
Correlação entre medidas antropométricas e aceitação pessoal da imagem corporal em bailarinas de dança moderna

Alexandre Ferreira

Docente do Curso de Educação Física e Esporte - Metrocamp

Renata Aparecida Bergamin

Tatiana Lima Gonzaga

Resumo

O presente estudo teve como objetivo avaliar o tipo físico atual através do IMC e %G e verificar o nível de percepção e satisfação individual da imagem corporal, numa amostra de bailarinas adolescentes praticantes de Dança Moderna. Para tal, 16 bailarinas de uma academia da cidade de Campinas foram submetidas a avaliações antropométricas e a aplicação do Questionnaire-BSQ e a escala proposta por Stunkard *et al*, (1983). Os resultados encontrados evidenciam que 50% das bailarinas se encontram com o IMC normal e a outra metade abaixo do padrão de normalidade e, em relação ao %G a maioria está dentro da faixa normal, porém 43,75% estão abaixo. Ao verificar os dados subjetivos (BSQ e silhuetas), apesar dos anteriores, percebe-se que há uma busca por uma silhueta mais magra e insatisfação com a forma de seus corpos.

Palavras Chave: Bailarinas, adolescentes, imagem corporal, percepção individual, distorção.

Abstract

The present study it had as objective to evaluate the current physical type through IMC and %G and to verify the level of perception and individual satisfaction of the corporal image, in a sample of practicing adolescent dancers of Modern Dance. For such, 16 dancers of an academy of the city of Campinas had been submitted the antropométricas evaluations and the application of the Questionnaire-BSQ and the scale proposal for Stunkard *et al*, (1983). The joined results evidence that 50% of the dancers if find with IMC the normal one and to another half below of the normality standard and, in relation to %G the majority are inside of the normal band, however 43.75% are below. When verifying the subjective data (BSQ and silhouettes), despite the previous ones, perceive that it has a search for a leaner silhouette and insatisfação with the form of its bodies.

Keywords: Dancers, adolescent, body image, individual perception, distortion.

Introdução

O modelo de beleza imposto pela sociedade atual corresponde a um corpo magro em que na maioria das vezes não se consideram os aspectos relacionados com a saúde e as diferentes constituições físicas da população. Segundo Oliveira (2003), o padrão distorcido de beleza acarreta um número cada vez maior de mulheres que se submetem a variados tipos de dietas para o controle do peso corporal, a excessos de exercícios físicos e ao uso indiscriminado de laxantes, diuréticos e drogas anorexígenas. No entanto, esses comportamentos são considerados como precursores de transtornos do comportamento alimentar (TCAs), em que são compreendidas a anorexia e bulimia nervosa, e os chamados transtornos alimentares não específicos, dentre os quais se ressalta o transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP).

Alguns autores consideram existir forte tendência cultural em considerar a magreza como uma silhueta ideal de aceitação social para as mulheres. Encontram-se, também fortes correlações entre a pressão social de ser magro e a insatisfação corporal em mulheres adultas e jovens, segundo Damasceno (2005). De acordo com o mesmo, afirma que a imagem corporal é uma construção multidimensional que descreve amplamente as representações internas da estrutura corporal e da aparência física em relação a nós mesmos e aos outros. Trata-se de uma experiência na qual o indivíduo se enxerga e se baseia com o próprio corpo, sendo a figuração desse formada e estrutura na mente em suas mentes, envolvendo diferentes sentidos (visão, audição, tato, paladar) e também diferentes aspectos, assim como sociais, fisiológica e os libdinais. O processo de formação da imagem corporal pode ser influenciado por diversos motivos, assim como: sexo, idade, meios de comunicação, bem como pela relação do corpo com os processos cognitivos como a crença, valores e atitudes que são inseridos em determinadas culturas. Portanto, experiências vivenciadas pelo indivíduo são referenciais para a construção da mesma.

