



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO

CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

RAFAEL YARI CORDEIRO

**PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE UNIVERSITÁRIOS ATLETAS E NÃO  
ATLETAS**

**FORTALEZA**

**2020**

RAFAELYARI CORDEIRO

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE UNIVERSITÁRIOS ATLETAS E NÃO  
ATLETAS

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física da Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO sob orientação da Profa. Me. Raissa Forte Pires Cunha como parte dos requisitos para a conclusão do curso.

FORTALEZA

2020

RAFAEL YARI CORDEIRO

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE UNIVERSITÁRIOS ATLETAS E NÃO  
ATLETAS

Este artigo foi apresentado no dia 03 de dezembro de 2020 como requisito para obtenção do grau de Bacharel do Centro Universitário Fametro - UniFametro, tendo sido aprovada pela banca examinadora composta pelos professores

BANCA EXAMINADORA

---

Prof. Me. Raissa Forte Pires Cunha

Orientadora - UNIFAMETRO

---

Prof. Me. Ronnisson Luis Carvalho Barbosa

Membro - UNIFAMETRO

---

Prof. Me. Roberta Oliveira da Costa

Membro - UNIFAMETRO

# PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE UNIVERSITÁRIOS ATLETAS E NÃO ATLETAS

*Rafael Yari Cordeiro<sup>1</sup>*  
*Raissa Forte Pires Cunha<sup>2</sup>*

## RESUMO

A imagem corporal possui vários componentes em seu construto, um destes é a insatisfação corporal que possui relação com atitudes e comportamentos que o indivíduo tem acerca do próprio corpo. Essa insatisfação é afetada por uma infinidade de fatores, pode-se citar como exemplo, a cultura, a mídia e a prática de atividades físicas. O objetivo do trabalho foi comparar a percepção da imagem corporal de universitários atletas e não atletas. Trata-se de uma pesquisa descritiva do tipo documental de abordagem quantitativa. Foi realizada no mês de fevereiro de 2020 a março de 2020. A amostra foi composta por 116 universitários atletas e não atletas dos cursos de graduação da Universidade. Para a coleta de dados foi utilizado o Questionário Body Shape Questionnaire (BSQ-34) para avaliar a insatisfação corporal dos universitários. A análise das respostas e o cálculo de prevalência foram realizados através da estatística descritiva (média, mínima, máxima, frequência e percentuais). Os principais resultados apontam os acadêmicos atletas possuem a percepção mais positiva em relação a sua imagem corporal de acadêmicos não atletas. Os não atletas apresentaram insatisfação moderada e grave de 8,5%, enquanto os atletas 7% de insatisfação moderada com a imagem corporal. Ademais, nenhum atleta apresentou insatisfação grave. No entanto, ainda é necessário o desenvolvimento de novos estudos no ambiente universitário direcionados a esse tema, que considerem variáveis como gênero e aspectos sócio econômicos, por exemplo. Os resultados deverão ser compartilhados com a Célula de Esportes da Universidade para que sejam traçadas estratégias de abordagem da insatisfação corporal no âmbito social, com vistas a mitigar complicações psicológicas/mentais.

**Palavras – chave:** Imagem corporal. Universitários. Atletas

---

1Graduando No Curso De Educação Física Do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

2 Mestre em Ensino na Saúde. Professora Adjunto Do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

## ABSTRACT

Body image has several components in its construct, one of which is body dissatisfaction that is related to attitudes and behaviors that the individual has about his own body. This dissatisfaction is affected by a multitude of factors, such as culture, the media and the practice of physical activities. The aim of the study was to compare the body image perception of university athletes and non-athletes. This is a descriptive research with a quantitative approach. It was carried out from February 2020 to March 2020. The sample consisted of 116 university athletes and non-athletes from the University's undergraduate courses. For data collection, the Body Shape Questionnaire (BSQ-34) was used to assess the students' body dissatisfaction. The analysis of responses and the calculation of prevalence were performed using descriptive statistics (mean, minimum, maximum, frequency and percentages). The main results point out that academic athletes have the most positive perception in relation to their body image of non-academic students. Non-athletes showed moderate and severe dissatisfaction of 8.5%, while athletes 7% of moderate dissatisfaction with body image. Furthermore, none of the athletes showed serious dissatisfaction. However, it is still necessary to develop new studies in the university environment aimed at this theme, which consider variables such as gender and socioeconomic aspects, for example. The results should be shared with the Sports Cell of the University so that strategies for addressing body dissatisfaction in the social sphere are drawn up, with a view to mitigating psychological / mental complications.

**Keywords:** Body image. University students. Athletes.

## 1 INTRODUÇÃO

A imagem corporal possui vários componentes em sua estrutura, um destes componentes é insatisfação corporal que possui relação com as atitudes e comportamentos que o indivíduo tem relacionado ao seu corpo (RICCIARDELLI; MCCABE; BANFIELD, 2000; SCHERER *et al.*, 2010).

A insatisfação corporal é afetada por uma infinidade de fatores, pode-se citar como exemplo, a cultura, a mídia e a prática de atividades físicas (HAUSENBLAS; DOWNS, 2001). A mídia é um dos meios influenciadores sobre a estética masculina e feminina que padronizam a magreza como o ideal de beleza para as mulheres e a musculosidade para homens (SCHERER *et al.*, 2010). Esse é um dos motivos que fazem da gordura corporal algo negativo diante da sociedade (CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005). Nesse sentido, os hábitos de praticar atividades físicas podem representar positivamente influenciando melhora na satisfação com a imagem corporal do indivíduo, uma vez que ocorrem diversas alterações morfológicas decorrentes delas (FORTES, 2011).

Partindo do pressuposto que o esporte também é considerado uma atividade física, tem-se a seguinte hipótese: os atletas têm uma aceitação mais positiva da imagem corporal, tendo em vista que a prática esportiva pode minimizar o índice de insatisfação corporal.

No âmbito universitário é de suma importância diagnosticar a insatisfação com a imagem corporal desses acadêmicos dos mais diversos cursos, e não apenas os acadêmicos da área da saúde, uma vez que é uma temática que concerne à saúde mental dos universitários. Além disso percebeu-se a carência de estudos comparativos acerca da temática que envolvam atletas e não atletas brasileiros. Ademais o número de pesquisas relacionadas à imagem corporal no ambiente universitário teve um acréscimo relevante nas últimas décadas (ALVARENGA; SCAGLIUSI; PHILIPPI, 2011; CLAUMANN *et al.*, 2014; FERRARI; PETROSKI; SILVA, 2013). Estudos realizados com universitários de diversos cursos de graduação da área da saúde mostram que boa parte de acadêmicos estão insatisfeitos com a sua imagem corporal, principalmente, os do sexo feminino quando relacionados à gordura

corporal (FRANK *et al.*,2016). Nesse contexto, o presente estudo se propõe a comparar essa insatisfação com o corpo entre os acadêmicos atletas e não atletas.

Diante do exposto, o objetivo da pesquisa foi comparar a percepção da imagem corporal de universitários atletas e não atletas.

