



UFOP

Universidade Federal
de Ouro Preto

Universidade Federal de Ouro Preto - UFOP

Centro Desportivo - CEDUFOP

Bacharelado em Educação Física



TCC em formato de artigo

**Percepção subjetiva de alunos do curso de Educação Física sobre a imagem corporal e
variáveis antropométricas de mulheres adultas**

Laís Carolina Fernandes

Ouro Preto - MG

2018

Laís Carolina Fernandes

**Percepção subjetiva de subjetiva do curso de Educação Física sobre a imagem corporal
e variáveis antropométricas de mulheres adultas**

Trabalho de conclusão apresentado à disciplina de seminário de TCC (EFD381) do curso de Educação Física - Bacharelado da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para avaliação da mesma.

Orientador: Drº Everton Rocha Soares.

Artigo será submetido à Revista Brasileira de Ciência e Movimento.

Ouro Preto - MG

2018

F362p

Fernandes, Laís Carolina.

Percepção subjetiva de alunos do curso de Educação Física sobre a imagem corporal e variáveis antropométricas de mulheres adultas [manuscrito] / Laís Carolina Fernandes. - 2018.

19f.: il.: color; tabs.

Orientador: Prof. Dr. Everton Rocha Soares.

Monografia (Graduação). Universidade Federal de Ouro Preto. Centro Desportivo da UFOP. Departamento de Educação Física.

1. Imagem Corporal. 2. Percepção subjetiva. 3. Educação física. I. Soares, Everton Rocha. II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU: 796

Catálogo: ficha@sisbin.ufop.br



Universidade Federal de Ouro Preto
Centro Desportivo
Bacharelado em Educação Física



Percepção subjetiva de alunos do curso de Educação Física sobre a imagem corporal e variáveis antropométricas de mulheres adultas.

Autor: Laís Carolina Fernandes

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado na disciplina EFD381- Seminário de Trabalho de Conclusão de Curso para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física pela Universidade Federal de Ouro Preto, defendido pelo autor e aprovado em 31 de janeiro de 2018, pela banca examinadora composta pelos professores:

Prof. Dr. Everton Rocha Soares
Orientador
CEDUFOP

Prof. Dr. Kelerson Mauro de Castro Pinto
Membro da banca
CEDUFOP

Prof.ª Dr.ª. Jamille Locatelli
Membro da banca
CEDUFOP

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, por ter me concedido a graça de iniciar e concluir o tão sonhado curso de Educação Física, por ser essencial em minha vida, autor do meu destino, meu guia, socorro presente na hora da angústia.

Aos meus pais, Ailton e Valdete, aos meus irmãos e a toda minha família que, com muito carinho e apoio, não mediram esforços para que eu chegasse até esta etapa de minha vida.

Ao professor Everton Soares pela orientação, seu grande desprendimento em ajudar-me, pela paciência e pela amizade.

Aos demais professores por todo conhecimento transmitido, que me fizeram evoluir um pouco mais todos os dias e por me fazerem apaixonar por cada conteúdo que envolve a Educação Física.

Aos alunos que se disponibilizaram a voluntariar, pela boa vontade em contribuir com o desenvolvimento desse trabalho, e ao Dhioney Silva pela ajuda e troca de conhecimentos dentro do tema deste.

Ao curso de Educação Física da UFOP e às pessoas com quem convivi nesse espaço ao longo desses anos. A experiência de uma produção compartilhada na comunhão com os amigos, foi a melhor da minha formação acadêmica.

A todas as pessoas que de alguma forma me ajudaram a acreditar em mim, Eu quero deixar um agradecimento eterno, porque sem elas não teria sido possível.

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo conhecer e comparar o nível de percepção subjetiva de alunos ingressantes e concluintes do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto sobre a imagem corporal e variáveis antropométricas de mulheres adultas. Participaram do estudo 26 alunos ($25,0 \pm 6,6$ anos) de ambos os sexos, matriculados no curso de Bacharelado em Educação Física e 10 voluntárias ($23,5 \pm 4,4$ anos) não praticantes de exercício físico regular e não estudantes do curso de Educação Física, que atuaram como modelos para obtenção das fotografias a serem avaliadas. Alunos ingressantes e concluintes tiveram percepção semelhante entre eles sobre a imagem corporal, massa corporal e percentual de gordura, avaliados a partir das fotografias das modelos. Porém, os valores de massa corporal medidos nas mesmas foram menores do que os indicados pelos estudantes, assim como na percepção da imagem corporal. Acredita-se que o processo de formação no curso de Educação Física por si só, não influencia na percepção da imagem corporal, massa corporal e percentual de gordura de mulheres adultas.

