Recebido em: **19/03/2011** Emitido parece em: **18/04/2011** **Artigo inédito**

ANÁLISE DA CORRELAÇÃO ENTRE O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E IMAGEM CORPORAL EM MULHERES ACIMA DE 50 ANOS

Carla Ribeiro Ramos[1], Carminda Maria Goersch Fontenele Lamboglia[1],
Mônica Helena Neves Pereira Pinheiro[1].

RESUMO

Para manter o corpo saudável se faz necessária rotina, controle e muita força de vontade. A sociedade contemporânea é marcada por estereótipos pré-determinados, que muitas vezes estão longe dos padrões de saúde e qualidade de vida. Além das silhuetas de Stunkard, no qual é possível identificar a Imagem Corporal Atual (ICA) e Imagem Corporal Desejada (ICD), é possível utilizar o Índice de Massa Corporal (IMC) como outra alternativa para uma percepção realista da imagem corporal. Contudo, o objetivo do estudo é verificar a correlação entre a imagem corporal atual e desejada com o IMC. O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva e exploratória, com abordagem quantitativa, sendo a amostra composta por 97 mulheres, com idade média de 63,94±8,54, que praticam atividade física orientada por pelo menos três vezes na semana. Foram avaliados os parâmetros antropométricos (massa corporal, estatura e índice de massa corporal) e utilizou-se a escala de silhuetas de Stunkard *et al.,* a fim de identificar a imagem corporal atual e desejada. Os dados foram avaliados a partir da estatística descritiva (média, desvio padrão e frequência absoluta) e do coeficiente de associação de Spearman. Foi constatado que as idosas estavam em média com sobrepeso e que a correlação entre a imagem corporal atual e o IMC foi de intensidade moderada, porém entre e a imagem desejada e IMC, verificou-se baixa correlação. Conclui-se que, a maioria das mulheres participantes do estudo estavam insatisfeitas com seu corpo e que há uma correlação moderada entre imagem corporal atual e o IMC.

Palavras-chave: Imagem corporal, mulheres, índice de massa corporal.

CORRELATION ANALYSIS BETWEEN BODY MASS INDEX AND BODY IMAGE IN WOMEN OVER 50 YEARS

ABSTRACT

To keep your body healthy is necessary routine, control, and a lot of willpower. Contemporary societies are marked by pre-established stereotypes that often are far from the standards of health and life`s quality. Besides the silhouettes of Stunkard, to identify the Current Body Image (CBI) and Body Image Desired (BID), it is possible to use the Body Mass Index (BMI) as another alternative to a realistic perception of body image. However, the study aimed to identify the possible correlation between current and desired body image with BMI. The present study is characterized as a descriptive and exploratory research with a quantitative approach, the sample is composed by 97 women, mean age 63.94 ± 8.54, which do physical activity with a teacher support for at least three times a week. We evaluated anthropometric parameters (weight, height and body mass index) and used the scale silhouettes of Stunkard *et al.,* to identify the current and desired body image. The data were evaluated using descriptive statistics (mean, standard deviation and absolute frequency) and the association coefficient of Spearman. It was found that, on average, women were overweight and that the correlation between current body image and BMI was moderate intensity, but between the desire image and BMI, there was low correlation. It is concluded that most women in the study were not satisfied with their body and there is a moderate correlation between current body image and BMI.

Keywords: Body image, women, body mass index.

INTRODUÇÃO

Desde os povos antigos, a imagem corporal expressa comportamento, atitude, sensualidade, virilidade. Porém, para manter o corpo saudável se faz necessária rotina, controle e muita força de

vontade. A sociedade contemporânea é marcada por estereótipos pré-determinados, que muitas vezes estão longe dos padrões de saúde e qualidade de vida.

Acredita-se que a organização da imagem corporal não é, somente, neurológica nem mental, na verdade, existe uma interação entre o aspecto fisiológico, neural, emocional e fatores sociais. Entre esses aspectos existe uma relação de simbiose, no qual a análise desses processos de forma separada resultaria em uma análise falha (BARROS, 2005).

A imagem corporal pode estar associada, segundo Damasceno *et al.,* (2006), a uma construção inserida em várias dimensões que descrevem amplamente as representações internas da estrutura corporal e sua aparência física, em relação ao eu próprio e aos outros, como se fosse possível padronizar um indivíduo ideal e transformá-lo em padrão para a raça humana. Segundo Cash e Pruzinsky (1990 apud BARROS, 2005), a imagem corporal engloba as percepções, os pensamentos e os sentimentos sobre o corpo e suas experiências, ou seja, esta é uma experiência subjetiva. Esta experiência diz respeito aos sentimentos sobre nós mesmos, além disso, as imagens corporais são determinadas socialmente.