Para Paul Schilder (1999), a Imagem Corporal é subjetiva, tem relação com o meio externo e com nossa percepção individual, pois se encontra em mudança constante: é uma representação dinâmica que a pessoa faz de si mesma, de sua própria experiência a cada instante.

Atualmente vivemos em um mundo em que os padrões de beleza parecem essenciais na vida de muitas pessoas, principalmente aquelas que se encontram ligadas à área de dança, que precisam expressar levemente seus corpos em busca de boa performance, ocorrendo tanto na fase da adolescência como até mesmo em adultos. Esta busca pode tornar-se uma obsessão e chegar ao seu extremo, podendo levar a distorção da imagem corporal, gerando transtornos psíquicos, físicos, sociais e alimentares, definindo outros padrões de desvios, por exemplo, os comportamentos

alimentares que podem levar ao emagrecimento extremo, a obesidade, ou a uma compulsão por práticas de exercícios físicos de forma continuada, em grande volume e sem respeitar os intervalos necessários para a recuperação do organismo, a vigorexia.

Dessa forma, o presente trabalho tem como objetivo analisar alguns parâmetros antropométricos, tais como IMC, %G, bem como a aceitação da imagem corporal através do *Body Shape Questionnaire* (BSQ) e quadro de silhuetas de Stunkard *et al* de bailarinas adolescentes de praticantes de Dança Moderna.

Metodologia

Amostra utilizada

A amostra foi composta por 16 adolescentes do sexo feminino com idades entre 13 a 20 anos, praticantes de Dança Moderna da Escola de Artes Conservatório Carlos Gomes – Coreto Cultura, localizado na região metropolitana de Campinas, no estado de São Paulo. O grupo foi avaliado no ambiente das aulas onde foram coletados os dados. Os sujeitos da pesquisa assinaram um termo de consentimento de participação da coleta de dados e utilização dos mesmos para análise.

Medidas antropométricas

Foi realizada a medida da massa corporal utilizando uma balança da marca Filizola devidamente aferida e com o selo do Inmetro. Em seguida foi utilizada uma escala métrica fixa para a medida da estatura. Realizou-se a mensuração de três dobras cutâneas (segundo protocolo de Guedes): subescapular, suprailíaca e coxa. Para essas medidas foi utilizado o adipômetro da marca Cescorf.

Verificação da imagem corporal

Para a verificação da imagem corporal utilizaram-se dois caminhos: escala proposta por Stunkard *et al*, (1983) (figura 1). O conjunto de silhuetas era apresentado ao indivíduo e em seguida feitas duas perguntas: Qual a silhueta que melhor representa a sua aparência física atualmente? Qual a silhueta que você gostaria de ter? A diferença entre a silhueta atual (SA) e a silhueta ideal (SI) apontada pelo indivíduo, mostrava a sua insatisfação pessoal. Não houve interferência do avaliador na escolha das silhuetas.

O outro se deu pela aplicação do *Body Shape Questionnaire* - BSQ (validado por Cooper *et al*, 1987) que mede o grau de preocupação com a forma do corpo, a

autodepreciação devido à aparência física e à sensação de estar gorda. Segundo Cordás e Neves, o questionário distingue dois aspectos específicos da imagem corporal: a exatidão da estimativa do tamanho corporal e os sentimentos em relação ao corpo (insatisfação ou desvalorização da forma física). O instrumento consta de 34 itens, com seis opções de respostas: 1) *nunca*, 2) *raramente*, 3) *às vezes*, 4) *freqüentemente*, 5) *muito freqüente*, 6) *sempre*. De acordo com a resposta marcada, o valor do número correspondente à opção feita é computado como ponto para a questão (por exemplo: *nunca* vale um ponto). O total de pontos obtidos no instrumento é somado e o valor é computado para cada avaliado. A classificação dos resultados é feita pelo total de pontos obtidos e reflete os níveis de preocupação com a imagem corporal. Obtendo resultado menor ou igual a 80 pontos, é constatado um padrão de normalidade e tido como **ausência** de distorção da imagem corporal. Resultado entre 81 e 110 pontos é classificado como **leve** distorção da imagem corporal; entre 111 e 140 é classificado como **moderada** distorção da imagem corporal; e acima de 140 pontos a classificação é de presença de **grave** distorção da imagem corporal.

