

Pesquisa demonstra que busca de jovens por 'corpo ideal' pode causar transtornos

MARIA ALICE DA CRUZ
halice@unicamp.br

Musculatura bem-desenvolvida e definida e baixo teor de gordura, especialmente na parte superior do tronco. Este é um dos traços característicos aos quais o profissional de educação física de academia precisa estar atento, na opinião da doutora em educação física Ângela Nogueira Neves Betanho Campana. O excesso de *Drive for Muscularity*, relativo à busca deste tipo de musculatura, pode causar, segundo Ângela, a dismorfia muscular (transtorno dismórfico corporal que ocorre em homens que apesar de grande hipertrofia se consideram pequenos e fracos). Tese de doutorado sanduíche defendida por ela sob orientação da professora Maria da Consolação, da Faculdade de Educação Física (FEF) da Unicamp resultou na validação de seis escalas para avaliação da imagem corporal entre homens brasileiros jovens e uma modelagem de equações estruturais para determinar a relação do *Drive for Muscularity* com outros componentes atitudinais da imagem corporal desses homens, entre os quais satisfação com o corpo, ansiedade físico-social e valorização do ideal de corpo.

Parte do trabalho, referente à validação psicométrica, foi desenvolvida na University Wetminster, em Londres, sob orientação do professor Viren Swami. Na validação das escalas no Brasil, com uma amostra de 878 homens jovens de 18 a 39 anos e de variados níveis educacionais, perfis profissionais, sedentários ou fisicamente ativos, Ângela observou que ser mais forte e mais musculoso está associado a valores como ser mais bonito, feliz, saudável, realizado e confiante. Para a construção do modelo teórico usado na modelagem de equações estruturais, ela contou com um grupo focal formado por estudantes de educação física, que responderam a temas como a importância do corpo musculoso, os caminhos para a construção do corpo musculoso, o preço para atingir o padrão ideal e o preço que se paga por estar fora do ideal.

De acordo com a autora, o ideal de corpo masculino manifestado pelo grupo fez eco com o ideal de corpo comumente referido pela literatura, que envolve musculatura desenvolvida e bem-marcada, baixo percentual de gordura, sendo que o tórax, braços e abdome são os alvos de maior investimento. O descanso, a boa alimentação, o treino regular são os caminhos reconhecidos como adequados para a construção deste corpo ideal, de acordo com as constatações do trabalho.

Entre os participantes dos grupos, a suplementação alimentar, devidamente orientada por nutricionista, é uma forma lícita de "driblar" os limites ou mesmo acelerar o crescimento muscular. De acordo com Ângela, seu uso e disseminação na



Jovem se exercita em academia: excesso de *Drive for Muscularity* pode desencadear quadro de dismorfia muscular

À imagem e semelhança?



Ângela Nogueira Neves Betanho Campana, autora do estudo: "Proposição teórica explica melhor os dados reais observados"

academia são amplos, mesmo entre aqueles não-atletas – para quem a princípio foram desenvolvidos os suplementos alimentares. Já o uso do esteroide anabolizante, na opinião da pesquisadora, é uma situação controversa. "Quem usa não diz que usa; quem vende não diz que vende; o corpo que resulta dele é ao mesmo tempo admirado e olhado com desconfiança, uma vez que não é considerado fruto da disciplina ascética da academia, mas como resultado de uma 'trapaça'. O fato é que ele existe fora das academias de fisiculturismo, nas academias 'comuns', e o corpo

olhado com desconfiança é ao mesmo tempo associado como o símbolo da masculinidade hegemônica", acrescenta Ângela.

Para Ângela, o grupo focal também revela uma face cruel do mercado profissional. "Em nossos grupos focais ficou explícito o reconhecimento da expectativa que há sobre a aparência, já que são profissionais que terão uma ação direta sobre os corpos de seus alunos (especialmente em academias de ginástica)", analisa. No corpo do profissional de educação física do sexo masculino, a obrigatoriedade do baixo percentual de gordu-

ra e da musculatura definida, o corpo "sarado", marcaria sua capacidade de trabalho. "Os estudantes já sentem esta pressão sobre sua própria forma física e a expectativa sobre o corpo do profissional de educação física é real e perversa", considera Ângela.