O pesquisador da presente pesquisa, ao assistir os treinos da seleção de voleibol de uma instituição universitária pública, escutou de alguns atletas expressões, como: “quero ficar forte, estou muito magro”, “estou muito gordo, preciso emagrecer”, dentre outras, que podem apontar uma insatisfação com a imagem corporal, reforçando a necessidade de um aprofundamento sobre a temática da percepção da imagem corporal. A mesma atitude foi observada nos treinos de alguns atletas de outra Universidade do qual foi integrante de uma célula de esportes por alguns meses como preparador físico. Tais fatos justificam essa pesquisa

Acredita-se que os resultados do presente estudo serão relevantes para: a) os participantes da pesquisa, pois terão o diagnóstico da insatisfação corporal e que pode influenciar em complicações psicológicas/mentais; e b) para outras seleções de esportes universitários que não possuem diagnóstico e nem estudo epidemiológico que trate da situação de imagem corporal dos atletas universitários, pois a coordenação da mesma poderá usufruir desse diagnóstico e protocolo no âmbito social junto aos atletas, caso haja uma problemática vigente; e para a área de conhecimento em questão.

## **2 REFERÊNCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Imagem corporal e atividade física**

A imagem corporal é a forma figurativa em que o indivíduo processa essa imagem e a estrutura em seu subconsciente, sendo assim ele cria uma imagem do seu próprio corpo que se mostra para si, podendo apresentar-se de várias formas, sejam elas, visuais, táteis entre outras (MATARUNA, 2004). Essa imagem pode ser definida como um desenho que a mente faz da figura e formato do corpo, apoiada pela percepção da imagem construída pela mente e o modo de reagir a determinadas situações que envolvem pensamentos e sentimentos relacionados ao seu corpo (SLADE,1994).

Vale ressaltar que a imagem corporal é um processo contínuo e representativo da aparência do indivíduo que surge desde do nascimento, e passa por todas as fases

de desenvolvimento do indivíduo até chegar o último dia de vida do ser humano, nas quais o mesmo vivencia diversas transformações de acordo com o ambiente em que vive (MATARUNA, 2004).

Outro fator importante é que a representação criada na mente do indivíduo em seu próprio corpo é vigorosamente influenciada por fatores culturais e ambientais (CAMPANA; TAVARES; GARCIA JÚNIOR, 2012; CASH; GRASSO, 2005). Dentro desses fatores não se pode deixar de considerar a mídia como um possível influenciador, bem como a prática de diversos esportes que podem contribuir de forma direta na percepção em que o indivíduo tem acerca da sua forma corporal (MELO *et al.*, 2016).

A prática de atividade física tem uma forte relação com a imagem corporal, principalmente quando praticada de forma regular, tendo em vista que proporciona modificações na composição corporal, além disso modela o corpo, deixando-o mais simétrico. Diante disso, a prática vem sendo utilizada como um ótimo instrumento de intervenção quando se trata de satisfação ou insatisfação corporal. Outrossim, os efeitos gerados nos aspectos psicológicos têm se mostrado de forma positiva, influenciando diretamente na melhoria da autoestima, reduzindo o grau de estresse e ansiedade (SILVA; NUNES, 2014).

Vários estudos trazem em seus dados que essa prática regular é relevante durante todas as fases de desenvolvimento do ser humano, sejam eles crianças, jovens, adolescentes ou idosos, além de que possibilita uma vida saudável e aumento da qualidade de vida dos indivíduos (SCHEFER, 2015).

Na sociedade atual, a atividade física é considerada um grande pilar da saúde em geral que fortalece cada vez mais a perspectiva de uma vida saudável (CAVALHEIRO, 2018). Pesquisas científicas evidenciam inúmeros benefícios dessa prática considerada um fator comportamental de saúde da humanidade (BERTOLDI; HALLAL; BARROS, 2006). Apesar disso ainda é preocupante o grande número de estudos que confirmam a inatividade física da população, principalmente no meio acadêmico, já que os estudantes acabam assumindo mais compromissos na universidade em busca de obter uma melhor qualificação para se destacar no mercado profissional. Devido a isso o tempo se torna mais “curto” fazendo com que ele opte pelas prioridades acadêmicas e profissionais, deixando de lado muitas vezes a prática de atividades físicas (CAVALHEIRO, 2018).



Diante de todos os fatores expostos acima, pode-se afirmar que a atividade física é potencialmente capaz de proporcionar uma melhoria das condições de saúde da população em geral, lembrando que a imagem corporal é um componente atribuído a saúde mental.

## **2.2 Esporte Universitário**

O esporte universitário no nosso país, bem como várias outras manifestações relacionadas ao desporto vem de longas datas na nossa sociedade. A prática dos esportes já ocorria em algumas instituições, porém sua regulamentação ocorreu posteriormente pelo poder público (MEZZADRI, 2000).

Segundo Borges e Buonicore (2007), os marcos iniciais da história do esporte educacional no Brasil remetem ao ano de 1916, período em que são realizadas disputas envolvendo universitários de Rio de Janeiro e São Paulo. Em 1935 ocorre a primeira competição envolvendo outros estados: Minas Gerais, Paraná, Bahia, o antigo Distrito Federal (Guanabara), além de Rio de Janeiro e São Paulo.

No período compreendido entre 1935 até os dias atuais houve diversas mudanças no âmbito desportivo, isso devido a uma variabilidade de alterações, principalmente em leis que disciplinam os desportos, inclusive a Constituição Federal, permitindo a criação de um órgão responsável exclusivamente para tratar de assuntos relacionados ao esporte, que é o Ministério dos Esportes. Diante desses acontecimentos o esporte educacional brasileiro passa a enfrentar grandes mudanças, os jogos passam a ter uma gestão que se responsabiliza para que seja realizado os jogos universitários (JUBS) juntamente com o apoio do Ministério dos Esportes e outros órgãos, como, o Comitê Olímpico Brasileiro e Confederações Brasileira de Desporto Universitário (CBDU). Quanto as etapas ocorridas na esfera estadual, a responsabilidade fica a cargo das federações esportivas que compõe cada estado (BORGES; BUONICORE, 2007).

Houve uma evolução do esporte universitário, as faculdades privadas utilizam o esporte como uma ferramenta de marketing para atrair alunos, inclusive chegam a contratar atletas, esses ganham bolsa de estudos para graduação e até mesmo pós-graduação e isso favorece muitas vezes o interesse de jovens a se tornarem atletas. Enquanto que em algumas universidades públicas é oferecido como projeto de

extensão para os acadêmicos, porém a sua prática ainda se dá mais no âmbito amador (VOSER *et al.*, 2016).

Os atletas possuem características bem particulares impostas pelo ambiente atlético, como por exemplo, o controle do peso corporal, influência psicológica exercidas por treinadores, dentre outros, no intuito de alcançar resultados positivos nas competições, mantendo-se em um padrão morfológico que lhe proporcione um alto rendimento físico (SUNDGOT-BORGEN; TORTVEIT, 2004). Características como essas fazem com que os próprios atletas se tornem mais rigorosos com sua forma corporal, havendo grandes índices insatisfatórios corporais diante da reprovação da sua imagem (FORTES *et al.*, 2011).

