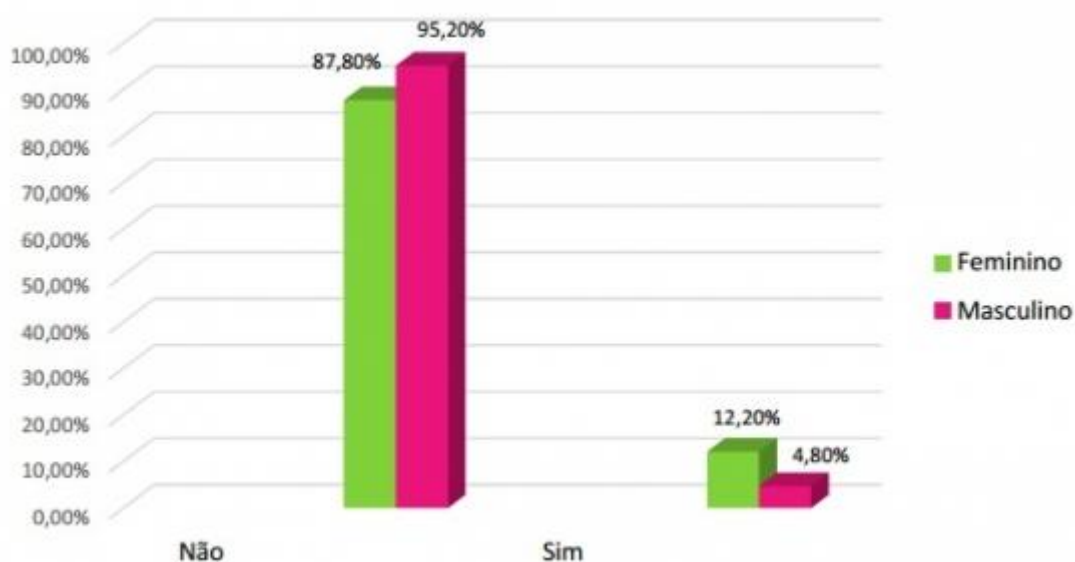
No presente estudo a grande maioria, 74,4 % das pessoas, se considerou acima do peso no momento da pesquisa. Marchiori (2014), em seu estudo realizado na cidade de Santa Rosa, pertencente ao estado do Rio Grande do Sul, descobriu que 61,5% não se consideravam acima do peso, enquanto que 38,5% acreditavam estar acima do peso.

Dos resultados obtidos verificou-se que entre as mulheres 29,10% se considera acima do peso, ante os 20% de homens que também se consideram acima do peso. Os resultados encontrados também verificaram que as mulheres fazem mais uso que os homens de métodos de restrição alimentar (83,10% das mulheres declaram já ter feito dieta, enquanto que 81,90% dos homens declararam não ter feito dieta para perda de peso). A figura 1 e 2 apresentam os resultados encontrados.

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XX Jornada de Pesquisa



Auto percepção de excesso de peso x sexo



Prática de dieta x sexo

Alipour et al., (2015) verificou que em seu estudo a maioria dos participantes do baixo peso (41,66%), peso normal (67,71%) e sobrepeso (57,14%) categorias de IMC selecionou a figura mais fina como a sua percepção da imagem corporal desejável ou ideal. As prevalências totais de

