

UNIVAG É CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VÁRZEA GRANDE

Aparecida Dayanne de Almeida Campos
Karolyne da Silva Juliani
Leandro Rodrigues dos Santos
Matheus Izaías de Souza Alves
Thais do Nascimento Gonçalves

Curso de Bacharelado em Educação Física

**(IN) SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL DE ACADÊMICAS DO CURSO
DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO
SUPERIOR NA REGIÃO METROPOLITANA DE CUIABÁ**

Várzea Grande
2017

(IN) SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL DE ACADÊMICAS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR NA REGIÃO METROPOLITANA DE CUIABÁ

Aparecida Dayanne de Almeida Campos¹
Karolyne da Silva Juliani¹
Leandro Rodrigues dos Santos¹
Matheus Izaias de Souza Alves¹
Thais do Nascimento Gonçalves¹
Talita Ferreira²

RESUMO

Imagem corporal é um assunto que vem sendo discutido com frequência atualmente. A indústria midiática tem influenciado diretamente para que as pessoas busquem corpos magros, definidos e ~~malhados~~. Um tanto empolgante, se não fosse o fato de muitos desses indivíduos acabarem se frustrando por não conseguir seguir esse padrão. Neste sentido, esse estudo objetivou investigar a satisfação com a imagem corporal de acadêmicas do último período do curso de bacharelado em Educação Física de uma Instituição de Ensino Superior da região metropolitana de Cuiabá, como elas se veem e qual o índice de satisfação ou insatisfação. Trata-se de uma pesquisa do tipo qualitativa, em que participaram 10 acadêmicas prestes a ingressar no campo profissional. O instrumento utilizado para coleta de dados foi a escala de silhueta e para aprofundar o estudo foi aplicado ainda uma questão aberta em que se questiona qual a importância da imagem corporal para os educadores físicos. A partir das respostas, verificou-se que a imagem corporal está fortemente ligada à profissão e que essas futuras profissionais se cobram para seguir o padrão de corpo magro imposto nos dias atuais, não valorizando ou mencionando a importância do conhecimento adquirido na formação inicial, ou seja, apresentam uma visão fragmentada de corpo.

Palavras-chave: Imagem corporal; Corpo; Mídia; Educação Física.

INTRODUÇÃO

Na atualidade, é notável que a busca pelo corpo perfeito tem sido cada vez maior, com isso, o campo profissional de quem trabalha com e ~~por~~ essa imagem corporal tem crescido muito. Mas, é importante que o profissional esteja satisfeito com sua imagem para conseguir ajudar o outro. Diante desse questionamento, surgiu em nós, acadêmicos, a curiosidade quanto à satisfação dos graduandos do

¹ Alunos (as) do curso de Bacharelado em Educação Física no UNIVAG - Centro Universitário de Várzea Grande.

² Professora Mestre do Curso de Educação Física do UNIVAG - Centro Universitário de Várzea Grande.

último período do curso de bacharelado em Educação Física, do sexo feminino, em relação ao seu corpo.

Temas como culto ao corpo, magreza excessiva, ganho de massa, corpos %malhados+, esculpidos etc. vêm sendo alvo de muitas polêmicas e, além disso, podem refletir diretamente na construção da imagem corporal do indivíduo, tanto positivamente, como negativamente. Assim, junto à curiosidade inicial, acerca da satisfação ou insatisfação com o próprio corpo, ampliamos a pesquisa para conhecer qual a importância que os participantes da pesquisa atribuem ao significado da imagem corporal.

Sendo assim o objetivo dessa pesquisa foi investigar se as acadêmicas do último período do curso de bacharelado estão satisfeitas com sua imagem corporal e verificar o índice de satisfação ou insatisfação destas, já que nos dias atuais é preocupante ver pessoas tentando seguir padrões impostos pela mídia.

Para ampliarmos a discussão temos como objetivos específicos, constatar como essas acadêmicas se veem fisicamente, inferindo assim, se estão satisfeitas ou não com sua imagem corporal e identificar a importância da imagem corporal para essas participantes.

