

PERCEPÇÃO CORPORAL E BIOIMPEDÂNCIA TETRAPOLAR DE ESTUDANTES DO
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICALO

*BONAMIGO, Daniela

bonamigodaniela@hotmail.com

*BERTOLLO, Daiana

daigba@hotmail.com

*SEIBEL, Patricia

patyseibel@hotmail.com

**FRIGERI, Elis Regina

elis.frigeri@unoesc.edu.br

**RIBEIRO, Andréa Jaqueline Prates

andrea.ribeiro@unoesc.edu.br

RESUMO

Trata-se de uma atividade interdisciplinar entre os componentes curriculares de Medidas e Avaliação em Atividade Física e Educação Física e Corporeidade, do Curso de Educação Física da Unoesc, São Miguel do Oeste/SC. O mesmo foi realizado com 16 acadêmicos da 5ª fase do curso de Educação Física, da referida Universidade. O estudo teve características de uma pesquisa descritiva e os resultados apontaram insatisfação com a imagem corporal. Os níveis para essa variável foram mais elevados entre os participantes do gênero masculino, do que no feminino. Desta forma, destaca-se a importância de promover ações que visem à adoção de prática regular de atividades físicas e de hábitos alimentares saudáveis, a fim de promover uma maior satisfação com a imagem corporal de universitários.

A avaliação da composição corporal de indivíduos tem sido um assunto de grande interesse por parte dos pesquisadores envolvidos na área da saúde, com aplicação em diversos segmentos. A mesma busca quantificar, de forma isolada e em relação ao peso corporal total, os principais componentes do organismo humano: ossos, musculatura, gordura corporal e água. (NACIF, VIEBIG, 2007).

Segundo Resende (2006), o corpo é apropriado como produto e bem de consumo a ser difundido pela mídia. Para isso, relaciona-se essa concepção de corpo como objeto de consumo ao controle social empregado pela mídia, que de certa forma dita a direção do desejo nas relações de gênero. Sendo assim, cabe explorar como os pressupostos sociais acerca dos papéis exercidos por homens e mulheres, se refletem na imagem corporal de ambos os gêneros.

Temos então uma imagem corporal, que é a figuração do próprio corpo formada e estruturada na mente das pessoas, envolvendo todos os sentidos, oriundos de experiências vivenciadas por um indivíduo, em que se cria um referencial corpóreo de si mesmo. Os apelos midiáticos e até a prática de alguns esportes podem causar distúrbios na percepção da imagem corporal pelo indivíduo, podendo levá-lo ao desenvolvimento de outros distúrbios associados.

Para Almeida, et al. (2005), alguns fatores podem predispor uma pessoa a desenvolver um transtorno da imagem corporal. E pode ser influenciada por uma série de fatores, como a idade de início da obesidade, presença de transtorno emocional, influência social por meio da avaliação negativa ou depreciativa do outro, história de mudanças e flutuações de peso, entre outros. Ainda tem-se os aspectos socioculturais, que podem influir no desenvolvimento da autoimagem corporal e dos transtornos a ela associados.

É notório que a percepção da imagem corporal tem efeitos marcantes no desenvolvimento humano e na qualidade de vida, na medida em que envolve a autopercepção e atitudes relacionadas ao próprio corpo, incluindo, crenças, sentimentos e comportamentos. A imagem corporal dependeria de variáveis como idade, sexo, etnia, condição sócio-

econômica-cultural, constituindo-se como importante campo do conhecimento a ser explorado na atualidade, tendo em vista suas aplicações em saúde.(CASH, 2004).

Desse modo, o objetivo deste estudo foi investigar a percepção que pessoas adultas de ambos os gêneros possuem sobre a sua silhueta atual e relacionar os dados obtidos com a avaliação antropométrica tetrapolar.

O presente estudo foi realizado em uma atividade interdisciplinar entre os componentes curriculares de Medidas e Avaliação em Atividade Física e Educação Física e Corporeidade, do Curso de Educação Física da Unoesc, São Miguel do Oeste/SC. O mesmo foi realizado com acadêmicos da 5ª fase do curso de Educação Física, da referida Universidade.

