

PERCEPÇÕES SOBRE A IMAGEM CORPORAL DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO EM ESCOLAS PÚBLICAS DE CORUMBÁ-MS

perceptions about the body image of High School students in public schools in Corumbá-MS

**Brenda Farias
dos Santos***

Universidade Federal de Mato
Grosso do Sul, Campo Grande,
MS, Brasil.
brendaalmeida1909@gmail.com



**Miriã Eller da Silva
Rodrigues**

Universidade Federal de Mato
Grosso do Sul, Campo Grande,
MS, Brasil.
miriaeller8@gmail.com



Silvia Beatriz Serra Baruki

Universidade Federal de Mato
Grosso do Sul, Campo Grande,
MS, Brasil.
silvia.baruki@ufms.br



Carlo Henrique Golin

Universidade Federal de Mato
Grosso do Sul, Campo Grande,
MS, Brasil.
carlo.golin@ufms.br



*Autor correspondente

RESUMO: A imagem corporal dos jovens está relacionada aos componentes físicos, psicológicos e ambientais sobre a percepção de seu corpo. Esses aspectos podem afetar a saúde dessa população, favorecendo a distorção da própria imagem. O presente trabalho objetivou descrever as percepções da imagem corporal de estudantes do ensino médio, debatendo alguns indicadores sobre padronização e realidade desses jovens quanto a sua imagem corporal. Estudo transversal, de caráter descritivo/participativo, utilizou abordagem qualitativa/quantitativa, por meio de questionário semiestruturado/múltiplas escolhas. Foram avaliados 90 estudantes, 37 do sexo feminino e 53 do sexo masculino. Verificou-se que os meninos buscam corpo forte e definido, não se preocupam por estarem acima do peso. As meninas têm maior preocupação com “padrões” das mídias, buscando emagrecer e ter um corpo definido. Comparando meninos e meninas, percebe-se uma padronização de imagem corporal não tão diferente, já que o objetivo foi ter corpo “sarado”. Na percepção da imagem corporal, os meninos estão satisfeitos e as meninas insatisfeitas, embora os dois grupos desejem mudar o corpo. Os resultados apontam insatisfação corporal de ambos, refletindo na busca do “corpo perfeito” idealizado ou no padrão atual de beleza nas mídias. Ademais, destaca-se a importância da temática (imagem corporal) no contexto escolar para alertar os alunos sobre adoção de hábitos saudáveis, autoaceitação e dos riscos da busca por um “corpo perfeito”.

PALAVRAS-CHAVE: Escola; imagem corporal; padronização; adolescentes; saúde.

ABSTRACT: The body image of young people is related to the physical, psychological and environmental components of their perception of their body. These aspects can affect the health of this population, favoring the distortion of their own image. This study aimed to describe the perceptions of body image among high school students, discussing some indicators about standardization and reality of these young people regarding their body image. Cross-sectional and descriptive/participatory study, used a qualitative/quantitative approach, through a semi-structured/multiple-choice questionnaire. A total of 90 students were evaluated, 37 female and 53 male. The study identified that boys seek a strong and defined body and are not concerned about being overweight. Girls are more concerned with media “standards”, seeking to lose weight and have a defined body. Comparing boys and girls, is observed a not so different standardization of body image, since the objective was to have a “toned” body. In terms of body image perception, boys are satisfied and girls are dissatisfied, although both groups want to change their bodies. The results indicate body dissatisfaction in both groups, reflected in the search for the idealized “perfect body” or the current standard of beauty in the media. Furthermore, the importance of the theme (body image) in the school context is highlighted to alert students about adoption of healthy habits, self-acceptance and the risks of seeking a “perfect body”.

KEYWORDS: Students; body; standardization; teenagers; self-image.

DOI: <https://doi.org/10.18616/inova.v16i2.9205>

Recebido: 16/10/2024

Aprovado: 29/07/2025

INTRODUÇÃO

Percebe-se na atualidade que os termos estética, aparência e padrões de beleza estão cada vez mais presentes na sociedade. Diante disso, nota-se uma significativa importância sociocultural em buscar a saúde corporal, talvez fruto de números alarmantes de doenças crônicas metabólicas¹. Essa lógica muitas vezes é carregada de um padrão “ideal” de corpo, algo que demanda mais conhecimento dos profissionais, sejam eles ligados às áreas de educação física, nutrição e medicina^{2,3}.

Diante dessas premissas e o desafio da melhoria da saúde geral da população, é possível pensar em um local favorável e com grande número de indivíduos diariamente em formação, no qual se pode discutir a questão de saúde e o padrão de beleza: a escola. Portanto, torna-se viável a transmissão de conhecimentos salutares por meio de professores, sobretudo para orientar os alunos que desejam melhorar a qualidade de vida e ter um estilo de vida mais ativo. Algo que, por consequência, pode influenciar na sua aparência física e na sua composição corporal de maneira saudável^{4,5}.

A composição corporal pode se diferenciar quanto ao sexo, idade, etnia e, também em relação ao nível de atividade física. Compreende a massa corporal total dos componentes estruturais do corpo humano, dividida em massa de gordura e massa magra, sendo este último componente relacionado ao percentual de massa muscular e massa óssea^{6,7,8}. Assim, o emagrecimento saudável, baseado nessa avaliação antropométrica e fisiológica, se caracteriza pela mudança na composição corporal com perda de gordura corporal e/ou ganho de massa muscular.

Partindo desses pressupostos, é preciso conhecer os aspectos relacionados à imagem corporal de estudantes, considerando a questão sociocultural da sociedade brasileira. A imagem corporal pode ser influenciada por componentes físicos, psicológicos e ambientais, sendo assim, a imagem corporal está relacionada à percepção dos indivíduos sobre o seu corpo, tendo em vista a forma como se veem e acham que são vistos⁹.