A justificativa para o estudo foi a preocupação com a busca infundada pelo corpo perfeito que cresce cada dia mais e para respaldar essa justificativa trouxemos uma pesquisa de Bosi et al. (2006) em que o grupo analisado pelos autores mesmo apresentando um corpo %magro+ obteve um elevado nível de insatisfação evidenciando assim que o ideal corpo magro imposto pela sociedade ainda prevalece. Com isso, percebe-se a importância que deve ser dada à educação de jovens, em especial aqueles inseridos na área da saúde, já que estes serão futuros multiplicadores de conhecimentos sobre a influência negativa que a mídia ainda vem trazendo sobre essa cultura de corpo ideal.

Para referenciar esta pesquisa, utilizamos autores que tratam do corpo em múltiplas dimensões, mas, principalmente Schilder (1994) - psicanalista que se aprofundou no estudo do corpo e sua imagem, apresentando três dimensões que se relacionam entre si: a base fisiológica, a estrutura libidinal e os aspectos sociais inerentes à construção dessa imagem - e Tavares (2003), doutora em medicina e autora do livro %imagem corporal: conceito e desenvolvimento+, em que se discute desde o surgimento da imagem corporal até os efeitos provocados quando há uma distorção dessa imagem.

A pesquisa caracteriza-se como qualitativa, do tipo descritiva e foi realizada com alunas do último período do curso de bacharelado em Educação Física de uma Instituição de Ensino Superior privada da região metropolitana de Cuiabá. O instrumento para coleta de dados foi a escala de silhueta feminina proposta por Stunkard et al. (1983), seguida de uma questão aberta: **Na sua opinião, qual a importância da imagem corporal para um profissional de Educação Física? +**

A escala é composta por nove silhuetas femininas que vão desde a mais magra até a mais obesa. O participante identifica nela a silhueta que melhor representa seu físico atual (SA) e a silhueta que gostaria de ter (SI).

Considerações sobre o corpo

Na Grécia antiga o corpo era idealizado, treinado, moldado e produzido através de exercícios e meditação. Havia um grande interesse dos governantes sobre o corpo, além disso, ele era altamente glorificado. Os gregos acreditavam que a beleza de um corpo saudável e bem proporcionado era algo que representava saúde, capacidade atlética e fertilidade. O lado estético, físico e intelectual formava um conjunto de atributos que tornava o homem perfeito, em que possuir um belo corpo, uma boa resistência física era tão importante quanto ser inteligente. Não existia pudor, o corpo era considerado uma forma de criatividade dos deuses (BARBOSA; MATOS; COSTA, 2011).

Segundo Schilder (1994, p.47) **O** corpo humano não é simplesmente algo apreciado pela razão, mas é antes saboreado pelos sentidos, imerso nas vivências afetivas, no interior das quais a linguagem se cala+

Nesse sentido, percebam que a definição de imagem corporal vai além da estética pensada pelo senso comum:

A definição de imagem corporal se dá através da ideia que cada indivíduo tem do próprio corpo. É tão forte a ponto de modificar a imagem frente ao espelho. Envolve aspectos conscientes e inconscientes e se estrutura a partir não só da percepção subjetiva que cada um tem de sua aparência, mas também de fatores psicológicos e sociológicos. A imagem corporal sofre influência tanto das experiências passadas e presentes, reais ou fantasiosas, que cada ser humano tem ou teve com seu corpo, como dos papéis que a cultura atual atribui a este corpo, num determinado momento. (FREITAS et al., 2009, p. 166).

Para Feijó (1998) a autoconsciência se assemelha com a própria imagem. Nos dias atuais, vemos uma sociedade que usa de um a dois adjetivos para

identificar o indivíduo, esse deixa de ser conhecido por sua identidade e passa a ser lembrado por determinado título.

Atualmente a sociedade está dando cada vez mais ênfase ao corpo, buscando uma alimentação mais saudável e um corpo definido. Conforme Tavares (2003) as pessoas estão ligadas ao mundo externo para que assim sigam determinadas mudanças, onde as mudanças com o corpo atualmente estão em todas as mídias, incentivando o ser humano a uma imagem corporal melhor e mais saudável.

Medina (1994, p. 33) nos faz pensar acerca do que estamos fazendo com nossos corpos e com os corpos de nossos adolescentes que crescem assistindo a uma mídia que cobra cada vez mais a aparência em detrimento da essência:

De repente, é preciso cuidar do corpo. É preciso tirar o excesso de gordura. É preciso melhorar a performance. É preciso melhorar o visual. É preciso competir, é preciso acima de tudo, vencer. Vencer no esporte e vencer na vida. Mas acontece que nunca perguntamos a nós mesmos o que é realmente vencer na vida.