Obteve-se uma amostra composta por 16 entrevistados, sendo 8 mulheres, com uma média de 21,62 anos (variando de 19 à 27 anos) e 8 homens, com uma média de idade de 22,25 anos (variando de 20 à 31 anos). As avaliações realizadas ocorreram no mês de abril, através da medida antropométrica tetrapolar, para análise do percentual de gordura e o teste de percepção corporal (escala de silhuetas). Os participantes da pesquisa foram recrutadas na Universidade. Os dados foram analisados de forma descritiva (média) para a idade e análise de frequência absoluta para análise do percentual de gordura. O aparelho de bioimpedância tetrapolar foi utilizado para a estimativa da gordura percentual. Em seguida, para verificar e avaliar a auto percepção do corpo pelos indivíduos pesquisados foi aplicada a escala de silhuetas ou fotografias, desenvolvida por Kakeshita (2008).

ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Com o intuito de verificar a autopercepção da imagem corporal dos estudantes de Educação Física num comparativo com os resultados da avaliação de bioimpedância tetrapolar, os resultados obtidos foram que, todos os participantes tiveram uma distorção real dos resultados. A maioria dos avaliados (12 sujeitos), perceberam-se acima da imagem corporal real (7 homens e 5 mulheres). Além disso, 4 pessoas (1 homem e 3 mulheres) analisaram-se com uma percepção menor do que o real.

Dessa forma, a maioria dos entrevistados que se viram acima do real, são do gênero masculino. Em contrapartida, verificou-se que há uma menor quantidade de indivíduos do gênero feminino que distorcem sua imagem corporal.

Segundo Alves (2009), na cultura ocidental e, um pouco por todo o mundo, as mulheres anseiam alcançar um ideal de magreza, enquanto os homens visam corpos musculados e bem definidos, portanto este é um dos fatos pelos homens analisarem-se com uma percepção acima do real.

Os resultados do presente estudo corroboram com os de Martins et al (2012), que objetivaram analisar a insatisfação com a imagem corporal e verificar a associação com o estado nutricional e variáveis sociodemográficas (sexo, faixa etária, turno de estudo e trabalho remunerado) em universitários. Concluíram que a prevalência de insatisfação com a imagem corporal nos universitários foi elevada, apresentando associação com o sexo e com o estado nutricional. Os homens apresentaram mais frequentemente o desejo de aumentar as dimensões corporais, e as mulheres, de diminuir.

Pode-se concluir que, a partir da análise dos resultados, a amostra apresentou insatisfação com a imagem corporal. Os níveis para essa variável foram mais elevados entre os participantes do gênero masculino, do que no feminino.

Desta forma, destaca-se a importância de promover ações que visem à adoção de prática regular de atividades físicas e de hábitos alimentares saudáveis, a fim de promover uma maior satisfação com a imagem corporal de universitários.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Graziela Aparecida Nogueira de. et al. Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 10, n. 1, p. 27-35, jan./abr. 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v10n1/v10n1a04.pdf>>. Acesso em: 10 maio 2017.

ALVES, Dina et al. Cultura e imagem corporal. Motricidade. 2009. Disponível em: <http://www.revistamotricidade.com/arquivo/2009_vol5_n1/v5n1a02.pdf>. Acesso em: 10 maio 2017.

RESENDE, Caroline Siqueira; O corpo perfeito e seu processo de construção Psico-Sócio-Cultural. 2006. 54 p. Trabalho de conclusão de curso (Graduação de Psicologia) Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Brasília. 2006

CASH, T. F. Body image: past, present, and future. *Body Image*, v. 1, p. 1-5, 2004.

KAKESHITA, I. S. Construção, validação e padronização de escala de silhuetas para crianças e adultos brasileiros. 2008. Dissertação (Doutorado em Psicobiologia) - Universidade Federal de São Paulo. São Paulo, 2008.

KAKESHITA, I. S. et al. Construção e Fidedignidade Teste-Reteste de Escalas de Silhuetas Brasileiras para Adultos e Crianças. *Psic.: Teor. e Pesq.*, Brasília, Abr-Jun 2009, Vol. 25 n. 2, p. 263-270. Disponível em: <<http://scielo.br/pdf/ptp/v25n2/a15v25n2.pdf>>. Acesso em: 10 maio 2017.

