

Satisfação corporal e o processo de envelhecimento

Pedro Henrique Berbert de Carvalho, Ana Carolina Soares do Amaral, Valter Paulo Neves Miranda, Leonardo de Sousa Fortes, Maria Elisa Caputo Ferreira

Na atualidade podemos observar a valorização de um corpo forte, produtivo e belo, visto pela sociedade como “ideal”. Entretanto, a busca para alcançar este corpo pode acarretar muitos problemas. É notório, no modelo capitalista no qual vivemos como o corpo incorpora as características deste sistema: juventude, estética e saúde passam a ser, mais do que nunca, fonte de desejo do ser humano. Ferreira (2005) assegura que a cultura é determinante nos aspectos incorporados pelo corpo, para isso é necessário examinar as subjetividades de cada sociedade levando em consideração o papel das imagens sobre nossas percepções de corpo. Ou seja, a sociedade pode determinar e privilegiar a adesão de um tipo de corpo.

Podemos perceber atualmente como o padrão de beleza está atrelado à imagem de juventude. Corpos jovens e perfeitos são expostos pela mídia diariamente ganhando uma enorme importância, o que acaba por contrastar com a imagem do “idoso”. O envelhecimento ou senescência corresponde a eventos biológicos que ocorrem desde as primeiras alterações morfológicas e psicossociais da idade adulta até o declínio total e a morte. Tem início na metade da segunda década da vida, mas sua velocidade e intensidade de progressão variam entre os indivíduos, sendo influenciado principalmente pela constituição genética, estilo de vida e fatores ambientais (Néri, Cachioni, & Resende, 2002). No entanto, neste contexto de valorização do corpo jovem, o envelhecimento pode ser encarado como uma fatalidade ou perda, o que pode em muitos casos, incidir no aparecimento de transtornos na imagem corporal.

A imagem corporal é entendida como a representação mental que fazemos do nosso corpo (Schilder, 1999). Desta forma, ela pode ser compreendida como um constructo multidimensional, no qual sua formação e seu desenvolvimento dependem dos fatores biológicos, psicológicos e sociais (Cash & Pruzinsky, 2002). De uma forma geral, corresponderia a representação e experimentação

deste corpo, se constituindo, portanto, num importante e integrado fenômeno psicológico e social.

Desta maneira, o presente estudo objetivou investigar as possíveis diferenças existentes na satisfação corporal de mulheres fisicamente ativas, em diferentes fases da vida, a fim de analisar as possíveis interferências que o processo de envelhecimento pode ter sobre a satisfação com o próprio corpo.

Este estudo faz parte de um estudo preliminar, e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Juiz de Fora, sob o número 1928.272.2009.

Optou-se pela utilização da Escala de Satisfação com Imagem Corporal (ESIC), adaptada e validada por Ferreira e Leite (2002). Para a adaptação do instrumento as autoras utilizaram duas escalas internacionais, a Escala de Estima Corporal (Mendelson, White, & Mendelson, 1997; 1998) e o Questionário Multidimensional de Relações Eu-Corpo (MBSRQ) (Cash, 1994). O instrumento passou pelo processo de tradução-retrotradução, e posteriormente por procedimentos de análise fatorial exploratória. Durante este processo alguns itens foram excluídos e a versão final do instrumento apresentou dois fatores: grau de satisfação com a própria aparência (fator 1) e preocupação com o peso (fator 2). A análise da consistência interna desses fatores, calculada através do coeficiente Alfa de Cronbach, revelou resultados iguais a 0,90 e 0,79, respectivamente. Segundo Saur e Pasian (2008), esta escala mostrou-se, portanto, como uma técnica adequada à investigação da imagem corporal de indivíduos do contexto sócio-cultural brasileiro, constituindo-se numa alternativa promissora para avaliação do tema por meio de recursos rápidos de auto-relato.

A amostra do presente estudo foi composta por mulheres com mais de 40 anos de idade, divididas em dois grupos: mulheres entre 40 e 54 anos, e mulheres com idade igual ou superior a 55 anos. Esta divisão está de acordo com a proposta de estudo que é a de avaliar as possíveis diferenças na satisfação corporal de mulheres em diferentes fases da vida.

Foram incluídas nesta amostra mulheres com mais de 40 anos de idade, freqüentadoras de academias de ginástica da região central de Juiz de Fora – MG, com freqüência mínima de três vezes por semana, regularidade na modalidade há pelo menos seis meses ininterruptamente, e aquelas que se

disponibilizarem a participar voluntariamente do estudo. Foram excluídas da amostra mulheres que não completaram todos os itens do critério de inclusão. As participantes foram abordadas no período de entrada das aulas de ginásticas e, aquelas que concordaram em participar foram convidadas a retornar em um período agendado para a coleta de dados. No dia de coleta de dados as entrevistadas receberam o termo de consentimento livre e esclarecido, e após assinatura do termo foram encaminhadas para a coleta de massa corporal, estatura, e o preenchimento da ESIC.