Os autores Tardido e Falcão (2006), afirmam que, atualmente, com o avanço da tecnologia e a modernidade de um modo geral, tem-se contribuído para uma vida mais sedentária e o consumo de alimentos cada vez mais industrializados e não saudáveis. Ao mesmo tempo a sociedade por meio da mídia vem impondo um padrão de corpo perfeito.

Essa pressão sobre um ideal de beleza tende, inclusive, a estar ligado com o mercado lucrativo. Adami et al. (2005) afirmam que o mercado está incentivando a população a buscar uma beleza extraordinária, um corpo definido, levando assim as pessoas a realizar alguns sacrifícios como na alimentação, por exemplo. Mostrando através de propagandas e imagens que a sociedade busca um corpo perfeito e definido. E as pessoas para não se sentirem excluídas buscam de toda forma a perfeição, às vezes de forma errada.

Do corpo à imagem corporal

Tavares (2003) entende que a imagem corporal não é apenas uma questão de linguagem, é principalmente o modo que o indivíduo se sente e se percebe.

Para Schilder (1994, p.84) quando não somos capazes de ter uma percepção verdadeira de nosso próprio corpo, também somos incapazes de perceber [e interagir] com os corpos dos outros. Pensando nisso, como serão capazes de

ajudar seus clientes os profissionais que tampouco percebem e compreendem seu próprio corpo? Essa foi a preocupação inicial do estudo.

A preocupação com a imagem corporal e distorção na percepção da mesma pode gerar mudanças de hábitos alimentares, adesão a atividades físicas, buscas por cirurgias plásticas estéticas e utilização de outros métodos mantenedores, restauradores ou mesmo transformadores da forma física. [...], quando essas buscas por alternativas aumentam em intensidade e torna-se obsessiva, ultrapassa os limites do saudável e compromete o equilíbrio cognitivo, afetivo e comportamental, desencadeando quadros psicopatológicos ou psiquiátricos [...]. (VERAS, 2010, p. 4)

Para obter corpos desejáveis, muitas pessoas travam uma busca insaciável, porém aspectos psicológicos e fisiológicos estão sendo tidos muitas vezes como fatores prejudiciais à saúde. (SILVA; CARNEIRO, 2011)

Feijó (1998, p.46) diz que a autoaceitação é a postura de canalizar para o próprio benefício, para a própria construtividade, aquelas nossas características até então consideradas negativas e prejudiciais. Para Schilder (1994) a nossa mente define a imagem corporal que buscamos.

Para Medina (1994) é necessário que profissionais de Educação Física abram os olhos e penetrem nessa realidade através de ação e reflexão crítica, caso contrário não serão capazes de contribuir com a sociedade.

O futuro profissional de Educação Física deve estar ciente do poder que a mídia vem adquirindo nessa sociedade pós-moderna para saber se sobressair. Entendendo e sabendo orientar de forma consciente que a importância está na busca de uma melhor qualidade de vida, porque para Tavares (2003) o transtorno causado por essa busca compulsiva pelo corpo ideal vem tornando uma epidemia no mundo.

Conforme ressaltado por Brito (1996), a Educação Física por atuar com o corpo em movimento, acaba atuando também com o desejo de perfeição para esse corpo. É imprescindível que esse profissional aprenda a lidar com determinadas situações que envolva essas estruturas biológicas e sociais em seu meio de trabalho.

De acordo com Silva, Saenger e Pereira (2011) os futuros profissionais de Educação Física estarão lidando diretamente com indivíduos insatisfeitos em relação à própria imagem corporal, desta forma, um meio de intervenção é a identificação desse problema, mesmo que subjetivamente, por meio da autoconcepção corporal e

padrões impostos socialmente. Autopercepção também se forma no contato interpessoal e, assim, os profissionais poderão atuar de maneira mais consciente em relação ao problema.