Essa percepção corporal pode ter aspectos positivos e negativos sobre a saúde, sobretudo dependendo do contexto em que a pessoa está inserida, oportunizando assim, a distorção da própria imagem. Diante disso, o termo “emagrecer” ou “engordar” para esses indivíduos pode ser considerado como uma solução para resolver sua “imagem corporal”, a fim de se sentir melhor com sua aparência. Por conseguinte, a imagem corporal pode mudar ao longo do tempo por diversos fatores externos como, a convivência social, cultural e midiática¹.

Presume-se que um dos fatores que geram a insatisfação com o corpo é a visibilidade que as mídias dão. Portanto, atualmente, essa “nova” geração está imersa em conteúdos sobre a vida de pessoas famosas, acompanhando os grandes números de seguidores nas diferentes plataformas sociais, espaços que compartilham o seu estilo de vida “saudável” e “perfeito”.

Vale ressaltar que a questão da insatisfação corporal também pode estar relacionada a outros fatores, sendo diretamente associados à saúde mental, problemas como depressão, transtornos alimentares, bulimia e anorexia, por exemplo. Todas essas intercorrências requerem acompanhamento com profissionais especializados e não influenciadores nas redes sociais que não compreendem o contexto nos quais seus seguidores estão inseridos¹⁰.

A imagem corporal sofre influências significativas dos fatores socioculturais como supracitado, bem como a influência de amigos e familiares, em todas as fases da vida. Esse processo de reconhecimento da própria imagem pode ter início na infância, período em que a criança começa a ter uma ideia do que é “bonito” e do que é “feio”, sendo importante orientações sobre os conceitos e as atitudes que englobam a estrutura corporal e que podem impactar nesse processo de autoconhecimento¹¹.

Damasceno e colaboradores³ apontam para uma melhor imagem corporal dos praticantes de atividade física quando comparados com indivíduos sedentários. A insatisfação com a imagem corporal é um dos fatores principais que levam os indivíduos a iniciarem a prática esportiva. Esse resultado pode ser constatado nos estudos de Campos⁵ e Barbosa, Veloso e Carvalho⁴ nos quais verificaram diferenças na percepção da imagem corporal entre acadêmicas de educação física. E, quando comparadas com as de outras áreas da saúde, as acadêmicas de educação física constatarem maior insatisfação corporal em relação às acadêmicas das demais áreas da saúde⁵. Destacando a cobrança pela “boa” forma física, recebida pelas acadêmicas, por frequentarem o curso de educação física⁴.

Desta forma, é necessário pensar e delimitar estudos que verifiquem a insatisfação da imagem corporal de maneira transversal. Apontando a importância de uma avaliação com os professores de educação física em relação a essa temática, tendo em vista que estão atuando com crianças e adolescentes, portanto acabam se deparando com o processo de descobrimento da autoimagem e de autoaceitação dos seus alunos¹².

Esta pesquisa objetiva revisar a história dos padrões de beleza e sua relação com a mídia atual; e, identificar os fatores que influenciam a insatisfação corporal dos alunos, público que está na

fase de mudanças corporais, com aumento do pensamento abstrato e ainda com diferentes adesões em novos grupos, elementos que influenciam na sua percepção individual. Assim, por meio da percepção que os estudantes possuem sobre seu corpo, buscou-se apresentar os resultados de uma pesquisa empírica sobre a autopercepção da imagem corporal entre estudantes do ensino médio que participaram do Programa Residência Pedagógica em Corumbá, no Mato Grosso do Sul (MS), no ano de 2023.

História dos padrões de beleza na antiguidade

Neste tópico destacou-se o assunto em diversas épocas, como na Antiguidade e na Idade Média, abordando a ideia de “corpo perfeito”, sobretudo o que foi idealizado naquela sociedade vigente. Assim, ao passar dos anos, discutiu-se sobre o que é “belo”, sendo que os diferentes grupos, por meio das suas associações socioculturais e ponderando o contexto territorial, acabam determinando um padrão. Isso posto, também acabam considerando que o desejo de obter o “corpo perfeito” torna-se um fetiche, resultando em efetivas mudanças de comportamento¹³.

Da Rosa e Zingano¹⁴ apontam que na pré-história os homens caçavam para alimentar a si e ao grupo, seus corpos eram naturalmente fortes e atléticos, e o corpo das mulheres eram arredondados e preparados para reprodução. As mulheres consideradas acima do peso, hoje em dia, eram as que estavam dentro dos padrões naquela época, pois os homens achavam que mulheres de grande porte eram férteis. A educação estava associada ao instinto de sobrevivência como forma de garantir a continuidade das gerações. Baseados em Feist¹⁵, as figuras e estatuetas Vênus das cavernas, uma delas também conhecida como a mulher de Willendorf, que apresentava a estrutura feminina grávida e robusta, trazendo a concepção de fertilidade, segurança, sucesso e bem-estar. Essas imagens indicavam que as mulheres eram caracterizadas por seios fartos, nádegas grandes e traços faciais imprecisos, sendo a interpretação do corpo ideal naquele período.

Os antigos gregos acreditavam que um rosto perfeito seria a proporção do “belo”, sendo a chave para a beleza ideal. Com o passar dos anos e as mudanças na estrutura política e social da época, esse padrão de beleza foi obtendo modificações, sugerindo talvez uma relação entre esse padrão com as questões sociais e políticas do momento. Exemplificam Suenaga e colaboradores¹⁶ quando destacam que os egípcios foram os primeiros a cultivar a beleza de maneira

extravagante, notadamente ao utilizarem os cosméticos para embelezamento pessoal, além do uso para preparação dos mortos para o enterro e nos rituais religiosos de sua cultura.