As novas escalas, intituladas *Swansea Muscularity Attitudes Questionnaire*, *Drive for Muscularity Scale*, *Body Esteem Scale*, *Body Appreciation Scale*, *Social Physique Anxiety Scale* e *Masculine Body Ideal Distress Scal* estão à disposição de pesquisadores brasileiros para avaliação da imagem entre homens jovens.

Apreciação influencia outros conceitos

Ao testar outros modelos de relações com uma amostra de 1.202 homens com o mesmo perfil dos participantes da validação, Ângela constatou que o modelo que melhor explica as relações entre os conceitos estudados é aquele em que a aceitação do corpo influencia todos os demais construtos. Ela explica que também propôs uma influência direta da ansiedade físico-social e do desconforto em relação ao corpo masculino ideal sobre as atitudes em relação à musculatura e sobre os comportamentos em busca da musculatura. Porém, apesar de os modelos testados atenderem aos parâmetros de qualidade de ajuste, escolheu o de aceitação corporal por apresentar um menor número de resíduos. "Isso indica que sua proposição teórica explica melhor os dados reais observados."

A constatação do efeito positivo da apreciação corporal foi inesperada, pois se esperava uma relação negativa, já que a imagem corporal positiva "protegeria" o sujeito de dar demasiada importância à musculatura, da mesma forma que protege do excesso de busca pela magreza, segundo Ângela. "O perfil de nossa amostra tinha maior tendência a ter uma Imagem Corporal Positiva e a ter baixa a moderada ansiedade físico-social, com moderado a alto desconforto em relação ao corpo masculino ideal, assim como baixa a moderada *Drive for Muscularity*", explica.

De acordo com a pesquisadora, desde a década de 1990, a insatisfação corporal é considerada como um *continuum*, e não uma variável do tipo "tudo-ou-nada". Assim, a *Drive for Muscularity* varia desde níveis muito baixos – que não são interessantes, pois a pessoa pode ter menos disposição para cuidar de sua dieta, manter um peso corporal adequado e de seus exercícios – a níveis muito elevados – que podem ser encontrados na dismorfia muscular –, passando por um nível ótimo, que se refletiria num estilo de vida ativo, com alimentação balanceada, sem excesso de gordura abdominal e um peso adequado.

FEF valida novas escalas

A tese de Ângela foi desenvolvida no Laboratório de Imagem Corporal da FEF, criado em 2006 e coordenado pela professora Maria da Consolação Gomes Cunha Fernandes. De acordo com a pesquisadora, a parte da linha de pesquisa voltada para o desenvolvimento de metodologias, onde a tese se insere, tem interesse no desenvolvimento de protocolos de avaliação de imagem corporal,

criação e adaptação cultural de escalas e validação de instrumento. Na página do Laboratório, podem ser feitos downloads dos instrumentos já validados pelo grupo e do software de avaliação perceptiva da imagem corporal, criado no Laboratório.

No momento, estão sendo finalizadas outras pesquisas metodológicas, adaptando transculturalmente e validando no Brasil instrumentos

internacionais de avaliação da imagem corporal para idosos, mulheres de meia idade e com câncer de mama. Além disso, está sendo criado no Brasil um instrumento para avaliar a imagem corporal de cegos congênitos e um instrumento para avaliar a checagem corporal em homens. "Nosso foco está em trabalhos de intervenção que desenvolveremos futuramente, por isso este envolvimento

inicial com protocolos de avaliação. A experiência corporal é base para o desenvolvimento da imagem corporal. Compreender isso permite que os profissionais de educação física tenham uma oportunidade não só de desenvolver pesquisas coerentes, mas de oferecer ao seu aluno a oportunidade de reconhecer-se melhor em suas potencialidades e limites", finaliza Ângela.

■ **Publicação**
Tese: "Relações entre as dimensões da Imagem Corporal: um estudo em homens brasileiros"
Autora: Ângela Nogueira Neves Betanho Campana
Orientadora: Maria da Consolação Gomes Cunha Fernandes Tavares
Unidade: Faculdade de Educação Física (FEF)