Cálculo dos padrões antropométricos

Para o cálculo do IMC utilizou-se à fórmula do $P \text{ (kg)}/h^2$, peso em quilogramas dividido pela altura elevada ao quadrado e para a conversão para o %G foi utilizada a equação de SIRI, sendo $\%G = (4,95/DC) - 4,5 \times 100$.

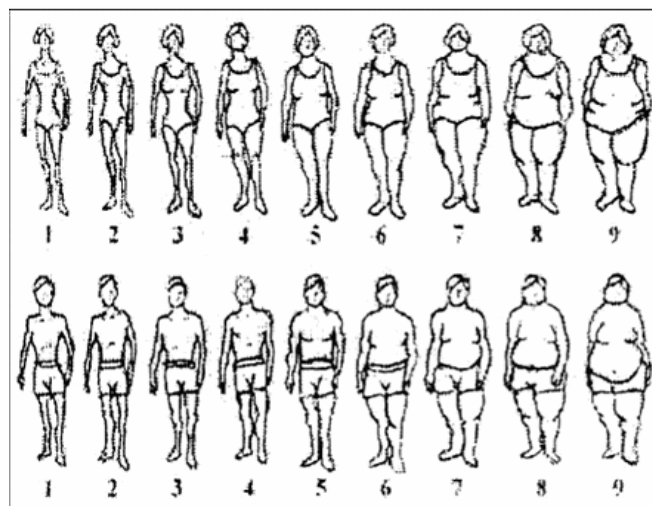


Figura 1 – Conjunto de silhuetas propostas por Stunkard *et al.*

Resultados

IMC	RESULTADO	
	FA	FR
< 20 (baixo peso)	8	50%
20 à 25 (peso normal)	8	50%
26 à 30 (sobrepeso)	0	0
> 30 (obesidade)	0	0
Total	16	100%

Tabela 1 - Frequência relativa e absoluta de distribuição do Índice de Massa Corporal (IMC).

Na tabela 1 é demonstrado que em relação ao IMC, 50% das bailarinas encontram-se abaixo do peso considerado normal de acordo com OMS, enquanto o restante encontra-se com peso considerado normal.

%G	RESULTADO	
	FA	FR
Até 11%(muito baixo)	2	12,5%
12 à 15%(baixo)	5	31,25%
16 à 25% (normal)	9	56,25%
26 à 30%(moderadamente alto)	0	0
Total	16	100%

Tabela 2 - Frequência relativa e absoluta de distribuição do percentual de gordura (%G) em relação à sua concentração corporal.

Na tabela 2 verifica-se que 56,25% dos analisados encontram-se no padrão de normalidade em relação ao percentual de gordura (%G) e que 43,75% estão abaixo do percentual de normalidade.

	RESULTADO	
	FA	FR

Ausência	3	18,75%
Leve	8	50%
Grave	3	18,75%
Moderada	2	12,5%
Total	16	100%

Tabela 3 - Nível de satisfação corporal dos indivíduos analisados. Dados obtidos pela somatória das respostas relativas ao BSQ.

Na tabela 3 é demonstrado o nível de satisfação corporal dos indivíduos analisados, verificando-se que 50% apresentam leve distorção e 31,25% apresentam um quadro de distorção grave à moderada.