Segundo Semis¹⁷, a primeira tentativa de padronização surgiu da Grécia Antiga, tanto que a palavra estética tem origem grega com o significado de “compreensão pelos sentidos”. Ou seja, a beleza ideal deveria ser uma combinação de harmonia e equilíbrio. Nessa época, o corpo era bastante discutido apesar de assuntos como a política e ética serem considerados mais relevantes pelos pensadores naquela cultura. Filósofos como Sócrates (470 a 399 a.C.), Platão (427 a 347 a.C.) e Aristóteles (384 a 322 a.C.) também discutiam sobre o assunto¹⁸.

No tocante à Idade Média (século V ao século XV), período marcado por doenças, invasões bárbaras e obscurantismo, teve um efeito colateral devido à religiosidade da época: o culto ao corpo e a busca da beleza eram vistos como vaidade. Ou seja, se preocupar com a própria aparência era pecado. Nesse período, a padronização da beleza tinha outra característica, sendo marcada pela moralidade ao invés só do aspecto físico. Assim, as pessoas com aparência delicada e com comportamentos sociais específicos, que remetessem à Virgem Maria, eram as mulheres consideradas belas¹⁹.

Houve um grande desprestígio das atividades corporais, sendo que o corpo passou a ser controlado através de severas práticas religiosas, portanto, a autoridade sobre os indivíduos começa pelo domínio sobre o comportamento do corpo. O discurso religioso reforçava bem esse poder em relação ao corpo, ou seja, para garantir a salvação da alma, o homem teria que seguir rigorosamente os ensinamentos da Igreja¹⁸.

Na Idade Moderna, a história vivencia o período Renascentista (século XIV ao século XVI), caracterizado pelas manifestações intelectuais e culturais com a maior valorização do homem, e não apenas no sentido de salvação das almas, contradizendo o período anterior, apesar de não excluir a religião. Observa-se também a ênfase na ciência e no indivíduo, conseqüentemente, a preocupação com o corpo. Discutir e refletir essas transformações sociais no processo histórico traz uma melhor compreensão da sociedade e as suas diferentes concepções do corpo²⁰.

Na Idade Contemporânea, em 1910, os primeiros “Institutos de Beleza” e o início do ofício de esteticista, bem como as cirurgias, tiveram um destaque ao vislumbrarem as mudanças e os retoques de transformações corporais, nesse caso idealizadas pelos indivíduos insatisfeitos com o seu corpo, por completo ou por alguma parte em especial, como nariz, barriga, seios, entre outras²¹.

O corpo magro que no passado simbolizava escassez de alimento e fraqueza passou a ser desejado. Inclusive, um grande destaque nesse ramo da beleza ocorreu nos Estados Unidos, em 1921, quando surgiu o concurso de beleza, tendo as Misses um exemplo de corpo ideal. A partir de 1926, o desfile das Misses ganhou nome e a vencedora passa a obter o título de Miss Universo; e, em 1952, o concurso passou a ser conhecido como Miss Universo, um dos eventos mais vistos no mundo inteiro¹.

Da Fonseca²¹ descreveu que a partir de 1980 iniciou-se os “exageros” estéticos, com o uso das maquiagens marcantes e, conseqüentemente, o culto ao corpo com o uso de suplementos vitamínicos e o surgimento das ginásticas aeróbicas para contribuir no emagrecimento. Posteriormente, os homens começaram a disputar o espaço com as mulheres, priorizando o cuidado com o corpo. Assim, o corpo volta a ganhar mais valor e tende a maior exibição.

Diante disso, a sociedade do século XXI se preocupa cada vez mais com a aparência física, trazendo também uma grande insatisfação com o próprio corpo. Nessa “esteira”, a indústria de produtos para o corpo e a mídia exigem uma aquisição do “corpo perfeito”, sendo comum o uso de produtos ou soluções para o corpo ideal e, indicando dietas milagrosas, restritivas, consumo de produtos anabólicos, chás, suplementos específicos etc²¹.

A percepção de insatisfação com a imagem corporal foi menor entre aqueles que usavam esses suplementos. Nesse contexto, ressaltam a preocupação da imagem corporal associada ao uso desses suplementos, para adquirir o “corpo ideal” de forma rápida, e da importância desse conhecimento no monitoramento precoce de distúrbios no comportamento alimentar²².

Efeito da mídia sobre os adolescentes

Nesta seção, a mídia está associada à internet, às redes sociais, em especial. De tal modo, presume-se que a mídia tem grande influência social, sendo que muitas vezes pode ser negativa, prejudicando a percepção dos indivíduos em relação a sua autoimagem, devido a exposição do estilo de vida. Aspectos que muitas vezes são idealizados pelos adolescentes, com isso, gera uma visão distorcida sobre si, por não atender as expectativas impostas pela sociedade.

As diferentes redes sociais que são utilizadas por famosos, o que inclui até profissionais de educação física e/ou nutricionistas, visando orientar as pessoas sobre como obter um corpo “perfeito”, acabam induzindo os jovens à insatisfação com a sua própria imagem corporal. Até

mesmo devido a quantidade excessiva de publicações em suas redes, algo que acaba evidenciando a importância de se ter esse modelo de corpo como referencial⁵.

Por outro lado, a mídia possibilita o acesso às informações e a proliferação das técnicas de cuidado, bem como aspectos sobre atenção e hábitos saudáveis ao corpo. O problema está no excesso de informações que podem favorecer o uso equivocado de substâncias sintéticas como os esteroides anabolizantes, realização de dietas não convencionais, procedimentos estéticos e cirurgias de risco à saúde. Essas técnicas e formas de gerenciamento, tornam acessíveis à satisfação do corpo idealizado para os indivíduos, de maneira “milagrosa”, que não esperam os resultados com atividade física adequada e orientada por profissionais²³.

