

## **PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL: EU ME PERCEBO COMO SOU?**

Pauliene Christielly Cardoso da SILVA<sup>1</sup>; Maria Luíza Rezende RIBEIRO<sup>1</sup>; Lorena Andrade de AGUIAR<sup>1</sup>; Larissa Gomes BERNARDO<sup>1</sup>; Lívia Milhomem SILVA<sup>1</sup>; Raquel Machado SCHINCAGLIA<sup>1</sup>; Juliana CUNHA<sup>2</sup>; Estelamaris Tronco MONEGO<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Acadêmica de Nutrição e bolsista do grupo PET-NUT/UFG; <sup>2</sup> Professora Doutora da Faculdade de Nutrição UFG; <sup>3</sup> Professora Doutora da Faculdade de Nutrição da UFG e Tutora do Grupo PET-NUT/UFG

**Palavras-chave:** imagem corporal, autopercepção, escalas de imagem corporal

**INTRODUÇÃO (Justificativa / Base teórica)** - A imagem é a figura mental que depende de uma mecânica biológica e desenvolve-se por meio dos pensamentos, do sentimento, e das percepções do contorno e das formas corporais (KAKESHITA; ALMEIDA, 2006). A concepção de imagem corporal ideal, associado ao poder, ao belo e à mobilidade social, passaram por transformações durante a história. Dos antigos padrões de beleza voltado às formas robustas chegou-se ao atual estereótipo de corpos fortes e magros (PEREIRA et al., 2009).

Esta busca pelo corpo idealizado leva pessoas a destinarem à saúde – física e mental - uma importância secundária, com a valorização de práticas inadequadas de controle de peso e comportamentos alimentares por influência do ambiente sociocultural, que predispõe a uma distorção da imagem corporal (HEINBERG, 1996). Dentre os instrumentos utilizados para avaliar a massa e a imagem corporal destacam-se o Índice de Massa Corporal (IMC) para o primeiro e as escalas de silhuetas para o último. Estas têm sido usadas para identificar a relação entre o desenho da figura humana expressa e o conceito que o sujeito tem de si mesmo (FINGERET; GLEAVES; PEARSON, 2004).

Este trabalho tem como objetivo avaliar a autopercepção como um fator isolado e a percepção de um indivíduo a respeito do outro com o auxílio de escalas de imagem corporal, contrapondo estes a medida da massa corporal expressa pelo IMC.

**METODOLOGIA** - O Grupo de Discussão (GD), com o tema: “Percepção da Imagem Corporal: eu me percebo como sou?” foi realizado na Faculdade de Nutrição da

Universidade Federal de Goiás, sendo que convidou para direcionar a atividade, a professora Dr<sup>a</sup> Juliana da Cunha vinculada a FANUT/UFG.

Acadêmicas vinculadas ao Programa de Educação Tutorial do curso de Nutrição da UFG (PET-NUT/UFG) deram início à atividade realizando medições de altura, utilizando o estadiômetro portátil Wiso, capacidade 200 cm, e o peso dos participantes, com o auxílio da balança Plenna Magna-CAM 02005, capacidade 250 kg, para ser realizado o cálculo do IMC pelo método de Quetelet ( $\text{peso/altura}^2$ ). Anteriormente a esse procedimento os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) no qual autorizavam a publicação dos dados obtidos.

Em um segundo momento, foram utilizadas duas escalas de silhuetas de Madrigal et. al (2000) e um redesenho das mesmas destinadas a adolescentes. Em cada escala o participante optava por uma silhueta em nove apresentadas, em que cada silhueta representa uma faixa de IMC. As silhuetas de 1 a 3 representam IMC menor que 19,99; 4 e 5 IMC entre 20 e 24,99; 6 e 7 IMC entre 25 e 29,99 e 8 e 9 IMC acima de 30 (MADRIGAL et. al, 2000). Cada escala foi aplicada duas vezes para o mesmo participante, sendo que na primeira vez era escolhida a imagem atual e na segunda a imagem que considerava ideal para si. A primeira escala a ser aplicada foi a de Madrigal et, al (2000) e posteriormente a escala redesenhada, aplicada de duas formas, uma semelhante a primeira em ordem crescente de tamanhos corporais e depois a permutada , ou seja, as silhuetas foram separadas em cartões numerados de 1 a 9 e aplicadas aleatoriamente.