É de notório conhecimento que atletas possuem um maior nível de massa muscular e um percentual de gordura mínimo em relação aos indivíduos que não são atletas (KRENTZ; WARSCHBURGER, 2011). Os homens geralmente apresentam maior vontade em obter um maior volume nas dimensões do corpo, já as mulheres diferem, pois elas já tendem a um padrão corporal de dimensões menores (MARTINS *et al.*, 2012).

É importante destacar nesse estudo que a insatisfação corporal, seja ela pela magreza ou por musculosidade, em ambos os sexos poderá afetar o desempenho dos atletas, embora seja de forma indireta. Cita-se alguns esportes individuais, como por exemplo, boxe, judô e algumas modalidades de esportes coletivos: vôlei, futebol e handebol. Essas modalidades exigem do atleta o nível alto de concentração que pode influenciar diretamente na percepção de cada movimento que ocorre durante a competição, essa percepção esportiva é importante para que o atleta durante a competição consiga tomar as melhores decisões que poderão influenciar nos resultados. Diante disso, percebe-se que distrações mentais podem afetar o desempenho dos atletas durante a competição. Logo, a insatisfação com o próprio corpo pode gerar sentimentos negativos fazendo com que os atletas busquem de uma forma ou de outra usar subterfúgios diante da vergonha que sente do próprio corpo (FORTES, 2015).

A insatisfação corporal quando interligada a fatores emocionais provavelmente vai interferir no desporto, principalmente quando os atletas precisam de uma maior atenção na modalidade em que está inserido e isso pode acarretar em resultados negativos de durante uma competição, o que não seria bom para os atletas.

### 2.3 Imagem corporal de universitários

No ambiente universitário, a percepção da imagem corporal poderá apresentar-se de várias formas, inclusive de forma negativa entre os acadêmicos; acredita-se que por conta da inserção do indivíduo em um novo meio social, no caso a universidade, o que acaba influenciando na mudança estilo de vida dos estudantes (ALVES, 2017). Essa afirmativa é corroborada em alguns estudos que mostram a prevalência de insatisfação corporal entre a população acadêmica (ALVARENGA *et al.*, 2010; MARTINS, 2012, SARHAN *et al.*, 2015).

Estudos nacionais e internacionais mostram que a insatisfação com imagem corporal é comum entre os acadêmicos, e que há variações entre frequência e prevalência de acordo com cada país e regiões.

Fatores como sexo, método e instrumentos utilizados para aplicação de testes influenciam nos resultados da insatisfação corporal (SOUZA; ALVARENGA, 2016).

Os cursos da área da saúde são os mais estudados mundialmente quando o assunto está relacionado a imagem corporal, no Brasil, por exemplo, cursos como nutrição e educação física acabam sendo mais avaliados. Acredita-se que, talvez por se tratar de cursos que tem em sua matriz curricular matérias relacionadas a biologia do corpo humano, ou porque até mesmo por estar subtendido na mente das pessoas que esses acadêmicos e futuros profissionais serão o exemplo da saúde ideal e de qualidade de vida. Contudo, tem-se visto em alguns estudos que acadêmicos dos cursos citados anteriormente apresentam maior vulnerabilidade para o desenvolvimento de transtornos relacionados a imagem corporal (BOSI *et al.*, 2006; CLAUMANN, 2014; FERRARI; PETROSKI; SILVA, 2012; QUIOCA *et al.*, 2010; DA SILVA; SAENGER; PEREIRA, 2011; SILVA *et al.*, 2012).

Um estudo realizado com universitários do sexo masculino constatou a insatisfação corporal entre universitários de cursos da área de exatas e saúde, comprovando-se que a insatisfação corporal no meio universitário é corriqueira em ambas as áreas (LOPES *et al.*, 2012). Outro estudo comparativo realizado com universitárias de cursos da saúde e humanas revelou diferenças pouco significantes em relação à percepção da imagem corporal, mas constatou-se que acadêmicos da área de saúde tendem a apresentar maior perspectiva relacionado aos sintomas de transtornos alimentares (SOUZA; ALVARENGA, 2016).

As mulheres apresentam maior insatisfação com o corpo quando comparado aos homens em geral, porém os homens são mais insatisfeitos quanto a magreza apresentada por eles quando comparado as mulheres, e essas insatisfeitas pelo excesso de peso (FRANK *et al.*, 2016).

O público mais jovem é descrito em estudos como os mais vulneráveis a modificações no comportamento proporcionado pela transição entre a juventude e a vida adulta. Essa população inserida ao meio acadêmico é conectada a novas relações sociais, que juntando as tarefas diárias dos discentes podem desenvolver condutas fora dos padrões dito saudáveis, como por exemplo, uma boa alimentação (FERRARI, *et al.*, 2012).

A percepção da imagem corporal quando se apresenta de forma negativa podem acarretar em diversos malefícios ao ser humano, sejam eles físicos ou mentais, daí o surgimento de comportamentos não saudáveis é tendencioso a se propagar nessa fase. As dietas restritivas e a prática de atividades físicas em excesso são as atitudes mais comuns tomadas durante esse período, ambas no intuito de modificar a sua representação corporal. Vale lembrar que esse tipo de atitude pode originar transtornos alimentares no indivíduo (BRAUSCH; GUTIERREZ, 2009; ZANETTI, 2013).

O que se pode perceber é uma população jovem cada vez mais vulnerável e rodeada de influências relacionadas a imagem corporal, principalmente pela mídia, associando muitas vezes só a atividade física e dietas restritivas como a única solução para ser uma pessoa saudável, e essa associação quando tem resultados negativos podem acarretar diversos transtornos , principalmente em mulheres jovens.

## **3 MATERIAIS E MÉTODOS**

### **3. 1 Tipo de Estudo**

Trata-se de em estudo de natureza descritiva, comparativo e com uma abordagem quantitativa. Segundo Gil (2002), as pesquisas de natureza descritiva têm como objetivo principal a descrição das características de uma população ou fenômenos estabelecendo as variáveis entre eles, sua classificação por elementos como: idade, sexo, nível de escolaridade, estado de saúde física e mental, entre outros fatores.

Já o estudo comparativo tem como características investigar coisas ou fatos e explica-los segundo suas semelhanças e suas diferenças (FACHIN,2006).

Ademais, com a abordagem de natureza quantitativa temos a perspectiva de elucidar em número opiniões, informações com o propósito de classificá-las e analisá-las. Essa abordagem é bastante utilizada nos mais diversos tipos de pesquisa, nas pesquisas descritivas, ajusta-se para estimar a relação de causa-efeito entre ocorrências, proporcionando a descrição de uma hipótese ou de uma problemática vigente, análise interativa de determinadas variáveis, compreender e classificar a relação entre grupos sociais (PRODANOV; FREITAS 2013).

### **3. 2 Período e local da pesquisa**

A pesquisa foi realizada durante os meses de fevereiro de 2020 a março de 2020. O lócus foi uma universidade pública com atuação em ensino, pesquisa e extensão. Composta por vários Campi, possuindo duas em Fortaleza na capital e seis no interior do estado. O estudo será realizado no campus Itaperi, o maior dentre as unidades com diversos cursos de graduação.

