



GT 02 – EDUCAÇÃO FÍSICA, CORPO E CULTURA

A AUTO PERCEPÇÃO ESTÉTICA NA SOCIEDADE MODERNA

Vinicius Miranda de Jesus¹
Jean Marcos Alves Ferreira²
Willian da Silva Lima³

Palavras-chave: Dependências; adultos jovens; patologia

Introdução

A vigorexia é um transtorno dismórfico da imagem corpórea, é uma doença ainda com poucos estudos descritos na literatura e seus diagnósticos ainda são pouco precisos. O indivíduo com esse transtorno tem uma busca desenfreada por um corpo dito como esteticamente melhor, colocando-o como seu principal objetivo e apresentando como principal característica uma distorção visual sobre si mesmo (AZEVEDO, 2012). Afeta mulheres e homens praticantes de musculação, podendo vir a desenvolver no pior dos casos a depressão (ALMEIDA, 2018).

Na fase de adolescência é sabido que ocorrem grandes transformações e as preocupações acerca da autoimagem são desenvolvidas. Isso tem potencial para desenvolver doenças psíquicas e distúrbios alimentares, como a vigorexia (ALMEIDA, 2018). Um estudo do Kimber et al com 10.962 jovens de 11 a 19 anos, verificou que entre 17 e 43% desses jovens tem distorção da autoimagem (KIMBER, 2015).

Rodrigues, Araújo e Alencar (2008), apresentam em um estudo realizado através de um questionário que, a imagem corporal é a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio. A indústria cultural pelos meios de comunicação encarrega-se de criar desejos e reforçar imagens padronizando corpos. Olhares voltam-se ao corpo na contemporaneidade sendo moldado por atividades físicas, cirurgias plásticas e tecnologias estéticas.

De acordo com Soler et al (2013), após um levantamento realizado que envolveu sujeitos do sexo masculino, um grupo classificado como dependente ou em risco quanto à dependência de exercício revela níveis médios superiores de vigorexia. Com isso, verifica-se uma tendência a

¹ Universidade Estadual de Goiás - ESEFFEGO – E-mail: viniciusmjesus1@hotmail.com.

² Universidade Estadual de Goiás - ESEFFEGO

³ Universidade Estadual de Goiás - ESEFFEGO

aumentar os vigorexos e consequentemente o aumento do risco de dependência de exercício. Petroski e colaboradores (2012) ressaltam que população urbana é mais afetada por esse problema, ressaltando assim o poder industrial dos publicitários na venda de corpos esbeltos nas grandes cidades.

Os corpos no cinema afetam e servem como referência na constituição dos sentidos de corpo ideal indo das roupas até as dietas dos personagens. As produções fílmicas mostram corpos que se assemelham aos espectadores, pois também funcionam como um meio de comunicação que carrega formas de destacar seus pontos de vista que posicionam os personagens na sociedade. Entretanto, a promessa dos diretores de proporcionar estímulos para que os fãs passem a cuidar do corpo podem em verdade contribuir com casos de frustração, alienação corporal e consequentemente doenças de natureza física ou psicológica (GOMES, 2016).

O conceito de corpo e beleza sofre mudanças socioeconômicas e culturais constantemente. Atualmente é comum em uma jovem adulta o desejo de se tornar mais sedutora e sensual, e para um jovem adulto, a força muscular é considerada como fonte de beleza, sensualidade e masculinidade. A mídia é a principal influenciadora, com produtos ditos como quase milagrosos, dietas padronizadas e corpos denominados como modelos de perfeição estética que estão ligados a interesses de indústrias do setor financeiro e empresas produtoras de mercadorias (BRAGAI, 2010).

A insatisfação com a estética corporal é variável entre os indivíduos de ambos os sexos. Agrega os níveis físico, emocional e mental, algumas vezes afetando até mesmo o cotidiano, pois é considerado um transtorno de linhagem obsessivo compulsiva, pois o indivíduo sempre quer mais musculatura, mais exercícios físicos e, sofre com a constante distorção da imagem corporal, agregando muitas vezes o uso de recursos ergogênicos para resultados mais rápidos e satisfatórios (VARGAS, 2013).