Este termo seria uma maneira de padronizar os diferentes componentes que integram a imagem corporal, dentre eles: satisfação com o peso, acuracia da percepção do tamanho, satisfação corporal, avaliação da aparência, orientação da aparência, estima corporal, corpo ideal, padrão de corpo, esquema corporal, percepção corporal, distorção corporal e desordem da imagem corporal, etc (THOMPSON *et al.*, 1999; DAMASCENO *et al.*, 2006).

O ser humano forma uma percepção e imagem do nosso corpo e é influenciada pelos conceitos e valores da sociedade, e estrutura-se também através do contato social. Formamos essa imagem a partir de nossas sensações, mas somos influenciados pelo que a sociedade pensa e idealiza sobre o nosso corpo. Damasceno *et al.,* (2006) completa afirmando que a insatisfação com a imagem corporal aumenta a medida que a mídia expõe belos corpos, fato este que tem determinado, nas ultimas décadas, uma compulsão pela busca a anatomia ideal. Ainda justifica, que, é possível que o grau de insatisfação com a imagem corporal seja o principal norteador ou incentivador para que os indivíduos iniciem um programa de atividade física ou também, em ambos os sexos, seja o responsável por inúmeras consequências negativas como distúrbios alimentares e dismorfias musculares.

Alguns estudos que relacionam a satisfação corporal com a idade demonstram que mulheres de meia idade e idosas se sentem insatisfeitas com a imagem corporal. Halliwell e Dittmar (2003 apud Matsuo *et al.*,2007) entrevistaram 42 mulheres e homens (22-62 anos) com o objetivo de compreender a relação que tinham com seus corpos, principalmente quanto às atitudes frente às mudanças com o envelhecimento. Os resultados revelaram que os homens tendem a focalizar a funcionalidade e as mulheres a aparência. Estes achados podem auxiliar na compreensão da insatisfação com o corpo nas mulheres durante velhice, visto que estas encaram o envelhecimento negativamente devido seu impacto na aparência.

Recente estudo na região Nordeste do Brasil, especificamente na Bahia, demonstrou que: dentre as 265 mulheres entrevistadas, com idades entre 60 e 96 anos, os resultados dos testes de imagem corporal proposta por nove silhuetas de Stunkard *et al.,* na análise da imagem corporal, 43% das idosas estavam satisfeitas com sua imagem corporal, pois escolheram a silhueta real igual à ideal, e 54%, insatisfeitas. Das idosas insatisfeitas, 34,9% estavam insatisfeitas com a "magreza", e 65,1% insatisfeitas com o excesso de peso corporal (TRIBESS *et al.*, 2010).

Além das silhuetas de Stunkard, é possível utilizar o Índice de Massa Corporal (IMC) como alternativa para uma percepção realista da imagem corporal. A partir desta variável é possível determinar a relação do peso corporal com a estatura do individuo, classificando-o em peso insuficiente (< 18,5 kg/m^2), normal (18,5 a 24,9 kg/m^2), sobrepeso (25 a 29,9 kg/m^2), obesidade classe I (30 a 34,9 kg/m^2), obesidade classe II (35 a 39,9 kg/m^2) e obesidade classe III (≥ 40 kg/m^2) sugerida no Manual do ACSM para Avaliação da Aptidã Física relacionada à saúde (ACMS, 2006).

Contudo, o objetivo do estudo é verificar possível correlação entre a imagem corporal atual e desejada com o IMC.

DESCRIÇÃO METODOLÓGICA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva e exploratória, com abordagem quantitativa (THOMAS e NELSON, 2002).

A população deste estudo é constituída por mulheres acima de 50 anos, residentes na cidade de Fortaleza - Ceará.

A amostra é composta por 97 mulheres, com idade média de 63,94±8,54, que praticam atividade física orientada por pelo menos três vezes na semana.

A pesquisa foi realizada em três locais distintos, no qual oferecem aulas exclusivamente para o público de terceira idade, sendo eles: Universidade de Fortaleza, Círculo Militar e projeto social desenvolvido no município de Caridade.