Justifica-se a escolha do Campus por ter diversas modalidades coletivas ativas que, inclusive representa a instituição nas mais diversas competições dentro do Estado e no Brasil.

### **3.3 Amostra**

O universo da pesquisa conta de atletas universitários de esportes coletivos e o mesmo quantitativo de universitários não atletas dos cursos de graduação da universidade de ensino superior do Campus Itaperi.

A amostra foi composta por 58 universitários atletas e 58 não atletas selecionados.

### **3.4 Sujeito da Pesquisa**

Os indivíduos participantes da amostra foram convidados a participarem da pesquisa pelo autor do estudo em seus ambientes de treino ou em sala de aula na hora dos intervalos das aulas, depois de devida autorização das instituições através do Termo de Anuência.

Foi marcado dia e horário para que estes compareçam ao local já citado como cenário da pesquisa, onde será aplicado o Questionário Body Shape Questionnaire – BSQ (ANEXO II) para avaliar a imagem corporal dos universitários.

#### **3.4.1 Critérios de Inclusão / Exclusão**

Para a amostra dos participantes atletas, foram incluídos na amostra os discentes atletas matriculados de forma regular nos cursos de graduação da Universidade, Campus Itaperi que fazem parte da célula de esportes da Célula de Esportes e que treinam no mínimo duas vezes na semana e já participaram de pelo menos uma competição representando a Universidade. Quanto aos critérios de exclusão foram excluídos os atletas lesionados e que não estavam acompanhando os treinos e as competições.

Para a amostra dos participantes não atletas, foram incluídos os discentes não atletas matriculados de forma regular nos cursos de graduação da instituição de ensino superior pública que praticam ou não alguma atividade física. Foram excluídos da amostra aqueles que praticam modalidades com caráter de competição dentro e fora da instituição.

Aqueles que porventura não assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE não integraram a pesquisa.

### **3.5 Coleta de dado e Instrumento de Coleta**

Os dados foram coletados através do instrumento Body Shape Questionnaire –BSQ, e dados sobre o curso de graduação.

Para a avaliação da imagem corporal foi utilizado o Body Shape Questionnaire (BSQ-34), validado por Cooper e colaboradores (1987), disponível na versão em português (CORDAS; CASTILHO, 1994). O BSQ-34 é uma escala Likert com 34 itens de autopreenchimento, construída para mensurar a preocupação com a forma corporal e com o peso.

As perguntas possuem seis opções de respostas, e cada uma delas equivale a uma determinada pontuação: nunca (1 ponto), raramente (2 pontos), as vezes (3 pontos), frequentemente (4 pontos), muito frequentemente (5 pontos) e sempre (6 pontos). A partir das respostas faz-se a soma dos pontos obtidos em todo o teste e, assim, é possível classificar o nível de preocupação no que diz respeito a imagem corporal dos alunos em questão, da seguinte forma:  $\leq 80$  pontos (ausência de distorção da imagem corporal); 81-110 pontos (distorção leve); 111-140 pontos (distorção moderada);  $>140$  pontos (distorção grave).

A aplicação dos instrumentos foi realizada no cenário de pesquisa de cada participante, perante a disponibilidade de tempo do envolvido e após a assinatura do TCLE. Houve uma breve explicação de como será aplicado o questionário. Os indivíduos terão o tempo que consideraram necessário para responder as perguntas, e responderão de forma individual.

### **3.6 Aspecto Ético**

Todas as informações necessárias sobre a pesquisa estavam presentes no TCLE que foram devidamente assinados por todos os pesquisados de forma espontânea e voluntária. Para que o pesquisador pudesse realizar a coleta de dados nas instituições já citadas como cenários de pesquisa, foi solicitada autorização dos responsáveis por meio da assinatura no Termo de Anuência.

Vale reforçar que os participantes tiveram a identidade preservada, puderam desistir a qualquer momento do estudo e não sofreram nenhum risco ou dano físico, mental ou social.

A pesquisa está de acordo com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

### 3.7 Análise dos dados

Os dados coletados foram tabulados em uma planilha do Microsoft Excel 2013 para Windows. A análise das respostas e o cálculo de prevalência serão realizados através da estatística descritiva (média, mínima, máxima, frequência e percentuais).

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste capítulo apresentam-se os resultados coletados e respectivas discussões que estão organizados em tabelas com a média, mínima e máxima, frequência e percentuais.

### 4.1 Caracterização da amostra

Os 116 universitários dos cursos de graduação de uma Instituição de Ensino Superior Pública que foram divididos em dois grupos: universitários atletas (50%; n=58) e universitários não atletas (50%; n=58). Na Tabela 1 abaixo, segue a caracterização desses sujeitos quanto a idade

**Tabela 1: Idade**

<b>UNIVERSITÁRIOS</b>	<b>Média</b>	<b>Mínima</b>	<b>Máxima</b>
Geral	24,4	18	37
Atletas	21,9	18	36
Não atletas	22,2	18	37

Fonte: Elaborada pelo autor.

A idade média geral foi de 24,4 anos, sendo a idade mínima de 18 anos e a máxima de 37 anos. A idade média dos atletas foi de 21,9 anos, sendo a idade mínima de 18 anos e a máxima de 36 anos. A idade média dos não atletas foi de 22,2 anos, sendo a idade mínima de 18 anos e a máxima de 37 anos. A amostra foi composta majoritariamente por indivíduos do sexo masculino representado por 62% (n=72), enquanto que o sexo feminino representou 38, % (n=44).

Vale ressaltar que esse percentual pode ser atribuído ao fato de que dentre as cinco modalidades oferecidas duas delas não tem a participação feminina, pois não



se preencheram as vagas pela falta de atletas para compor as modalidades de futebol e basquete.

Logo, com o objetivo de captar a percepção da imagem corporal por curso de graduação equiparou-se o quantitativo de universitários atletas e não atletas segundo o curso, conforme pode-se observar na Tabela 2 abaixo:

**Tabela 2 - Perfil dos universitários atletas e não atletas segundo os cursos de graduação, Fortaleza – CE, 2020**

CURSOS	n	%
<b>Administração</b>	2	1,8
<b>Ciências Contábeis</b>	8	6,9
<b>Ciências da Computação</b>	4	3,4
<b>Educação Física</b>	72	62
<b>Enfermagem</b>	8	6,9
<b>Medicina Veterinária</b>	6	5,1
<b>Nutrição</b>	12	10,3
<b>Pedagogia</b>	2	1,8
<b>Serviço Social</b>	2	1,8
<b>TOTAL</b>	<b>116</b>	<b>100%</b>

Fonte: Elaborada pelo autor.

Houve predominância de discentes dos cursos da Saúde, esse número caracteriza (79,2%; n=92) que estão distribuídos nos cursos de Educação Física (62%; n=72), Nutrição (10,3%; n=12) e Enfermagem (6,9%; n=8). Dentre as demais áreas de conhecimentos, o curso que teve maior prevalência foi o de Ciências Contábeis com % (n=8) de participantes.

