

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E PERFIL ANTROPOMÉTRICO EM ATLETAS ADOLESCENTES DE GINÁSTICA RITÍMICA

PERCEPTION OF BODY IMAGE AND ANTHROPOMETRIC PROFILE ATHLETES IN GYM TEENS RHYTHMIC

Ana Kallyne Pereira da Silva ¹

Érika Alessandra Melo Costa ²

RESUMO

A adolescência é uma etapa evolutiva do ser humano, que promove várias mudanças no indivíduo como o desenvolvimento físico e psíquico. Essas mudanças trazem à tona a construção da imagem corporal que pode ser estimulada pelo exercício físico; devendo o atleta, aperfeiçoar tanto o biótipo, quanto habilidades psicológicas, como é o caso da ginástica rítmica (GR) que é uma das modalidades que exige grandes jornadas de treinamento. Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo analisar a percepção da imagem corporal em atletas adolescentes de ginástica rítmica e avaliar as características antropométricas. A amostra constituiu de 10 atletas adolescentes de GR do sexo feminino com idade entre 14 e 17 anos, para avaliar a percepção da autoimagem utilizou-se o questionário *Body Shape Questionnaire* (BSQ) e para os dados antropométricos relacionou-se o Índice de Massa Corporal (IMC) com a idade, os dados foram tabulados em planilha do programa *Excel 4,0*. No presente estudo 70% das atletas se disseram satisfeitos com o biótipo, além de 30% apresentarem estado nutricional sobrepeso. As atletas encontram-se satisfeitas com a imagem corporal e antropometricamente dentro do padrão da normalidade.

Palavra-chave: Adolescente; Imagem Corporal; Ginástica.

¹ Graduando do Curso de Nutrição, Centro Universitário do Rio Grande do Norte. E-mail: kallyneesilva@hotmail.com

² Docente do Curso de Nutrição, Centro Universitário do Rio Grande do Norte. E-mail: crikamelonutri@gmail.com

Adolescence is an evolutionary step of human beings, which promotes several changes in the individual and the physical and mental development. These changes bring to light the construction of body image that can be stimulated by exercise; should the athlete improve both the body type, and psychological skills, such as rhythmic gymnastics (GR) which is one of the modalities that requires several hours of training. Thus, this study aimed to analyze the perception of body image in adolescent athletes of rhythmic gymnastics and evaluate anthropometric characteristics. The sample consisted of 10 GR adolescent female athletes aged 14 to 17, to assess the perception of self-image we used the questionnaire Body Shape Questionnaire (BSQ) and anthropometric data related to the Body Mass Index (BMI) with age, the data were tabulated in a spreadsheet Excel 4.0 program. In this study 70% of the athletes said they were satisfied with the biotype, and 30% present nutritional status overweight. The athletes are satisfied with body image and anthropometrically within the normal standard.

Keyword: Adolescents; Body image; Fitness.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é a última fase do período de crescimento e desenvolvimento do ciclo vital, caracterizando-se por transformações anatômicas, fisiológicas e psicológicas que culminam no corpo adulto com plena capacidade de reprodução (Oehlschlaeger et al, 2004). Para Lepsen e Silva (2012) nesse período da vida, os indivíduos passam por uma série de transformações físicas e mentais, as quais podem ocasionar dificuldades para entender e lidar com a imagem que se tem do próprio corpo.

Segundo Hudson e colaboradores (2014), a imagem corporal é uma construção multidimensional que para os indivíduos representa seus pensamentos sobre seus atributos físicos, sendo influenciado por vários fatores, isso ocorre principalmente na adolescência e vem sendo estudada por vários profissionais das áreas de psicologia, medicina, nutrição e educação física.

No entendimento de Oliveira, Santos e Rocha (2016), nível de satisfação com a imagem corporal dos adolescentes é motivo de crescente atenção de organizações nacionais e internacionais relacionadas à saúde e educação, governos, pesquisadores e educadores.

De acordo com Bighetti e colaboradores (2004), comportamento alimentar de risco para transtornos alimentares (TA) traz prejuízos à saúde e se manifestam, por exemplo, pela indução de vômitos, longos períodos de restrição alimentar e uma preocupação exagerada com os alimentos; uso de medicamentos para emagrecimento (laxantes, diuréticos e inibidores de apetite). As pessoas acometidas apresentam preocupação excessiva com peso e dieta, insatisfação e distorção da sua imagem. Mulheres jovens, especificamente adolescentes, constituem o grupo de maior risco (BOSI; OLIVEIRA, 2004).