Os efeitos colaterais do uso abusivo e desorientado de esteroides anabolizantes são enormes, como as aparições de acne em excesso, calvície, problemas no fígado e até a morte súbita. Nos homens, eles provocam a ginecomastia, atrofia testicular, alteração na morfologia do esperma e infertilidade. Nas mulheres pode ocorrer uma alteração na menstruação, engrossamento da voz, encolhimento dos seios, aumento do número de pelos no corpo e distúrbios até no clitóris²³.

A insatisfação corporal das mulheres desperta gatilhos para transtornos de autoimagem e que são associados aos transtornos alimentares. De acordo com estudos realizados, quando a insatisfação corporal desses sujeitos está relacionada com os transtornos alimentares, foi possível observar que existe a presença do Transtorno Dismórfico Corporal (TDC), conceituado como a percepção que o paciente tem sobre sua imagem corporal, levando-o a desenvolver preocupações irracionais sobre aquilo que chama de os “defeitos” em seu corpo²⁴.

Alguns exemplos são relativos ao nariz torto, olhos desalinhados, imperfeições na pele, dentre outros que podem ser totalmente imaginários ou são alterações sutis que geram uma reação exagerada do indivíduo, ocasionando prejuízos no relacionamento pessoal, familiar, social e profissional. Essa distorção, acomete com mais frequência as mulheres e começa a aparecer na fase da adolescência. Logo, os adolescentes buscam as técnicas de cuidado e gerenciamento do corpo de forma abrupta e desorientada, acarretando outros fatores dissociativos, como o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC), além dos distúrbios alimentares, desenvolvendo bulimia e anorexia¹⁰.

Os transtornos alimentares como a anorexia e a bulimia nervosa, são caracterizados pelo padrão de comportamento alimentar perturbado, pelo controle patológico do peso corporal e por distúrbios da percepção da imagem corporal. Os indivíduos que possuem uma imagem

distorcida do formato de seu corpo e peso, mesmo estando abaixo dele forçam dietas restritivas, vômitos, para emagrecer, com o objetivo de atingir o “corpo perfeito”²⁵.

A alimentação desempenha um papel fundamental, seja no processo de emagrecimento dos indivíduos considerados com sobrepeso ou obesos, como para os que procuram o ganho de massa, visando o aumento do peso corporal. Influenciada por fatores fisiológicos, psicológicos, sociais e ambientais. Segundo Foschini e colaboradores²⁶, apoiados em estudos de Keller e Siegrist²⁷, os distúrbios da alimentação, devido à questão emocional, geralmente levam à inclinação para comer em excesso, muitas vezes como efeito e resposta às emoções negativas sentidas pelos indivíduos.

Diante disso, as intervenções para o emagrecimento, na perspectiva da atenção plena para alimentação e melhora da imagem corporal, podem ser consideradas com o objetivo de diminuir a alimentação compulsiva (comer de forma emocional) e, conseqüentemente, acabar com a barreira para uma manutenção da alimentação saudável voltada para o emagrecimento²⁶.

MÉTODOS

Este estudo apresenta uma abordagem qualitativa/quantitativa, de cunho descritivo utilizando pesquisas bibliográficas sobre as percepções e a imagem corporal. Também apresenta dados de uma pesquisa de campo que foi realizada com estudantes, de ambos os sexos do ensino médio, em duas escolas públicas estaduais na cidade de Corumbá (MS), buscando saber a autopercepção deles sobre a própria imagem corporal.

A seleção das escolas ocorreu por meio de conveniência, sendo que o critério inicial de inclusão adotado foi a unidade participar do Programa Residência Pedagógica no ano de 2023. Para manter o anonimato e sigilo, essas unidades foram intituladas de escolas A e B. Vale ressaltar que o presente estudo foi realizado no ano de 2023, como parte de trabalho de conclusão de curso, na disciplina Prática Científica, de um curso de formação (licenciatura) em Educação Física. Entretanto, antes de iniciar a pesquisa, os participantes foram informados sobre os procedimentos para o desenvolvimento do estudo, entre eles a coleta dos dados por meio de aplicação de um questionário, buscando seguir os princípios éticos, com a participação voluntária, por meio do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) – pais ou responsáveis legais, e o uso do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) – adolescentes, desta forma assegurando o anonimato e sigilo dos dados.

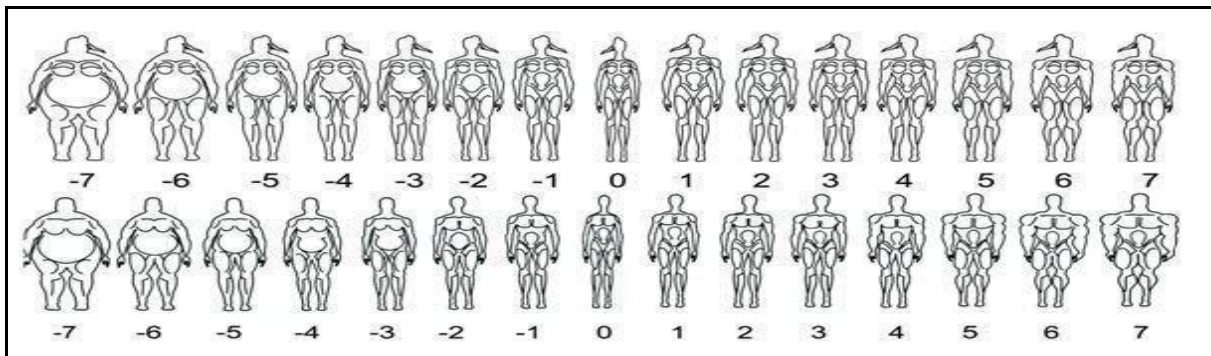
Optou-se como segundo critério de inclusão, selecionar os alunos do terceiro ano do ensino médio, considerando que já haviam passado pelas ações pedagógicas da disciplina educação física escolar e que aceitaram participar do estudo. A vista disso, iniciou-se a pesquisa de campo com uma roda de conversa explicativa entre os pesquisadores e alunos.