Alguns acadêmicos do curso de Educação Física tendem se associar a indivíduos com corpos perfeitos e hábitos alimentares politicamente corretos, porém o excesso de carga extracurricular exigida no curso devida sua abrangência acaba por desfavorecer essa adoção de vida extremamente saudável, aumentando assim a possibilidade de frustração e gerando uma grande insatisfação consigo mesmo. (SILVA; SAENGER; PEREIRA, 2011).

O nosso corpo está sujeito a transformações ao longo dos anos. Mudanças no peso, forma e funcionamento nem sempre ocorre de maneira desejada, gerando assim a insatisfação com a imagem corporal.

Silva, Saenger e Pereira (2011) aponta a mídia como principal responsável no descontentamento da imagem corporal, e que ela é percebida entre o final da adolescência e o início da fase adulta, período em que os jovens ingressam no ensino superior, sendo assim, vistos como um grupo de risco, e que esses têm maior facilidade em contrair distúrbios emocionais afetando inclusive a sua vida profissional.

Desse modo, ainda que de maneira tímida, espera-se que esse trabalho possa instigar esse tipo de discussão em cursos de graduação em Educação Física e demais áreas da saúde.

METODOLOGIA

Em relação à metodologia, a abordagem pode ser definida como qualitativa. De acordo com Prodanov e Freitas (2013, p.70):

Na abordagem qualitativa, a pesquisa tem o ambiente como fonte direta dos dados. O pesquisador mantém contato direto com o ambiente e o objeto de estudo em questão, necessitando de um trabalho mais intensivo de campo. Nesse caso, as questões são estudadas no ambiente em que elas se apresentam sem qualquer manipulação intencional do pesquisador.

Os resultados foram descritos e discutidos a partir da literatura científica pertinente, além de apresentados sob a forma de quadros com respostas reduzidas dos dados. Para Perovano (2014, p. 42): "O processo descritivo visa à identificação,

registro e análise das características, fatores ou variáveis que se relacionam como fenômeno ou processo. +

Os participantes desta pesquisa foram 10 acadêmicas que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), matriculadas no último período do curso de bacharelado em Educação Física de uma Instituição de Ensino Superior privada na região metropolitana de Cuiabá - MT, sem distinção de idade.

De acordo com Barbetta (1998 p.25): %população é o conjunto de elementos que formam o universo de nosso estudo e que queremos abranger no nosso estudo. São os elementos para os quais desejamos que as conclusões oriundas da pesquisa fossem válidas+.

O instrumento aplicado foi a Escala de Silhuetas (figura1) proposta por Stunkard et al (1983), seguida de uma questão aberta: %Na sua opinião, qual a importância do corpo para um profissional de Educação Física? +.

A escala é composta por nove silhuetas femininas que vão desde a mais magra até a mais obesa. O participante identifica nela a silhueta que melhor representa seu físico atual e a silhueta que gostaria de ter.

Para verificar se há insatisfação e constatar qual o seu grau, utilizamos a diferença da silhueta atual (SA) com a silhueta ideal (SI), apontada pela participante.

A coleta de dados foi aplicada na própria instituição em momentos que não atrapalhassem as alunas. Primeiramente foi explicado o objetivo da pesquisa e posteriormente distribuídos a elas o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) àquelas que aceitaram participar da pesquisa. Após a sua entrega devidamente assinado, os pesquisadores entregaram a escala de silhueta solicitando que as acadêmicas identificassem a silhueta que melhor representasse sua aparência física atual (SA), e também aquela silhueta que gostaria de ter (SI). Após a identificação da silhueta era solicitado que a acadêmica respondesse à pergunta aberta referida anteriormente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Para realizar o levantamento de dados, utilizamos com as acadêmicas de Educação Física a imagem de silhuetas, onde teriam de marcar qual a silhueta que representa sua imagem atualmente (SA) e qual silhueta ela gostaria de ter (SI).