Palavras-Chave: Imagem Corporal; Percepção Subjetiva; Educação Física.

ABSTRACT

The present study had as objective to know and compare the level of subjective perception of incoming and finishing students of the Bachelor's degree in Physical Education of the Federal University of Ouro Preto on the body image and anthropometric variables of adult women. Twenty-six students (25.0 ± 6.6 years) of both sexes enrolled in the Bachelor's Degree in Physical Education and 10 voluntary (23.5 ± 4.4 years) who did not exercise regularly and not students participated in the study of the Physical Education course, which acted as models for obtaining the photographs to be evaluated. Interstudents and students had similar perceptions among them about body image, body mass and fat percentage, evaluated from the photographs of the models. However, the body mass values measured in them were lower than those indicated by the students, as well as in the perception of the body image. It is believed that the training process in the Physical Education course alone does not influence the perception of body image, body mass and fat percentage of adult women.

Keywords: Body Image; Subjective perception; Physical Education.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Comparação entre a silhueta atual e desejada do G-MOD.....	15
Tabela 2. Comparação da auto avaliação da imagem corporal (IC) do G-MOD com a análise subjetiva da imagem corporal das mesmas feita pelo G-AV1 e G-AV2	16
Tabela 3. Análise subjetiva da massa corporal (Kg) feita pelos grupos G-AV1 e G-AV2 a partir de fotografias do G-MOD.....	16
Tabela 4. Análise subjetiva do percentual de gordura (%) feita pelos grupos G-AV1 e G-AV2 a partir de fotografias do G-MOD.....	16

LISTAS DE FIGURAS

Figura 1. Conjunto de silhuetas proposto por Stunkard <i>et al.</i> , 1983.....	13
Figura 2. Ilustração do procedimento para obtenção das fotografias.....	14

SUMÁRIO

1. Introdução	11
2. Materiais e Métodos	12
3. Resultados	15
4. Discussão	17
5. Conclusões	18
6. Referências	18

PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ALUNOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE A IMAGEM CORPORAL E VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS DE MULHERES ADULTAS.

PERCEPÇÃO DE ALUNOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE A IMAGEM CORPORAL.

SUBJECTIVE PERCEPTION OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS ON BODY IMAGE AND ANTHROPOMETRIC VARIABLES OF ADULT WOMEN.

Fernandes, Laís Carolina.

O presente estudo teve como objetivo conhecer e comparar o nível de percepção subjetiva de alunos ingressantes e concluintes do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto sobre a imagem corporal e variáveis antropométricas de mulheres adultas. Participaram do estudo 26 alunos ($25,0 \pm 6,6$ anos) de ambos os sexos, matriculados no curso de Bacharelado em Educação Física e 10 voluntárias ($23,5 \pm 4,4$ anos) não praticantes de exercício físico regular e não estudantes do curso de Educação Física, que atuaram como modelos para obtenção das fotografias a serem avaliadas. Alunos ingressantes e concluintes tiveram percepção semelhante entre eles sobre a imagem corporal, massa corporal e percentual de gordura, avaliados a partir das fotografias das modelos. Porém, os valores de massa corporal medidos nas mesmas foram menores do que os indicados pelos estudantes, assim como na percepção da imagem corporal. Acredita-se que o processo de formação no curso de Educação Física por si só, não influencia na percepção da imagem corporal, massa corporal e percentual de gordura de mulheres adultas.

Palavras-Chave: Imagem Corporal; Percepção Subjetiva; Educação Física.

Fernandes, Laís Carolina.

The present study had as objective to know and compare the level of subjective perception of incoming and finishing students of the Bachelor's degree in Physical Education of the Federal University of Ouro Preto on the body image and anthropometric variables of adult women. Twenty-six students (25.0 ± 6.6 years) of both sexes enrolled in the Bachelor's Degree in Physical Education and 10 voluntary (23.5 ± 4.4 years) who did not exercise regularly and not students participated in the study of the Physical Education course, which acted as models for obtaining the photographs to be evaluated. Interstudents and students had similar perceptions among them about body image, body mass and fat percentage, evaluated from the photographs of the models. However, the body mass values measured in them were lower than those indicated by the students, as well as in the perception of the body image. It is believed that the training process in the Physical Education course alone does not influence the perception of body image, body mass and fat percentage of adult women.

Keywords: Body Image; Subjective perception; Physical Education.

Introdução

A imagem corporal (IC) é entendida como um sistema multidimensional que descreve amplamente as representações internas e externas da estrutura corporal e da aparência física, podendo ser entendida como resultado de uma representação mental que as pessoas têm quanto ao tamanho e forma do corpo, que pode ser por fatores biológicos, históricos, sociais e culturais^{1,2}.