As frequências dos universitários atletas participantes da pesquisa por modalidades podem ser observadas na Tabela 3.

**Tabela 3 - Perfil dos universitários atletas segundo as modalidades praticadas, Fortaleza – CE, 2020**

<b>MODALIDADES</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Futsal	20	34,5
Voleibol	15	25,9
Handebol	10	17,2
Basquete	7	12
Futebol	6	10,3
<b>TOTAL</b>	<b>58</b>	<b>100</b>

Fonte: Elaborada pelo autor.

No que remete à percepção com a imagem corporal por modalidade, os resultados serão apresentados em média, mínima e máxima referente a pontuação dos questionários que podem ser observadas na Tabela 4.

**Tabela 4 – Percepção com imagem corporal de universitários atletas segundo a média, mínima e máxima de pontuação no *Body Shape Questionnaire* por modalidade praticada, Fortaleza – CE, 2020**

<b>MODALIDADES</b>	<b>Média</b>	<b>Mínima</b>	<b>Máxima</b>
Futsal	66,6	36	110
Voleibol	70,6	49	112
Handebol	81,5	53	115
Basquete	63,3	39	98
Futebol	64,2	46	92

Fonte: Elaborada pelo autor.

Apesar dos atletas do vôlei terem se mostrado mais preocupados quanto à imagem corporal na hora do preenchimento dos questionários, os resultados apontaram que houve uma maior preocupação dos atletas do handebol. Isso talvez seja por que a maioria dos atletas dessa modalidade são de cursos da área da saúde, o que pode ter influenciado devido ao curso e a futura profissão.

Concordando com o que foi dito anteriormente, estudos realizados com universitários de diversos cursos de graduação da área da saúde apontam resultados

de insatisfação quanto à imagem corporal dos acadêmicos (FRANK *et al.*,2016). Cabe ressaltar que não se pode descartar o fato de que essa insatisfação pode desencadear diversos transtornos relacionado à imagem corporal, como por exemplo, transtorno alimentar.

No que remete à percepção com a imagem corporal por curso os resultados serão apresentados em média, mínima e máxima referente a pontuação dos questionários que podem ser observadas na Tabela 5.

**Tabela 5 – Percepção com imagem corporal de universitários não atletas segundo a média, mínima e máxima de pontuação no *Body Shape Questionnaire* por cursos de graduação, Fortaleza – CE, 2020**

<b>CURSOS</b>	<b>Média</b>	<b>Mínima</b>	<b>Máxima</b>
Administração	79	79	79
Ciências Contábeis	66	38	79
Ciências da Computação	115,5	69	162
Educação Física	73,05	38	141
Enfermagem	82,2	68	97
Medicina Veterinária	77	57	102
Nutrição	69,3	50	111
Pedagogia	29	29	29
Serviço Social	169	169	169

Fonte: Elaborada pelo autor.

Ao fazer uma análise das médias do Body Shape Questionnaire por centro de ensino da Universidade, obteve-se os seguintes resultados, em ordem decrescente : 115,5,% (n=2) Centro de Ciências e Tecnologia (CCT): Ciências da Computação; 104,6% (n=6) Centro de Estudos Sociais Aplicados (CESA): Administração, Ciências Contábeis e Serviço Social; 74,85% (n=46) Centro de Ciências da Saúde (CCS): Educação Física, Enfermagem e Nutrição; e 29% (n=1) Centro de Humanidades (CH): Pedagogia.

A média mais elevada foi encontrada no curso do CCT. Apesar de obter a média mais alta esse resultado por ter sido influenciado pela pequena amostra de acadêmicos representada por apenas dois alunos de apenas um curso de Centro de Ensino. A segunda média mais elevada foi encontrada nos cursos do CESA. Destaca-se o curso de Serviço Social que apresentou um alto índice de insatisfação corporal. Além disso essa insatisfação foi evidenciada por distorção grave, pode ser explicada por ter sido só uma aluna jovem que participou da pesquisa e também por ser um curso onde maioria dos alunos são mulheres. Além disso na literatura apontam maiores achados de insatisfação entre as mulheres, principalmente nos cursos da saúde. Um estudo realizado com universitários reforça a ideia da insatisfação corporal e que independente de fatores culturais ainda sim as mulheres são mais insatisfeitas com seus corpos quando comparada aos homens (MIRANDA, *et al.*,2012). Isso é comprovado em estudos realizados no Brasil com universitários de diversos cursos de graduação da área da saúde mostrando que boa parte desses acadêmicos estão insatisfeitos com a sua imagem corporal, principalmente, os do sexo feminino quando relacionados à gordura corporal (FRANK *et. al.* ,2016).

Enquanto que o Centro de Ciências da Saúde (CCS) foi o centro com a terceira menor média, mas que ainda assim apresenta uma média razoável de insatisfação. Estudos realizados com acadêmicos da saúde constataram vulnerabilidade a transtornos relacionados à imagem corporal nos cursos de Educação Física e Nutrição, e a prevalência de insatisfação com a imagem corporal entre acadêmicos de Educação Física (BOSI *et al.*, 2006; CLAUMANN *et al.*, 2014; QUIOCA *et al.*, 2010; SILVA *et al.*, 2012).

Outro estudo comparativo realizado com universitárias de cursos da saúde e humanas revelou diferenças pouco significativa em relação à percepção da imagem corporal, mas constatou que acadêmicos da área de saúde tendem a apresentar maior propensão relacionado aos sintomas de transtornos alimentares (SOUZA, ALVARENGA ,2016).

Tal fato é preocupante visto que a maioria da amostra do CCS é composta por discentes do curso de Educação Física, esses são futuros profissionais que vão atuar diretamente no desenvolvimento da percepção corporal de indivíduos, além disso ajudarão a proporcionar uma melhoria na aparência física desses indivíduos, seja através de atividade física ou outros hábitos considerados saudáveis para o bem estar físico, mental e social da população. Acredita-se que quanto maior a aceitação

corporal por parte desses futuros profissionais da saúde, ajudará na melhor orientação a aqueles que apresentem insatisfação com a imagem corporal (CLAUMANN *et al.*,2014).

Os resultados encontrados no presente estudo condizem com alguns dados encontrados na literatura, mostrando que há uma insatisfação corporal principalmente em acadêmicos da área da saúde, embora existam poucos estudos comparativos sobre a imagem corporal de acadêmicos de outras áreas. Ademais, não foi encontrado na literatura nenhum estudo comparativo por Centros de Ensino. Sendo faz-se necessário a realização de novos estudos comparativos por Centros de ensino e de cursos de todas as áreas do conhecimento.

#### 4.2. Comparação da percepção da imagem corporal de universitários atletas e não atletas

Nesta seção é apresentada a comparação da insatisfação com a imagem corporal de universitários atletas e não atletas segundo a classificação (nenhuma insatisfação, insatisfação leve, insatisfação moderada e insatisfação grave) dos resultados obtidos pelo *Body Shape Questionnaire*, como pode ser visto na Tabela 6.