Após a explicação, iniciou-se a coleta de dados com a aplicação de um questionário (semiestruturado) contendo 11 questões fechadas sobre a percepção corporal dos estudantes, sendo que duas delas incluiu a necessidade da escolha de imagens representativas sobre seus corpos, as silhuetas representativas/opcionais (Figura 1). Todo instrumento aplicado - Questionário de Satisfação Corporal - foi baseado e adaptado considerando os trabalhos de Ferreira e De Magalhães Leite²⁸, Cardoso²⁹, Damasceno e colaboradores^{2,3}.

Na primeira parte do questionário, solicitou-se dados gerais dos participantes, sendo que as três primeiras perguntas buscavam entender elementos básicos sobre o nível de (in)satisfação, estruturado numa escala *Likert* de escolha, com as seguintes opções: **Pouco**, **Médio** ou **Muito**. Na sequência, realizou-se mais seis questões, com alternativas fechadas (SIM/NÃO), sobre a percepção corporal atual e perspectivada. A terceira parte compreendeu mais duas questões (10 e 11) que, conforme ilustrado na Figura 1, era necessário que o respondente considerasse um grupo de imagens como possíveis alternativas, escolhendo numa perspectiva presente e futura. O respondente deveria considerar uma escala numérica positiva e negativa, correspondente em cada imagem.

Figura 1. Parte do Questionário sobre Satisfação Corporal aplicado aos alunos do Ensino Médio em escolas estaduais de Corumbá-MS

10. Qual o corpo presente na imagem abaixo você se identifica no momento?														
-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()
)														
11. Se deseja mudar o seu corpo, qual a sua meta futuramente?														
-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7
()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()
)														



Fonte: elaborado pelos pesquisadores, adaptado dos trabalhos de Ferreira e De Magalhães Leite²⁸, Cardoso²⁹ e Damasceno e colaboradores.^{2,3}

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No tocante aos resultados, foram coletados o total de 90 questionários, sendo 50 da escola “A” e 40 da “B”. Na escola “A” obtivemos 17 participantes do sexo feminino e 33 do sexo masculino. Na escola “B” obtivemos 20 participantes do sexo feminino e 20 do masculino. Contabilizou-se 37 estudantes do sexo feminino e 53 do sexo masculino. A média de idade foi de 17 anos, sendo 16,64 anos para as meninas e 17,39 anos para os meninos. Diante desse contexto e analisando as respostas, foi possível construir o seguinte diagnóstico geral:

Tabela 1. Respostas sobre o nível de satisfação corporal de alunos (mas) e alunas (fem), participantes da pesquisa

PERGUNTAS	POUCO	MÉDIO	MUITO
	n (mas/fem)	n (mas/fem)	n (mas/fem)
1. Você está satisfeito com seu corpo?	23 (11/12)	45 (28/17)	22 (14/8)
2. O quanto gostaria de ser magro(a)?	19 (13/6)	58 (29/29)	13 (11/2)
3. O quanto gostaria de ser musculoso/definido(a)?	39 (25/14)	36 (18/18)	15 (10/5)
	SIM		NÃO
4. Você está tentando mudar o seu peso?	55 (32/23)		35 (21/14)
5. Você acredita que tem a aparência tão boa quanto das outras pessoas do seu convívio?	52 (34/18)		38 (19/19)

6. Você tem orgulho do seu corpo?	58 (35/23)	32 (18/14)
7. Você está sempre preocupado(a) pelo fato de estar gordo(a)	36 (18/18)	54 (35/19)
8. Você está sempre preocupado(a) pelo fato de estar magro(a)?	50 (42/8)	40 (11/29)
9. Você tem tentado fazer dietas radicais?	20 (9/11)	70 (44/26)

Fonte: Pesquisa de campo (2023).

Após as análises, em especial sobre a escala de silhueta do sexo masculino, representada pela pergunta 10 do questionário (Qual o corpo presente na imagem abaixo você se identifica no momento?), observou-se que existem variações de sua autoimagem, sendo que sete alunos selecionaram a silhueta (-1) e cinco optaram pela silhueta (-2). Em relação à silhueta (-3), oito alunos acreditam ter o corpo ilustrado nela; e três marcaram a silhueta (-5) e (0). Sobre a silhueta (1), sete alunos acreditam estar fisicamente igual, enquanto nove escolheram a silhueta (2) para representar-lhes fisicamente e, por fim, seis alunos se equipararam à silhueta (3).

Em relação à pergunta 11 (Se deseja mudar o seu corpo, qual a sua meta futuramente?), de acordo com as escolhas de silhuetas ilustradas no questionário, as marcações significativas foram: três alunos gostariam de chegar na silhueta (-2), cinco marcaram a silhueta (2) e quatro pretendem chegar na silhueta (3). Os alunos apontaram interesse nas últimas silhuetas, sendo 15 alunos com a pretensão de chegar na silhueta (5) e seis na silhueta (6).

Verificou-se maior frequência de respostas dos alunos nas silhuetas 4 e 5, evidenciando que os meninos estão em busca do corpo forte e definido. Pode-se especular que esse desejo está vinculado a questões de o homem buscar representar algo forte, musculoso. Assim, esses estudantes tendem a procurar o “corpo perfeito” de forma rápida, o que pode prejudicar o processo natural e optam por técnicas mais inviabilizadas, como o uso abusivo de substâncias não naturais.