A preocupação com a aparência física tem crescido muito na sociedade, tendo em vista os padrões de beleza impostos, a serem seguidos. Essa preocupação excessiva pelo corpo considerado “perfeito” acaba desenvolvendo o aparecimento de transtornos da IC³. Acrescentando, Ferreira *et al.*⁴ afirmam que quanto mais uma pessoa concentra-se em sua aparência corporal, pior ela tende a se sentir a respeito do que vê; ou seja: a obsessão alimenta o descontentamento. Dessa forma, acaba-se encontrando defeitos imperceptíveis ou que as vezes nem existem.

Diferentes estudos têm procurado avaliar o nível de satisfação com a IC dos indivíduos⁵⁻⁷. Das formas de avaliar a percepção da IC, o instrumento proposto por Stunkard *et al.*⁸ tem sido bastante utilizado para fins de pesquisa, uma vez que é um instrumento simples, acessível e de fácil entendimento. Este instrumento é constituído por uma sequência de nove figuras de contornos de corpos femininos ou masculinos, representando indivíduos de diferentes tamanhos corporais, do mais magro ao mais obeso Stunkard *et al.*⁸.

De forma geral, tem-se observado que as pessoas estão insatisfeitas com a própria IC, e essa insatisfação parece estar relacionada a questões socioculturais e midiáticas, que “propõem” um padrão definido de corpo perfeito, sendo para os homens o corpo mais forte e volumoso e para as mulheres a magreza, uma forma de aceitação social^{9,10,7}. No entanto, diversos estudos têm mostrado, de forma geral, que as mulheres são mais insatisfeitas com a própria IC do que os homens¹¹⁻¹³. Diante dessa situação, sabe-se que a prática regular de exercícios físicos pode ser adotada como uma forma de combater à insatisfação com a IC¹⁴, uma vez que pode proporcionar aos praticantes uma melhor autoestima, refletindo então em uma maior satisfação com o corpo^{14,15}.

Segundo o Conselho Federal de Educação Física¹⁶, o Profissional de Educação Física é especialista em atividades físicas, nas suas diversas manifestações, e compete a ele orientar, desenvolver, supervisionar, assessorar e avaliar as atividades físicas, desportivas e similares. Portanto, acredita-se que o profissional de Educação Física deva ter bem definida a sua percepção de IC para se posicionar frente a um indivíduo com distorção da sua própria IC e contribuir com o desenvolvimento na construção da mesma. Além de compreender o desejo intrínseco dos indivíduos que buscam um corpo considerado “perfeito”, o profissional deve ser capaz também de entender a relação da insatisfação quanto a IC e as variáveis antropométricas de seus alunos¹⁷.

Dados não publicados do nosso grupo de estudos¹⁸ mostraram que alunos ingressantes e concluintes do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto têm percepção semelhante quanto a IC e massa corporal de homens adultos, quando avaliadas a partir de fotografias. Entretanto, os resultados mostraram que ingressantes e concluintes tem uma percepção diferente do %G daqueles mesmos indivíduos/fotografias. No entanto, ainda não se sabe se resultados semelhantes ocorreriam caso os indivíduos avaliados fossem do sexo feminino, uma vez que nas mulheres, de forma geral, a distribuição dos tecidos corporais é diferente da dos homens¹⁹.

Dessa forma, o objetivo desse estudo foi conhecer e comparar o nível de percepção subjetiva dos alunos ingressantes e concluintes do curso de Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto sobre a IC, massa corporal e percentual de gordura de mulheres adultas.

Materiais e Métodos

Este estudo respeitou as normas do Conselho Nacional de Saúde e Pesquisa com seres humanos (466/12) e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Ouro Preto (protocolo 781.351/ 2014; CAAE: 28904114.0.0000.5150).

A partir do convite para a participação no presente estudo, foi constituída uma amostra com 36 voluntários de ambos os sexos. Desses, 26 eram alunos homens e mulheres ($25,0 \pm 6,6$ anos) do curso de Bacharelado em Educação Física da UFOP; e as outras, 10 voluntárias jovens ($23,5 \pm 4,4$ anos), não estudantes do curso de Bacharelado em Educação Física.