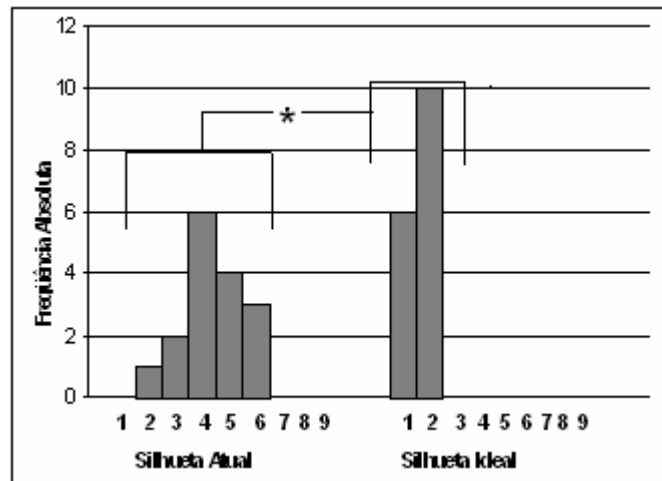


Figura 2- Gráfico demonstrando a freqüência absoluta da silhueta atual (SA) e a silhueta ideal (SI) de acordo com a proposta feita por Stunkard *et al* (1983); no qual o eixo x representa o esquema corporal escolhido.* valores estatisticamente significativos entre SA e SI, $p < 0,005$.

Na figura 2 percebe-se que a diferença entre a silhueta ideal e a atual é estatisticamente significativa, ou seja, a grande maioria quer ter um corpo mais magro apesar de que ao se observar o quadro de silhuetas verifica-se que a silhueta 4 está dentro de um padrão de normalidade e, a silhueta 2 já identifica um corpo dotado de uma magreza.

Discussão

Os resultados evidenciam uma preocupação com o peso corporal, apesar de se encontrarem com peso baixo à normal, há uma forte tendência para distorção da imagem corporal, pois 50% das adolescentes encontram-se na classificação de baixo peso, e a outra metade 50% encontra-se na classificação de peso considerado normal, evidenciando assim um excesso de preocupação quando relacionado com o conjunto de silhuetas propostas por Stunkard *et al*, onde a maioria tem como escolha a silhueta ideal número 4 e para a atual a número 2, apresentando diferença significativa para a diferença entre essas silhuetas, deixando evidente uma distorção da imagem corporal, já que no grupo não há nenhuma adolescente acima do peso.

Quando analisado as repostas do BSQ encontramos a maior parte do grupo na classificação leve, porém em contrapartida ao analisarmos o momento de aplicação do protocolo das medidas antropométricas percebemos a preocupação excessiva com o corpo e a insatisfação com o mesmo, uma vez que a maior parte demonstra vergonha de suas próprias medidas.

Por se tratar de bailarinas e sendo ainda adolescentes buscam uma melhora e se preocupam excessivamente com sua imagem. Juntamente com essa característica estão envolvidos outros fatores sociais e culturais, como a mídia, a cobrança dos professores, que repassam aos alunos a visão dos modelos de bailarinas dos grandes Ballets como o Ópera Paris, contribuindo assim, direta ou indiretamente, para o reforço da insatisfação corporal dessas bailarinas.

A busca por um corpo ideal, que segue um padrão imposto pela mídia, leva a um descontentamento desses indivíduos, uma vez que não atingem o mesmo ou, se alcançam, não percebem e sempre tem a ilusão de que estão acima do peso, mesmo quando lhes é mostrado os resultados do IMC e %G, na qual a grande maioria se encontra na normalidade ou abaixo desse. Contribuindo assim, para os distúrbios alimentares, a prática excessiva a atividade física, entre outros, o que acaba refletindo também na percepção individual da imagem corporal, como é evidenciado neste grupo.

Segundo Nunes *et al* (2001) olhar-se como uma obesa sem ser, implica uma distorção cognitiva que pode ser explicada por algum tipo de aprendizado imposto a um grupo por pressão psicossocial e cultural. O fato de a população feminina ser a mais afetada sublinha a influência da cultura da magreza a ponto de encorajar e, provavelmente, manter comportamentos alimentares anormais e práticas inadequadas de controle de peso, levando a distorção da sua própria imagem.