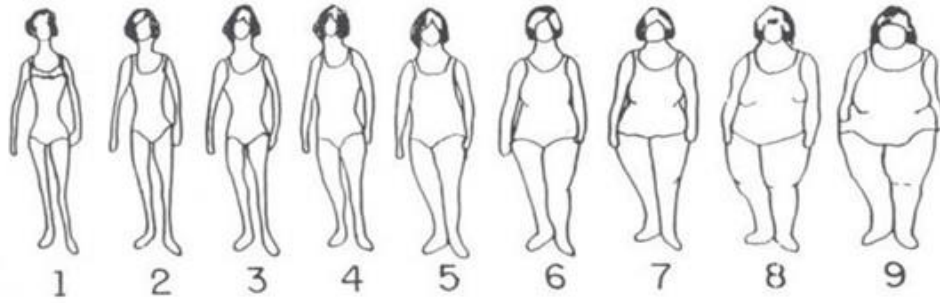


Figura 1: Escala de Silhueta
 Fonte: Escala de Silhueta de Stunkard et al. (1983).

Para constatar o índice de satisfação ou insatisfação, ocorreu uma subtração de acordo com as duas silhuetas marcadas, sendo que se "o resultado fosse igual a zero, a acadêmica seria classificada como satisfeita e se fosse diferente de zero como insatisfeita".

Participantes	Silhueta Atual (SA)	Silhueta Ideal (SI)	Diferença
P1	2	1	-1
P2	3	2	-1
P3	4	2	-2
P4	3	2	-1
P5	4	4	0
P6	3	2	-1
P7	4	3	-1
P8	5	3	-2
P9	2	2	0
P10	2	2	0

Nota: Construção dos autores
 Quadro 1 . Resultados Das Silhuetas Atual (SA) E Ideal (SI)

De acordo com a diferença apresentada no quadro, três das dez mulheres estão satisfeitas com o corpo. As outras 7 mulheres estão insatisfeitas e procuram mudanças, com diferença de um ou dois pontos. Ainda que esta quantidade não seja um representativo de uma população, é um indício dentro da própria instituição

de que se pode começar uma discussão sobre o significado que o corpo tem hoje, para aqueles que o estudam diariamente em suas diversas manifestações.

Mulheres que buscam o corpo perfeito, ideal a qualquer custo já não é novidade para ninguém, principalmente, se analisarmos as mídias sociais atuais (facebook, instagram etc.), mas será que vêm buscando esse corpo baseado em padrões midiáticos ou da maneira correta? Não se pode deturpar o conceito de qualidade de vida, atrelando-o à beleza do corpo exterior.

Os resultados seguintes vieram das respostas oriundas da questão aberta, que versava sobre a importância da imagem corporal para o profissional de Educação Física. Assim, realizou-se uma leitura minuciosa das respostas e procurou-se organizá-las em categorias temáticas devido à similaridade entre algumas respostas. Reduzimos então as respostas categorizadas e, a partir disso, discutimos tais questões de acordo com o referencial teórico já pesquisado.

PARTICIPANTES	RESPOSTAS
P1	A importância é que o profissional além de dominar o que for ensinado, terá que manter o seu físico, a imagem corporal, o educador físico tem que manter o físico[sic], o corpo preparado para que os clientes se inspirem e manter o físico e a mente para ter uma boa qualidade de vida ativa[sic].
P2	É muito importante ter uma boa imagem corporal, por através do corpo seus alunos irá[sic] ter mais incentivo para a prática do exercício físico.
P3	Porque temos que dar exemplo para nossos alunos
P4	A imagem corporal é um cartão de visita e influência negativamente ou positivamente na perfeição.
P5	De muita importância, visto que é através de nossa imagem corporal que ganhamos nosso dinheiro.
P6	Para melhor apresentar a profissão, se o corpo tiver em forma do profissional[sic].
P7	Marketing Profissional
P8	Marketing Pessoal
P9	Marketing Pessoal e Saúde

P10	Saúde
-----	-------

Nota: Construção dos autores

A resposta da primeira participante (P1) difere do conceito trazido por Barros (2005), já que para o autor a imagem corporal é mais do que um corpo bonito, ela tem um conceito diversificado já que abrange não só os aspectos fisiológicos, mas também se preocupa igualmente com o psicológico e o social. O autor acredita que seja uma experiência vivida a cada instante, onde busca a diversidade de seus aspectos e emaranha-se às imagens do próximo.

O profissional de Educação Física tem como objetivo a promoção da saúde através da prática de atividades físicas, a segunda participante (P2) traz a importância da imagem corporal desse profissional como forma de incentivo ao seu cliente.