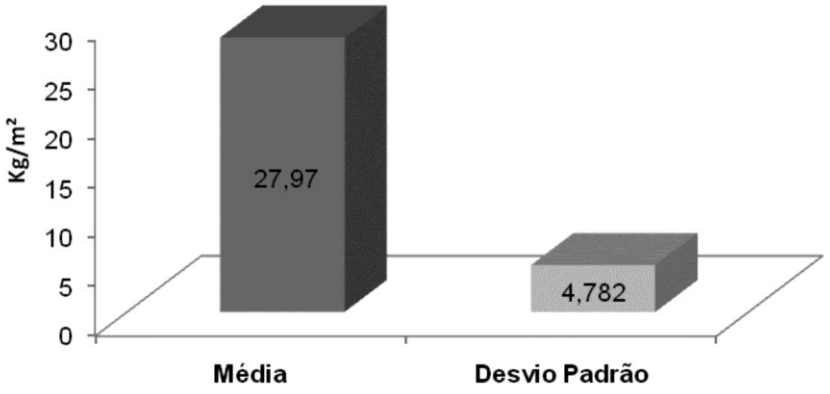
Como instrumento do estudo, avaliou-se os parâmetros antropométricos (massa corporal, estatura e índice de massa corporal). Além disso, utilizou-se a escala de silhuetas de Stunkard *et al.,* (1983) a fim de identificar a Imagem Corporal Atual (ICA) e Imagem Corporal Desejada (ICD). Para isso, um conjunto de silhuetas feminino foi disponibilizado, tendo este nove variações em ordem crescente de tamanho corporal, no qual o número 1 representava magreza extrema e o número 9 obesidade mordida.

Os dados foram submetidos a um tratamento estatístico, utilizando o pacote *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 16.0 for Windows, do tipo descritivo (média, desvio padrão e frequência absoluta) e, para verificar a correlação entre as variáveis, utilizou-se o coeficiente de associação de Spearman. O nível de significância adotado é de $p<0,05$.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

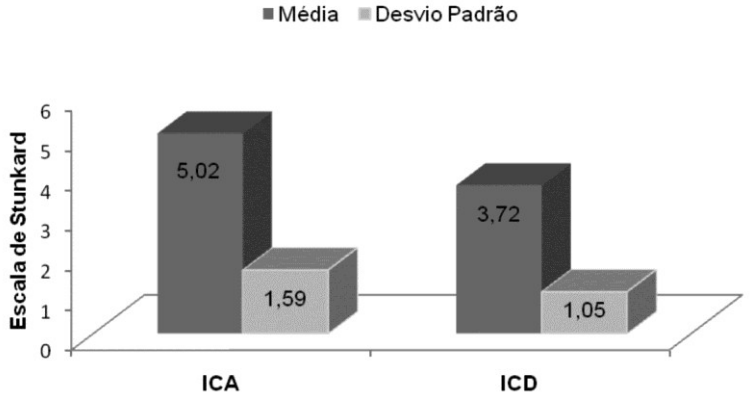
De acordo com a Figura 1, é possível observar o resultado médio e desvio padrão da variável de Índice de Massa Corpórea, ou seja, segundo o *American College of Sports Medicine* (2006), as idosas participantes deste estudo apresentaram sobrepeso (25 a 29,9kg/m^2).

Figura 1. Resultado médio e o desvio padrão da imagem corporal atual e da imagem corporal desejada.



A Figura 2 evidencia a média e o desvio padrão da Imagem Corporal Atual (ICA) e da Imagem Corporal Desejada (ICD).

Figura 2. Resultado médio e o desvio padrão da ICA e ICD.



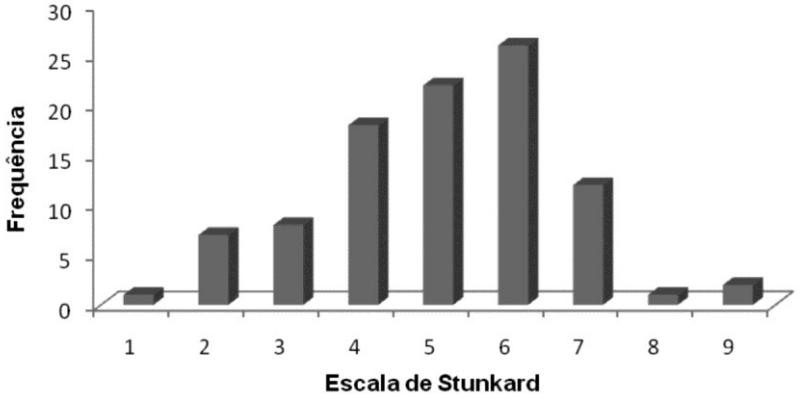
Através da correlação de Spearman, verificou-se que a relação entre a imagem corporal atual e o IMC foi de r=0,738, o que significa que foi de intensidade moderada. No caso da relação entre imagem corporal desejada e IMC, constatou-se baixa correlação (r=0,287).