A amostra foi dividida em dois grupos: um grupo com alunos do curso de Bacharelado em Educação Física, denominado Grupo dos Avaliadores (G-AV) e outro grupo com as voluntárias modelos, denominado Grupo das Modelos (G-MOD). O G-AV foi dividido em dois subgrupos, sendo: G-AV1 ($n=13$), compreendido por alunos ingressantes (2º período), que cursaram e foram aprovados na disciplina Crescimento e Desenvolvimento (EFD135); e o G-AV2 ($n=13$), compreendido por alunos concluintes (7º e 8º períodos), que por sua vez, cursaram e foram aprovados nas disciplinas Educação Física, Atividade Física e Saúde (EFD112), Anatomia Humana (CBI114), Psicologia I (EAD214) e Medidas e Avaliação em Educação Física (EFD127), além de Crescimento e Desenvolvimento (EFD135). As disciplinas que determinaram o critério de inclusão para formação de dois grupos foram escolhidas com base no estudo das ementas da matriz curricular. Para composição do G-MOD todas as voluntárias deveriam ter idade entre 18 e 30 anos, e não serem praticantes de exercício físico regular.

No G-MOD mensurou-se a massa corporal, a estatura, o percentual de gordura e a avaliação da autoimagem corporal, além da realização de fotografias de corpo inteiro.

Para a medida da massa corporal e da estatura do G-MOD foi utilizado, respectivamente, uma balança digital (Gonew) e uma fita antropométrica fixada em uma parede sem rodapé. A determinação da densidade corporal foi feita utilizando um adipômetro (Cescorf), a partir do método de sete dobras cutâneas descrito por Jackson, Pollock e Ward²⁰, para mulheres. Para conversão da densidade corporal em % de gordura, foi utilizada a equação de Siri²¹.

Para avaliação da IC foi utilizado o conjunto de nove silhuetas para mulheres, proposto por Stunkard *et al.*⁸ (Figura 1).

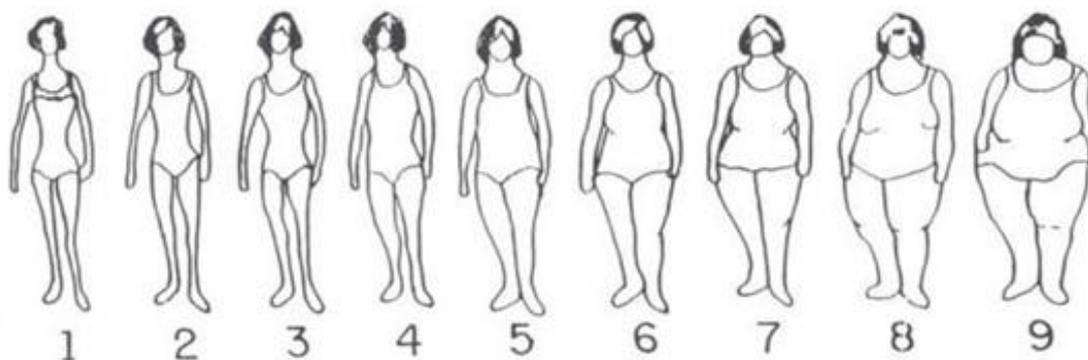


Figura 1- Conjunto de silhuetas proposto por Stunkard *et al.*, 1983

Para obtenção das fotografias de corpo inteiro das voluntárias do G-MOD foi utilizada uma câmera digital (Sony, modelo W350; 14.1 megapixels), sobre tripé de alumínio (*Light Weight*, modelo SL-2111). A câmera digital ficou posicionada verticalmente, a 1,20 m de altura, afastada a uma distância

de 3 m da parede, para que pudesse enquadrar a voluntária de corpo inteiro sem que houvesse distorção no foco da imagem. Nesta parede havia afixada uma escala de estatura (a partir de 0,5 m do chão) (Figura 2). As voluntárias ficaram em posição ortostática, de costas para a escala de estatura, com olhar ao horizonte, trajando apenas um short e um top na cor preta. Após os rostos terem sido ocultados, as 10 fotografias foram reveladas e identificadas aleatoriamente com uma letra de “A” a “J”.