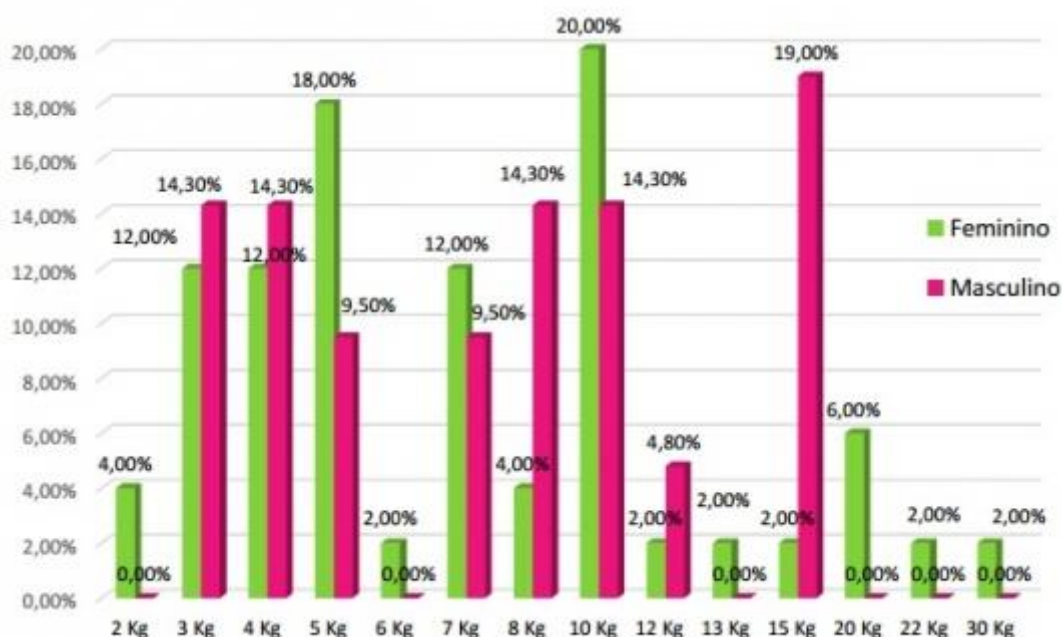
Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XX Jornada de Pesquisa

insatisfação com a imagem corporal e distorção eram 51,63% e 64,13%, respectivamente. De acordo com seus resultados, os participantes do sexo feminino apresentaram maior tendência a considerar a magreza como o estilo de imagem corporal preferida.

Outros estudos confirmaram os resultados encontrados em relação a percepção corporal e dieta entre mulheres. Przybylowicz et al., (2014) relatou em seu estudo que a maioria dos indivíduos do sexo feminino (63,9%) estavam insatisfeitos com sua imagem corporal, enquanto 33,5% se submeteram a dietas de emagrecimento pelo menos uma vez na vida. Gallant et al., (2012) afirmam que dieta para perder peso é comum em mulheres e, em menor grau, em homens de todas as idades. E que, embora existam muitas abordagens para a perda de peso, a estratégia mais comum consiste na restrição alimentar.

Em relação às dietas de emagrecimento, Netemeyer, Burton e Lichtenstein (1995) explicam que foi identificado que as pessoas mais influenciadas pela vaidade apresentam escores significantes nas variáveis de aparência física e fatores corporais com relação a alimentação, ou seja, escolhem os alimentos de acordo com a sua preocupação em relação a aparência física desejada. A figura 3 demonstra os altos índices de percepção de excesso de peso representado pelo número de quilos que se deseja perder.



Peso que se deseja perder x sexo

Os índices de percepção de sobrepeso ou obesidade encontrados na presente pesquisa vão de encontro aos resultados de pesquisas nacionais sobre sobrepeso e obesidade auto relatadas. Os estudos do Programa Vigitel, programa de auto relato de informações através do meio telefônico e de

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XX Jornada de Pesquisa

avaliação nacional, revelaram que sobrepeso e a obesidade vem aumentando ao longo das última década no país, devido a mudança no padrão de consumo alimentar e na prática de atividade física, apesar do crescimentos de campanhas publicitárias com homens e mulheres cada vez mais magros e fortes. Os dados do Vigitel encontraram um maior auto relato de presença de sobrepeso e obesidade em homens do que em mulheres (VIGITEL,2014).

Analisando conjuntamente os dados do presente estudo, percepção corporal e prática de dieta, pode-se perceber que as mulheres são mais preocupadas com a sua forma corporal que os homens e que são mais pressionadas socialmente a fazer sacrifícios, como dietas de emagrecimento, para obter o peso ideal ou o padrão corporal de beleza que a sociedade impõe.

