

## Imagem corporal e o papel da face na percepção do corpo em mulheres fisicamente ativas

### Body image and the role of the face in the perception of the body in active women

Carolina Paioli Tavares

Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG – Ponta Grossa – Brasil

[cpaioli@uepg.br](mailto:cpaioli@uepg.br)

#### Resumo

Nos últimos anos o padrão de beleza foi modificado radicalmente, especialmente entre mulheres, por meio da divulgação midiática de corpos extremamente magros como definição de arquétipo “corpo perfeito”. Tal mudança de padrão corporal vem acarretando mudanças de conduta nessa população no que diz respeito aos hábitos de atividade física, alimentação e saúde, e que podem ocasionar diversos problemas, sejam eles psicológicos, sociais ou comportamentais. Baseado nessas informações, os objetivos desse estudo foram investigar os aspectos psicofísicos da imagem corporal através das variáveis dos componentes comportamental e perceptivo em mulheres fisicamente ativas. Participaram desse estudo 20 mulheres, divididas em 2 grupos: Grupo Academia/Corrida (GAC), média de idade de 31,08 ( $\pm 9,46$ ) anos e Grupo Acadêmicas EF (GAEF), média de idade de 20,7 ( $\pm 2,19$ ) anos. As participantes responderam ao questionário Body Shape Questionnaire e realizaram duas tarefas psicofísicas de percepção corporal: escala de silhuetas e estimação de magnitudes. Os resultados revelaram que as mulheres de ambos os grupos perceberam o corpo maior que o tamanho real e desejaram estar em silhueta menor que a percebida. Ainda, a estimação de magnitude em relação ao tamanho do corpo difere quando se avalia o próprio corpo com face, o próprio corpo sem face e um corpo estranho. Esses dados indicam que mulheres, mesmo sendo fisicamente ativas, estão insatisfeitas com a imagem corporal, embora estejam alocadas em níveis de saúde considerados saudáveis de acordo com os parâmetros de saúde, como o IMC.

**Palavras-chave:** imagem corporal, psicofísica, atividade física, face.

#### Abstract

In recent years, the standard of beauty has changed radically, especially among women, through the media's dissemination of extremely thin bodies as the definition of the "perfect body" archetype. This change in body image has led to changes in behavior in this population regarding physical activity, diet, and health habits, which can cause several problems, whether psychological, social, or behavioral. Based on this information, the objectives of this study were to investigate the psychophysical aspects of body image through variables of the behavioral and perceptual components in physically active women. Twenty women participated in this study, divided into 2 groups: Gym/Running Group (GAC), mean age of 31.08 ( $\pm 9.46$ ) years, and Academic PE Group (GAEF), mean age of 20.7 ( $\pm 2.19$ ) years. The participants answered the Body Shape Questionnaire and performed two psychophysical body perception tasks: silhouette scale and magnitude

estimation. The results revealed that women in both groups perceived their bodies as larger than their actual size and wished they had a smaller silhouette than they perceived. Furthermore, the estimation of magnitude in relation to body size differed when evaluating one's own body with a face, one's own body without a face, and a foreign body. These data indicate that women, even though they are physically active, are dissatisfied with their body image, although they are allocated to levels of health considered healthy according to health parameters, such as BMI.

**Keywords:** body image, psychophysics, physical activity, face.

## 1. Introdução

Nos últimos anos, a preocupação com a forma corporal entre jovens e adultos - predominantemente entre mulheres - traduziu-se em comportamentos obsessivos e rituais perigosos à saúde. Entre essas práticas, o aparente e inconsequente consumo de produtos relacionados à beleza e estética, além da prática excessiva de atividade física, tornou o assunto saúde um paradoxo. A construção da imagem corporal, principalmente entre mulheres, é associada a uma imagem estereotipada, isto é, uma representação criada a partir de conceitos socioculturais.

A imagem corporal tem sido conceitualizada como um construto multidimensional, ou seja, um composto de representações sobre o tamanho e a aparência do corpo, além de respostas emocionais associadas ao grau de satisfação suscitado a partir dessa percepção. Para Cash e Pruzinsky (2002), a representação da imagem corporal pode englobar tanto elementos perceptivos quanto atitudinais.

Esse conceito também inclui a imagem mental que cada pessoa possui do tamanho e forma do corpo somada a comportamentos e sentimentos sobre a sua aparência e funcionalidade física. Portanto, esse complexo constructo abrange processos neurológicos, fisiológicos, psicológicos, afetivos e sociais. Entre os aspectos que mais influenciam a imagem corporal estão as emoções e as experiências passadas.

Diariamente, as mulheres são expostas a diversas imposições estéticas de corpo que, na maioria das vezes, são consideradas incompatíveis com seus biotipos. As pressões e violências psicológicas sofridas em busca deste ideal estético resultam hoje em uma epidemia de pessoas insatisfeitas com a própria imagem. A insatisfação com o corpo alcança mulheres de todas as faixas etárias, sejam elas crianças, adolescentes ou adultas (KAKESHITA; ALMEIDA, 2006).

A preocupação com a forma do corpo é motivada por diferentes razões de acordo com a faixa etária. Entre adolescentes, as variáveis relacionadas à insatisfação são influenciadas por fatores como stress, baixa autoestima e influência da mídia (CRAMBLITT; PRITCHARD, 2013; FERNANDEZ; PRITCHARD, 2012; MURRAY; RIEGER; BYRNE, 2013; MURRAY; BYRNE; RIEGER, 2011), enquanto que em adultos os fatores preocupação excessiva com a estética e problemas de saúde associados a pré-obesidade e obesidade direcionam a origem da insatisfação (FISKE et al., 2014; VON LENGERKE, MIELCK; KORA STUDY GROUP, 2012).