A atividade física pode ser um dos métodos utilizados pelos indivíduos com transtornos alimentares para perda / controle de peso, ocupando lugar dominante como estratégias para perda e controle de peso. (BEUMONT apud ASSUNÇÃO; CORDÁS; ARAÚJO, 2002, p.2).

Segundo Santos e colaboradores (2015), atividade esportiva durante a adolescência ajuda no desenvolvimento e atribui no aumento da autoestima fornecendo habilidades motoras. Além disso, modalidades que exigem do atleta leveza de movimentos, baixa percentagem de gordura corporal e baixo peso corporal, ou aquelas que são divididas por categorias de peso, ou ainda as que dependem de avaliações externas feitas por juizes são consideradas de risco para o desencadeamento dessas doenças (DENOMA, SCARINGI, GORDON, VAN ORDEN & JOINER, 2009).

2. METODOLOGIA

Segundo Salamunes (2014) ginástica rítmica é um esporte altamente complexo, que necessita de grande habilidade em diferentes valências motoras. Assim, torna-se necessária uma seleção bastante específica de pessoas nesta modalidade, além desta ocorrer numa idade precoce.

O presente estudo tem como objetivo relacionar a percepção da imagem corporal em atletas adolescentes de ginástica rítmica com seus dados antropométricos.

2.1. Local e amostra

Para a coleta de dados, inicialmente, todas as atletas tiveram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado pelos pais ou responsáveis (ANEXO 1).

2.2. Coleta dos dados

Iniciou-se a pesquisa sobre a imagem corporal com o questionário Body Shape Questionnaire (BSQ) desenvolvido por Cooper e colaboradores (1987) e validado por Di Pietro (2009) para avaliar como as atletas de ginástica rítmica se percebem em relação à sua imagem corporal. O referido questionário foi aplicado antes da coleta de dados antropométricos. O avaliador esteve presente durante a aplicação do questionário para tirar quaisquer dúvidas existentes durante o preenchimento, no qual é voluntário (ANEXO 2).

O questionário apresenta o grau de percepção com a imagem corporal, sendo composto de 34 questões, que a partir de respostas que variam de nunca (0) a sempre (4) pontua de 0 a 136 pontos, podendo ser classificada em 4 categorias: < 36 pontos indica distorção da imagem corporal; 37 - 110 pontos indica distorção da imagem corporal; 111 - 140 pontos indica distorção da imagem corporal; > 140 pontos indica distorção da imagem corporal. O autor total a soma simples de todas as respostas dos indivíduos.

Para a medição das medidas antropométricas das atletas, as quais foram aferidas pelo estigmo e calímetro de altura. A medida da massa corporal foi realizada a partir de uma balança manual vertical instalada na parede. Profissional Digital Digital - até 150 kg, ao qual as atletas foram posicionadas na base do equipamento, com os braços estendidos para o lado e o olhar no horizonte.

As medidas de gordura e densidade óssea foram obtidas utilizando uma técnica de ultrassom. No Princípio de capacidade de 200 cm e pressão de 1 mm. O DAC foi

2 METODOLOGIA

2.1 Descrições e amostra da pesquisa:

O presente estudo é caracterizado como quanti-qualitativa realizada com 10 adolescentes com idade entre 14 e 17 anos, do sexo feminino, estudantes e praticantes de Ginástica Rítmica do município de Natal / RN. A coleta de dados foi realizada no mês de Julho de 2016 na Clínica Integrada Uni/RN, localizada na Rua Prefeita Eliane Barros, 2000 - Tirol, Natal - RN, 59014-545.

Para a realização da coleta de dados, inicialmente, todas as atletas tiveram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecimento (TCLE) assinado pelos pais ou responsáveis (ANEXO 1).

2.2 Coleta dos dados:

Iniciou-se a pesquisa sobre a imagem corporal com o questionário *Body Shape Questionnaire* (BSQ) desenvolvido por Cooper e colaboradores (1987) e validado por Di Pietro (2009) para avaliar como as atletas de ginástica rítmica se observam em relação a sua imagem corporal. O referido questionário foi aplicado antes da coleta de dados antropométricos. O avaliador esteve presente durante a aplicação do questionário para sanar qualquer dúvida existente durante o preenchimento, no qual é autoexplicativo (ANEXO 2).