Conforme Tribess (2006), após ter analisado o IMC das idosas em relação à percepção da imagem corporal, nas categorias de satisfeito e insatisfeito, concluiu-se que as idosas satisfeitas apresentaram IMC de 24,29 kg/m^2 (normal), enquanto que as idosas insatisfeitas apresentaram valor superior de 27,77 kg/m^2 (sobrepeso). Neste mesmo estudo, a autora observou que houve maior proporção de idosas insatisfeitas com a imagem corporal classificadas com baixo peso (88,9%) e sobrepeso (65,7%), porém, no caso das idosas classificadas como normal (62,9%), estas estavam satisfeitas com sua autoimagem.

Hill e Williams (1998) corroboram com as mesmas ideias, no qual evidenciou-se aumento progressivo da insatisfação corporal, em mulheres obesas com média de 45 anos de idade, associado ao aumento da variável IMC.

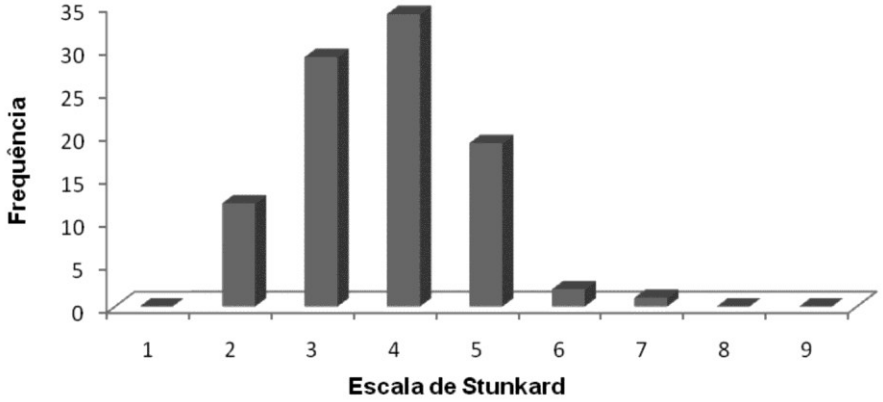
A Figura 3 e 4 indica a frequência absoluta da distribuição da amostra em relação a silhueta atual e a desejada, das mulheres acima de 50 anos. Percebe-se que, no caso da ICA, os indivíduos se identificaram mais com a silhueta de número 6.

Figura 3. Distribuição da amostra em relação a escolha da silhueta atual, ICA.



Por outro lado, no caso da ICD, verificou-se que as mulheres se identificaram mais com a silhueta 4 e 3, ou seja dois pontos abaixo da autoimagem identificado na ICA. No entanto, percebe-se que, a maioria da amostra não está satisfeita com o seu corpo atual. Tiggemann (2004 *apud* DAMASCENO *et al.*, 2006) afirma que a insatisfação com a imagem corporal, em pessoas idosas, prevalece em virtude da diminuição das funções corporais, do que pela forma ou massa corporal. O mesmo autor ainda descreve as partes do corpo de maior insatisfação, o que revela maior preocupação com os aspectos funcionais do que a aparência, sendo eles: olhos, mãos, dedos, pernas e o peso corporal.

Figura 4. Distribuição da amostra em relação a silhueta desejada.



Resultados semelhantes foram diagnosticados por Damasceno *et al.,* (2005), no qual, o gênero masculino não estava satisfeito com a sua imagem corporal, pois gostariam de ter um corpo mais forte e volumoso e com baixo percentual de gordura. Para o gênero feminino, o tipo físico ideal é um corpo mais magro e menos volumoso, com IMC de 20 kg/m^2, aonde para aquelas mulheres que identificaram sua silhuetas maiores que 3 notou-se a tendência de diminuir duas posições, porém para aquelas que se identificaram com as silhuetas 2 e 3, estas não querem mudar.