Baseado nessas informações, os objetivos do nosso estudo foram investigar os aspectos psicofísicos da imagem corporal e a sua relação com o exercício através das variáveis dos componentes comportamental e perceptivo da imagem corporal em mulheres fisicamente ativas. Para tentar responder a esses questionamentos, nosso estudo avaliou, através de tarefas psicofísicas: a) se mulheres apresentam preocupação exagerada com a imagem corporal e se esta se reflete nas respostas de escolha ou preferência de imagens do próprio corpo e de um corpo de estranho distorcidas ao longo de uma escala psicofísica (i.e., baseada no IMC dos participantes); b) se o IMC da participante está relacionado ao nível de insatisfação com o corpo e se este se reflete na

escolha da atividade física, frequência e intensidade com que esta é realizada; c) se a tendência atitudinal ou perceptiva em tarefas psicofísicas de distorção de imagem corporal depende da presença da identidade do participante (i.e., utilizando a omissão de face nas tarefas).

## 2. Metodologia

### 2.1 - Participantes da pesquisa

Participaram do estudo 20 mulheres divididas em 2 grupos independentes. No Grupo Academia/Corrida (GAC) foram alocadas 12 participantes com média de idade de 31,08 ( $\pm 9,46$ ) anos e no Grupo Acadêmicas EF foram alocadas 8 participantes alocadas com média de idade de 20,7 ( $\pm 2,19$ ) anos. Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UEPG – Ponta Grossa (CAAE: 53263216.8.0000.0105).

As participantes foram encaminhadas ao Laboratório de Avaliação Física do Departamento de Educação Física da UEPG, campus de Uvaranas, e receberam informações sobre a pesquisa. Após o aceite, elas preencheram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e passaram pelos procedimentos de avaliação. Para a composição dos grupos quanto à frequência e tipo de atividade física praticada, as participantes responderam a um questionário demográfico. Para avaliar a percepção sobre a aparência corporal, as participantes responderam ao Body Shape Questionnaire (BSQ), conforme descrito no item abaixo.

### 2.2 – Instrumentos da pesquisa: questionários

a) Questionário sociodemográfico: instrumento elaborado com questões gerais como nome, endereço, data de nascimento e telefones para contato durante o estudo, além de informações sobre a rotina semanal de atividade física, ou seja, quantidade de horas/semana de atividade física, tipo de atividade praticada e os objetivos da atividade escolhida.

b) Body Shape Questionnaire (BSQ): instrumento utilizado para mensurar como o indivíduo se sente em relação a sua aparência corporal nas últimas quatro semanas. O BSQ possui 34 perguntas e 6 opções de respostas do tipo escala Likert, sendo elas: nunca, raramente, às vezes, frequentemente, muito frequentemente e sempre. As respostas marcadas refletem o sentimento da participante em relação ao seu corpo e aparência. A classificação dos resultados é feita pela somatória total de pontos obtidos e reflete o nível de preocupação com a imagem corporal. Resultados menores ou iguais a 80 pontos indicam ausência de insatisfação com a imagem corporal; resultados entre 81 e 110 pontos indicam leve insatisfação com a imagem corporal; entre 111 e 140 pontos indicam moderada insatisfação com a imagem corporal; resultados acima de 140 pontos indicam presença de grave insatisfação com a imagem corporal. O método avaliativo BSQ foi elaborado e validado por Cooper et al. (1987) e traduzido por Cordás e Neves (1999).

### 2.3 -Tarefas Psicofísicas

Para fins de construção dos estímulos psicofísicos das imagens das participantes, foi utilizado o seu IMC. Para tanto, foram obtidas informações como medidas de massa corporal e estatura de cada participante no dia da coleta de dados. O IMC foi calculado dividindo a massa corporal (em kg) pela estatura (em metro) ao quadrado ( $IMC = kg/m^2$ ).

As participantes foram fotografadas em sua visão frontal de corpo inteiro, com bermuda e camiseta preta. Estas fotografias foram utilizadas como estímulo padrão em

ambos os experimentos perceptivos: de escolha de silhuetas e de estimação de magnitude. Tais procedimentos foram realizados no mesmo local de coleta de dados antropométricos.

Para uma boa captura da imagem, foi utilizado um fundo monocromático (azul), utilizando o software de gerenciamento de imagens Photoshop 14.0 (Adobe®). As fotografias de cada uma das participantes foram manipuladas a partir do valor do IMC. Na sequência, as fotografias foram distorcidas a partir do tamanho do corpo e resultaram na construção de duas escalas:

- a) 10 (dez) estímulos para a tarefa de escolha de silhuetas
- b) 6 (seis) estímulos para a tarefa de estimação de magnitude

### 2.3.1 - Componente comportamental – Insatisfação com a imagem corporal

O componente comportamental envolve aspectos como sentimentos, ações e atitudes, e como tais aspectos influenciam na preocupação com a aparência. Para avaliar a dimensão atitudinal da imagem corporal, as participantes realizaram o teste proposto por Paula (2010) que utiliza a própria imagem da participante (IPC) para avaliar o nível de insatisfação com o corpo.

Para a realização desta tarefa, construímos dez estímulos utilizando a imagem fotografada da participante (conforme descrito no item anterior). A escala destes estímulos foi obtida seguindo uma progressão geométrica com base nos valores obtidos de IMC e considerando seus extremos (i.e, IMC 16, menor valor a IMC 40, maior valor). O quociente resultante (r) foi utilizado como o valor de incremento entre os estímulos.

Nesta tarefa, 10 imagens de estímulos distorcidos somada à imagem padrão totalizaram 11 imagens. As imagens foram apresentadas uma ao lado da outra formando uma escala e obedecendo a ordem crescente do IMC (de 16 a 40 kg/m<sup>2</sup>) (Figura 1).

Figura 1. Representação gráfica dos estímulos distorcidos mais a imagem do próprio corpo sem distorção.



Fonte: a autora (2024)

### 2.3.2 - Componente perceptivo – Estimação de magnitude corporal

A manipulação das imagens foi estruturada a partir do método psicofísico de estimação de magnitude. Nesse método, a participante atribuiu números a variações quantitativas de um determinado estímulo apresentado, conforme proposta de Da Silva, Ribeiro-Filho (2006). Nesse caso, os resultados revelaram a razão entre o valor do estímulo apresentado e a resposta da participante (i.e., que chamamos de acurácia perceptiva), conforme cálculo apresenta abaixo:

Estímulos menores (S1 a S5):  $S_f = S_i + (n-1) \cdot r_1$

Estímulos maiores (S6 a S10):  $S_f = \text{Log}100 + (n-1) \cdot r_2$

Onde **Sf** é o valor do estímulo final; **Si** é o valor do estímulo inicial; **n** é o número de estímulos, **Log100** é o valor do estímulo padrão e **r** a razão. A partir dos valores em logaritmos do 1º estímulo correspondente ao valor inicial e do final do intervalo, calculou-se os outros estímulos utilizando a razão de incremento.

Uma vez determinados os estímulos, calculamos o log para sabermos quanto cada estímulo representa proporcionalmente o valor em centímetros. Assim, uma razão de incremento (**r1**) foi utilizada para os estímulos menores (usando o IMC da magreza extrema) e outra razão de incremento (**r2**) para os estímulos maiores (usando o IMC da obesidade extrema). Exemplo de cálculo para um participante que tinha o IMC no valor de 26,6:

IMC: 16 (magreza extrema)

26,6----100

16-----x

x= 60,008

Log= 1,77

IMC: 40 (obesidade extrema)

26,6-----100

40-----x

x= 150,020

Log= 2,17

$$Sf = Si + (5-1) r$$

$$2,17 = 1,77 + (4) \cdot r$$

$$2,17 - 1,77 = 4r$$

$$r1 = 0,1$$

$$Sf = \text{Log}100 + (5-1) \cdot r$$

$$2,17 = 2 + (4) \cdot r$$

$$2,17 - 2 = 4r$$

$$r2 = 0,042$$

Posteriormente, esse intervalo foi transformado em porcentagem (i.e., antilog) calculado a partir do valor real do IMC de cada pessoa, o IMC de magreza extrema e o IMC de obesidade extrema. Os valores em porcentagem correspondem aos valores do nosso intervalo de  $16 \text{ Kg/m}^2 > \text{IMC} < 40 \text{ Kg/m}^2$ . Os valores dos estímulos foram calculados a partir das duas razões geradas.

Através do método de estimação de magnitude também verificamos se as respostas perceptivas dos participantes variaram quando eles responderam aos estímulos constituídos de suas próprias imagens (com e sem face) comparadas às respostas dos estímulos constituídos da imagem de uma pessoa desconhecida, conforme exemplos da figura 2.

Figura 2. Representação gráfica da imagem do próprio corpo sem distorção e da imagem do próprio corpo distorcido.

Estímulo 100%      Estímulo 80%



Pergunta feita para a participante: Se a imagem da esquerda (padrão) vale 100, quanto vale a imagem da direita (distorcida)?

Obs. As imagens foram apresentadas separadamente ao participante. Primeiro foi apresentada a imagem padrão e em seguida a imagem distorcida.

## 2.4 - Análise estatística

Os dados contínuos foram descritos por meio de média e desvio padrão. A comparação das respostas das participantes sobre as variáveis psicofísicas analisadas foi realizada por meio da Análise de Variância (ANOVA) e teste t-Student para amostras independentes. O nível descritivo considerado significativo foi de  $p \leq 0,05$ . A análise foi realizada no programa SPSS® versão 17.

## 3. Resultados

O teste t-Student para amostras independentes revelou diferença para a variável independente idade ( $t = 8,954$ ,  $p \leq 0,05$ ). As variáveis estatura, massa corporal, BSQ e IMC não apresentaram diferença estatística entre os grupos. Os dados da idade, medidas antropométricas e do questionário BSQ estão apresentados na Tabela 1.

Tabela 1: Médias, valores de p das variáveis: idade, peso, estatura, IMC e BSQ dos grupos GAC e GAEF

	GAC (n=12)	GAEF (n=8)	Valor de p
Idade (anos)	31,8 ± 9,46	20,75 ± 2,19	≤ 0,05*
Massa corporal (kg)	68,33 ± 16,09	63,16 ± 10,20	= 0,43
Estatura (m)	1,66 ± 0,05	1,61 ± 0,06	= 0,09
IMC	24,74 ± 5,49	24,43 ± 4,74	= 0,90
BSQ	94,83 ± 34,43	97,62 ± 45,24	= 0,87

Fonte: a autora (2024)

\* $p \leq 0,05$

### 3.1 Tarefa comportamental - Escolha de silhuetas

Os subcomponentes da tarefa comportamental da imagem corporal foram obtidos a partir da tarefa da escala das imagens do próprio corpo (IPC), ou seja, imagem real e imagens distorcidas. As participantes escolheram nessa escala: 1) a IPC percebida (IPCperceb) referente à imagem com a qual ele se percebe atualmente e que foi denominada subcomponente perceptivo; e 2) a IPC desejada (IPCdesej) referente à imagem com a qual ela gostaria de se parecer, e que foi denominada subcomponente afetivo.

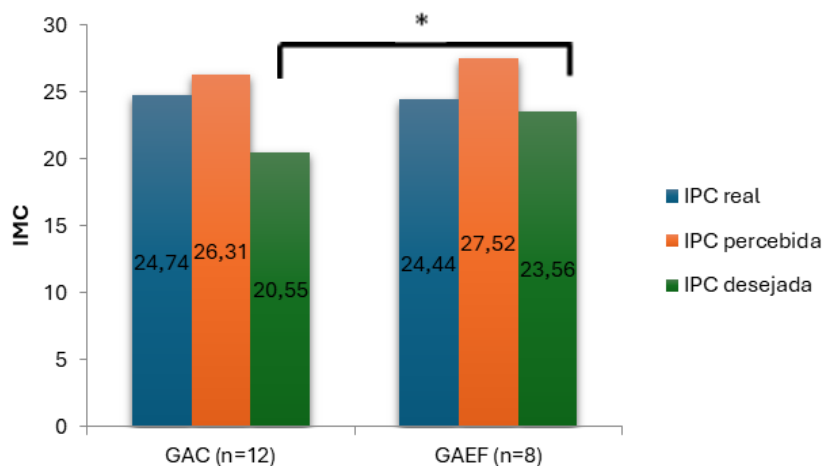
Ainda, a acurácia perceptiva foi obtida através da equação  $IPC_{perceb} - IPC$ , enquanto que o nível de insatisfação com a imagem foi obtida através da equação  $IPC_{desej} - IPC_{perceb}$ . Para o cálculo e análise dos dados foram utilizados os valores do IMC referentes às imagens escolhidas pelas participantes. Apresentamos na Tabela 2 os valores médios e desvios padrão, em IMC, das imagens escolhidas para cada subcomponente dos grupos GAC e GAEF.

Tabela 2: Médias, desvios-padrão (em IMCs) e valores de p das variáveis: IPC, IPC percebida, IPC desejada, acurácia perceptiva ( $IPC_{perceb} - IPC$ ) e nível de insatisfação ( $IPC_{desej} - IPC_{perceb}$ ) dos grupos GAC e GAEF.

	GAC (n=12)	GAEF (n=8)	Valor de p
IPC (IMC real)	24,74 ± 5,49	24,43 ± 4,74	= 0,90
IPCperceb	26,31 ± 6,15	27,51 ± 4,80	= 0,64
IPCdesej	20,54 ± 2,83	23,55 ± 3,53	≤ 0,05*
Acurácia perceptiva	1,57 ± 3,72	3,07 ± 3,14	= 0,35
Nível de insatisfação	-5,76 ± 6,20	-3,96 ± 4,35	= 0,48

A ANOVA two-way (2 grupos x 3 tarefas) com medidas repetidas no último fator calculada para as variáveis IPC, IPCperceb, IPCdesej, acurácia perceptiva e nível de insatisfação não revelou efeito principal entre os grupos. Ainda, o teste t-Student para amostras independentes revelou diferença significativa entre grupos para IPC desejada (t = -2,113, p≤0,05). A Figura 2 apresenta as médias e desvios-padrão, em IMC, dos três subcomponentes da tarefa (IPC, IPCperceb e IPCdesej).

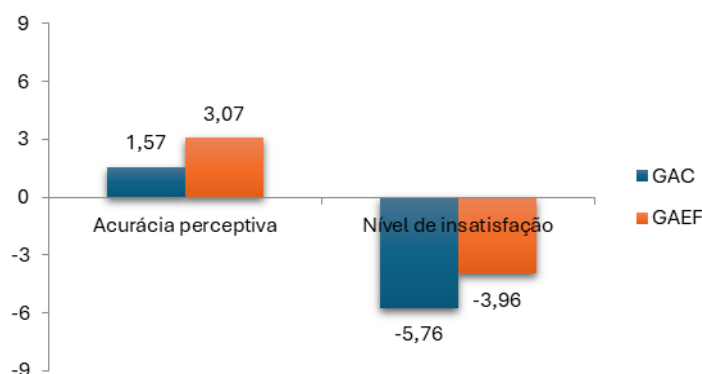
Figura 2: Médias referentes às variáveis IPC, IPC percebida e IPC desejada dos grupos GAC e GAEF.



Fonte: a autora (2024)

Os valores médios das variáveis acurácia perceptiva e nível de insatisfação para os grupos GAC e GAEF estão apresentadas na Figura 3.

Figura 3: Médias referentes às variáveis acurácia perceptiva e nível de insatisfação dos grupos GAC e GAEF.



Fonte: a autora (2024)

Para melhor entender a relação entre os subcomponentes da imagem corporal, colapsamos ambos os grupos e analisamos as variáveis IPC, IPCperceb, IPCdesej, acurácia perceptiva e nível de insatisfação através do coeficiente de correlação de Pearson. Como mostra a Tabela 3, foram identificadas correlações significativamente altas (i.e., acima de 0,70) entre as variáveis IPC e IPCperceb (r= 0,787; p ≤0,01), IPC e nível de insatisfação (r= -0,739; p ≤0,01) e IPCperceb e nível de insatisfação (r= -0,811; p ≤0,01).

Tabela 3: Coeficiente de correlação de Pearson entre as variáveis: IPC, IPC percebida, IPC desejada, acurácia perceptiva e nível de insatisfação para os grupos GAC e GAEF.

	IPC	IPCperceb	IPCdesej	Acurácia perceptiva	Nível de insatisfação
IPC	X	0,787**	0,093	-0,202	-0,739**
IPCperceb	0,787**	X	0,325	0,445*	-0,811**
IPCdesej	0,093	0,325	X	0,382	0,289
Acurácia perceptiva	-0,202	0,445*	0,382	X	-0,214
Nível insatisfação	-0,739**	-0,811**	0,289	-0,214	X

Fonte: a autora (2024)

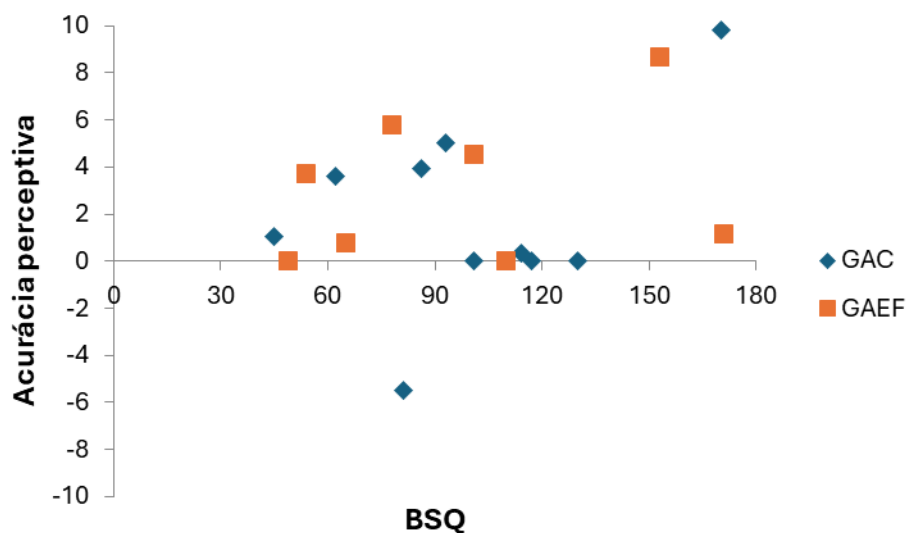
\*\*p ≤ 0,01 \*p ≤ 0,05

### 3.2 Acurácia perceptiva e a IPC

A análise de regressão linear múltipla (Stepwise), tendo como variável dependente a acurácia perceptiva da IPC e como variáveis independentes os escores do IMC e BSQ, revelou que a variável explicativa para a variação da acurácia perceptiva foi o BSQ ( $R^2 = 0,285$ ;  $\beta = 0,551$ ;  $p = 0,028$ ). Assim 55% de variação da acurácia perceptiva com a IPC foi significativamente predita pelo escore do BSQ.

Estes resultados revelam que quanto maior o valor do BSQ, maior também é a variação da acurácia perceptiva (i.e, para mais e para menos na escala). Esse resultado não corroborou a hipótese inicial da pesquisa de que o IMC seria o preditor da acurácia perceptiva das participantes. A Figura 4 mostra a correlação entre as variáveis BSQ e acurácia perceptiva.

Figura 4: Correlação entre as variáveis acurácia perceptiva e BSQ dos grupos GAC e GAEF.



Fonte: a autora (2024)

### 3.3 Componente perceptivo – Estimação de magnitude corporal

#### Expoente da IPCCF, IPCSF e ICD



As médias e desvios-padrão do expoente nas tarefas de estimação de magnitude da imagem do próprio corpo com face (IPCCF), da imagem do próprio corpo sem face (IPCCF) e da imagem do corpo desconhecido (ICD) de ambos os grupos está apresentada na Figura 4. Não houve efeito estatístico para grupos e nem interação entre grupos e tarefas

A análise descritiva do expoente nas tarefas de estimação de magnitude da imagem do próprio corpo com face (IPCCF), da imagem do próprio corpo sem face (IPCCF) e da imagem do corpo desconhecido (ICD) de ambos os grupos foi apresentada na Tabela 4.

Tabela 4: Médias do expoente para os participantes do GC e GU nas tarefas de estimação de magnitude nas condições IPCCF, IPCSF e ICD.

	<b>GAC (n=12)</b>	<b>GAEF (n=8)</b>
IPCCF	1,44 ± 0,66	1,59 ± 0,67
IPCSF	1,36 ± 0,61	1,67 ± 0,69
ICD	1,55 ± 0,72	1,37 ± 0,73

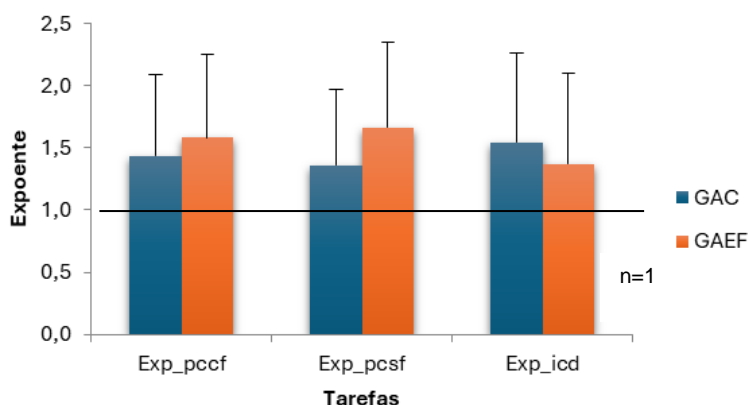
Fonte: a autora (2024)

O teste t-Student para amostras pareadas calculado para as variáveis IPCCF, IPCSF e ICD revelou efeito principal para tarefas ( $F_{3,16} = 4,974$ ;  $p \leq 0,05$ ). Não houve efeito estatístico para grupos e nem interação entre grupos e tarefas. Assim, as participantes dos grupos GAC e GAEF estimaram de maneira diferente o tamanho corporal próprio com a face, o tamanho corporal próprio sem a face e o tamanho corporal de uma pessoa desconhecida. Porém, o efeito principal para tarefa indica que para o grupo GAC, julgar tamanho corporal de imagens sem a face foi uma tarefa mais precisa, enquanto que para o grupo GAEF, o julgamento do corpo estranho foi o mais próximo do ideal.

Os resultados do grupo GAC indicam que o julgamento perceptivo das participantes sobre o próprio corpo sem a face foi menor e mais próximo do expoente verdadeiro ( $n=1$ ) quando comparado ao julgamento de imagens do próprio corpo com a face e do corpo desconhecido. Por outro lado, os resultados do grupo GAEC indicam que o julgamento perceptivo sobre o corpo desconhecido foi menor e mais próximo do expoente verdadeiro ( $n=1$ ), quando comparado ao julgamento de imagens do próprio corpo com a face e sem a face (Figura 5).

Este resultado também revelou que não houve uma tendência igual de constância perceptual entre os grupos para as três tarefas. O n amostral, a idade das participantes e os tipos de atividade física praticadas talvez ajudem a explicar as diferenças nos dados das tarefas.

Figura 5: Médias e desvios padrão da variável dependente expoente (n) das tarefas de estimação de magnitude da IPCCF, IPCSF e ICD dos grupos GAC e GAEF.



Fonte: a autora (2024)

Para melhor entender a relação entre os expoentes, estes foram analisados separadamente através do coeficiente de correlação de Pearson. Como observado na Tabela 5, para o GAC foi identificada correlação significativamente alta (i.e., acima de 0,70) entre os expoentes IPCCF e IPCSF ( $r= 0,880$ ,  $p\leq 0,01$ ), IPCSF e ICD ( $r= 0,973$ ,  $p\leq 0,01$ ) e IPCCF e ICD ( $r= 0,883$ ,  $p\leq 0,01$ ).

Para o GAEF foram identificadas correlações significativamente altas (i.e., acima de 0,70) entre os expoentes entre os expoentes IPCCF e IPCSF ( $r= 0,904$ ,  $p\leq 0,01$ ), IPCSF e ICD ( $r= 0,887$ ,  $p\leq 0,01$ ) e IPCCF e ICD ( $r= 0,969$ ,  $p\leq 0,01$ )

Tabela 5: Coeficiente de correlação de Pearson entre os expoentes IPCCF, IPCSF e ICD para os grupos GAC e GAEF.

	GAC (n = 12)			GAEF (n = 8)		
	IPCCF	IPCSF	ICD	IPCCF	IPCSF	ICD
IPCCF	x	0,880**	0,883**	X	0,904**	0,969**
IPCSF	0,880**	X	0,973**	0,904**	X	0,887**
ICD	0,883**	0,973**	x	0,969**	0,887**	X

Fonte: a autora (2024)

\*\* $p \leq 0,01$ ; \* $p \leq 0,05$

#### 4. Discussão

O objetivo deste estudo foi avaliar os aspectos psicofísicos da imagem corporal e a sua relação com a insatisfação corporal através das variáveis dos componentes comportamental e perceptivo da imagem corporal em mulheres fisicamente ativas. Os grupos GAC e GAEF foram separados a partir do perfil de atividade física das participantes, ou seja, mulheres que frequentam academia e fazem corrida de rua (GAC) e estudantes do curso de educação física da UEPG que praticam atividades esportivas na universidade (GAEF).

A tarefa que avaliou o componente comportamental de insatisfação com a imagem corporal revelou, especificamente, que ambos os grupos GAC e GAEF se perceberam em silhuetas com valores de IMC superiores ao IMC real. Ainda, as participantes de ambos os grupos desejaram silhuetas com IMC menor, destacando o grupo GAC, cujos valores foram significativamente inferiores em relação ao grupo GAEF.

Esses dados corroboram o estudo de Paula (2010) que usou a mesma metodologia de avaliação e confirmam a hipótese do estudo que mulheres tendem a perceber o corpo maior do que ele realmente é e desejam estar em silhuetas inferiores às que se encontram. Outros estudos que avaliam o componente de insatisfação entre mulheres usando escalas de silhuetas (i.e., escala de Stunkard) revelaram a mesma tendência (CACHELIN et. al, 2002; DAMASCENO et. al, 2005; KAKESHITA, ALMEIDA, 2006)

Além disso, nossos dados revelaram que mesmo sendo mulheres fisicamente ativas e dentro de uma faixa de IMC considerada eutrófica (ou seja, normal), estas não estão satisfeitas com a silhueta corporal. Estudos científicos confirmam essa tendência entre mulheres (CRAMBLITT; PRITCHARD, 2013; POLTRONIERI et. al, 2016).

É importante salientar que embora as participantes do grupo GAC, com maior média de idade, tenham apresentado melhor acurácia perceptiva, as mesmas desejaram estar em silhuetas ainda menores que as mulheres do grupo GAEF, com menor faixa

etária, ou seja, independentemente da faixa etária em que a mulher se encontra, os desejos de silhuetas corporais baixos são semelhantes.

O julgamento do tamanho do corpo, denominada acurácia perceptiva, e do corpo idealizado, denominado insatisfação corporal, apresentou respostas com direção oposta entre as participantes, ou seja, as participantes perceberam o corpo com valores positivos de IMC e desejaram a silhueta com valores negativos de IMC. Além disso, os resultados também apontaram para uma inconsistência entre os subcomponentes cognitivo e afetivo, ou seja, em nosso estudo as participantes se perceberam em corpos maiores e desejaram ter corpos menores do que de fato possuem. Esses dados corroboram os estudos de Paula (2010) e Tovée et. al (2000) que tiveram achados semelhantes aos nossos.

O preditor da insatisfação com a imagem corporal do nosso estudo foi o Body Shape Questionnaire. O BSQ é um instrumento utilizado para mensurar como as pessoas se sentem em relação a sua aparência corporal e é amplamente utilizado em estudo de imagem corporal (CAMPANA; CAMPANA; TAVARES, 2009; KLUCK, 2010; MASHEB; GRILO, 2003; PAULA, 2010). Nesse instrumento, escores acima de 80 pontos revelam insatisfação com a imagem corporal. Em nosso estudo a média dos valores para esse instrumento foi de 94 pontos, o que indica que ambos os grupos encontram-se insatisfeitas com o corpo. resultados revelaram também que quanto maior o valor do BSQ maior foi a variação da acurácia perceptiva (ou seja, para mais e para menos na escala), corroborando os dados de Paula (2010).

Em relação à tarefa de acurácia perceptiva, as participantes dos grupos GAC e GAEF estimaram de maneira diferente o tamanho corporal com a face, o tamanho corporal sem a face e o tamanho corporal de uma pessoa desconhecida. Porém, o efeito principal para tarefa indica que, para o grupo GAC, julgar o tamanho corporal de imagens do próprio corpo sem a face foi uma tarefa mais precisa, enquanto que para o grupo GAEF, o julgamento do corpo estranho obteve valores mais próximo do real.

A tarefa que avaliou a estimacão de magnitude corporal apresentou direção oposta entre os grupos. Os resultados do grupo GAC indicaram que o julgamento perceptivo das participantes sobre o próprio corpo sem a face foi mais próximo do expoente verdadeiro ( $n=1$ , constância perceptiva) quando comparado ao julgamento de imagens do próprio corpo com a face e do corpo desconhecido. Ou seja, as participantes foram mais acuradas e precisas na avaliação do corpo sem a face. Estes dados corroboram resultados do estudo de Tavares (2015) que usou a mesma metodologia, onde os participantes estimaram mais acuradamente o próprio corpo sem a face.

Os resultados do grupo GAEC indicaram que o julgamento perceptivo sobre o corpo desconhecido foi menor e mais próximo do expoente verdadeiro ( $n=1$ ), quando comparado ao julgamento de imagens do próprio corpo com a face e sem a face. Este resultado também revela que não houve uma tendência semelhante de constância perceptual entre os grupos para as três tarefas.

## 5. Conclusão

A análise do complexo entendimento do constructo da imagem corporal na população feminina nos ajudou a compreender melhor tanto o processo comportamental quanto perceptual sobre o corpo nessa população. Nosso estudo corrobora outras pesquisas que afirmam que mulheres são altamente influenciadas por pressões socioculturais acerca do corpo e que os níveis de insatisfação com a própria imagem nos dias de hoje indicam uma “epidemia” de insatisfação.

No que diz respeito à parte perceptual, a acurácia perceptiva de julgamento da forma corporal parece estar intimamente relacionada com a natureza da tarefa. Os pressupostos dos paradigmas teóricos cognitivo-comportamental e neuropsicológico nos

forneceram suporte para alguns dos entendimentos, enfatizando tanto o componente sensorial, que é a porta de entrada da informação a ser processada, quanto comportamental, que é a resposta apresentada do comportamento.

Assim como a proposta de Paula (2010), a utilização da escala composta com a própria foto da participante, além de ter coerência com o teste de silhueta mais tradicional, possibilitou um progresso nos métodos de avaliação, uma vez que possibilitou maior representatividade e identidade com a tarefa, além do fato de estar emparelhada a um parâmetro amplamente utilizado e recomendado que é o IMC.

As participantes de ambos os grupos apresentaram características corporais semelhantes que não diferiram a partir da atividade praticavam (i.e., esporte versus corrida de rua e academia), o que mostra uma relação entre a composição corporal e o objetivo na atividade.

Para a tarefa perceptual de estimação de magnitude, os dados do experimento do próprio corpo sem a face para o grupo GAEF nos revelou um importante indício de importância da presença da face versus a sua ausência na acurácia perceptiva dos participantes de ambos os grupos. Esse resultado já havia sido identificado em um estudo anterior de Tavares (2015) para a mesma tarefa com a população masculina. Esse comportamento, mais uma vez, sugere um processamento mais cognitivo e menos afetivo/somatossensorial acerca do julgamento de tamanho do corpo.

Consideramos essa descoberta de fundamental importância para o entendimento do comportamento perceptivo quando a face está presente versus quando a mesma está ausente nas tarefas de imagem corporal. Novos estudos podem ajudar a elaborar técnicas adequadas de intervenção tais como, palestras educativas de conscientização sobre os riscos de distúrbios alimentares, como anorexia e bulimia, riscos da prática em excesso de atividade física e influência da mídia na nossa percepção sobre o corpo, que poderiam ajudar a minimizar a discrepância entre o corpo percebido e o corpo desejado entre mulheres.

## Agradecimentos

Agradecemos à Fundação Araucária pelo apoio financeiro para o desenvolvimento da pesquisa. Agradecemos também ao Departamento de Educação Física da UEPG pela disponibilização do espaço do Laboratório de Avaliação Física para a realização das coletas de dados e às participantes da pesquisa que, voluntariamente, contribuíram para a realização deste estudo.

## Referências

CACHELIN, F. M.; REBECK, R. M.; CHUNG, G. H.; PELAYO, E. Does ethnicity influence body size preference? A comparison of body image and body size. **Obesity Research**. v. 10, n. 3. 158-66. 2002. DOI: 10.1038/oby.2002.25. Acesso em 05 nov. 2024.

CAMPANA, A. N. N. B.; CAMPANA, M. B.; TAVARES, M. C. G. C. F. Escalas para avaliação da imagem corporal nos transtornos alimentares no Brasil. **Aval. psicol.**, Porto Alegre, v. 8, n. 3, p. 437-446, 2009. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v8n3/v8n3a15.pdf>. Acesso em 05 nov. 2024.

CASH, T.F.; PRUZINSKY, T. (Eds.) **Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice**. NY: Guilford Press, pp.38-300, 2002.

COOPER, P. J.; TAYLOR, M. J.; COOPER, Z.; FAIRBURN, C. G. The development and validation of the body shape questionnaire. **International Journal of Eating Disorders**, Los Angeles, v. 6, n. 4, p. 485-494, 1987. DOI:10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O. Acesso em 05 nov. 2024.