O questionário examina o grau de preocupação com a imagem corporal, sendo composto de 34 questões com 6 opções de respostas que variam de nunca (0) a sempre (5 pontos) e os resultados podem ser classificados em 4 categorias: < 80 pontos: ausência de distorção da imagem corporal; 81 – 110 pontos: leve distorção da imagem corporal; 111 – 140 pontos: moderada distorção da imagem corporal; > 140 pontos: grave distorção da imagem corporal. O escore total é feito através da soma das respostas dos indivíduos.

Além da autoavaliação, foram coletados os dados antropométricos das atletas, no qual foram aferidos peso, estatura e circunferência da cintura. A estatura e massa corporal foram mensuradas a partir de um estadiômetro vertical inserida na balança Profissional Digital Balmak – até 150 kg, no qual as atletas foram posicionadas no centro do equipamento, com os braços estendidos ao longo do corpo, e o olhar ao horizonte.

Em seguida, foi verificada a circunferências da cintura utilizando uma fita antropométrica Neo Prime® de capacidade de 200 cm e precisão de 1 mm. O IMC foi

calculado (kg/m^2) e os valores seguiram os padrões das Curvas de Crescimento de 2007 da Organização Mundial de Saúde (OMS).

2.3 Análise dos dados:

Os dados foram tabulados em planilha do programa *Office Excel 4,0* para elaboração de gráficos e mensuração em percentual de dados.

Tabela 1. Análise do total de pontos obtidos pelas atletas no BSAQ

Pontos obtidos pelas atletas no BSAQ	
Mínimo	50
Máximo	120
Média	93,9
DP ±	24,6

Gráfico 1. Resultado do total de pontos obtidos pelas jovens no Body Shape Questionnaire.



As questões 14 "Ao estar nu (nua), por exemplo, ao tomar banho, você se sente gozoso (gozosa)?" e 16 "Você já se pegou pensando em remover partes mais carnudas do seu corpo?" foram avaliadas de forma individual por terem sido encontradas respostas mais expressivas por parte das participantes.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

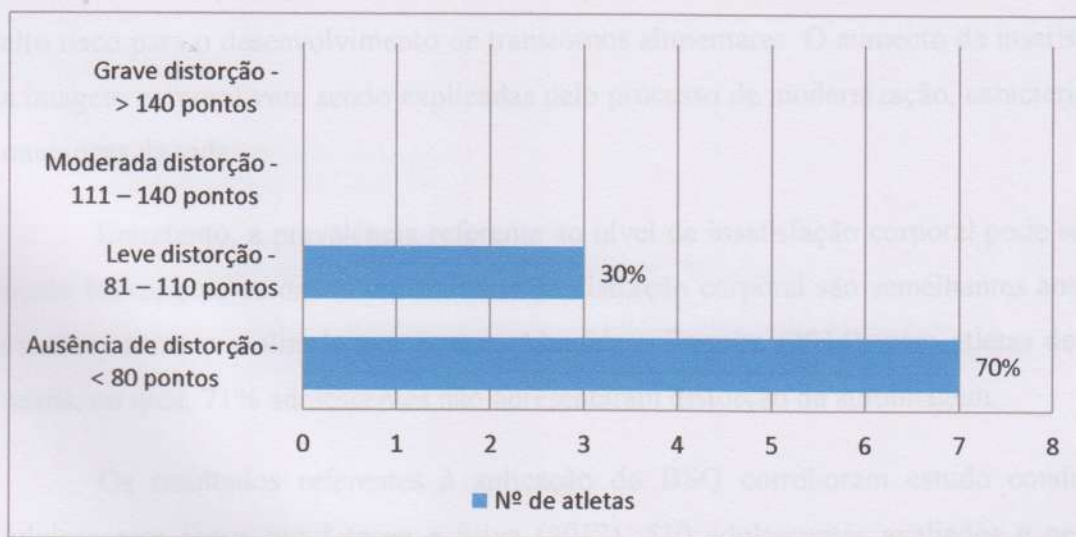
3.1 AVALIAÇÃO DO QUESTIONÁRIO DE IMAGEM CORPORAL.