Dessa forma, o gostar de si próprio, através da identificação pela silhueta escolhida como atual, está relacionado não só como o indivíduo se vê, mas também

com a auto-estima e com referenciais externos, tais como a opinião dos professores ou o meio que estão inseridos.

Assim, os resultados acima descritos mostram que o grupo analisado apresenta uma forte distorção da imagem corporal, provando que existe uma preocupação excessiva com o físico e uma não aceitação da sua imagem.

Conclusão

Os resultados aqui apontados apresentaram evidências da presença de preocupação com o peso corporal associada à distorção da imagem corporal, em graus diferenciados, da grande maioria do grupo analisado. Tais descobertas levam a crer que estas adolescentes buscam uma melhora e se preocupam com sua imagem corporal, no entanto, tal preocupação se evidencia em uma discrepância entre os dados subjetivos (BSQ e quadro de silhuetas) e os objetivos (IMC e %G).

Referências Bibliográficas

BALLONE, G. J. **Transtornos alimentares**. In: Psiqweb, Internet, disponível em: <http://www.psiqweb.med.br/anorexia.html>. Acesso em: 26 mai. 2007.

COOPER P. J; TAYLOR M. J.; COOPER Z., FAIRBURN C. G. *The development and validation of the Body Shape Questionnaire*. **Int. J. Eat Disord.** 1987; 6(4):485-94.

CORDÁS, T. A & NEVES, J. E. P. Escalas de Avaliação de Transtornos Alimentares. **Revista Psiquiátrica Clínica**, São Paulo, 1999; 1 (26): 41-47.

BRUSSET, B. Anorexia mental e bulimia do ponto de vista de sua gênese, in URRIBARRI, R. **Anorexia e bulimia**. São Paulo: Escuta, 1999.

DAMASCENO, V. O. *et al.* Tipo físico Ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Rev. Bras. Med. Esporte** - Vol. 11 nº 3 – Mai/Jun, 2005.

FREITAS, S.; GORENSTEIN, C.; APPOLINARIO, J.C. Instrumentos para a avaliação dos transtornos alimentares. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. dez. 2002, vol.24 supl.3, p.34-38.

GUEDES, D. P. & GUEDES, J. E. R. P. **Controle do peso corporal: composição corporal, atividade física e nutrição**. Londrina: Midiograf, 1998.

MAXIMIANO, J. *et al.* Imagem corporal e doenças do comportamento alimentar. **Revista do serviço de psiquiatria do Hospital Fernando Fonseca**; p. 69-76.

NUNES, M. A. *et al.* Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos transtornos alimentares. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 2001.

OLIVEIRA, F. P. *et al.* Comportamento alimentar e imagem corporal em atletas. **Rev. Bras. Med. Esporte** - Vol. 09 nº 6 – Nov/Dez, 2003.

RAMALHO, R. M. **A Escuta da Palavra Silenciada na Anorexia e na Bulimia**. Associação Psicanalítica de Porto Alegre.

SCHILDER, P. **A Imagem do Corpo: as energias construtivas da Psique**. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

SIRI W. *Body composition from fluid spaces and density: analyses of methods*. In : BROZEK J., HENSCHEL A. (eds.). **Techniques for measuring body composition**. Washington: National Academy of Science, 1961.

STUNKARD, J.; SORENSON, T.; SCHLUSINGER, F. *Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness*. In: KETY S. S., ROWLAND L. P., SIDMAN R. L., MATHYSSE S.W., editors. **The genetics of neurological and psychiatric disorders**. New York: Raven, 1983, 115-20.

TURTELLI, L. S. **Relações entre Imagem Corporal e Qualidade de Movimento: uma Reflexão a partir de uma Pesquisa Bibliográfica**. Dissertação de Mestrado: Faculdade de Educação Física/Unicamp, 2003.

Data de recebimento: 22 /2/08

Data de aceite: 30/04/08

Esta obra está licenciada sob uma [Licença Creative Commons](#).



You are free: to copy, distribute and transmit the work; to adapt the work.

You must attribute the work in the manner specified by the author or licensor