Em seguida à avaliação individual, foi realizada a aplicação das escalas em duplas, em que um indivíduo relatou através de escolha das escalas como percebia a imagem atual do outro. Este dado foi comparado com o autorrelato dos sujeitos em relação à escolha da figura mais representativa de seu corpo real. A amostra foi composta de 21 indivíduos jovens, sendo um do sexo masculino e vinte do sexo feminino, todos acadêmicos do curso de nutrição.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO** - Observou-se que de uma forma geral os participantes da atividade tenderam a se autoavaliar, através das Escalas de Silhueta, dentro da faixa de IMC aplicado ao seu padrão corpóreo, ou seja, IMC dentro da eutrofia (Média= 21,34; desvio padrão= 3,96) sendo que estes representam 16 indivíduos (76%).

Diferentemente do que ocorre em outros estudos que ao correlacionar a autopercepção com o estado nutricional, detectou-se que os avaliados superestimavam seu estado nutricional, isto é se julgavam acima do seu IMC (BRACO; HILÁRIO; CINTRA, 2006). Os resultados evidenciam que a maioria da amostra não apresentou distorções quanto a escolha de sua imagem atual, este fato pode se justificar por se tratar de estudantes de nutrição os quais já tinham informações prévias do seu estado nutricional real influenciando assim a escolha das imagens.

Quanto a escolha da imagem ideal, 8 participantes (38%) escolheram o padrão corpóreo abaixo da figura representativa da imagem atual. Sete indivíduos (33%) escolheram a escala ideal dentro da normalidade pelas recomendações da OMS (2006) coincidindo com IMC atual. Dentre as escolhas de Imagem Ideal pode-se evidenciar que 66% dos participantes (14 indivíduos) escolheram a silhueta 3 ou 4 sendo estas a representação da eutrofia (**Quadro 1**).

**Quadro 1.** Valores obtidos na autopercepção da imagem corporal utilizando três escalas de silhueta (n=21). Goiânia 2011

Participante	IMC <sup>1</sup>	Escalas					
		1		2		2p <sup>2</sup>	
		I.A <sup>3</sup>	I.I <sup>4</sup>	I.A <sup>3</sup>	I.I <sup>4</sup>	I.A <sup>3</sup>	I.I <sup>4</sup>
1	17,02	3	4	3	4	3	4
2	25,03	6	4	5	4	5	4
3	22,27	6	5	5	4	5	4
4	18,63	2	3	3	3	2	3
5	21,76	5	4	5	3	4	3
6	24,37	6	3	6	4	6	4
7	16,90	1	3	1	2	1	4
8	18,59	4	5	5	4	5	4
9	21,45	4	4	4	4	4	4
10	23,88	6	5	5	4	5	4
11	16,84	3	2	3	2	5	3
12	24,15	5	5	5	5	5	5
13	26,71	6	3	6	4	6	4
14	21,27	4	3	5	3	5	4
15	14,68	1	3	2	4	2	4
16	26,31	8	4	7	4	6	4
17	20,65	4	4	4	4	4	4
18	29,87	7	6	7	5	7	5
19	17,07	2	4	2	4	3	4
20	21,50	5	3	5	4	5	4
21	19,26	4	2	5	3	5	3

<sup>1</sup> Índice de Massa Corporal; <sup>2</sup> Escala 2 permutada; <sup>3</sup> Imagem Atual; <sup>4</sup> Imagem Ideal

A partir dos achados sugere-se que a maioria da amostra apresentou satisfação da imagem corporal. Já em outros estudos, os valores do IMC informado e o desejado tendem, ambos, para o limite inferior da normalidade, o que sugere um desejo de

adequação ao padrão ideal de corpo na atualidade (BOSI; MORGADO; COSTA; CARVALHO, 2006).