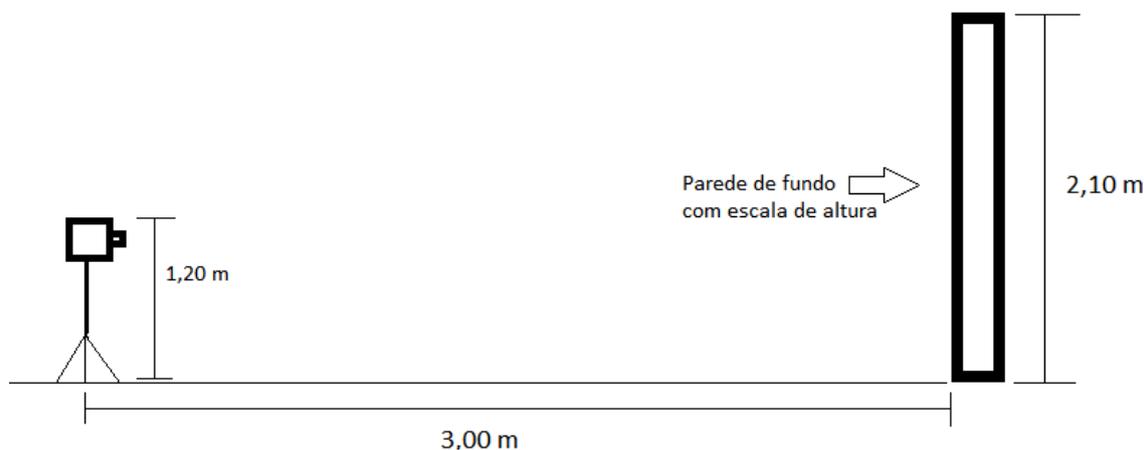


Figura 2- Ilustração do procedimento para obtenção das fotografias

Após a avaliação das variáveis antropométricas, e obtenção das fotografias de corpo inteiro, foi apresentado individualmente a cada voluntária do G-MOD o conjunto de silhuetas proposto por Stunkard *et al.*⁸. O objetivo foi avaliar a autoimagem corporal das voluntárias do G-MOD e o grau de satisfação das mesmas. Em seguida, as seguintes perguntas foram feitas: 1) Qual é a silhueta que melhor representa a sua aparência física atualmente, silhueta atual? 2) Qual é a silhueta que você gostaria de ter, silhueta ideal? O pesquisador orientou cada uma das voluntárias acerca do que exatamente era perguntado.

Posteriormente à coleta de dados do G-MOD, os voluntários do G-AV1 e G-AV2, individualmente em uma sala isolada, fizeram uma análise e avaliação das fotografias. Para isso, as dez fotografias foram embaralhadas e expostas separadamente sobre uma mesa, em envelopes iguais e sem qualquer marcação. Em seguida os procedimentos da coleta foram lidos para o voluntário.

Constava nos procedimentos que o voluntário deveria escolher uma fotografia por vez e analisá-la durante 10 segundos, utilizando assim da memória de curto prazo, para que a memória de uma foto não influenciasse nas seguintes²². Em seguida, o conjunto de silhuetas era mostrado ao indivíduo e realizadas as seguintes perguntas: 1) Qual a silhueta que melhor representa a fotografia escolhida? 2) Qual é a massa corporal do indivíduo na fotografia escolhida? 3) Qual o % de gordura do indivíduo na fotografia escolhida? O avaliado tinha até 60 segundos para responder as perguntas e os resultados foram anotados. O mesmo procedimento ocorreu até que as dez fotografias fossem comparadas e avaliadas. Para não influenciar as respostas dos voluntários dos grupos G-AV1 e G-AV2, nenhuma informação adicional era dada sobre as perguntas supracitadas.

Para a análise dos dados, foi considerada a média dos valores da IC, massa corporal e percentual de gordura atribuída pelos avaliadores G-AV1 e G-AV2.

Visando avaliar a confiabilidade dos resultados obtidos pela avaliação dos grupos G-A V1 e G-A V2, quatro a sete dias após a coleta dos dados, uma nova avaliação foi feita por onze indivíduos, aleatórios, sendo seis no G-A V1 e cinco no G-A V2. Os coeficientes de correlação intraclasse encontrados foram: Foto silhueta [(G-A V1: $r = 0,98$ (IC95% = $0,96 - 0,99$); G-A V2: $r = 0,92$ (IC95% = $0,71 - 0,98$)]; Massa corporal [(G-A V1: $r = 0,93$ (IC95% = $0,73 - 0,98$); G-A V2: $r = 0,92$ (IC95% = $0,69 - 0,98$)] e Percentual de gordura [(G-A V1: $r = 0,86$; G-A V2: $r = 0,94$ (IC95% = $0,75 - 0,98$)].

Os dados foram apresentados em média \pm desvio padrão. Para avaliação da distribuição da normalidade dos dados, foi utilizado o teste de D'Agostino & Pearson. Para avaliação do nível de satisfação com a imagem corporal do G-MOD foi utilizado o teste t pareado. Para comparação entre os valores medidos e as avaliações subjetivas dos grupos G-A V1 e G-A V2, foi utilizado o teste de ANOVA para medidas repetidas. Para avaliação da reprodutibilidade das avaliações feitas pelo G-A V1 e G-A V2, foi utilizado o coeficiente de correlação intraclasse (Pearson ou Spearman, quando necessário). Todas as análises foram feitas no software estatístico Graphpad Prism versão 5.0, sendo adotado nível de significância de 5%.

