

# **Revisão de literatura sobre treinamento físico, imagem corporal e militares**

Jairo José Monteiro Morgado; Fabiane Frota da Rocha Morgado Maria Elisa Caputo Ferreira.

Exército Brasileiro.

## 1. INTRODUÇÃO

O Tema imagem corporal tem sido abundantemente estudado por diversas áreas do conhecimento, quais sejam: Educação Física, Sociologia, Psicologia, Psiquiatria, entre outras. Neste cenário, tem-se como foco de estudos, diferentes grupos de indivíduos. Entretanto, parece que o mesmo não tem acontecido com o público militar.

A imagem corporal pode ser entendida como uma complexa associação de informações referentes à identidade corporal. É uma estrutura singular e indivisível, que permite ao indivíduo se reconhecer como a mesma pessoa a todo instante, estando em permanente processo de construção e reconstrução. É a representação mental da composição física, emocional e social, ou seja, é a imagem mental da identidade corporal que, por sua vez, diz respeito às experiências e vivências, as quais trazem ao sujeito, em todo momento, novas e diferenciadas sensações e percepções (Schilder, 1980; Tavares, 2003).

De acordo com Schilder (1980), o movimento é um facilitador do desenvolvimento saudável da Imagem Corporal. Por conseguinte, a atividade física pode fazer parte da construção da identidade corporal, proporcionando ao indivíduo vivências que o possibilite ser consciente de seus aspectos afetivos, sociais e fisiológicos (Tavares, 2003).

Dessa forma, os estudos sobre imagem corporal do público militar são necessários e se justificam por dois fatores fundamentais: o primeiro fator diz respeito às relações positivas e saudáveis que as atividades físicas e atividades militares, como por exemplo, acampamentos, marchas a pé, exercícios de tiro, pistas de aplicação de técnicas de combate, entre outras, podem provocar na imagem corporal destes sujeitos. Estas atividades visam

habilitar o indivíduo para o cumprimento de missões de combate, as quais objetivam proporcionar-lhe rusticidade e resistência, qualidades que lhe possibilita “durar na ação” em situações de desgaste e de estresse (Brasil, 2009). O segundo fator pode estar relacionado a atributos negativos das atividades físicas e militares sobre a imagem corporal dos homens militares. A identidade corporal do indivíduo, matriz básica da imagem corporal, se depara com a procura pela integralização de uma “identidade militar”. Esta identidade militar é uma expressão bastante enfatizada no contexto da vida militar e se refere à rigidez de atitudes, pensamentos e comportamentos relacionados ao próprio corpo. Ela é forjada pelo desenvolvimento de atributos, atitudes e valores necessários ao profissional militar.

Frente ao exposto, é importante estudar as relações existentes entre as variáveis atividades físicas e militares e imagem corporal de pessoas que fazem parte de Instituições Militares. Entretanto, será que estas relações têm sido estudadas? É necessária, portanto, uma investigação dos estudos e pesquisas nesta área, que elucide possíveis relações entre estas variáveis.

Este estudo objetiva realizar uma revisão da literatura sobre imagem corporal de militares e analisar o enfoque abordado nas pesquisas levantadas.

## 2. METODOLOGIA

### 2.1 Tipo de pesquisa

Esta pesquisa é uma revisão de literatura sobre a abordagem das relações entre imagem corporal, atividade física e militares utilizada nos estudos mais recentes sobre o tema.

### 2.2 Base de dados

Foram utilizadas três bases de dados: Scopus, SportDiscus e a Scielo. As bases foram escolhidas devido à vasta gama de publicações que versam sobre imagem corporal presentes em seus bancos de dados.

Para realização das pesquisas foram combinadas as seguintes palavras:

- *Military + Exercise;*
- *Military + Physical activity;*
- *Military + Physical exercise;*

- *Military + Fitness*;
- *Military + Exercise + "Body Image"*;
- *Military + Physical activity + "Body Image"*;
- *Military + Physical exercise + "Body Image"*;
- *Military + Fitness + "Body Image"*;
- *Military + "Body Image"*.

### 2.3 Critérios de inclusão e exclusão

Os artigos deveriam ter sido publicados entre fevereiro de 2005 e fevereiro de 2010; conter a população militar do sexo masculino, grupo majoritário nas Instituições Militares (96%, em média, do efetivo profissional) e serem disponibilizados gratuitamente.

Foram excluídos os artigos que não tivessem como foco a população militar e que não tivessem como objeto de estudo a imagem corporal.

### 2.4 Procedimentos

Foi realizada uma busca de artigos nas bases de dados. Houve, então, uma seleção prévia dos artigos encontrados, por meio da análise e seleção dos artigos que tratavam o tema a ser estudado. Por fim, foram aplicados os critérios de inclusão e exclusão.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Dos 7296 artigos encontrados, chama atenção o acentuado número de estudos com a população militar relacionados, sobretudo, aos quatro primeiros descritores, os quais podem sintetizar a área do Treinamento Físico: *Exercise*, *Physical Activity*, *Fitness*, *Physical Exercise*, totalizando 7242 estudos, cerca de 99,26% do total. Este fato possibilita refletir sobre o enfoque proeminente que o Treinamento Físico possui no contexto militar.