Em outro momento foi proposta a avaliação em duplas. No total foram 8 duplas, sendo que 11 participantes (68,75%) foram avaliados pelo parceiro de acordo com a sua auto percepção, não significando que a avaliação estava de acordo com seu IMC. Quanto a avaliação do parceiro, 8 indivíduos avaliaram o par corretamente segundo o IMC. Porém, deve se levar em consideração, a existência de relações interpessoais entre as duplas, o pode levar a um viés de interpretação (**Quadro 2**).

**Quadro 2.** Valores obtidos na avaliação da imagem corporal utilizando uma escala de silhueta (n=18). Goiânia 2011.

Participante	Autopercepção segundo escala de Madrigal et al. (2000)	Percepção do par segundo escala de Madrigal et. al (2000)
1	3	3
2	6	4
3	6	5
4	2	3
5	5	5
6	6	6
7	1	3
10	6	6
11	3	2
12	5	4
13	6	3
14	4	3
15	1	2
16	8	5
17	4	5
18	7	6

Não foi possível ter o número total de indivíduos na avaliação em dupla, devido à recusa do participante em ser avaliado por outra pessoa.

**CONCLUSÃO** - Os resultados encontrados neste trabalho evidenciam que a imagem corporal ideal imposta pela sociedade não prevalece, pois o grupo de estudantes de nutrição que participaram do Grupo de Discussão não apresentou distorções expressivas quanto sua autoimagem e nem quando foi submetido a análise do parceiro, o que contradiz estudos anteriores em que estes apresentam maior rigor em relação a autoimagem. Isso pode ser devido ao número reduzido da amostra e à localidade em que o trabalho foi realizado.

## REFERÊNCIAS

- BARROS, D. D. **Imagem corporal: a descoberta de si mesmo.** História, Ciências, Saúde – Manguinhos, v. 12, n. 2, p. 547-54, 2005.
- BOSI, M. L. M.; LUIZ, R. R.; MORGADO, C. M. C.; COSTA, M. L. S.; CARVALHO, R. J. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria.** Rio de Janeiro, v. 55, n. 2, 2006.
- BRACO, L. M.; HILÁRIO, M. O. E.; CINTRA, E. P. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Revista de Psiquiatria Clínica.** São Paulo, v. 33, n. 6, 2006.
- FINGERET, M. C.; GLEAVES D. H.; PEARSON, C. A. On the methodology of body image assessment: the use of figural rating scales to evaluate body dissatisfaction and the ideal body standards of women, **Body Image,** Amsterdam, v.1, n. 2, p. 207-12, 2004.
- HEINBERG, L. J. Theories of body image disturbance: perceptual, developmental and sociocultural factor. In: THOMPSON, J. K., editor. **Body image, eating disorders, and obesity: an integrative guide for assessment and treatment.** Washington (DC): American Psychological Association, 1996. [cap]. p. 27-48.
- INGLEDEW, D. K.; SULLIVAN G. Effects of body mass and body image on exercise motives in adolescence. **Psychology of sport and exercise,** Amsterdam, v. 1, n.3, p. 323-38, 2002.
- 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.
- MADRIGAL, H.; SÁNCHEZ-VILLEGAS, A.; MARTÍNEZ-GONZÁLEZ, M. A.; KEARNEY, J.; GIBNEY, M. J.; DE IRALA, J.; JA MARTÍNEZ, J. A. Underestimation of body mass index through perceived body image as compared to self-reported body mass index in the European Union. **Public health,** Londres, [v.], [n.], p. 468-473, 2000.
- PEREIRA, E. F.; GRAUP, S.; LOPES, A. S.; BORGATTO, A. F.; DARONCO, L. S. E. Percepção da imagem corporal de crianças e adolescentes com diferentes níveis socio-econômicos na cidade de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil . **REVISTA BRASILEIRA DE SAÚDE MATERNO INFANTIL,** Recife, v. 9, n. 3, p. 253-262, 2009.
- RETONDO, M. F. N. G. **Manual prático de avaliação do HTP (Casa-Árvore-Pessoa) e família.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000,198p.