Resultados

Ao avaliarmos a satisfação das voluntárias do G-MOD quanto a sua IC atual, observamos que as mesmas se encontravam satisfeitas ($3,6 \pm 1,4$, silhueta atual, *versus* $3,0 \pm 1,0$, silhueta ideal; $n=10$; $t = 0,138$; $p = 0,89$).

Tabela 1. Comparação entre a silhueta atual e desejada do G-MOD

	IC atual	IC desejada
Silhueta proposta por Stunkard <i>et al.</i>	$3,6 \pm 1,4$	$3,0 \pm 1,0$

Valores em Média \pm Desvio Padrão. IC = Imagem corporal; IC atual = valores obtidos pela auto avaliação de IC das voluntárias modelos (G-MOD) ($n=10$); IC desejada = valores desejados de imagem corporal utilizando-se o conjunto de silhuetas (Stunkard *et al.*, 1983). Teste T pareado.

Ao analisarmos a percepção da IC dos voluntários do G-A V1 e G-A V2, sobre as fotografias do G-MOD, observou-se que não houve diferença entre as comparações feitas pelos alunos iniciantes e concluintes do curso de Educação Física. No entanto, os valores de IC indicados pelo G-A V1 e G-A V2 foram maiores que os indicados pelas voluntárias do G-MOD na sua auto avaliação (Tabela 1).

Tabela 2. Comparação da auto avaliação da imagem corporal (IC) do G-MOD com a análise subjetiva da imagem corporal das mesmas feita pelo G-AV1 e G-AV2.

	IC G-MOD	G- AV1	G-AV2
Silhueta proposta por Stunkard <i>et al.</i>	3,6 ± 1,3	4,7 ± 1,0*	4,6 ± 1,0*

Valores em Média ± Desvio Padrão. Grupo composto por voluntários modelos (n=10); GAV1 = Grupo composto por alunos ingressantes do curso de Bacharelado em Educação Física (n=13); G-AV2 = Grupo composto por alunos concluintes do curso de Bacharelado em Educação Física (n=13); IC G-MOD= Autoavaliação da Imagem Corporal feita pelas voluntárias do G-MOD (n=10) *p<0,05 em comparação com IC G-MOD. Anova para medidas repetidas.

A Tabela 3 evidencia o valor médio da massa corporal das voluntárias do G-MOD obtido através da avaliação antropométrica e os valores da análise subjetiva do mesmo parâmetro, realizada pelos grupos G-AV1 e G-AV2. Observamos que os alunos ingressantes e concluintes do curso de Educação Física têm uma visão semelhante em relação ao parâmetro avaliado, porém, os mesmos apresentaram valores maiores do que os valores medidos no G-MOD.

Tabela 3. Análise subjetiva da massa corporal (Kg) feita pelos grupos G-AV1 e G-AV2 a partir de fotografias do G-MOD

	Valores medidos	G-AV1	G-AV2
Massa corporal	59,9 ± 9,2	65,4 ± 5,3*	64,9 ± 5,0*

Valores em Média ± Desvio Padrão. Valores medidos = valores obtidos por meio de avaliação antropométrica. G-AV1 = Grupo composto por alunos iniciantes do curso de Bacharelado em Educação Física (n=13). G-AV2 = Grupo composto por alunos concluintes do curso de Bacharelado em Educação Física (n=13). G-MOD = Grupo composto por voluntárias modelos (n=10) *p<0,05 em comparação com valores medidos. ANOVA para medidas repetidas.

Comparando a percepção dos voluntários do G-AV1 e G-AV2 sobre o percentual de gordura nas fotografias e o percentual de gordura medido no G-MOD, não foi encontrado diferenças (Tabela 4).

Tabela 4. Análise subjetiva do percentual de gordura (%) feita pelos grupos G-AV1 e G-AV2 a partir de fotografias do G-MOD

	Valores medidos	G-AV1	G-AV2
% gordura	26,2 ± 4,9	26,7 ± 4,1	24,8 ± 3,3

Valores em Média ± Desvio Padrão. Valores medidos = valores obtidos por meio de avaliação de dobras cutâneas. G-AV1 = Grupo composto por alunos iniciantes do curso de Bacharelado em Educação Física (n=13). G-AV2 = Grupo composto por alunos concluintes do curso de Bacharelado em Educação Física (n=13). G-MOD = Grupo composto por voluntárias modelos (n=10). ANOVA para medidas repetidas.

Discussão

O presente estudo teve como objetivo conhecer e comparar o nível de percepção subjetiva dos alunos ingressantes (G-AV1) e concluintes (G-AV2) do curso de Bacharelado em Educação Física da UFOP sobre a imagem corporal (IC), a massa corporal e o percentual de gordura de mulheres adultas.