Quando questionados na Tabela 1, essa insatisfação corporal é evidenciada pela P1 (Você está satisfeito com seu corpo?). Apenas 22 estudantes afirmaram “muito” satisfeitos com o seu corpo; e 68 responderam “pouco” (23) e “médio” (45). Ou seja, 75,6% dos estudantes

apresentaram um certo grau de insatisfação com a imagem corporal, dados semelhantes observados por Foshini e colaboradores¹⁹, em estudo com adultos, sendo 61% dos participantes com insatisfação corporal. A mesma tendência foi verificada por Barbosa, Veloso e Carvalho⁴ em estudo com 192 acadêmicas ($21,85 \pm 4,63$ anos) do curso de Bacharelado em Educação Física e de outros cursos da área de saúde (Enfermagem, Farmácia e Odontologia), na cidade de Teresina-PI, com prevalência de insatisfação corporal igual a 61,78%. Já Campos⁵ evidenciou 40% de insatisfação corporal ao avaliar 65 acadêmicas de educação física em uma instituição pública, na cidade de Corumbá-MS. Esses resultados expressam a relevância do tema, seja em adultos, jovens e até mesmo em ambientes de formação em saúde, no qual seria esperado um resultado contrário.

Ainda na Tabela 1, na P4, sobre estar tentando mudar o seu peso corporal atual, 32 meninos responderam “sim” e 21 responderam “não”. Na P7, questionados se estão sempre preocupados pelo fato de estarem gordos, 35 meninos responderam não sentir essa preocupação e apenas 18 alunos preocupam-se com essa questão. Na P8, sobre a preocupação em relação ao fato de estarem magros: 42 afirmaram que sim e 11 não se sentem preocupados em relação a sua magreza.

Observa-se que os meninos oscilam em suas preocupações, preferencialmente, preocupam-se em estarem magros. Contudo, comparando ambos os sexos, percebe-se que a padronização da imagem corporal é totalmente diferente. De acordo com McCreary e Sasse²⁶, existem diferenças quanto às preocupações com o peso e as formas corporais. De maneira geral, as mulheres procuram atingir um modelo de corpo magro, adotando comportamentos dirigidos para o emagrecimento – *drive for thinness* –, enquanto os homens procuram um corpo com maior massa muscular, dirigindo sua atenção para a masculinidade – *drive for muscularity*. Dados semelhantes foram observados por Castro Duarte⁹ com 32 frequentadores ($27,93 \pm 6,27$ anos) de academia, identificando percepções corporais diferentes quanto ao sexo. Do total, 71,1% mostraram insatisfação com a imagem corporal, sendo que entre os homens (67,9%) as imagens desejadas corresponderam ao “corpo mais robusto”; entre as mulheres, houve maior resposta para o desejo do corpo mais magro, em relação ao corpo atual. Essa percepção corporal diferenciada pelas mulheres foi identificada por Campos⁵, considerando que 62% das acadêmicas de educação física avaliadas têm preferência por um tamanho corporal menor em relação ao corpo atual.

Partindo desse pressuposto, é possível identificar que o objetivo dos alunos está no ganho de massa e, talvez, especular que preferem o corpo “perfeito” adquirido com treinamento de musculação (força), distanciando-se do corpo “esquelético” e “frágil”.

No decorrer do tempo, os problemas da autoimagem eram considerados exclusivamente das mulheres, tendo uma crença que os homens direcionam suas preocupações para outras situações, consideradas mais relevantes. Porém, com os avanços sociais, os problemas da autoimagem masculina aumentaram significativamente, especialmente entre os adolescentes, influenciados pelos novos padrões inseridos na sociedade atual.

Assim, a mudança nesse padrão de comportamento destacou-se nos anos 1990 e 2000, quando os homens começaram a se importar com a aparência, assim como as mulheres, sem que isso afete sua masculinidade, conhecidos na sociedade contemporânea como metrossexuais²¹. Os metrossexuais são homens que tem uma masculinidade narcisista, egocêntrica e vaidosa, que foram ganhando destaque na sociedade com a exposição nas mídias, promovendo a valorização dos cuidados masculinos na atualidade¹³.

De acordo com Carvalho e Ferreira³¹, nas últimas duas décadas, houve um crescimento significativo no número de estudos sobre a imagem corporal na população masculina. Atualmente, é aceito que, tanto homens como as mulheres podem estar insatisfeitos com seus corpos, e que a insatisfação corporal masculina pode ser problemática, pois esses indivíduos, hoje em dia, estão mais susceptíveis aos distúrbios de imagem corporal³².

Ao analisar os dados dos alunos, observa-se que idealizam o corpo perfeito como forte e musculoso. Nesse contexto, ressalta-se que alguns jovens, às vezes, apresentam uma atitude mais reservada, procurando não se expor sobre seus sentimentos, inclusive como proteção de pressão psicológica dos amigos, família, bem como a questão da autoestima, que também pode ser afetada por experiências amorosas ruins, conflitos e falta de motivação pessoal. Segundo Campos⁵ algumas pessoas quando estão em estágio de insatisfação corporal, tendem a se isolar, pois nos momentos de socialização se sentem autocobradas por não terem os corpos instituídos pelo grupo social atual.

No tocante à escala sobre a perspectiva de silhueta para as meninas, nota-se que não obtiveram variações a respeito de sua autoimagem, a partir dos seguintes resultados: três alunas escolheram a silhueta (-1) e sete escolheram a (-2). Em relação à silhueta (-3) e (-4), cinco acreditam estar fisicamente igual, enquanto três marcaram a silhueta (1) e quatro alunas a (2);

e sobre a silhueta (0), apenas três marcaram essa opção. Ao analisar os dados referentes ao corpo que pretendem obter, de acordo com a escala de silhuetas, as afirmativas significativas foram: três alunas desejam ter um corpo como ilustrado na silhueta (-1) e (-3), e quatro desejam ter o corpo igual ao da opção (1) e (3).

A contradição identificada em ambos os grupos, em relação à percepção corporal atual e em qual pretendem chegar, destaca que é na adolescência que muitas mudanças ocorrem, tanto a nível biológico, psicológico e social, e que são importantes para a constituição do adolescente enquanto sujeito autônomo⁹. Assim como as crenças, os objetivos e desejos que se organizam de maneira mais impaciente, acabam se refletindo nos adolescentes que estão em fase de constantes mudanças e incertezas, algo notável ao afirmarem que sentem orgulho do corpo atual, porém buscam modificá-lo, quando questionados.