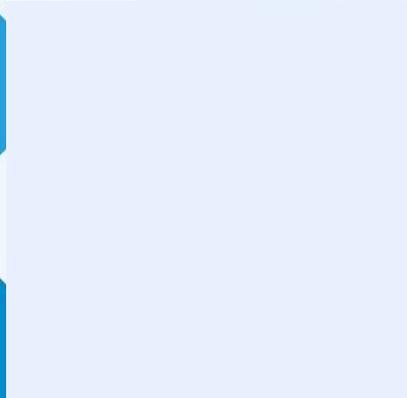
MARTINS et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Estudos de Psicologia*, 17(2), maio-agosto/2012, 241-246.

NACIF, M.; VIEBIG, R. F. Avaliação antropométrica nos ciclos da vida. São Paulo: Metha; 2007.

PAULUCCI, E. Z. C.; FERREIRA, A. Corpo e imagem: relações entre medidas antropométricas e aceitação pessoal da imagem corporal em praticantes de jazz de competição. *Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança*. Santo André, v. 4, n.2, p. 53-61, 2009.

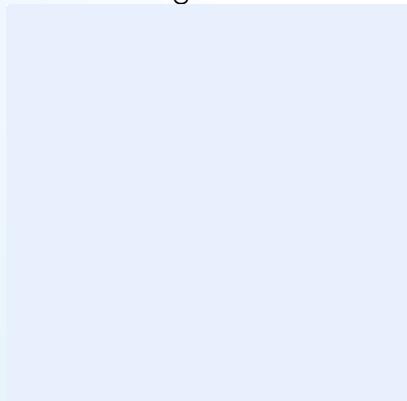
Sobre os autores: *Acadêmicas do Curso de Educação Física da UNOESC/SMO. ** Professoras do Curso de Educação Física da UNOESC/SMO.

Imagens relacionadas
Título da imagem



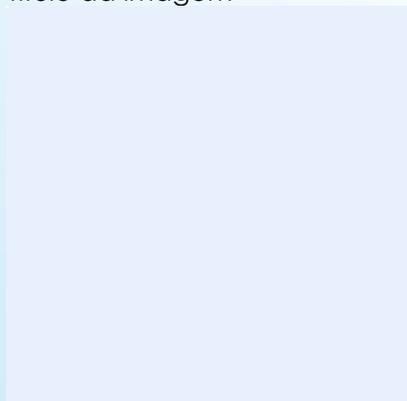
Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



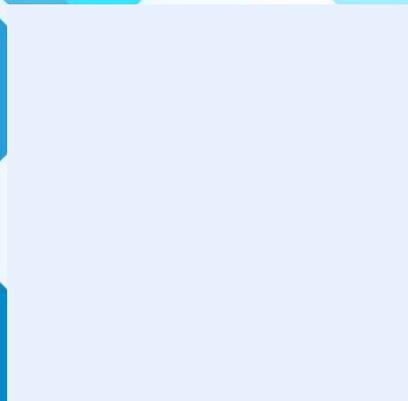
Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



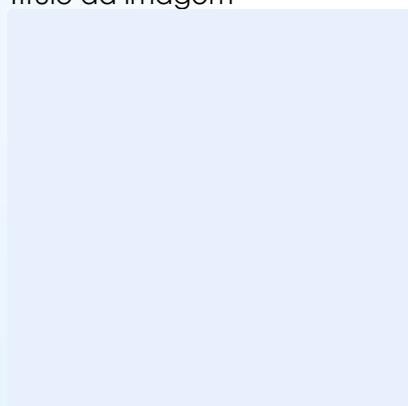
Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



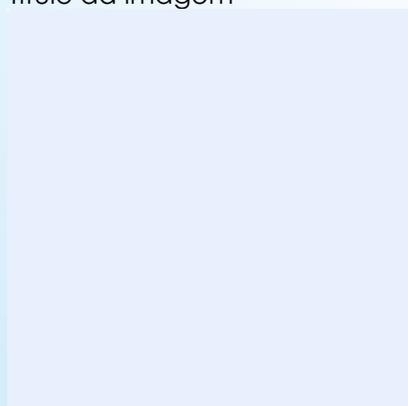
Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem

Título da imagem



Fonte: Fonte da imagem