De forma geral, observamos que as voluntárias do G-MOD se encontravam satisfeitas quanto à sua IC. Além disso, tanto os alunos iniciantes (G-AV1) quanto os concluintes (G-AV2) tiveram uma percepção semelhante em relação a IC e a massa corporal dessas mulheres adultas, entretanto, esses valores foram maiores do que os obtidos na auto avaliação da IC e na avaliação da massa corporal das voluntárias do G-MOD. Já os valores do percentual de gordura indicados pelo G-AV1 e G-AV2 e medidos no G-MOD foram semelhantes entre si.

Diferentes estudos têm mostrado que, de forma geral, as mulheres estão mais insatisfeitas com a própria IC do que os homens, desejando outra como ideal¹¹⁻¹³. Em contrapartida, no presente estudo, as voluntárias mostraram-se, em média, satisfeitas com a sua IC. É possível que essa satisfação observada nas voluntárias do G-MOD, possa estar relacionada ao tamanho amostral deste grupo (n=10). Acrescentando, evidências mostram também que a autoimagem corporal pode ser superestimada²³ ou subestimada^{24, 25}. Porém, mais estudos precisam ser realizados para o entendimento dessas possíveis justificativas. Adicionalmente a auto avaliação da IC feita pelo G-MOD foi diferente das indicadas pelo G-AV1 e G-AV2, reforçando que a percepção da IC ocorre a partir de fatores intrínsecos e multidimensionais, podendo, assim, ser diferente entre diferentes pessoas²⁶.

Silva e Soares¹⁸ em um estudo semelhante, só que realizado com fotografias de homens adultos, observaram que alunos ingressantes e concluintes do curso de Educação Física tiveram uma percepção semelhante entre si para os valores de massa corporal medidos. Por outro lado, em nosso estudo, embora a percepção da massa corporal entre G-AV1 e G-AV2 tenha sido semelhante entre si, os valores de massa corporal medidos nas voluntárias foram menores aos indicados pelos estudantes de Educação Física, sugerindo que a avaliação subjetiva da massa corporal através de fotografias de indivíduos apresenta complexidade diferente, de acordo com o sexo avaliado, uma vez que a distribuição dos tecidos corporais (tecido adiposo e muscular) das mulheres é diferente da dos homens¹⁹

Apesar dos instrumentos utilizados no presente estudo (escala de Stunkard *et al.*⁸ e fotografias) apresentarem limitações, por mostrarem apenas uma visão bidimensional dos contornos de corpos²⁷, os resultados obtidos nesse estudo quanto ao percentual de gordura não mostraram diferença nos valores percebidos entre G-AV1 e G-AV2 e nem sobre o percentual de gordura obtido na avaliação antropométrica do G-MOD. Diferentemente, Silva e Soares¹⁸, observaram que os valores de percentual de gordura indicados por G-AV1 e G-AV2 foram diferentes dos valores medidos em homens adultos. Em conjunto, os resultados obtidos no estudo de Silva e Soares¹⁸ e o do presente estudo reforçam a complexidade da avaliação da composição corporal, sobretudo a partir de fotografias de homens ou mulheres. Por outro lado, a reprodutibilidade dos dados evidencia a confiabilidade dos mesmos. Mais estudos precisam ser realizados para entender essas questões.

Os resultados do presente estudo vêm contribuir com o avanço do conhecimento e, futuramente, com o desenvolvimento de outros estudos relacionados a esse tema, favorecendo o processo de formação dos profissionais de Educação Física quanto às questões que envolvem a constante relação entre o corpo atual e o corpo desejado.

Conclusões

Levando-se em conta esses resultados obtidos no estudo, acredita-se que o processo de formação no curso de Bacharelado em Educação Física por si só, não influencia de forma significativa a percepção da IC, massa corporal e percentual de gordura de mulheres adultas.