**Tabela 6 – Comparação da percepção da imagem corporal de universitários atletas e não atletas segundo a classificação do *Body Shape Questionnaire*, Fortaleza – CE, 2020**

Classificação BSQ	Atletas		Não atletas	
	n	%	n	%
Nenhuma insatisfação	41	70,6	42	72,4
Insatisfação leve	13	22,4	9	15,5
Insatisfação moderada	4	7	4	7
Insatisfação grave	0	0	3	5,1
<b>Total</b>	<b>58</b>	<b>100%</b>	<b>58</b>	<b>100%</b>

Fonte: Elaborada pelo autor.

Diante dos resultados apresentados na tabela 6 entre os indivíduos atletas e não atletas observou-se que a insatisfação grave nos acadêmicos atletas foi inexistente, enquanto os não atletas tiveram 5,1% (n=3).

Nesse sentido, destaca-se maior participação dos discentes do curso de Educação Física, esses têm o conhecimento dos efeitos positivos advindos da prática

esportiva. Vale salientar que a prática de atividade física tem uma forte relação com a imagem corporal, principalmente quando praticada de forma regular, e proporciona modificações na composição corporal. Além disso modela o corpo, deixando-o mais simétrico. Diante disso, a prática vem sendo utilizada como um ótimo instrumento de intervenção quando se trata de satisfação ou insatisfação corporal. Outrossim, os efeitos gerados nos aspectos psicológicos têm se mostrado de forma positiva, influenciando diretamente na melhoria da autoestima, reduzindo o grau de estresse e ansiedade (CAMPANA; GONÇALVES; TAVARES, 2012).

Na seção a seguir apresentada a comparação da insatisfação com a imagem corporal de universitários atletas e não atletas masculino e feminino segundo a classificação (nenhuma insatisfação, insatisfação leve, insatisfação moderada e insatisfação grave) dos resultados obtidos pelo *Body Shape Questionnaire*, como pode ser visto na Tabela 7.

**Tabela 7 – Comparação da percepção da imagem corporal de universitários atletas e não atletas masculino e feminino segundo a classificação do *Body Shape Questionnaire*, Fortaleza – CE, 2020**

Classificação BSQ	Atletas		Não atletas	
	M	F	M	F
Nenhuma insatisfação	28	13	29	13
Insatisfação leve	5	8	5	4
Insatisfação moderada	3	1	2	2
Insatisfação grave	0	0		3
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>22</b>	<b>36</b>	<b>22</b>

Fonte: Elaborada pelo autor.

Os resultados da amostra dos atletas masculinos identificaram que 48,2% (n= 28) desses acadêmicos apresentam nenhuma insatisfação com sua imagem corporal, 8,6% (n=5) insatisfação leve e 5,2% (n=3) apresentaram um índice de insatisfação moderada. Já os resultados femininos identificaram que 22,4% (n=13) desses acadêmicos apresentam nenhuma insatisfação, 13,8% (n=8) insatisfação leve, e 1,8% (n=1) apresentação um índice de insatisfação moderada.

Quanto aos não atletas masculinos esse percentual de nenhuma insatisfação foi maior representado por 50 % (n= 29), insatisfação leve de 8,6% (n=5) e 3,4% (n=2) apresentaram um índice de insatisfação moderada. Os resultados femininos identificaram que 22,4% (n=13) desses acadêmicos apresentam nenhuma insatisfação com a imagem corporal, 6,8% (n=4) insatisfação leve, 3,4% (n=2) insatisfações moderadas e 5,1% (n=3) apresentaram um índice de insatisfação grave. Comparando os resultados dos universitários são perceptíveis que o sexo feminino se mostra mais insatisfeito com a sua imagem corporal no que remete ao grau de insatisfação, lembrando que a maioria dessas universitárias são da área da saúde e isso pode ter influenciado nos resultados.

Corroborando com os resultados encontrados, um estudo realizado com acadêmicos de áreas distintas mostra que a prevalência de insatisfação corporal foi maior no sexo feminino e de cursos da área de saúde (ALVES *et al.*, 2017). A literatura vem mostrando que esses dados são corriqueiros quanto a prevalência de insatisfação entre acadêmicos do sexo feminino, embora seja maior entre as mulheres isso não descarta a insatisfação do sexo oposto. Lembrando que as mulheres apresentam maior insatisfação pelo excesso de peso e os homens maior insatisfação pela magreza (FRANK *et al.*, 2016).

Com os atletas essa insatisfação pode afetar no desempenho esportivo, principalmente nas modalidades coletivas descritas na pesquisa, pois necessitam de tomadas de decisões rápidas durante o jogo, e se o atleta se preocupar em esconder parte do seu corpo durante o jogo isso provoca distrações que diminuem a concentração no jogo e pode atenuar os resultados da partida (FORTES, 2015). Esse contexto apresentado mostra que a insatisfação pode ser preocupante à saúde do indivíduo no âmbito acadêmico e esportivo.

Esses resultados podem estar atrelados a diversos fatores como: composição amostral com mais homens, à falta atletas do sexo feminino nas modalidades basquete e futebol na Célula de Esportes e a forte cobrança que as mulheres recebem por parte da mídia e da sociedade.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O resultado do presente estudo mostrou que de todos universitários participantes da pesquisa mais da metade apresentaram nenhuma insatisfação com a imagem corporal e que o grau de insatisfação foi maior nos indivíduos do sexo feminino.

Ao verificar os dados coletados constatou-se que apesar de ambos os grupos apresentarem diferença mínima dos percentuais de nenhuma insatisfação de acordo com o questionário Body Shape Questionnaire , ainda sim os atletas são mais satisfeitos com a imagem corporal, principalmente considerando que o grau de insatisfação moderada e grave dos não atletas se sobrepõe aos atletas , isso remete a percepção da autoimagem mais positiva desses atletas universitários. Esse resultado concorda com a hipótese inicial do estudo quando falamos que os atletas são mais satisfeitos com a imagem corporal. Vale ressaltar que embora a diferença dos resultados entre ambos seja mínima, não deve ser desconsiderado pelo pesquisador.

O período de coleta de dados com os universitários atletas foi facilitado por conta de diversos fatores como: a proximidade do pesquisador com a célula de esportes , a maioria cursavam Educação Física com o pesquisador , esse encontrava-se quase todos os dias na Universidade e houve cooperação por maior parte dos acadêmicos na hora de responder o questionário. Em contrapartida, houve uma dificuldade na coleta dos universitários não atletas, pois como o estudo foi feito de forma pareada precisávamos buscar indivíduos nos diversos cursos de graduação dentro da universidade, isso tornou ainda mais difícil porque quando encontrávamos os alunos de determinados cursos , muitos deles não queriam responder por achar que ia ser demorado ou alegavam estar apressados. Desse modo, o pesquisador optou por contatar os centros acadêmicos para tentar facilitar a coleta.