Na análise do questionário de imagem corporal, observou-se que 90% atletas responderam “sempre” em pelo menos uma das 34 questões. Em relação ao total de pontos obtidos (TABELA1), a média foi de 93,9 pontos. Apenas 03 participantes apresentaram uma distorção leve de imagem corporal (GRÁFICO 1).

Tabela 1: Análise do total de pontos obtidos pelas atletas no BSQ.

Pontos obtidos pelas atletas no BSQ	
Mínimo	60
Máximo	120
Média	93,9
DP $\pm$	24,6

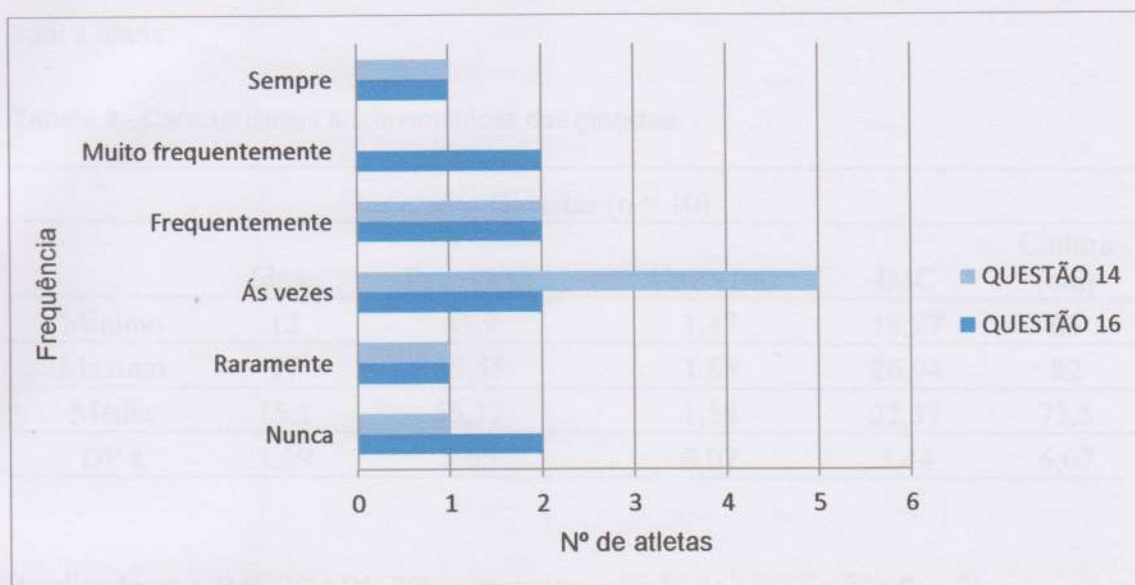
Gráfico 1: Resultado do total de pontos obtidos pelos jovens no Body Shape Questionarie.



As questões 14 “Ao estar nu (nua), por exemplo, ao tomar banho, você se sente gordo (a) ?”, e 16 “ Você já se pegou pensando em remover partes mais carnudas do seu corpo?” Foram avaliadas de forma individual por terem sido encontradas respostas mais expressivas das atletas participantes.

Quanto aos resultados da análise de cada questão isoladamente observou-se que na questão 14, apenas uma atleta informou que nunca se sentiu gorda. Já na questão 16, duas atletas nunca se pegaram pensando em remover partes carnudas do corpo (GRÁFICO 2).

Gráfico 2: Body Shape Questionarie - Questões 14 e 16.



Dumith, (2012) o seu estudo afirma que a adolescência é uma fase de um período de alto risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. O aumento da insatisfação com a imagem corporal vem sendo explicadas pelo processo de modernização, caracterizado pelas mudanças da vida.

Entretanto, a prevalência referente ao nível de insatisfação corporal pode ser avaliada como baixo, pois os dados encontrados de distorção corporal são semelhantes aos de outros estudos, como o realizado por Fortes, Almeida e Ferreira (2014), com atletas de ambos os sexos, no qual, 71% adolescentes não apresentaram distorção da autoimagem.

Os resultados referentes à aplicação do BSQ corroboram estudo conduzido com adolescentes feitos por Lepsen e Silva (2012), 510 adolescentes avaliados e apenas 16,9% apresentaram insatisfação com a imagem corporal.