Para a caracterização da amostra optou-se pela análise descritiva; e para análise da satisfação entre os grupos, e diferenças entre grupos para fator 1 e fator 2, utilizou-se o Teste *t* de Student, com nível de significância de $p < 0,05$. Já para a correlação entre IMC e ESIC, utilizou-se a correlação de Pearson, com $p < 0,05$. Todos os dados foram analisados no software SPSS, versão 16.0. A amostra total foi composta por 33 mulheres, sendo 21 (63,6%) com idade entre 40 e 54 anos (grupo 1), e 12 (36,4%) com 55 anos ou mais (grupo 2). A média da ESIC foi de $90,86 \pm 12,204$ para o grupo 1, e de $85,00 \pm 12,570$ para o grupo 2, não havendo diferença estatisticamente significativa entre os grupos etários. As análises dos dois fatores da ESIC para os grupos 1 e 2, demonstraram escores de $68,19 \pm 9,147$ e $63,67 \pm 9,528$ para o fator 1 (satisfação com a aparência), e $22,67 \pm 5,902$ e $21,33 \pm 6,372$ para o fator 2 (preocupação com o peso), respectivamente, não havendo diferença estatisticamente significativa entre os grupos.

Estes dados demonstram que não houve, na amostra investigada, influência da idade na satisfação corporal e na preocupação com o peso. Segundo Ålgars, Santtila, Varjonen, Witting, Johansson, Jern e Sandnabba (2009), ainda não é conclusiva a interferência da idade na imagem corporal dos adultos, pois os mesmos podem tornar-se mais satisfeitos com alguns aspectos de seus corpos e menos satisfeitos com outros aspectos. Nossos dados sugerem não haver diferença estatisticamente significativa na satisfação corporal de mulheres fisicamente ativas de diferentes faixas etárias, diferença que também não foi encontrada entre os grupos para cada um dos fatores analisados.

Em contrapartida, foi encontrada correlação direta e negativa entre ESIC e IMC ($r = -0,547$), demonstrando que as mulheres com maiores índices de massa corporal apresentam menores escores de satisfação corporal na escala de

satisfação com a imagem corporal. Outros estudos encontraram resultados semelhantes, indicando que o IMC pode influenciar a relação estabelecida com o próprio corpo e, conseqüentemente, a satisfação corporal (Eisenberg, Neumark-Sztainer, & Paxton, 2006; Van der Berg, Paxton, Keery, Wall, Guo, & Neumark-Sztainer, 2007).

Em resumo, nosso estudo aponta para a existência de uma relação entre o índice de massa corporal e a satisfação corporal. Ou seja, indivíduos com altos valores de IMC tendem a se sentir mais insatisfeitos com o próprio corpo. No entanto, como apontam outros estudos, dada a complexidade do construto da imagem corporal, ainda não podemos confirmar uma relação simples e direta entre idade e satisfação com a imagem corporal. Sugerimos que outros estudos sejam realizados, levando-se em conta outros fatores que possam interferir na imagem corporal, a fim de que se verifiquem outras relações de satisfação com o próprio corpo.

Referências

Ålgars, M., Santtila, P., Varjonen, M., Witting, K., Johansson, A., Jern, P., & Sandnabba, N. K. (2009). The adult body: how age, gender, and body mass index are related to body image. *Journal of Aging and Health, 21*(8), 1112 - 1132.

Cash, T. F. (1994). *User's manual for the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire*. Norfolk, VA: Old Dominion University.

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.

Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D., & Paxton, S. J. (2006). Five-year change in body satisfaction among adolescents. *Journal of Psychosomatic Research, 61*, 521-527.

Ferreira, M. C., & Leite, N. G. M. (2002). Adaptação e validação de um instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal. *Avaliação Psicológica*, 1(2), 141-149.

Ferreira, M. E. C., Castro, A. P. A. de., & Gomes, G. (2005). A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 27(1), 167-184.

Mendelson, B. K., White, D. R., & Mendelson, M. L. (1997-98). *Manual for the Body-Esteem Scale for adolescents and adults*. Manuscrito não publicado, Concordia University, Montreal.

Neri, A. L., Cachioni, M., & Resende, M. C. de. (2002). Atitudes em relação à velhice. In: Freitas, E. V. de., Py, L., Neri, A. L., Cançado, F. A. X., Gorzoni, M. L., Rocha, S. M. da. (orgs.). *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

Saur, A. M., & Pasian, S. R. (2008). Satisfação Corporal com a Imagem Corporal em Adultos de Diferentes Pesos Corporais. *Avaliação Psicológica*, 7(2), 199-209.

Schilder, P. F. (1999). *A imagem do corpo: as energias construtivas da psique*. São Paulo: Martins Fontes.

Van der Berg, P., Paxton, S. J., Keery, H., Wall, M., Guo, J., & Neumark-Sztainer, D. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image*, 3, 257-268.