Recomenda-se o Body Shape Questionnaire na aplicação de pesquisas relacionadas não só aos praticantes de esportes coletivos, mas também aos individuais, visto que é um instrumento eficaz, validado, largamente utilizado em estudos relacionado à imagem corporal e de fácil aplicação. Além disso faz-se necessário novos estudos no ambiente universitário direcionados a esse tema, mas por grupos, considerando gênero e aspectos sócio econômicos. Os resultados deverão ser compartilhados com a Célula de Esportes para que sejam traçadas ações



estratégias que abordem a insatisfação corporal no âmbito social, com vistas a mitigar complicações psicológicas/mentais.

## REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, et. al. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **J. Bras. Psiquiatr.**, [S.l.], v.59, n.1, p. 44-51, 2010.
- ALVARENGA, M.S.; SCAGLIUSI, F.B; PHILIPPI, S.T. Comportamento de risco para transtorno alimentar em universitárias brasileiras. **Rev. psiquiatr. Clín.**, [S.l.], v.38, n.1, p. 3-7, 2011.
- ALVES, F. R. et. al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. **Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc**, [S.l.], v.18, n.3, p. 210-215, 2017.
- BERTOLDI, A. D.; HALLAL, P. C.; BARROS, A. J. D. Atividade física e uso de medicamentos: evidências de um estudo de base populacional. **BMC Public Health**, Londres, v.224, n.6, p. 1-6, 2006.
- BOSI, M.L.M. et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **J Bras Psiquiatr**, [S.l.], v.55, n.2, p. 108-13, 2006.
- BORGES, E.C.; BUONICORE, A. C. **Memória do esporte educacional brasileiro**. São Paulo: Centro de Estudos de Memória da Juventude, 2007.
- BRAUSCH, A.M.; GUTIERREZ, P.M. The role of body image and disordered eating as risk factors for depression and suicidal ideation in adolescents. **Suicide Life Threat Behav**, [S.l.], v.39, n.1, p. 58-71, 2009.
- CAMPANA, A.N.N.B., TAVARES, M.C.G.C.F., e GÁRCIA JÚNIOR. **Preocupação e insatisfação com o corpo, checagem e evitação corporal em pessoas com transtornos alimentares**, [S.l.], v.22, n.53, p. 375-381, 2012.
- CASH, T.F.; GRASSO, K. As normas e a estabilidade de novas medidas do construto multidimensional da imagem corporal, **Aval. psicol.**, S.l.], v.2, n.2, p. 199-203, 2005.
- CAVALHEIRO, L.S. **Avaliação do nível de atividade física de universitários** Letícia Silva Cavalheiro. 2018. 58f. Trabalho de conclusão de curso (graduação em Educação Física) – Universidade de Cruz Alta, Cruz Alta, 2018.
- CLAUMANN, G.C. et al. Satisfação com a imagem corporal em acadêmicos ingressantes em cursos de educação física. **Revista da Educação Física/UEM**, [S.l.], v.25, n.4, p. 575-583, 2014.
- CONTI, M.A.; FRUTUOSO, M.F.P.; GAMBARDELLA, A.M.D. Excesso de Peso e insatisfação corporal em Adolescentes. **Revista Nutr.**, [S.l.], v.18, n.4, p. 491-497, 2005.
- CORDÀS, T.A; CASTILHO, S. Imagem corporal nos transtornos alimentares. **Revista Psiquiátrica Biológica**, [S.l.], v.2, n.1, p. 17-21, 1994.

COPPER et al. Development and Validation of the Body Shape Questionnaire **International Journal of Eating Disorders**, v.6, p. 485-494, 1987.

DA SILVA, T.R; SAENGER, G., PEREIRA, E.R. Fatores associados à imagem corporal em estudantes de Educação Física. **Motriz Ver. Educ. Fís.**, [S.l.], v.17, n.4, p. 630-9, 2011

FACHIN, Odilia. **Fundamentos de metodologia**. São Paulo, 5º edição ,2006.

FERRARI, E.P, PETROSKI, E.L, SILVA DA. Associação entre percepção da imagem corporal e estágios de mudança de comportamento em acadêmicos de educação física. **Rev Bras Cineantro-pom Desempenho Hum**, [S.l.], v.14, n.5, p. 535-44, 2012.

FERRARI, E. P. et. al. Insatisfação com a imagem corporal e relação com o nível de atividade física e estado nutricional em universitários. **Motri.**, v.8, n.3, p. 52-58, 2012.

FERRARI, E.P; PETROSKI E.L; SILVA D.A. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários de educação física. **Psychotherapy**, v.35, n.2, p. 119-127, 2013.

FORTES, L. S; FERREIRA, M.E.C. Comparação da insatisfação corporal e do comportamento alimentar inadequado em atletas adolescentes de diferentes modalidades esportivas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v.25, n.4, p. 707-7016, 2011.

FORTES, L. S. et. al. Insatisfação corporal de adolescentes atletas e não atletas. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.60, n.4, p. 309-314, 2011.

FORTES, L. S. **Construção e validação da “escala de insatisfação e checagem corporal nos esportes” para atletas brasileiros**. 2015. 175f. Dissertação (Tese de Doutorado em psicologia) – Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2015.

FRANK, R. et. al. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.65, n.2, p. 161-167, 2016.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projeto de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

KRENTZ, E.M.; WARSCHBURGER, P. Correlatos relacionados ao esporte da desordem alimentar em esportes estéticos. **Psicologia do Esporte e Exercício**, v.12, n.4, p. 375-382, 2011.

LOPES, L. C. C. et. al. Autopercepção da imagem corporal entre universitários: uma análise comparativa. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v.6, n.34, p. 325-332, 2012.

MARTINS et. al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. **Estudos de Psicologia**, v.17, n.2, p.241-246, 2012.

MATARUNA, L. Imagem corporal: noções e definições. **Revista Digital – Bueno Aires**, ano 10, n.71, 2004.

MEZZADRI, F. M. **A estrutura esportiva no Estado do Paraná: da formação dos clubes as atuais políticas governamentais**. 2000. 169f. Dissertação (Tese de Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2000.

MELO, P. E. et. al. Percepção da autoimagem corporal de universitários. **Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc**, v.17, n.3, p. 208-213, 2016.

MIRANDA, V. P. N. et.al. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.61, n.1, p. 25-32, 2012.

PRODANOV, C.C; FREITAS, E.C. **Metodologia do Trabalho científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa E do Trabalho Acadêmico**. [S.l.:s.n.], 2013.

RICCIARDELLI, L.; MCCABE, M.P.; BANFIELD, S. Imagem corporal e métodos de mudança corporal em meninos adolescentes: papel dos pais, amigos e mídia. **Revista de pesquisa psicossomática**, v.49, n.3, p. 189-197 ,2000.

SLADE, P, D. Whats is body image? **Behavior Research and Therapy**, v.32, n.5, p. 497-502,1994.

SUNDGOT-BORGEN, J., TORSTVEIT, M.K. A prevalência de distúrbios alimentares em atletas de elite é maior do que na população em geral. **Revista Clínica de Medicina do Esporte**, v.14, n.1, p. 25-32, 2004.

SARHAN, A. P.; et. al. Avaliação da percepção da imagem corporal e atitudes alimentares de estudantes das áreas de saúde e humanas de uma universidade do município de São Paulo. **Rev.Simbiol-Logias**, v.8, n.11, p. 79-93, 2015.