3.2 AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA

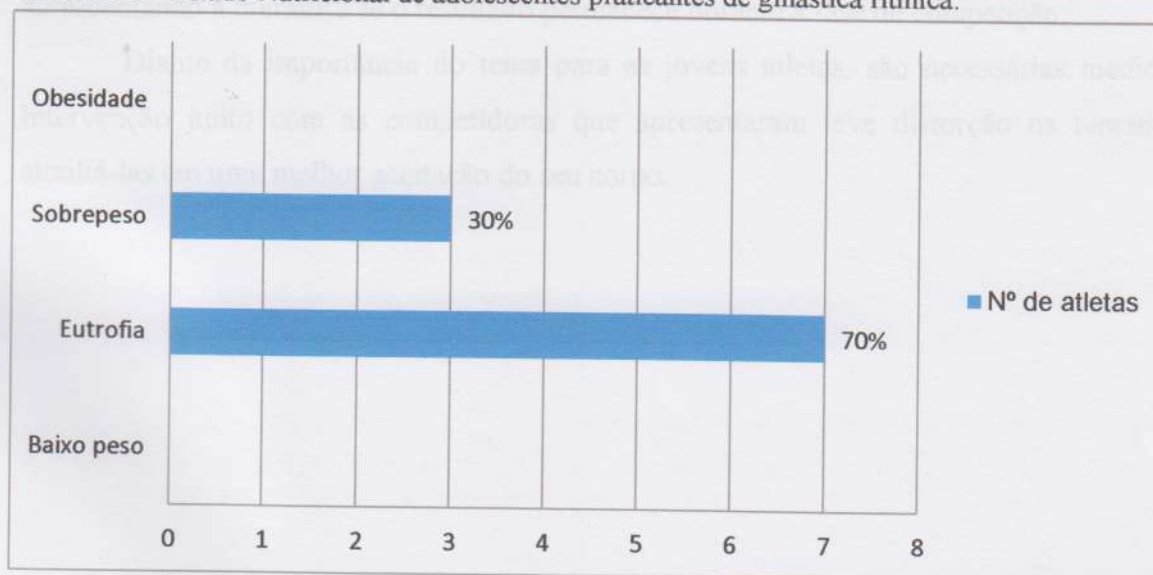
Foi identificado uma média de peso de 55,12 kg, altura 1,58 m, IMC de 22,37 kg/m² e cintura 72,5 cm para as atletas (TABELA 1). Ao avaliar as adolescentes identificou-se que a média possui característica dentro do padrão da normalidade quando relacionada ao IMC com a idade.

Tabela 3 - Características antropométricas das ginastas.

Ginastas (n = 10)					
	Idade	Peso (Kg)	Altura (m)	IMC	Cintura (cm)
Mínimo	12	43,9	1,47	18,27	63
Máximo	17	65,55	1,68	26,94	82
Média	15,2	55,12	1,58	22,37	72,5
DP ±	1,69	5,65	0,07	3,44	6,67

Avaliando-se o IMC/IDADE 70% apresentou estado de eutrofia (Gráfico 3).

Gráfico 3 - Estado Nutricional de adolescentes praticantes de ginástica rítmica.



Com relação ao IMC, o presente estudo apresenta três adolescentes com alterações, sendo elas sobrepesos. Resultados semelhantes foram apontados em estudo realizado por Santos e colaboradores (2015), no qual 33,3% dos adolescentes apresentaram alterações, onde a maioria apresentou estado de eutrofia (n= 12), 1 apresentou baixo peso e 6 apresentaram excesso de peso.

Embora o Brasil seja um país onde a miscigenação é sempre um aspecto que deva ser considerado, este fator muito se faz duvidoso quando se refere a uma modalidade esportiva específica, que prima por um determinado perfil antropométrico, como é caso da ginástica rítmica (GONÇALVES ET AL, 2010).

Em trabalho semelhante ao presente, Frutuoso e colaboradores (2016) ao avaliar 59 ginastas com idade média 10 e 12 anos (média: 11,20 ($\pm 0,59$)), observaram que 86,44% apresentaram estado nutricional de eutrofia. Esta mesma situação ficou evidenciada no estudo de Gonçalves e colaboradores (2010), no qual foram avaliadas 342 ginastas de 8 a 19 anos, e não demonstraram característica de desnutrição e de sobrepeso. Dados que por sua vez reforça a necessidade do esporte exigir perfil antropométrico eutrófico.