O indivíduo com excesso de peso ou obesa possui traumas com seu corpo, e com isso acaba se afastando do convívio social, trazendo prejuízos para sua saúde. Atividade física nesse caso, além de trazer a melhora na saúde deste indivíduo, acaba tendo um papel de integração social, retornando este indivíduo para o convívio social. (SANTOS, ALCAMIN; JOVILIANO, 2015 p. 471)

Quando o terceiro participante (P3) levanta a questão sobre ser exemplo, ele atrela esse conceito à importância do profissional de Educação Física seguir à risca com o que aprende nos livros e sala de aula. Um educador físico que cuida de sua saúde e imagem se torna referência e modelo e isso acaba por motivar o indivíduo sedentário.

Para Barbosa; Matos e Costa (2011 p.32) as pessoas aprendem a avaliar seus corpos, através da interação como ambiente, com os outros. Assim, a sua imagem corporal é desenvolvida e reavaliada continuamente durante a vida inteira.

Na busca de um corpo saudável, é considerável o aumento de pessoas procurando academias e bons profissionais para orientá-los. Tendo em vista que esses indivíduos sejam iniciantes e desconheçam o real significado de um corpo saudável, o educador físico acaba servindo de espelho. Por esse motivo muitos profissionais mesmo qualificados acabam perdendo credibilidade por estarem acima do peso. Como informa o quarto participante (P4) quando compara o corpo como um cartão de visita.

É necessário que o profissional esteja aberto para orientar o seu aluno e tenha a compreensão que quaisquer atitudes, sendo ela negativa ou positiva pode influenciar na visão deste. De acordo com Amorim et al. (2013), tais fatores agregados e relacionados a atividade física, estão ganhando proporções na mídia, e gerando a divulgação da bem feitoria que atividade física pode a saúde das pessoas.

A quinta participante (P5) ao falar que, "é através de nossa imagem corporal que ganhamos nosso dinheiro" pede-se que os profissionais coloquem em prática para si mesmo toda a teoria que aprendeu para que seu cliente veja nele o modelo daquilo que busca e deseja. A exemplo, podemos citar os profissionais da odontologia. Será que um profissional com dentes estragados teria prestígio em sua profissão?

Mataruna (2004) relata que imagem corporal é a imagem do seu próprio corpo, o que é representado e demonstrado para você mesmo, exatamente o que você vê. É um conjunto de sentidos, todos atuando ao mesmo tempo. O autor ainda complementa, "a imagem que pode ser visual, motora, auditiva, tátil, entre outras, não pode ser analisada separadamente [...]". (MATARUNA, 2004, p.1)

O padrão imposto pela mídia desfavorece muitos indivíduos que estão fora desse modelo aceitável, entretanto, mesmo que para uma minoria, ela acaba oferecendo um incentivo para que, principalmente as mulheres busquem mudanças e melhorias em sua saúde. De acordo com a resposta da sexta participante (P6), é importante que o profissional aproveite esse momento e trabalhe sua imagem corporal para que essa faça uma melhor representação da sua profissão, entretanto, esse mesmo profissional deve trabalhar consciente para saber transmitir ao seu aluno que um corpo magro ou musculoso não é sinônimo de corpo saudável.

Hoje a preocupação de muitas mulheres baseia-se em academia e clínicas de estética, buscando um corpo definido e bonito. Indépende da idade, demonstram preocupação com o futuro e procuram sempre estar em forma. Com mulheres mais satisfeitas e felizes com o corpo, dificilmente encontra-se mulheres com baixa autoestima ou depressão. (CARVALHO et al. 2012).

A sétima, oitava e nona participante (P7, P8 e P9) colocaram o Marketing como um fator importante para o profissional de Educação Física.

Lamentavelmente a Educação Física tem vivido em demasia, ao sabor da moda. Ela tem sido prática condicionada a uma estrutura que a estrutura maior

montou para ela... Portanto, antes de um desafio profissional, estamos diante de um desafio existencial. (MEDINA, 1994, p.91).

O acadêmico de Educação Física precisa compreender a responsabilidade e importância de estar envolvido com a saúde do indivíduo, o marketing (promoção pessoal ou profissional) vem como consequência de um bom trabalho.

Um bom profissional entende a diferença dos padrões físicos impostos pela mídia e padrões realmente saudáveis e sabe transmitir isso aos seus clientes. Nesse sentido, nossa última participante (P10), lembra que a saúde é o fator que deve ser mais importante quando se trata de imagem corporal.

Para Pinheiro e Giugliani (2006) o padrão da imagem corporal idealizado pela população, que sofre influência da mídia não corresponde ao modelo considerado como saudável.

O homem não se conceitua como um ser exclusivamente biológico: ele é o resultado das interações entre o biológico e o cultural, entre o inato e o adquirido, comportando-se como um ser além de toda definição limitante. Não se concebe o homem senão em diálogo com o mundo; ele não é uma entidade abstrata, mas um ser dinâmico que se engaja numa ação transformadora do mundo e de si mesmo. (FREITAS, 2004 p.06)

Por fim, foi possível observar por essas poucas respostas a concepção midiática a qual as concepções de imagem corporal dessas acadêmicas estão atreladas, tendo em vista que sete das participantes não estão satisfeitas com o seu corpo e, por não ser essa uma pesquisa longitudinal ou de maior profundidade, nem se sabe se essa insatisfação é real, baseada em Índices de Massa Corporal altos ou apenas questões estéticas comuns à maioria das mulheres.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados, podemos concluir que 50% das pesquisadas estão insatisfeitas com sua imagem corporal, entretanto essa insatisfação foi considerada como baixo grau de significância, já que a queixa gira em torno de uma pequena diferença do seu físico atual para o desejado. Já, 30% das pesquisadas assumem a sua satisfação plena com sua própria imagem.

Apenas 20% delas demonstram um grau um pouco maior de insatisfação, a cerca de dois pontos em sua imagem corporal atual para o desejado, o que ainda é considerado como leve quando se discute distorções da própria imagem.

Foi verificado que essas acadêmicas, à um passo do campo profissional tem se cobrado em demasia pelo fato das mesmas julgarem que a imagem corporal é de suma importância para profissão escolhida. Pois através das respostas, podemos concluir que 40% das entrevistadas reconhecem que sua imagem serve de incentivo e inspiração aos seus clientes, já 50% reconhece que uma boa imagem é essencial para o marketing e valorização da profissão e apenas 10% coloca a saúde em primeiro lugar.

REFERÊNCIAS

- ADAMI, F.; FERNANDES, T. C.; FRAINER, D. E. S.; OLIVEIRA, F. R. Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física. **Revista Digital**, Buenos Aires, v. 10, n. 83, abr. 2005. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd83/imagem.htm>> Acesso em: 21 out. 2016
- AMORIM T. C.; KNUTH A.; CRUZ, D. K. A.; MALTA D. C.; REIS, R. S.; HALLAL, P. C. Descrição dos programas municipais de promoção da atividade física financiados pelo Ministério da Saúde. **Rev. Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas, v.18, p. 63-74. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S1413-8123201400110430100039&lng=en> Acesso em: 12 mai 2017
- BARBETTA, P. A. **Construção de modelos para médias e variâncias na otimização** experimental de produtos e processos. 1998. 246 f. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção) . Programa de pós-graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis. 1998.
- BARROS, D.D. Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. **História Ciências, Saúde Ë Manguinhos**, Rio de Janeiro, v.12 n. 2, p.547-54, mai./ago. 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/hcsm/v12n2/19.pdf>> Acesso em: 05 mai. 2017
- BARBOSA, M. R.; MATOS, P. M.; COSTA, M. E. Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje. **Psicologia e Sociedade**, Portugal, v. 23, n. 1, p. 24-34, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/psoc/v23n1/a04v23n1.pdf>> Acesso: 26 set. 2016
- BRITO, C. L. C. **Consciência Corporal**: repensando a Educação Física. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- BOSI, M. L. M.; LUIZ, R. R.; MORGADO, C. M. C.; COSTA, M. L. S; CARVALHO, R. J. Auto percepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **J Brasileiro Psiquiatria**, Rio de Janeiro, vol. 55, n. 2, p. 108-113, 2006. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v55n2/v55n2a03.pdf>> Acesso em: 18 mai. 2017

CARVALHO, P. H. B.; LACERDA, R. P.; MIRANDA, V. P. N.; GARCIA, M. M. N.; FERREIRA, M. E. C. Imagem Corporal de Mulheres Fisicamente Ativas. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Juiz de Fora, v. 11, n. 3, mar./ abr. 2012.

Disponível em: <

https://www.researchgate.net/publication/259842091_Imagem_corporal_de_mulheres_fisicamente_ativas > Acesso em: 5 de abril 2017

FEIJÓ, O. **Psicologia para o esporte: corpo & movimento**. 2 ed. Rio de Janeiro: Shape; 1998.

FREITAS, A. R.; GASTALDON, L. T.; NOVELLO, D.; JUSTINO, P. F. Insatisfação da imagem corporal, práticas alimentares e de emagrecimento em adolescentes do sexo feminino. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica** v. 24, São Paulo, 2009.

Disponível em:< [http://bases.bireme.br/cgi-](http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p)

[bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=550232&indexSearch=ID](http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=550232&indexSearch=ID) > Acesso em: 18 out. 2016

FREITAS, G.G. **O esquema corporal, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Defesa 2004. Tese (Pós-graduação Lato sensu em dança como prática terapêutica), Ed. UNIJUÍ. Faculdade Angel Vianna, Ijuí. 2004. Disponível em: < <https://movimentoeimagemcorporal.wordpress.com/2013/06/09/o-esquema-corporal-a-imagem-corporal-a-consciencia-corporal-e-a-corporeidade/> > Acesso em: 10 mai 2016.

MATARUNA, L. Imagem Corporal: noções e Definições. **Revista Digital**, Buenos Aires, v. 10, n. 71, abr. 2004. Disponível em:<

<http://www.efdeportes.com/efd71/imagem.htm>> Acesso em: 5 de maio de 2017

MEDINA, J. P. S. **A educação física cuida do corpo e ...Í mentel**. 12 ed. Campinas: Papirus; 1994.

PEROVANO, D. G. **Manual de metodologia científica para segurança pública e defesa social**. Curitiba: Juruá; 2014.

PINHEIRO, A. P.; GIUGLIANI, E. R. J. Quem são as crianças que se sentem gordas apesar de terem peso adequado? **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 82, n.3, mai./jun. 2006. Disponível em: <

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572006000300014 > Acesso em: 15 maio 2017.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia de trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2 ed. Rio Grande do Sul: Feevale; 2013.

SANTOS, E. L.; ALCAMIN, E. L.; JOVILIANO, R. D. J. A atividade física e seus benefícios no processo de emagrecimento. **Revista Fafibe On-Line**. São Paulo. V. 8, n. 1, p. 463-472, 2015. Disponível em:

<<http://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistafafibeonline/sumario/36/30102015191511.pdf>>. Acesso em: 12 mai. 2017

SCHILDER, P. **A imagem do corpo**: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes; 1994.

SILVA, S. A.; CARNEIRO, T. R. Q. S. **Importância do conceito de imagem corporal no trabalho dos profissionais de Educação Física**. Tese (bacharelado em Educação Física) Artigo apresentado no II Seminário de pesquisa e TCC da FUG no semestre 2011/2, Goiânia, 2011.

SILVA, T. R. S.; SAENGER, G.; PEREIRA, E. F. Fatores associados à imagem corporal em estudantes de Educação Física. **Motriz**. Revista de Educação Física, Rio Claro, v. 17, n.4, p. 630-639. Out./dez. 2011. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/motriz/v17n4/a07v17n4.pdf>> Acesso em: 03 out. 2016

STUNKARD, A. J.; SORENSEN, T.; SCHULSINGER, F. **O uso do registro de adoção Dinamarquesa para o estudo da obesidade e magreza**. The genetics of neurological and psychiatric disorders. Nova York: Raven Press; 1983.

TARDIDO, A. P.; FALCÃO, M. C. O impacto da modernização na transição nutricional e obesidade. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 117-124, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000141&pid=S0103-2100201200040001300026&lng=es> Acesso em: 11 out. 2016

TAVARES, M. C. G. C. F. **Imagem corporal**: conceito e desenvolvimento. Barueri: Manole, 2003.

VERAS, A. L. L. Desenvolvimento e construção da imagem corporal na atualidade: um olhar cognitivo- comportamental. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 2, p. 96-116, dez. 2010. Disponível em: <http://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=113> Acesso em: 03 out. 2016