Referências

- 1- Damasceno VO, Vianna VRA, Vianna JM, Lacio M, Lima JRP, Novaes JS. Imagem corporal e corpo Ideal. *Rev Bras Ci e Mov.* 2006; 14(2):81-94.
- 2- Galindo EMC, Carvalho AMP. Tradução, adaptação e avaliação da consistência interna do eating behaviours and body image test para uso com criança do sexo feminino. *Rev Nutr.* 2007; 20(1):47-54.
- 3- Franco VHP, Novaes JS. Estética e imagem corporal na sociedade atual. *Cadernos Camilliani, Cachoeiro de Itapemirim.* 2005 6(2): 111-118.
- 4- Ferreira MEC, de Castro APA, Gomes G. A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte.* 2005; 27(1):167-182.
- 5- Damasceno VO, Lima JRP, Vianna JM, Vianna VRA, Novaes JS. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Rev Bras Med Esporte.* 2005; 11(3):181-6.
- 6- Kakeshita IS, Almeida SS. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Saúde Pública.* 2006; 40(3):497-504.
- 7- Assumpção HC, Andrade EF, Sampaio JPB, Carneiro P Valim-Rogatto GPR. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes de educação física: comparação entre sexos. 2010; 9(2)
- 8- Stunkard AJ, Sørensen T, Schulsinger F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. *Res Publ Assoc Res Nerv Ment Dis.* 1983; 60:115-20.
- 9- Garner DM, Garfinkel PE, Schwartz D, Thompson M. Cultural expectations of thinness in women. *Psychol Rep.* 1980; 47(2):483-491.
- 10- Cash TF, Green GK. Body weight and body image among college women: Perception, cognition, and affect. *J Pers Assess.* 1986; 50(2):290-301.
- 11- Ålgars M, Santtila P, Varjonen M, Witting K, Johansson A, Jern P, Sandnabba NK. The adult body: How age, gender, and body mass index are related to body image. *J Aging Health.* 2009; 21(8):1112-1132.
- 12- Ferrari EP, Silva DAS, Petroski EL. Associação entre percepção da imagem corporal e estágios de mudança de comportamento em acadêmicos de educação física. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum.* 2012; 14(5):535-44.
- 13- Medeiros TH, Caputo EL, Domingues MR. Insatisfação corporal em frequentadoras de academia. *J Bras Psiquiatr.* 2017; 66(1):38-44.
- 14- Vieira FR, Dantas EHM, Lacerda Y, Novaes JS. Imagem corporal de obesos. *Fit Perform J.* 2005; 4(1):19-26.
- 15- Prochaska JO, DiClemente CC. Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: theory, research & practice,* 1982; 19(3), 276.
- 16- CONFEF. Documentos Fundamentais: Carta Brasileira da Educação Física. 1999 [cited 2015 27 de maio]; Available from: http://www.seduc.ro.gov.br/educacaoofisica/images/pdf/legislacao/cartas_confef.pdf
- 17- Fernandes TC, Adami F, Frainer DES, Oliveira FR. Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física imagem corporal e implicações na Educação Física. *Lecturas Educacion Fisica y Deportes.* 2005.

- 18- Silva DM, Soares ER. Percepção subjetiva de alunos do curso de Educação Física sobre a imagem corporal e variáveis antropométricas de homens adultos [Monografia de Graduação]. Ouro Preto: Universidade Federal de Ouro Preto; 2014.
- 19- McArdle W, Katch FI, Katch VL. Fisiologia do Exercício: Nutrição, energia e desempenho humano 2.ed. Rio de Janeiro. Guanabara koogam; 2008.
- 20- Jackson AS, Pollock ML, Ward A. Generalized equations for predicting body density of women. *Med Sci Sports Exerc* 1980;12:175-82.
- 21- Siri WE. Body composition from fluid space and density. In: Brozek J, Hanschel A, eds. *Techniques for measuring body composition*. Washington, DC: National Academy of Science 1961:223-44.
- 22- Cowan N. What are the differences between long-term, short-term, and working memory? *Prog Brain Res*. 2008; 169:323-38.
- 23- Ramirez EM, Rosen JC. A comparison of weight control and weight control plus body image therapy for obese men and women. *J Consult Clin Psychol*. 2001 Jun; 69(3):440-6.
- 24- Crawford D, Campbell K. Lay definitions of ideal weight and overweight. *Int J Obes Relat Metab Disord*. 1999 Jul; 23(7):738-45.
- 25- Kamel EG, McNeill G. Men are less aware of being overweight than women. *Obes Res*. 2000 Nov; 8(8):604.
- 26- Kay S. The psychological and anthropometric in body image. In: Norton K, Olds T, eds. *Anthropometrica*. Sydney, Austrália: University of New South Wales Press 1996:217-38.
- 27- McCabe MP, Ricciardelli LA, Sitaram G, Mikhail K. Accuracy of body size estimation: Role of biopsychosocial variables. *Body Image*. 2006 ; 3(2):163-71.



UFOP
Universidade Federal
de Ouro Preto



CERTIFICADO

Certifico que a aluna **Laís Carolina Fernandes**, autora do trabalho de conclusão de curso intitulado “**Percepção subjetiva de alunos do curso de Educação Física sobre a imagem corporal e variáveis antropométricas de mulheres adultas**”, efetuou as correções sugeridas pela banca examinadora e que estou de acordo com a versão final do trabalho.

Everton Rocha Soares

Orientador

Ouro Preto, 09 de fevereiro de 2018.