Referente aos dados das meninas, na P8, sobre o fato de estarem preocupadas com a magreza, 29 alunas responderam que não se preocupam com essa condição física. Verificou-se também que buscam o “corpo perfeito” por meio da “magreza”, mas também mediante o corpo definido. Nota-se que a magreza não as afeta tanto, quanto à questão de estarem com sobrepeso ou “gordas”, devido à característica da magreza estar mais próxima ao que desejam. Algo que se relaciona aos elementos midiáticos, isto é, quanto mais magra ou não ser “gorda”, está mais perto do corpo idealizado de acordo com os padrões atuais.

A doutrinação da magreza acontece em vários ambientes sociais e nas diferentes fases da vida da mulher. A imposição é aplicada, reforçada e controlada por este dispositivo de controle feminino que é a fome. Já para os homens, é estabelecido um padrão corporal forte, grande e musculoso e, para tanto, é necessário a maior ingestão de alimentos, sendo a negação de um alimento um ato incorreto, pois foge ao que se espera da natureza masculina³³.

A indústria da beleza sempre valorizou os corpos magros, e as diferentes mídias atuam como “veículos” para divulgação de modelos, sendo padrões difíceis de serem alcançados. A mídia torna-se assim, uma das formas de capitalização do culto da beleza, comportamento esse que é estimulado pelos meios de comunicação e pela indústria da beleza e que pode interferir na imagem corporal dos jovens³⁴. Sem a orientação adequada, os adolescentes não conseguem refletir sobre como esses padrões impactam nas suas relações com o seu próprio corpo⁹.

Diante desses resultados, foi possível debater e identificar alguns tabus sobre o padrão de beleza, que foram enfatizados por meio das análises dos dados obtidos e descritos na presente

pesquisa, apontando que os adolescentes não buscam apenas emagrecer, mas também o corpo musculoso, algo mais enfatizado nos meninos.

No processo de evolução da sociedade, abandonou-se padrões antigos de beleza e se institucionalizou novos modelos que agregam a necessidade dos indivíduos e se encaixam com o contexto atual. Presume-se que a busca pela perfeição é desgastante de todas as formas possíveis, desencadeando transtornos alimentares, distúrbios da imagem pessoal, dentre outros fatores, prejudiciais à saúde do indivíduo, levando-os a adotarem medidas extremas a fim de melhorar a sua percepção corporal.

CONCLUSÃO

Buscou-se, por meio deste estudo, compreender as percepções sobre a imagem corporal de estudantes com ênfase na padronização da imagem corporal, nas suas percepções corporais, visando entender o olhar dos mesmos sobre seu corpo. Foi abordado, de uma forma significativa, a importância de manter a saúde para a qualidade de vida, considerando que as áreas de saúde presentes na escola, como: educação física e nutrição, podem influenciar de forma benéfica, em contraponto com as desinformações midiáticas sobre esse tema.

Ao analisar as amostras mediante os questionários, identificou-se que os indivíduos do sexo masculino não se preocupam com o fato de estarem acima do peso, e sim com o baixo peso (magros). Já o sexo feminino, estão preocupados com os “padrões” que as mídias transmitem; ou seja, não buscam apenas emagrecer, visam um corpo definido e dentro de um padrão social. Comparando ambos, percebe-se que a padronização de imagem corporal não é tão diferente, ao considerarmos que o objetivo dos adolescentes entrevistados está relacionado com o corpo “sarado”.

Observa-se que a padronização de beleza pode variar culturalmente ao longo do tempo, assim influenciando a percepção de imagem. Neste artigo é possível identificar questões ligadas à percepção da imagem corporal de adolescentes, do ensino médio, sendo que há grande diferença entre ambos. Observou-se que os meninos divergem de seus próprios apontamentos, como por exemplo, apesar de estarem satisfeitos com os seus corpos, em várias outras questões as respostas expressam a busca por corpos e imagens diferentes.

Portanto, a imagem autorreferida é diferente da desejada, indicando na verdade que desejam mudar a estética do corpo. Por outro lado, as meninas deixam claro a insatisfação com o seu

corpo e indicam que desejam mudar fisicamente. Assim, pode-se inferir que os meninos apresentaram maiores dificuldades em mostrar-se insatisfeitos, em comparação com as meninas. Estas acabam enfatizando as suas preocupações e insatisfações ao responderem com segurança sobre como se veem atualmente e como gostariam de ser num futuro, isso baseado nas indicações das imagens corporais utilizadas no questionário.

Mesmo com as limitações do instrumento de pesquisa, é destacada a importância de abordar temas que envolvam as percepções corporais dos estudantes, buscando talvez ressaltar e estimular a autoaceitação sobre a sua imagem corporal. Outro ponto possível de ampliação do debate, seria a quebra das barreiras que as propagandas midiáticas impõem sobre o padrão de “corpo perfeito”, algo que não existe ou são inalcançáveis, em particular ao considerar a unicidade de cada perfil corporal.