Quando o descritor de busca "*Body image*" é associado aos descritores relacionados a "*military*" e ao Treinamento Físico, ou ainda, quando este descritor é associado somente com a palavra "*military*", o número de publicações é reduzido de forma brusca, totalizando 54 estudos, cerca de 0,74% do total.

A limitação de estudos com a população militar masculina contrapõem-se às sugestões de alguns pesquisadores, como Grammas e Schwartz (2008), que enfatizam a necessidade de realização de pesquisas sobre imagem corporal de homens, tendo em vista a importância de aumentar o conhecimento nesta área, sobretudo, aquele relacionado a avaliação da imagem corporal, com medidas validadas e apropriadas para esta população.

Outros autores também enfatizam a importância de estudar a imagem corporal do público masculino, tendo em vista que as dimensões de imagem corporal do homem, assim como das mulheres, são suscetíveis a transtornos (Ginis, Eng, Arbour, Hartman & Phillips, 2005; Swami, Michael & Furnham, 2008).

No Brasil, o quadro de carência de pesquisas sobre imagem corporal em homens militares, parece ainda mais grave, visto que, na única base nacional analisada, o Scielo, não foram encontrados estudos quando o descritor “*military*” foi, de alguma forma, cruzado com o termo “*Body image*”.

Dando seguimento a análise, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, evidenciou-se a existência de apenas um artigo que explora o tema imagem corporal em homens militares, descrito a seguir.

Klages, Rost, Wehrbein e Zentner (2007) publicaram um estudo que objetivou investigar se a saúde bucal de jovens adultos do sexo masculino se relacionava com a percepção de oclusão dentária, com o impacto psicossocial da estética dentária e com sua história de tratamento ortodôntico.

No estudo de Klages et al. (2007), a dimensão da imagem corporal avaliada foi a insatisfação com algum aspecto específico da aparência: insatisfação com a saúde bucal. Thompson, Heinberg, Altabe e Tantleff-Dunn (1998) afirmam que a imagem corporal é formada por componentes perceptivos e atitudinais. O primeiro diz respeito à acurácia do julgamento preciso do próprio corpo (Gardner & Boice, 2004). O componente atitudinal diz respeito à satisfação (com o corpo, com o peso ou com algum aspecto específico da aparência), aos afetos, às crenças e aos comportamentos relacionados ao próprio corpo (Cash & Pruzinsk, 2002).

O interesse de estudiosos sobre a imagem corporal de militares deve residir nas particularidades deste grupo de pessoas. A formação da “identidade militar” se diferencia sobremaneira da formação da identidade corporal dos

profissionais da área civil e pode impactar de maneira diferenciada na imagem corporal destas pessoas.

Frente ao exposto, torna-se preocupante o resultado desta revisão de literatura, que revela que os estudos da imagem corporal de homens militares são escassos, não somente no Brasil, mas também no exterior.

## 5. CONCLUSÃO

O objetivo deste trabalho foi realizar uma revisão de literatura dos estudos que versam sobre o constructo imagem corporal de homens militares. Foi possível evidenciar a existência de uma acentuada lacuna nesta área. Considerando-se a importância do constructo da imagem corporal, em especial, no público militar, o qual possui uma rotina diferenciada dos profissionais civis, sugere-se que sejam realizados estudos futuros que investiguem as influências das atividades físicas e militares sobre a imagem corporal destes indivíduos.

## Referências

Brasil (2009). *Programa de Instrução Militar (PIM/COTER)*.

Brasil (2009). *Sistema de Instrução Militar do Exército brasileiro (SIMEB)*.

Cash, T, Pruzinsky, T (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: Guilford Press.

Gardner, R.M, Boice, R (2004). A computer program for measuring body size distortion and body dissatisfaction. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers*, v. 36, n.1, p. 89-95.

Ginis, Kathleen A. Martin, Jeff J. Eng, Kelly P. Arbour, Joseph W. Hartman, Stuart M. Phillips (2005). Mind over muscle? Sex differences in the relationship between body image change and subjective and objective physical changes following a 12-week strength-training program. *Body image*, v.2 p. 363-372.

Grammas, Debbie L, Schwartz, Jonathan P (2009). Internalization of messages from society and perfectionism as predictors of male body image. *Body Image*, v.6 p.31–36.

Klages, U, Rost, F, Wehrbein, H, Zentner, A (2007). Perception of Occlusion, Psychological Impact of Dental Esthetics, History of Orthodontic Treatment and Their Relation to Oral Health in Naval Recruits. *Angle Orthodontist*, v. 77, n. 4.

Schilder, P (1980). *A Imagem do Corpo: as energias construtivas da psique*. São Paulo: Livraria Martins Fontes Editora.

Swami, V, Haji-Michael, M, Furnham, A (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body image*, v.5, p.322-325.

Tavares, M.C.G.C.F (2003). *Imagem corporal: conceito e desenvolvimento*. Barueri: Manole.

Thompson, J. K, Heinberg, L.J, Altabe, M e Tantleff-Dunn, S (1998). *Exacting beauty: theory, assessment and treatment of body image disturbance*. Washington, DC: American Psychological Association.