4 CONCLUSÃO

As atletas de Ginástica Rítmica apresentam características dentro do padrão de normalidade relacionando IMC/IDADE e não apresentam insatisfação com a imagem corporal significativa, porém recomenda-se a realização de um estudo longitudinal acrescentando á literatura se o resultado permanece durante a fase de competição.

Diante da importância do tema para as jovens atletas, são necessárias medidas de intervenção junto com as competidoras que apresentaram leve distorção na tentativa de auxiliá-las em uma melhor aceitação do seu corpo.

REFERENCIA

- BIGHETTI F, Santos CB, Santos JE, Ribeiro RPP. **Tradução e avaliação do eating Atitudes Test em adolescentes do sexo feminino de Ribeirão Preto, São Paulo.** J Brasileira Psiquiatria. 2004.
- BOSI, M. L. M.; Oliveira, F. P. **Comportamentos bulímicos em atletas adolescentes corredoras de fundo.** Revista Brasileira de Psiquiatria, São Paulo, v. 26, n. 1, p. 32-34, mar. 2004.
- COOPER, P. J. et.al. **The development and validation of the body shape questionnaire.** *Int. J. Eat. Dis.*, v.6, p.485-494, 1987.
- CORREIA, J. et al. **Percepção corporal de adolescentes de uma escola pública de porto velho/ro.** Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, agrárias e da saúde, Porto Velho V. 7. N. 1. P, 79-88 .2013
- DENOMA, J. M. H., Scaringi, V., Gordon, K. H., Van Orden, K. A., & Joiner, T. E. **Eating disorder symptoms among undergraduate varsity athletes. Club athletes, independent exercisers. And nonoexercisers.** International Journal of Eating Disorders, 12 (1), 47 - 53.2009.
- DI PIETRO, M. **Desempenho da escala Body Shape Questionnaire em uma população de estudantes universitários.** Trabalho apresentado no V Encontro de Transtornos Alimentares e Obesidade, junho de 2003, Gramado, RS.
- DUMITH, Samuel et al. **Insatisfação corporal em adolescentes: um estudo de base populacional,2012;**
- FORTES, Leonardo Souza; Almeida, Sebastião Souza; Ferreira, Maria Elisa. **Prevalência de insatisfação corporal e comportamento alimentar de risco para transtornos alimentares em jovens atletas.** Pensar a prática, Goiânia, v. 17, n. 1, p. 01-294, jan./mar. 2014.
- FRUTUOSO, Anderson Simas; Coelho, Cecilia Stahelin; Kraeski, Maria Helena. **Perfil antropométrico de atletas catarinenses de ginástica rítmica.** Revista mackenzie de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 193-205, jan./jun. 2015.
- GONÇALVES, l. a. p.; barros filho, a. a.; gonçalves, H. R. **Características antropométricas de atletas de ginástica rítmica.** Arq. Ciênc. Saúde Unipar, Umuarama, v. 14, n. 1, p. 17-25, jan./jun. 2010
- HUDSON et al. **A imagem corporal de adolescentes: uma pesquisa diagnóstica.** Sistema Online de Apoio a Congressos do CBCE, V Congresso Sudeste de Ciências do Esporte 2014.
- LEPSEN, Alice Meyer; Silva, Marcelo Cozzensa. **Imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012.** Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, 23(2):317-325, abr-jun 2014

OEHLSCHLAEGER, M.H.K.; Pinheiro, R.T.; Horta, B.; Gelatti, C.; Santana. **Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana.** Ver. Saúde Pública 2004; 38(2):157-63.

OLIVEIRA, A; Santos, A. Rocha, L. **Educação Física Escolar e Imagem Corporal em Adolescentes: Relatos de uma Insatisfação.** Investigação Qualitativa em Saúde. 2016, volume 2. P, 626-635.

SALAMUNES, Ana Carla Chierighini. **Aptidão para a ginástica rítmica: estudo comparativo entre equipes e atletas de Curitiba e região metropolitana.** 2014. 47 f. **Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)** – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2014. 6

SANTOS et al. **Relação entre estado nutricional e percepção de autoimagem corporal de adolescentes praticantes de ginástica artística.** Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo. v. 9. n. 52. p.350-356. Jul./Ago. 2015.

WHO Child Growth Standards, 2007 (<http://www.who.int/growthref/en/>).