Conclusões

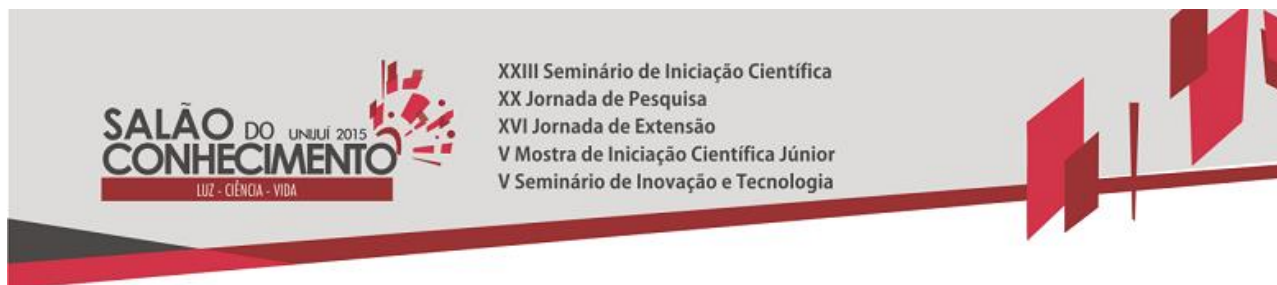
Os percentuais obtidos, para ambos os sexos, relacionados a percepção em relação ao peso corporal são preocupantes, podendo significar altos índices de insatisfação corporal e de prevalência de excesso de peso. Pode-se perceber uma maior preocupação estética relacionada ao peso entre a população feminina quando comparados seus resultados com os da população masculina, o que significa que está população específica necessita de um olhar diferenciado e mais aprofundado para os fatores causais que corroboram com os resultados encontrados.

De maneira geral, devido à alta prevalência de insatisfação corporal e de excesso de peso, e a utilização de dietas de emagrecimento, principalmente entre mulheres, observa-se a necessidade de programas de intervenção psicológica e nutricional adequadas com o objetivo de evitar o aparecimento de morbidades relacionadas na população estudada.

Palavras chaves: auto relato, percepção corporal, dieta

Referências

- ABDALA, P. R., Vaidade e consumo: como a vaidade física influencia o comportamento do consumidor, dissertação. Mestrado em administração. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2008.
- ALIPOUR, B.; et al. Percepção da imagem corporal e sua associação com índice de massa corporal e ingestão de nutrientes entre os estudantes universitários do sexo feminino com idades entre 18-35 anos de Tabriz, Iran. *Coma Peso Disord* 2015, fevereiro 21.
- FORTES L.S.; MORGADO, F.F.; FERREIRA, M.E. Fatores associados à alimentação inadequada comportamento em estudantes adolescentes. *Rev Psiq Clin*. 2013; 40 : 59-64.
- GALLANT, A. R.; et al. Dieta passado está relacionada ao controle rígido e desinibição em adolescentes do Estudo Família Quebec. *British Journal of Nutrition*, 2012, 108, pp 1976-1979.
- GIL, Antonio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 4.ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- MALHOTRA, Naresh K. Pesquisa de Marketing: uma orientação aplicada. 3 ed., Porto Alegre: Bookman, 2001.



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XX Jornada de Pesquisa

MARCHIORI, Fernanda. A influência da vaidade no comportamento do consumidor: um estudo comparativo entre homens e mulheres da Geração Y. Trabalho de conclusão de curso de administração. Departamento de Ciências Administrativas, Contábeis, Econômicas e da Administração. Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ. Santa Rosa, 2014. 175 p.

NETEMEYER, R.G.; BURTON, S.; LICHTENSTEIN, D.R. Trait Aspects of Vanity: Measurement and Relevance to Consumer Behavior. *Journal of Consumer Research*, Chicago, v.21, mar. 1995.

NOVAES, J.; VILHENA, J. De Cinderela a Moura Torta: sobre a relação mulher, beleza e feiúra. *Interações*, v. 8, n. 15, p. 9-36, 2003.

PRZYBYLOWICZ, K.E.; et al. A insatisfação subjetiva com peso corporal em mulheres jovens: comportamentos alimentares desenvolvem um papel? *Rocz Panstw Zakl Hig*, 2014; 65 (3): 243-9.

VIGITEL. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico/Ministério da Saúde/2014. Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretária de Gestão Estratégica e Participativa. Ministério da Saúde: Brasília, 2014.