O objetivo desse estudo é identificar fatores propícios à dependência de adultos jovens de ambos os sexos na prática incessante de exercícios físicos em prol de melhorias estéticas, destacando os principais causadores e/ou influenciadores desse transtorno.

Metodologia

O presente artigo baseia-se em uma pesquisa de revisão, onde foi escolhido a CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) como base de dados para a pesquisa. Os artigos passaram por uma seleção, sendo os critérios utilizados: periódicos revisados por pares, trabalhos publicados nos últimos 10 anos e artigos que abordaram vigorexia e adultos

jovens (19 a 24 anos).

Resultados

Azevedo et al (2012) analisaram que homens são mais propícios ao transtorno, a idade média é de 24 anos na aquisição da patologia. A idade investigada tem alguns fatores que corroboram como início do treinamento de força, pressões sociais, principalmente da família por estudos e trabalho, hábitos não saudáveis que começam a causar efeitos negativos no corpo e a própria exigência midiática por aceitação social. Cidades como Curitiba e Campinas, legitimam o dado, já que 61,7% dos frequentadores têm entre 20 e 29 anos em Curitiba, enquanto que Campinas, 59,6% de 17 e 29 anos.

Almeida e contribuintes (2018) chegaram à conclusão que fatores tecnológicos e os novos meios comunicação influenciam negativamente nos comportamentos. Mulheres jovens sofrem pressão por corpo perfeito, esse fator, se não alcançado causa insatisfação corporal ocasionando maior probabilidade de desenvolver problemas como, baixa autoestima e a vigorexia. A insatisfação corporal potencializa o risco distorção dismorfia corporal, isso pode ser com baixo peso ou até excesso, sendo que magnitude de baixo peso está maior entre os imigrantes (KIMBER, 2015).

Rodrigues, Araújo e Alencar (2008) compreendem que, as indústrias e as mídias cultural busca pelos meios de comunicação criar padrões de beleza fazendo com que as pessoas queiram aquele corpo padronizado, seja por meio de atividade física, cirurgias plásticas e tecnologias estéticas. Com isso as pessoas apresentam uma preocupação com sua massa muscular, fazendo com que mude seu comportamento alimentares, podendo causar anorexia nervosa ou bulimia. Buscando através da alimentação o corpo perfeito, até mesmo utilizando remédios e suplementos.

Ao compreender a dependência de exercício e vigorexia em frequentadores de academia e fisiculturista, Soler et al (2013) foi capaz de comparar os níveis de vigorexia e o exerce de atividade física dos frequentadores das academias, fazendo com que os frequentadores de academia atuam mais nos sintomas de abstinência continuidade e intenções, já a fisiculturista trabalha mais tolerância, descontrole, tempo e redução das atividades. Ou seja, os frequentadores de academias praticam atividade física a mais tempo do que os fisiculturistas e também que apresentam uma frequência semanal maior para essa atividade.

Contrariando o estudo de Azevedo(2012), Petroski, Pelegrini e Glaner (2012), diz que o

predomínio de insatisfação com a imagem corporal são nas mulheres devido à pressão exercida pelas mídias e pela sociedade de acordo com os padrões de beleza definido pela magreza, fazendo com que as mulheres sofrem por distúrbios alimentares. No mesmo estudo afirmam maior insatisfação com corpo nos adolescentes urbanos quando relacionados aos rurais.

Dentro os fatores limitantes ao resultado é que há poucos estudos sobre a temática atualmente na literatura e, os mesmos tratam mais de fisiculturista, que comumente sofre com o problema, isso limita a generalização para sociedade não atleta. Sobrepondo esse fator, salienta-se que a vigorexia se dá através de alguns fatores, como: insatisfação com o corpo, construção social internalizada sobre ideal, baixo autoestima e pressão midiática (AZEVEDO, 2012).