CORDÁS, T.A., NEVES, J. E. P. Escalas de avaliação de transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 26, p. 41-48, 1999. Disponível em: <http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/>. Acesso em 05 nov. 2024.

CRAMBLITT, B.; PRITCHARD, M. Media's influence on the drive for muscularity in undergraduates, **Eating Behaviors**, Oxford, v. 14, n. 4, p. 441-446, 2013. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.08.003>. Acesso em 05 nov. 2024.

DA SILVA, J. A.; RIBEIRO-FILHO, N. P. **Avaliação e mensuração de dor: pesquisa, teoria e prática**. Ribeirão Preto: Funpec, 467p. 2006.

DAMASCENO, V. O.; LIMA, J. R. P. V.; VIANNA, J. M.; VIANNA, V. R. A.; NOVAES, J. S. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Rev Bras Med Esporte.**, v. 11, n. 3, pp. 181-186. 2005. DOI:10.1590/S1517-86922005000300006. Acesso em 05 nov. 2024.

FERNANDEZ, S.; PRITCHARD, M. Relationships between self-esteem, media influence and drive for thinness, **Eating Behaviors**, Oxford, v. 13, n. 4, p. 321-325, 2012. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.eatbeh.2012.05.004>. Acesso em 05 nov. de 2024.

FISKE, L.; FALLON, E. A.; BLISSMER, B., REDDING, C. A. Prevalence of body dissatisfaction among United States adults: Review and recommendations for future research. **Eating Behaviors**. v. 15, n. 3, pp. 357-365. 2014. DOI: 10.1016/j.eatbeh.2014.04.010. Acesso em 06 nov. de 2024.

GIORDANI, R. C. F. A auto-imagem corporal na anorexia nervosa: uma abordagem sociológica. **Psicologia & Sociedade**. v. 18, n. 2. pp. 81-88, 2006. 2006. DOI: 10.1590/S0102-71822006000200011. Acesso em 06 nov. de 2024.

GONÇALVES, T. D.; BARBOSA, M. P.; ROSA, L. C. L.; RODRIGUES, A. M. Comportamento anoréxico e percepção corporal em universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. v. 57, n. 3, pp. 166-170. 2008. DOI:10.1590/S0047-20852008000300002. Acesso em 06 nov. de 2024.

KAKESHITA, I. S.; ALMEIDA, S.S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Revista de Saúde Pública**. v. 40, n. 3, pp. 497-504. 2006. DOI:10.1590/S0034-89102006000300019. Acesso em 06 nov. de 2024.

KASHUBECK-WEST, S.; MINTZ, L. B.; SAUNDERS, K. J. Eating Disorders in Women. Etiology, assessment, and treatment. **The Counseling Psychologist**. v. 29, n. 5, pp. 662-694. 2001. DOI:10.1177/0011000001295001. Acesso em 06 nov. de 2024.

KLUCK, AS. Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction. **Body Image**. v. 7, n. 1, pp. 8-14. 2010. DOI:10.1016/j.bodyim.2009.09.009. Acesso em 06 nov. de 2024.

MASHEB, R. M.; GRILO, C. M. The nature of body image disturbance in patients with binge eating disorder. **Int. J. Eat. Disord.** v. 33, pp. 333-341. 2003. DOI:10.1002/eat.10139. Acesso em 06 nov. de 2024.

MURRAY, K. M.; BYRNE, D. G.; RIEGER, E. Investigating adolescent stress and body image. **Journal of Adolescence.** v. 34, n. 2, pp. 269-278. 2011. DOI:10.1016/j.adolescence.2010.05.004. Acesso em 06 nov. de 2024.

MURRAY, K.; RIEGER, E.; BYRNE, D. A longitudinal investigation of the mediating role of self-adolescent females and males. **Body Image.** v. 10, n. 4, pp. 544-551. 2013. DOI: 10.1016/j.bodyim.2013.07.011. Acesso em 06 nov. de 2024.

PAULA, A. I. Percepção de dimensões corporais de adolescentes do sexo feminino. Aspectos psicofísicos e comportamentais. 2010. 82 f. Tese (Doutorado em Ciências da Motricidade) – Departamento de Educação Física, Universidade Estadual Paulista (UNESP), Rio Claro. Acesso em 06 nov. de 2024

POLTRONIERI, T. S.; TUSSET, C.; GREGOLETTO, M. L. O.; CREMONESE, C. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres do Sul do Brasil. **Revista Ciência e Saúde.** v. 9, n. 3, pp. 128-134. 2016. DOI:10.15448/1983-652X.2016.3.21770. Acesso em 06 nov. de 2024.

TAVARES, C. P. Aspectos psicofísicos da imagem corporal e a sua relação com a dismorfia muscular e a dependência de exercício. 2015. 112 f. Tese (Doutorado em Ciências da Motricidade) – Departamento de Educação Física, Universidade Estadual Paulista (UNESP), Rio Claro. Acesso em 06 nov. de 2024.

TOVÉE, M. J.; EMERY, J. L.; COHEN-TOVÉE, E. M. The estimation of body mass index and physical attractiveness is dependent on the observer's own body mass index. **Proc. R. Soc. Lond. B.** v. 267, pp. 1987-1997. 2000. DOI:10.1098/rspb.2000.1240. Acesso em 06 nov. de 2024.

VON LENGERKE, T.; MIELCK, A.; KORA STUDY GROUP. Body weight dissatisfaction by socioeconomic status among obese, preobese and normal weight women and men: results of the cross-sectional KORA Augsburg S4 population survey. **BMC Public Health.** v. 12, n. 342, pp. 357–365. 2012. DOI:10.1186/1471-2458-12-342. Acesso em 06 nov. de 2024.