Nos estudos de Braggion *et al.,* (2000), que teve como objetivo comparar as variáveis antropométricas de acordo com o índice de satisfação da imagem corporal em senhoras ativas acima de 50 anos de idade, o índice de satisfação com a imagem corporal foi determinado através diferenca entre a imagem corporal considerada atual e a considerada ideal pelas. Utilizou-se a mesma proposta de Stunkard *et al.,* (1983), no qual os resultados demonstram que o grupo com maior grau de insatisfação com a imagem corporal apresentou valores significativamente maiores de peso e adiposidade corporal e menor nível de atividade física.

Benedetti *et al.,* (2003) realizaram pesquisa no qual foi avaliado os efeitos da implementação de um programa de exercício físicos sistemáticos sobre a autoimagem e autoestima de idosos, divididos em 2 grupos: experimental e controle. Concluíram que os idosos do grupo experimental apresentam melhora acentuada na autoestima e autoimagem em relação ao grupo controle, ou seja, a prática de exercício físico tem efeitos positivos na questão da autoimagem.

CONCLUSÃO

Foi possível constatar que as mulheres participantes deste estudo estavam com sobrepeso e se mostraram insatisfeitas com a sua autoimagem, pois, no geral, a imagem corporal atual se encontrava entre a silhueta 5 e 6, no caso da imagem desejada esta se encontrava em torno da silhueta 3 e 4.

Verificou-se que há uma correlação moderada entre esta variável e o IMC, por outro lado uma baixa associação entre a ICD e o IMC. O motivo para tal achado deve estar, provavelmente, vinculado ao nível de atividade destas.

Sugerem-se atividades multidisciplinares, juntamente com a Nutrição e a Educação Física, a fim de orientar as mulheres praticantes de atividade física a obter hábitos de vida saudáveis, no intuito de provocar mudanças no perfil antropométrico desta e, consequentemente, na sua satisfação com o corpo.

REFERÊNCIA

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACMS). **Manual do ACMS para avaliação da aptidão física relacionada à saúde**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

BARROS, D. D. Imagem Corporal: a descoberta de si mesmo. **História, Ciências, Saúde**, v. 12, n. 2, p. 547-54, 2005.

BENEDETTI, T. B.; PETROSKI, E. L.; GONÇALVES, L. T. Exercícios físicos, auto-imagem e autoestima em idosos asilados. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 5, n. 2, p. 69-74, 2003.

BRAGGION, G. F.; MATSUDO, S. M. M.; MATSUDO, V. K.; ANDRADE, E. L.; ARAUJO, T. L. Comparacao das variaveis antropometricas de acordo com o grau de satisfacao com a aparencia corporal em senhoras ativas acima de 50 anos. **Anais do XXIII Simpósio Internacional de Ciências do Esporte,** São Paulo, 05-08 outubro, 2000.

DAMASCENO, V. O; LIMA, J. R. P.; 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, 2005.

DAMASCENO, V. O; VIANNA, V. R. A.; VIANNA, J. M; LACIO, M.; LIMA, J. R. P; NOVAES, J. S. Imagem corporal e corpo ideal. **R. Bras. Ci. e Mov**., v. 14, n. 2, p. 81-94, 2006.

HILL, A. J.; WILLIAMS, J. Psychological health in a non-clinical sample of obese women. **International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders**, v. 22, n. 6, p.578-83, 1998.

MATSUO, R. F.; VELARDI, M.; BRANDÃO, M. R. F.; MIRANDA, M. L. J. Imagem corporal de idosas e atividade física. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 6, n. 1, 2007.

STUNKARD, A. J; SORENSON, T.; SCHLUSINGER, F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In S.S. Kety; L.P. Rowland; R.L. Sidman; S.W. Matthysse (Eds.) **The genetics of neurological and psychiatric disorders**. New York: Raven, p. 115-120, 1983.

THOMAS, J. N.; NELSON, J. K. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

THOMPSON, J. K.; COOVERT, M. D.; STORMER, S. Body image, social comparison, and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation. **International Journal of Eating Disorders**. v. 26, p. 43–51, 1999.

TRIBESS, S. **Percepção da imagem corporal e fatores relacionados à saúde em idosas**. 2006. 99f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, 2006.

TRIBESS, S.; JUNIOR, J. S. V.; PETROSKI, E. L. Estado nutricional e percepção da imagem corporal de mulheres idosas residentes no Nordeste do Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 15, n. 1, 2010.

[1] Universidade de Fortaleza - UNIFOR

Rua Canuto de Aguiar, 425
Meireles
Fortaleza/CE
60160-120