REFERÊNCIAS

1. de Sousa Silva AF, et al. “A magreza como normal, o normal como gordo”: reflexões sobre o corpo e padrões de beleza contemporâneos. *Rev Fam Ciclos Vida Saude Contexto Soc.* 2018;6(4):808-13.
2. Damasceno VO, et al. Relationship between anthropometric variables and body image dissatisfaction among fitness center users. *Rev Psicol Deporte.* 2011;20(2):367-82.
3. Damasceno VO, et al. Imagem corporal e corpo ideal. *Rev Bras Cienc Mov.* 2006;14(1):87-96.
4. Barbosa GT, Veloso OKC, Carvalho LRMS. (In) satisfação da imagem corporal em acadêmicas de educação física e diferentes áreas da saúde. *RBONE.* 2020;14(88):745-55.
5. Campos GS. (In)satisfação corporal das estudantes do curso de educação física de uma universidade pública de Corumbá-MS [Monografia]. Corumbá: Universidade Federal de Mato Grosso do Sul; 2019.
6. Charro MA, Bacurau RFP, Navarro F, Pontes Jr FL. Manual de avaliação física. São Paulo: Phorte; 2010.
7. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. Diretrizes brasileiras de obesidade 2016. 4a ed. São Paulo: ABESO; 2016.
8. Weffort VRS, Oliveira FLC, Escrivão MAMS. Diagnóstico. In: Sociedade Brasileira de Pediatria – Departamento de Nutrologia. Obesidade na infância e adolescência – Manual de Orientação. 3a ed. São Paulo: SBP; 2019. p. 236.
9. Falcão FDLV, Langaro F. “A Beleza dói”: os efeitos dos padrões de beleza hegemônicos na percepção de adolescentes do Ensino Médio de uma escola pública de Florianópolis/SC [Trabalho de Conclusão de Curso]. Florianópolis: Universidade do Sul de Santa Catarina; 2019.
10. Torres AR, Ferrão YA, Miguel EC. Transtorno dismórfico corporal: uma expressão alternativa do transtorno obsessivo-compulsivo? *Rev Bras Psiquiatr.* 2005;27(2):95-6.
11. Batista M. Imagem Corporal: Em Busca Do Corpo Perfeito. *Rev Cient Multidiscip Nucleo Conhecimento.* 2019;4(5 Pt 5):37-45.
12. Frank R, et al. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de educação física. *J Bras Psiquiatr.* 2016;65(2):161-7.
13. Garcia W. O corpo contemporâneo: a imagem do metrosssexual no Brasil. *Mneme.* 2010;5(11):198-213. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/mneme/article/view/230>. Acesso em: 14 nov. 2023.

14. da Rosa AP, Zingano EM. Pré-história: Educação para sobrevivência. *Maiêutica-Arte e Cultura*. 2013;1(1).
15. Feist H. *Pequena viagem pelo mundo da arte*. 2a ed. São Paulo: Moderna; 2003.
16. Suenaga C, et al. Conceito, beleza e contemporaneidade: fragmentos históricos no decorrer da evolução estética [Trabalho de Conclusão de Curso]. Florianópolis: Universidade do Vale do Itajaí; 2012.
17. Semis L. Como o conceito de beleza se transformou ao longo dos séculos? *Nova Escola*. Out 2014. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/3414/como-o-concept-de-beleza-se-transformou-ao-longo-dos-seculos>. Acesso em: 20 out. 2023.
18. Cassimiro ES, Galdino FFS. As concepções de corpo construídas ao longo da história ocidental: da Grécia antiga à contemporaneidade. *Rev Eletrônica Print*. 2012;(14).
19. Nightpatos. Padrão de beleza através dos tempos: veja como mudou. 2021. Disponível em: <https://www.nightpatos.com.br/noticias/padrao-de-beleza-a2920.html>. Acesso em: 20 set. 2023.
20. Guilhermeti P. Do corpo medieval ao corpo moderno. *Motrivivência*. 1990;(3):16-8.
21. da Fonseca MR. A História Da Beleza. *Marraio*. Set 2013:58-64.
22. Castro Duarte L, et al. Satisfação com a imagem corporal e uso de suplementos por frequentadores de academias de ginástica. *Sci Med*. 2014;24(2):137-41.
23. Iriart JAB, Chaves JC, Orleans RGD. Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação. *Cad Saude Publica*. 2009;25(4):773-82.
24. Melo NSC, Santos AMC. Percepção da Autoimagem e Risco de aparecimento de Transtorno Alimentares em mulheres. *RevistaFT*. Nov 2022;(116). Disponível em: <https://revistaft.com.br/percepcao-da-autoimagem-e-risco-de-aparecimento-de-transtorno-alimentares-em-mulheres/>. Acesso em: 25 ago. 2023.
25. Saikali CJ, et al. Imagem corporal nos transtornos alimentares. *Arch Clin Psychiatry*. 2004;31(4):164-6.
26. Foschini D, et al. Atenção plena, comportamento alimentar e insatisfação com a imagem corporal em adultos com sobrepeso e obesidade. *RBONE*. 2022;16(101):239-50.
27. Keller C, Siegrist M. Ambivalence toward palatable food and emotional eating predict weight fluctuations. Results of a longitudinal study with four waves. *Appetite*. 2015;85:138-45.
28. Ferreira MC, de Magalhães Leite NG. Adaptação e validação de um instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal. *Aval Psicol*. 2002;1(2):141-9.
29. Cardoso FL, et al. Satisfação corporal em acadêmicos de Educação Física: proposta de um questionário. *Motriz rev educ fis*. 2012;18(1):63-71.
30. McCreary DR, Sasse DK. An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *J Am Coll Health*. 2000;48(6):297-304.
31. Carvalho PHB, Ferreira MEC. Imagem Corporal em Homens: Instrumentos Avaliativos. *Psicol Teor Pesq*. 2014;30(3):277-85.
32. Frederick DA, et al. Desiring the muscular ideal: Men's body satisfaction in the United States, Ukraine, and Ghana. *Psychol Men Masc*. 2007;8(2):103-117.
33. Barbosa BRSN, Silva LV. A mídia como instrumento modelador de corpos: um estudo sobre gênero, padrões de beleza e hábitos alimentares. *Razón Palabra*. 2016;20(94):672-87.
34. Siqueira D, Faria A. Corpo, saúde e beleza: representações sociais nas revistas femininas. *Comun Mídia Consumo*. 2008;3(9):171-188.