Considerações finais

Conclui-se que homens e mulheres na fase de adulto jovens (19 a 24 anos) têm fatores sociais e biológicos propícios ao desenvolvimento da vigorexia. Isso porque, nessa idade há uma fase de posicionamento social e de identificação pessoal. A estética corporal influenciada por modelo midiático, por um padrão corporal social moderno e a baixa autoestima relacionada a constante insatisfação com a autoimagem ou desempenho, são os motivos na obtenção deste problema. O transtorno dismórfico corporal, dismorfia muscular ou vigorexia, podem causar prejuízos socioculturais e psicológicos, podem gerar transtornos psiquiátricos, transtornos alimentares, fobia social e transtorno de identidade de gênero, comprometendo assim os níveis físico, emocional e mental (VARGAS, 2013). Na atualidade, a estética do corpo na sua relação com a beleza, na maioria das vezes é colocada de forma enfática levando ao entendimento que o mesmo é sinônimo de sucesso, força e poder nas relações sociais e profissionais, promovendo satisfação pessoal, aceitação e caracterizando-se como saudável. Porém, como este estudo identificou, nem todo corpo musculoso, forte e volumoso significa uma saúde inabalável e sim o começo ou fim de um transtorno mortal. VARGAS (2013) diz ser importante expandir essa discussão ajudando o profissional da área da saúde a intervir de forma mais objetiva e eficiente.

Referências

AZEVEDO, A.P.; FERREIRA, A.C.; SILVA, P.P. Da; CAMINHA, I.O.; FREITAS, C.M. Dismorfia muscular: A busca pelo corpo hiper musculoso. Motri. [Internet]. 2012 [citado 2018 Out 24]; 8 (1): 53-66. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2012000100007&lng=pt.

[http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.8\(1\).240](http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.8(1).240).

ALMEIDA, C.A Nogueira de; GARZELLA, R.P.; NATERA, C.C.; ALMEIDA, A.C.F; FERRAZ, I.S.; CIAMPO, L.A.D. Distorção da autopercepção de imagem corporal em adolescentes. *International Journal of Nutrology* 2018; 11(02): 061-065 <https://doi.org/10.1055/s-0038-1669407>.ISSN 1984-3011.

KIMBER, M.; GEORGIADES, K.; COUTURIER, J.; JACK, S. M.; WAHOUSH, O. &. (2015). Adolescent Body Image Distortion: A Consideration of Immigrant Generational Status, Immigrant Concentration, Sex and Body Dissatisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(11), 2154-2171.

RODRIGUES, J. B.; ARAÚJO, F. A. De; ALENCAR, E. F. (2008). Modelo experimental de questionário para identificação de possíveis indivíduos que apresentam indícios de vigorexia. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, São Paulo v. 2, n. 12, p. 390-395, Novembro/Dezembro, 2008. ISSN 1981-9927.

SOLER,P. T.; FERNANDES, H. M.; DAMASCENO, V. O.; NOVAES, J. S. Vigorexia e níveis de dependência de exercício em frequentadores de academias e fisiculturistas. *Rev. Bras. Med. Esporte* [online]. 2013, vol.19, n.5, pp.343-348. ISSN 1517-8692. Disponível em: [www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-86922013000500009&script=sci_abstract&tlng=pt)

[86922013000500009&script=sci_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-86922013000500009&script=sci_abstract&tlng=pt)

PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; GLANER, M. F. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. *Ciênc. Saúde coletiva* [online]. 2012, vol.17, n.4, pp.1071-1077. ISSN 1413-8123. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232012000400028>. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232012000400028&script=sci_abstract&tlng=pt

GOMES, Isabelle Sena; CAMINHA, Iraquitã de Oliveira. Os discursos de corpo bem dito, mal dito e não dito: uma análise a partir de filmes. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*. 2016;38(4):414-421 [online]. Publicado por Elsevier Editora Ltda. João Pessoa-PB- Brasil. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbce/v38n4/0101-3289-rbce-38-04-0414.pdf>

BRAGAI, Patrícia Déa; MOLINAI, Maria del Carmen Bisi; FIGUEIREDO, Túlio Alberto Martins de. Representações do corpo: com a palavra um grupo de adolescentes de classes populares. *Ciênc. Saúde coletiva* vol.15 no.1 Rio de Janeiro Jan. 2010. [online]. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232010000100014>

VARGAS, Camila Serro; MORAES, Cristina Bragança de; MOZZAQUATRO, Natália Faresin; KIRSTEN, Vanessa Ramos. Prevalência De Dismorfia Muscular Em Mulheres Frequentadoras De Academia. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, São Paulo. v. 7. n. 37. p.28-34. Jan/Fev. 2013. ISSN 1981-9927.