SILVA, J.D.; et al. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Cien Saúde Colet.**, v.17, n.12, p. 399-406, 2012.

SILVA, D. A. S.; NUNES, H. E. G. Imagem corporal e estágios de mudança de comportamento para atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v.19, n.5, p. 597-607, 2014.

SCHERER, F.C et. al. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.59, n.3, p. 198-202, 2010.

SCHEFFER, M. L. C. **Qualidade de vida e Atividade Física na Literatura**. 2015. 26f.Dissertação (Especialização em Engenharia de Produção) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, 2015.

SOUSA, A. C.; ALVARENGA, M. S. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.65, n.3, p. 286-299, 2016.

VOSER, R.V., et. al. Motivação dos praticantes de futsal universitário: um estudo descritivo. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v.8, n.31, p. 357-364, 2016.

QUIOCA, T.; LANGE, F, GRIGOLLO, L.R. Percepção da imagem e saúde corporal dos universitários do Curso de Educação Física da Unoesc de Joaçaba, SC, **Evid. Joaçaba, Online**, v.10, n.1, p. 43-56, 2010.

ZANETTI, T., et al. Clinical and temperamental correlates of body image disturbance in eating disorders. **Eur Eat Disord Rev**, v.1, n.21, p. 32-7, 2013.

## ANEXO I – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Pelo presente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, Vsa. está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa que tem como tema Comparação da percepção da imagem corporal de universitários atletas e não atletas, realizado pelo aluno Rafael Yari Cordeiro, do Curso de Educação Física da Centro Universitário Fametro - Unifametro, sob orientação da Profa. Me. Raissa Forte Pires Cunha. Tal pesquisa tem como objetivo comparar a percepção da imagem corporal de universitários atletas e não atletas.

Os dados serão coletados através da aplicação de questionário, e observação por parte do pesquisador. Dessa maneira, podemos afirmar que a pesquisa não apresenta riscos a sua saúde, sendo garantida a privacidade das respostas e dos dados coletados, que serão utilizados cientificamente. Informamos também que Vsa. não será submetido(a) a despesas financeiras, nem receberá gratificação ou pagamento pela participação neste estudo. Vsa. poderá receber esclarecimentos sobre o andamento da pesquisa quando requisitar, podendo desistir de continuar colaborando se assim o desejar.

“Concordo em participar como voluntário (a) no estudo acima citado. Declaro ter sido informado (a) pelo pesquisador sobre o desenvolvimento da pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, as finalidades, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Estou ciente de que poderei deixar de colaborar com o estudo em qualquer momento que desejar.”

Fortaleza, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2020

---

Nome do convidado para a pesquisa

---

Assinatura do convidado para a pesquisa

---

Assinatura do acadêmico pesquisador

## ANEXO II – BODY QUESTIONARE

**Questionário Body shape Questionnaire (BSQ)**

Como você se sente em relação a sua aparência **nas últimas quatro semanas**. Por Por favor, leia cada uma das questões e assinale a mais apropriada usando a legenda abaixo:

- |              |                         |
|--------------|-------------------------|
| 1. Nunca     | 4. Frequentemente       |
| 2. Raramente | 5. Muito frequentemente |
| 3. Às vezes  | 6. Sempre               |

Nas últimas quatro semanas:

1. Sentir-se entediada (o) faz você se preocupar com sua forma física? 1 2 3 4 5 6
2. Você tem estado tão preocupada (o) com sua forma física a ponto de sentir que deveria fazer dieta? 1 2 3 4 5 6
3. Você acha que suas coxas, quadril ou nádegas são grandes demais para o restante do seu corpo? 1 2 3 4 5 6
4. Você tem sentido medo de ficar gorda (o) ou mais gorda (o)? 1 2 3 4 5 6
5. Você se preocupa com o fato de seu corpo não ser suficientemente firme? 1 2 3 4 5 6
6. Sentir-se satisfeita (o) (por exemplo após ingerir uma grande refeição) faz você se sentir gorda (o)? 1 2 3 4 5 6
7. Você já sentiu tão mal a respeito do seu corpo que chegou a chorar? 1 2 3 4 5 6
8. Você já evitou correr pelo fato de que seu corpo poderia balançar? 1 2 3 4 5 6
9. Estar com mulheres (homens) magras (os) faz você se sentir preocupada em relação ao seu físico? 1 2 3 4 5 6
10. Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem espalhar-se quando se senta? 1 2 3 4 5 6
11. Você se sentiu gorda (o), mesmo comendo uma quantidade menor de comida? 1 2 3 4 5 6
12. Você tem reparado no físico de outras mulheres (ou outros homens) e, ao se comparar, sente-se em desvantagem? 1 2 3 4 5 6
13. Pensar no seu físico interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como por exemplo, enquanto assiste a televisão, lê ou conversa)? 1 2 3 4 5 6
14. Estar nua, por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gorda (o)? 1 2 3 4 5 6
15. Você tem evitado usar roupas que a (o) fazem notar as formas do seu corpo? 1 2 3 4 5 6
16. Você se imagina cortando fora porções do seu corpo? 1 2 3 4 5 6

17. Comer doce, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gorda (o)?  
1 2 3 4 5 6
  18. Você deixou de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas) por sentir-se mal em relação ao seu físico? 1 2 3 4 5 6
  19. Você se sente excessivamente grande e arredondada (o)? 2 3 4 5 6
  20. Você já teve vergonha de seu corpo? 1 2 3 4 5 6
  21. A preocupação diante do seu físico leva-lhe fazer dieta? 1 2 3 4 5 6
  22. Você se sente mais contente em relação ao seu físico quando de estômago vazio (por exemplo, pela manhã)? 1 2 3 4 5 6
  23. Você acha que seu físico atual decorre de uma falta de autocontrole? 1 2 3 4 5 6
  24. Você se preocupa que outras pessoas possam estar vendo dobras da sua cintura ou na barriga? 1 2 3 4 5 6
  25. Você acha injusto que outras mulheres (ou outros homens) sejam mais magras (o) que você? 1 2 3 4 5 6
  26. Você já vomitou para se sentir mais magra (o)? 1 2 3 4 5 6
  27. Quando acompanhada (o), você fica preocupada em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado num sofá ou no banco de um ônibus)? 1 2 3 4 5 6
  28. Você se preocupa com o fato de estarem surgindo dobrinhas no seu corpo? 1 2 3 4 5 6
  29. Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou vitrine de uma loja) faz você se sentir mal em relação ao seu físico? 1 2 3 4 5 6
  30. Você belisca áreas do seu corpo para ver o quanto há de gordura? 1 2 3 4 5 6
  31. Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários ou banhos de piscina)? 1 2 3 4 5 6
  32. Você toma laxantes para se sentir magra (o)? 1 2 3 4 5 6
  33. Você fica particularmente consciente do seu físico quando em companhia de outras pessoas? 1 2 3 4 5 6
  34. A preocupação com seu físico faz-lhe sentir que deveria fazer exercícios? 1 2 3 4 5 6
- TOTAL: