

# GRAU DE COMPROMETIMENTO PSICOLÓGICO AO EXERCÍCIO E COMPARAÇÃO DA INSATISFAÇÃO CORPORAL DE ATLETAS PARTICIPANTES DO PANAMERICANO ESCOLAR



*LEVEL OF PSYCHOLOGICAL COMMITMENT TO EXERCISE AND COMPARISON OF BODY DISSATISFACTION OF ATHLETES PARTICIPATING IN THE PAN-AMERICAN SCHOOL GAMES*

Leonardo de Sousa Fortes<sup>1,3</sup>  
Sebastião Sousa Almeida<sup>2</sup>  
Maria Fernanda Laus<sup>2</sup>  
Maria Elisa Caputo Ferreira<sup>3,4</sup>

1. Faculdade de Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora. Mestrando em Educação Física – UFV/UFJF.
2. Departamento de Psicologia – FFCLRP/USP.
3. Laboratório de Estudos do Corpo/UFJF.
4. Faculdade de Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora. Programa de Mestrado em Educação Física – UFV/UFJF.

## Correspondência:

Endereço: Rua Guaçuí, 525/202, São Mateus – 36025 190 – Juiz de Fora, MG, Brasil.  
E-mail: leodesousafortes@hotmail.com

## RESUMO

**Introdução:** O esporte de rendimento parece ser um agente potencializador para o surgimento de transtornos psicopatológicos, sendo, portanto, pertinente avaliar o grau de comprometimento psicológico ao exercício e aspectos da imagem corporal em atletas adolescentes de elite, já que estas variáveis são fatores de risco para desencadeamento de transtornos alimentares. **Objetivo:** Comparar a insatisfação corporal entre diferentes modalidades esportivas e verificar a influência da mesma sobre o grau de comprometimento psicológico ao exercício em atletas adolescentes competitivos. **Métodos:** A amostra do estudo foi constituída por 65 atletas adolescentes de diversas modalidades esportivas de ambos os sexos. Para avaliar a insatisfação corporal foi aplicado o *body shape questionnaire* (BSQ) e o grau de comprometimento psicológico com o hábito de se exercitar foi avaliado pela escala de dedicação ao exercício (EDE). **Resultados:** A insatisfação com a própria imagem foi observada em 21,5% dos participantes com diferença entre as modalidades ( $p < 0,05$ ), o que não ocorreu com a EDE ( $p > 0,05$ ). Além disso, a insatisfação influenciou 12% na modulação do grau de comprometimento psicológico ao exercício ( $p < 0,05$ ). **Conclusão:** Dessa forma, conclui-se que, para esta amostra, a taxa de satisfação corporal foi alta e pouco relacionada ao grau de comprometimento ao exercício.

**Palavras-chave:** imagem corporal, adolescentes, atletas.

## ABSTRACT

**Introduction:** Performance sports seem to be a booster for the onset of psychopathological disorders and therefore it becomes relevant to assess the level of psychological commitment to exercise and aspects of body image in adolescent elite athletes, since these variables are risk factors for triggering of eating disorders. **Objective:** To compare body dissatisfaction among different sports and check its influence on the level of psychological commitment to exercise performance in competitive adolescent athletes. **Methods:** The study sample consisted of 65 teenage athletes from many sports of both sexes. To assess body dissatisfaction, the Body Shape Questionnaire (BSQ) was applied and the level of psychological commitment to the habit of exercising was assessed by the Scale of Dedication Exercise (EDE). **Results:** The dissatisfaction with self-image was seen in 21.5% of participants with difference between modalities ( $p < 0.05$ ), which did not occur with the EDE ( $p > 0.05$ ). Moreover, dissatisfaction influenced 12% in modulating the level of psychological commitment to exercise ( $p < 0.05$ ). **Conclusion:** Therefore, it can be concluded that for this sample, the rate of body satisfaction was high and little related to the level of commitment to exercise.

**Keywords:** body image, adolescents, athletes.

## INTRODUÇÃO

Nos últimos anos tem crescido o número de adolescentes que engajam em programas sistematizados de treinamento físico<sup>1</sup>. Nas distintas modalidades esportivas, existe demanda por uma morfologia ideal com intuito de se atingir um bom rendimento esportivo, o que pode ocasionar o risco de desenvolvimento de comportamentos prejudiciais à sua saúde como distúrbios psicopatológicos advindos de uma insatisfação profunda com seu corpo<sup>2</sup>. O esporte de rendimento parece

ser um agente potencializador para o surgimento destes transtornos<sup>3</sup>, sendo, portanto, pertinente avaliar o grau de comprometimento psicológico ao exercício e aspectos da imagem corporal como a insatisfação geral subjetiva em atletas adolescentes de elite.

A imagem corporal é um fenômeno multifacetado e dinâmico que sofre influência de aspectos fisiológicos, emocionais, libidinais e sociais<sup>4</sup>. A insatisfação corporal é um dos componentes da imagem corporal, e esta relaciona-se com uma depreciação da aparência

física<sup>5</sup>, portanto, podendo ser entendida como a avaliação negativa da aparência do corpo.

Muitos adolescentes que aderem ao treinamento físico estão insatisfeitos com o corpo<sup>6</sup> e buscam a prática sistematizada de treinamento esportivo almejando uma alteração de sua composição corporal. Além disso, existem, ainda, atletas que se comprometem excessivamente ao exercício, independente de seu perfil antropométrico, com o propósito de aperfeiçoamento do rendimento atlético ou apenas emagrecimento.

Não foram encontrados na literatura estudos sobre imagem corporal e sua relação com o grau de comprometimento psicológico ao exercício em atletas adolescentes competitivos. Diante das considerações acima, o objetivo do presente estudo foi comparar a insatisfação corporal entre diferentes modalidades esportivas e verificar a influência da mesma sobre o grau de comprometimento psicológico ao exercício em atletas adolescentes competitivos.

## MÉTODOS

### Caracterização da amostra

Este estudo caracteriza-se como transversal, comparativo e de associação, tendo como premissa explorar a relação entre a insatisfação corporal e o grau de comprometimento psicológico ao exercício (GCPE). A população deste estudo foi composta por atletas adolescentes brasileiros com idade entre 14 e 17 anos, de ambos os sexos, participantes do 1º Paramericano Escolar realizado na cidade de Juiz de Fora, MG, no ano de 2010, englobando as modalidades futebol, handebol, basquete, voleibol, atletismo e natação. Foram recrutados para a amostra apenas atletas que aceitassem participar do estudo e que apresentassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelo responsável, neste caso, o treinador. Dessa forma, a amostra do estudo foi constituída por 65 atletas, sendo 17 do sexo feminino e 48 do masculino (tabela 1).

**Tabela 1.** Média e desvio padrão de idade e frequência de sexo por modalidade esportiva.

Gênero	Modalidade	Frequência absoluta	Frequência (%)	Idade
Masculino	Atletismo	5	10,4	16,60 ± 0,89
	Basquete	10	20,8	16,00 ± 0,66
	Voleibol	10	20,8	16,60 ± 0,51
	Handebol	10	20,8	16,10 ± 0,87
	Futebol	13	27,1	16,38 ± 0,65
Feminino	Atletismo	2	11,8	15,50 ± 0,70
	Basquete	9	52,9	15,67 ± 0,70
	Voleibol	5	29,4	16,00 ± 1,22
	Handebol	1	5,9	16,00 ± 0,00

### Instrumentos de medida

Para avaliar a insatisfação corporal foi aplicado o *body shape questionnaire* (BSQ)<sup>7</sup>. Trata-se de um teste de autopreenchimento com 34 perguntas que procuram avaliar a preocupação que o sujeito apresenta com seu peso e com sua aparência física. A versão utilizada foi validada para adolescentes brasileiros<sup>7</sup> e sua análise de consistência interna revelou um  $\alpha$  de 0,96 para ambos os sexos e um coeficiente de correlação entre os escores do teste-reteste significativo, variando de 0,89 a 0,91 para meninas e meninos, respectivamente. O escore é dado pela soma dos itens, que classifica níveis de insatisfação a respei-

to do corpo, sendo: < 80 pontos livre de insatisfação corporal, entre 80 e 110 leve insatisfação; entre 110 e 140, insatisfação moderada; e pontuações acima de 140, grave insatisfação corporal, ou seja, quanto maior o escore maior a insatisfação com o corpo<sup>7</sup>.

Para determinar o grau de comprometimento psicológico que um indivíduo possa ter com o hábito de se exercitar, aplicou-se a escala de dedicação ao exercício (EDE) desenvolvida por Davis *et al.*<sup>8</sup>. O instrumento foi traduzido e adaptado para a língua portuguesa por Assunção *et al.*<sup>9</sup> e avalia o grau com que sensações de bem-estar são moduladas pelo exercício, a manutenção do exercício em face de condições adversas e o grau de interferência que a atividade física tem em compromissos sociais do indivíduo. Trata-se de uma escala analógica visual, composta por oito questões que variam de 0 a 155mm e, portanto, com uma pontuação máxima de 1.240mm.

### Procedimentos de coleta de dados

A organização do evento disponibilizou para nosso grupo de pesquisa duas salas adequadas para a aplicação dos instrumentos e a coleta dos dados foi realizada durante o congresso técnico. Cada sala estava destinada ao preenchimento de apenas um questionário. Os atletas das equipes cujo treinador já havia autorizado a participação foram abordados por um membro de nossa equipe convidando-o a participar de nosso estudo.

Os questionários foram entregues aos participantes, que receberam então a mesma orientação verbal. Uma orientação escrita sobre os procedimentos adequados também estava presente nos próprios questionários. As eventuais dúvidas foram esclarecidas pelos responsáveis pela aplicação do BSQ e EDE, sendo que os sujeitos do estudo não se comunicavam entre si. A distribuição dos instrumentos foi efetuada no momento que os atletas adentravam no ambiente (sala), sendo seu preenchimento de caráter voluntário. Não houve limite de tempo para preencher os questionários.

### Análise estatística

Para descrição das variáveis idade e pontuações do BSQ e da EDE, utilizou-se medidas de tendência central com média e desvio padrão. Foi aplicado o teste de Kolmogorov-Smirnov para averiguar a normalidade da distribuição das pontuações do BSQ e da EDE da amostra total ( $n = 65$ ), e o teste de Shapiro-Wilk para identificar se os dados por modalidade eram paramétricos ou não. Como a normalidade dos dados não foi violada em nenhum dos testes, optou-se pela estatística paramétrica. Foi aplicado o teste ANOVA *one-way* para comparar os resultados do BSQ e da EDE entre as modalidades esportivas, o teste *post hoc* de Scheffé para identificar diferenças na pontuação do BSQ e EDE, a regressão linear bivariada para averiguar a influência da insatisfação corporal sobre o GCPE e o teste *t* de Student para comparar a pontuação da EDE entre atletas satisfeitos e insatisfeitos com o corpo. Para esta análise foi necessário agrupar todas as categorias de insatisfação do BSQ em "insatisfeitos". Todas as análises foram realizadas no software *SPSS 17.0 for Windows* com nível de significância de 5%.

O estudo atendeu às normas para a realização de pesquisas em seres humanos do Conselho Nacional de Saúde, Resolução 196/96, de 10/10/1996 e o projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora com o parecer número 342/2009.

## RESULTADOS

Em relação à insatisfação corporal, 51 (78,5%) dos participantes foram classificados como livre de insatisfação, nove (13,8%) como levemente insatisfeitos, quatro (6,2%) como moderadamente insatisfeitos e

apenas um (1,5%) como gravemente insatisfeito, conforme elucidado na tabela 2.

Na tabela 3 estão apresentadas as comparações entre a pontuação média do BSQ e da EDE entre as modalidades esportivas. Foi identificada diferença de insatisfação corporal entre as diferentes modalidades, com os atletas de basquete apresentando maiores índices de insatisfação em relação aos de handebol ( $p < 0,05$ ). Não foram encontradas diferenças na pontuação da EDE.

A tabela 4 mostra a variância do GCPE explicada pela insatisfação corporal. A insatisfação influenciou 12% na modulação do GCPE ( $p < 0,05$ ).

A figura 1 apresenta a comparação das pontuações da EDE entre atletas satisfeitos e insatisfeitos. Não foi identificada diferença entre os grupos.

**Tabela 2.** Descrição de frequência absoluta de atletas por sexo e modalidade nas classificações do BSQ.

	Atletismo		Basquete		Voleibol		Handebol		Futebol	Total
	M	F	M	F	M	F	M	F	M	
Insatisfação Corporal										
Sem insatisfação	5	1	9	3	9	3	10	1	10	51
Insatisfação leve	0	1	0	3	0	2	0	0	3	9
Insatisfação moderada	0	0	1	3	0	0	0	0	0	4
Insatisfação grave	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
Total	5	2	10	9	10	5	10	1	13	65

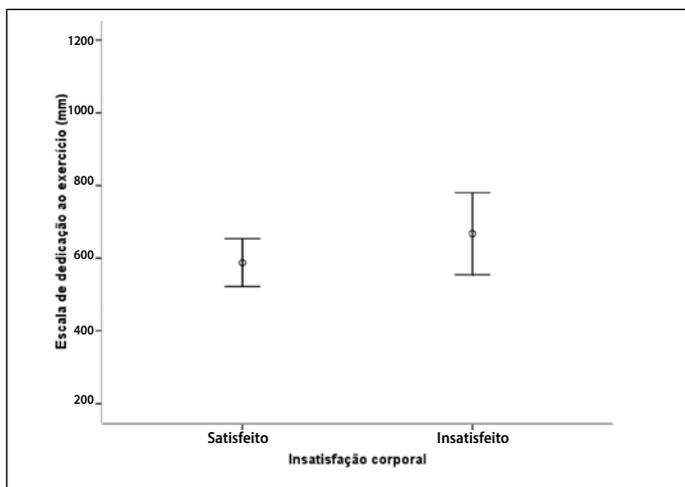
**Tabela 3.** Comparação (média e desvio padrão) das pontuações do BSQ e da EDE entre as modalidades esportivas.

Variável / Modalidade	Atletismo	Basquete	Voleibol	Handebol	Futebol
BSQ	59,29 ± 21,30	74,68 ± 34,06*	63,73 ± 29,30	41,64 ± 8,18*	55,85 ± 23,73
EDE	593,43 ± 144,10	672,16 ± 219,70	599,40 ± 161,43	553,27 ± 371,29	562,81 ± 188,27

Diferença significativa entre as modalidades basquete e handebol ( $p < 0,05$ ).

**Tabela 4.** Influência da insatisfação corporal sobre o grau de comprometimento psicológico ao exercício de atletas adolescentes.

r de Pearson	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> ajustado	p valor
0,34	0,12	0,9	0,02



**Figura 1.** Comparação da pontuação da EDE entre atletas satisfeitos e insatisfeitos.

## DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi comparar a insatisfação corporal entre diferentes modalidades esportivas e verificar a influência da mesma sobre o grau de comprometimento psicológico ao exercício em atletas adolescentes competitivos. Os resultados evidenciaram uma alta prevalência de satisfação corporal e uma pontuação relativamente alta na escala de dedicação ao exercício em todas as modalidades, além de uma variância de 12% no grau de comprometimento psicológico ao exercício, influenciada pela insatisfação corporal.

Os resultados relativos à aplicação do BSQ corroboram outros estudos nacionais conduzidos com atletas adolescentes<sup>3,10-13</sup>, e demonstram uma maior prevalência de indivíduos satisfeitos com o corpo comparada à população adolescente em geral<sup>14,15</sup>.

Esta baixa prevalência de insatisfação corporal em atletas, independente da modalidade, pode estar associada ao fato de estes sujeitos apresentarem em seu cotidiano a prática sistematizada de treinamento físico, que pode ser um fator positivo na imagem corporal. Além disso, a satisfação com o corpo para este público parece estar mais atrelada ao rendimento esportivo do que às características morfológicas, pois alguns estudos demonstram que estes atletas apresentam satisfação com o corpo independente do IMC<sup>2</sup> e do percentual de gordura<sup>3</sup>.

Denoma et al.<sup>16</sup> compararam a insatisfação corporal entre atletas de elite, atletas colegiais, exercitadores independentes e não atletas e identificaram que quanto maior o nível competitivo maior é a insatisfação corporal, ou seja, atletas de elite são mais insatisfeitos com o corpo. Além disso, neste mesmo estudo, os indivíduos não atletas apresentaram-se mais satisfeitos com o corpo do que o restante dos atletas, principalmente quando comparados aos de elite. Os achados do presente estudo contradizem os resultados encontrados pelos autores supracitados, nos remetendo à hipótese de que ainda há uma grande lacuna do conhecimento a ser explorada na população de atletas.

A comparação da insatisfação corporal entre as modalidades demonstrou diferença apenas entre atletas de handebol e basquete, nos remetendo à ideia de que os basquetebolistas são mais insatisfeitos com o corpo do que os atletas de handebol. Um estudo de meta-análise<sup>1</sup> comparando a imagem corporal de atletas de diferentes modalidades esportivas mostrou que atletas de esportes das categorias de estética (nado sincronizado, ginástica rítmica), resistência (maratonas) e jogos com bola (basquete, handebol, futebol, voleibol) apresentam menos problemas relativos à imagem corporal quando comparados àqueles de esportes com característica de dependência de peso (judô, karatê, *tae kwon do*) e potência (atletismo, natação).

Apesar de apresentarem imagem corporal positiva em relação aos não atletas, Hausenblas e Downs<sup>1</sup> identificaram que atletas estão mais susceptíveis a comportamentos negativos como excesso de dieta e exercício. Em nosso estudo, detectamos uma média de 672 (± 219) na EDE no grupo basquete, o que pode se tornar um agravante no desenvolvimento de transtornos psicopatológicos para estes atletas de elite. Apesar disso, não foi encontrada diferença no grau de comprometimento psicológico GCPE entre as modalidades.

Teixeira et al.<sup>17</sup> definem como “compulsivos” indivíduos que praticam exercícios mesmo quando não se sentem bem ou que deixam de cumprir compromissos sociais. Baum<sup>18</sup> afirma que o treinamento voltado para o rendimento pode ser visto como um impacto nega-

tivo para a gênese da prática de exercício inadequado em atleta. No presente estudo não foi identificada diferença na pontuação da EDE entre atletas satisfeitos e insatisfeitos, apesar de ter-se encontrado uma tendência de indivíduos insatisfeitos se comprometerem mais ao exercício do que os satisfeitos (figura 1).

A principal limitação do presente estudo foi utilizar uma escala (EDE) que foi apenas traduzida e adaptada para a língua portuguesa, porém não validada e não sendo testada suas qualidades psicométricas na população adolescente brasileira. Além disso, o número reduzido de participantes também pode ser considerado outra limitação do presente estudo.

## CONCLUSÕES

Diante das reflexões e dos achados do presente estudo, concluiu-se que a grande maioria desses atletas apresentou-se satisfeita com o corpo e, portanto, possuindo baixo risco de desenvolvimento de transtornos psicopatológicos. Atletas de basquete são mais insatisfeitos que os de handebol ( $p < 0,05$ ) e não houve diferença no grau de comprometimento psicológico entre as modalidades esportivas. Além disso, a insatisfação corporal respondeu por apenas 12% da variação do GCPE. São sugeridos mais estudos com essa população de atletas adolescentes competitivos averiguando se o rendimento esportivo interfere na satisfação corporal para esclarecer melhor a relação que esses sujeitos possuem com seus corpos.

## REFERÊNCIAS

1. Hausenblas HA, Downs DS. Comparison of body image between athletes and nonathletes – a meta-analytic review. *J Appl Sports Psychol/Journal Applied Sports Psychology* 2001;13:323-39.
2. Vieira JLL, Oliveira LP, Vieira LF, Vissoci JRN, Hoshino EF, Fernandes SL. Distúrbios de atitudes alimentares e sua relação com a distorção da auto-imagem corporal em atletas de judô do estado do Paraná. *Rev Educa Fis Rev da Educação Física/UEM* 2006;17:177-84.
3. Perini TA, Vieira RS, Vigário PS, Oliveira GL, Ornellas JS, Oliveira FP. Transtorno do comportamento alimentar em atletas de elite de nado sincronizado. *Rev Bras Med Esporte* 2009;15:54-7.
4. Slade PD. Body image in anorexia nervosa. *Br J Psychiatr Br J Psychiatry Suppl* 1988;2:20-2.
5. Ricciardelli LA, McCabe MP, Banfield S. Sociocultural influences on body image and body changes methods. *J Adolesc Health* 2000;26:3-4.
6. Assunção SSM, Cordás TA, Araújo LASB. Atividade Física e Transtornos Alimentares. *Rev Psiquiatr Clin Revista de Psiquiatria Clínica* 2002;29:4-13.
7. Conti MA, Cordás TA, Latorre MRDO. Estudo de validade e confiabilidade da versão brasileira do body shape questionnaire (bsq) para adolescentes. *Rev Bras Saúde Matern Infant Revista Brasileira de Saúde Materna e Infantil* 2009;9:331-8.
8. Davis C, Brewer H, Ratusny G. Behavioral frequency and psychological commitment: Necessary concepts in the study of excessive exercising. *J Behav Med* 1993;16:611-28.
9. Assunção SSM, Cordás TA, Araújo LASB. Atividade física e transtornos alimentares. *Rev Psiquiatr Clin Revista de Psiquiatria Clínica* 2002;29:4-13.
10. Vieira JLL, Amorim HZ, Vieira LF, Amorim AD, Rocha PGM. Distúrbios de atitudes alimentares e distorção da imagem corporal no contexto competitivo da ginástica rítmica. *Rev Bras Med Esporte* 2009;15:410-4.
11. Oliveira FP, Bosi MLM, Vigário PS, Vieira RS. Comportamento alimentar e imagem corporal em atletas. *Rev Bras Med Esporte* 2003;9:348-56.
12. Vieira JLL, Oliveira LP, Vieira LF, Vissoci JRN, Hoshino EF, Fernandes SL. Distúrbios de atitudes alimentares e sua relação com a distorção da auto-imagem corporal em atletas de judô do estado do Paraná. *Rev Educa Fis Rev da Educação Física/UEM*. 2006;17:177-84.
13. Fortes LS, Ferreira MEC. Comparação da insatisfação corporal e do comportamento alimentar inadequado em atletas adolescentes de diferentes modalidades esportivas. *Rev Bras Educ Fis Esporte* 2011; 25(4): 707-716.
14. Scherer FC, Martins CB, Pelegrini A, Matheus SC, Petroski EL. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. *Rev Bras Psiquiatr Revista Brasileira de Psiquiatria* 2010;59:198-202.
15. Pelegrini A, Petroski EL. Inatividade física e sua associação com estado nutricional, insatisfação com a imagem corporal e comportamentos sedentários em adolescentes de escolas públicas. *Rev Paul Pediatr Revista Paulista de Pediatria* 2009;27:366-73.
16. Denoma JMH, Scaringi V, Gordon KH, Orden KAV, Joiner TE. Eating Disorder Symptoms among Undergraduate Varsity Athletes. Club Athletes, Independent Exercisers and Nonexercisers. *Int J Eat Disord* 2009;12:47-53.
17. Teixeira PC, Costa RF, Matsudo SMM, Cordás TA. A prática de exercícios físicos em pacientes com transtornos alimentares. *Rev Psiq Clin* 2009;36:145-52.
18. Baum A. Eating disorders in the male athletes. *Sports Med* 2006;36:1-6.