

Relação entre percepção auto-referida da imagem corporal de estudantes universitários da área de saúde e desenvolvimento da identidade corporal: um olhar psicodramático*

Celina Dias Borges Sobreira**

Resumo

O principal objetivo deste trabalho foi investigar a possível relação da percepção auto-referida da imagem corporal de estudantes universitários com o desenvolvimento da identidade corporal segundo a teoria psicodramática. Para desenvolver a pesquisa foram utilizados os dados sociodemográficos; os dados antropométricos da amostra, e o Questionário sobre Satisfação e Insatisfação com a Imagem Corporal, que foi aplicado em 700 universitários da área da saúde. A imagem corporal foi aqui entendida como uma construção que se dá no tempo e no espaço da Matriz de Identidade, a placenta social do ser humano. Acreditamos que, ao identificar qual a fase de desenvolvimento da Matriz de Identidade em que estes estudantes se encontram, poderemos ajudá-los a vivenciar existencialmente seus próprios comportamentos e atitudes, sem que sejam levados a praticar involuntariamente a norma da beleza imposta por nossa sociedade atual.

Palavras-chave: Imagem Corporal, Psicodrama, Matriz de Identidade.

Introdução

Assistimos, hoje, à crescente preocupação com o culto ao corpo; fala-se muito mais em comida e saúde do que em sexualidade, por exemplo. Mainetti (1984) já dizia que a nossa civilização tem sido chamada de uma civilização da cultura do corpo - o corpo como sendo o espírito de nosso tempo. Segundo Hermann & Minerbo (1994), houve uma migração dos valores morais da sexualidade para a dieta, da cama para a cozinha e para a mesa, carregando assim a culinária de desejo e culpa. É importante frisar que a moralidade implica fundamentalmente em recusa do prazer; todo prazer é excessivo e quase todo prazer é desregrado.

Vivemos hoje muito mais numa cultura da possibilidade do que da realização. A valorização de um padrão de “belo”, na mulher e no homem, manifesta-se em capas de revistas e *outdoors* (a pesquisa foi realizada antes da lei que proíbe os *outdoors*). A comida passou a ser uma figura visual, através de fotos e legendas: comemos com os olhos.

Em nossa sociedade, o interesse das pessoas pela imagem corporal tem sido grande, e o enfoque principal tem sido dado ao peso e à forma corporal. Os padrões atuais para a beleza

*Este artigo é parte da Monografia apresentada ao Centro de Estudos em Psicologia da Saúde da Divisão de Psicologia do Instituto Central do Hospital das Clínicas da FMUSP, como exigência parcial para conclusão do Curso de Especialização em Distúrbios Alimentares e Obesidade.

** Psicóloga. Psicodramatista, Psicodramatista Didata e Psicodramatista Didata Supervisora – Foco Psicoterápico. Psicodramatista Didata e Psicodramatista Didata Supervisora – Foco Sócioeducacional. Mestre em Comunicação Social pela Universidade Metodista de São Paulo (UMESP). Atua com docente de pós-graduação em cursos nas áreas da saúde e organizacional. É psicóloga clínica, e presidente do Instituto Brasileiro Interdisciplinar da Obesidade (INBIO). celinasob@uol.com.br

ênfatisam o desejo de magreza, um ideal aceito por muitas mulheres, mas de difícil alcance para outras.

A imagem corporal que cada pessoa tem de si mesma está relacionada com sua história de vida, seu corpo físico, sua vivência interna e subjetiva

Um dos problemas na estruturação do ser humano é o caminho que o indivíduo segue para o desenvolvimento da sua imagem e conhecimento do próprio corpo. Muitos problemas, existenciais ou não, derivam da falta de conhecimento da natureza e potencialidade que o corpo deveria propiciar na sua totalidade. (Mosquera, 1981)

Dependendo do conhecimento e da imagem de seu corpo, a pessoa pode reprimir ou abrir o desenvolvimento de sua interioridade, ou ainda, como disse Tommaso (2002), a inadequação da imagem corporal pode acarretar na vida da pessoa insatisfação com o próprio corpo, que pode levar a um “distúrbio” de auto-imagem; transtornos alimentares (anorexia nervosa e bulimia nervosa), em que a pessoa não percebe adequadamente o tamanho, proporção do seu corpo ou de partes, vistas como maiores, mais volumosas ou desproporcionais do que realmente são; transtorno dismórfico corporal, em que a pessoa vê um defeito físico em alguma parte do rosto ou do corpo, não constatáveis por outras pessoas ou mesmo por especialistas; obesidade (com muita frequência a alteração da imagem corporal acompanha as pessoas obesas). Em casos de emagrecimento, a pessoa que foi gorda por muito tempo, continua se vendo gorda, correndo o risco de voltar a engordar.

Hoje, fala-se muito mais na grande epidemia da obesidade, tema que vem conquistando espaço na mídia, na sociedade, nos meios médico, psicológico, nutricional etc. Mas e a magreza? Esta magreza que está sendo cultivada e vista como o ideal do belo? Se for idealizado, não é “normal” e, portanto, não é padrão. Tanto as pessoas com o peso abaixo do normal (magras) como as pessoas com o peso acima do normal (obesas) alimentam-se inadequadamente, acarretando falta ou excesso de nutrientes e outros elementos, no organismo, necessários para uma vida saudável.

Foi a busca de caminhos que possam ajudar tanto os “magros” quanto os “obesos” que deu origem a esse trabalho. Realizamos um levantamento inicial sobre atitudes, comportamentos e sentimentos relacionados à alimentação, peso e imagem corporal, com a finalidade de detectar sintomas de transtornos alimentares entre estudantes universitários da área da saúde, provenientes de instituições de ensino particulares e públicas de diversas regiões do país. Optamos pesquisar, mais especificamente, a satisfação ou não da imagem corporal em estudantes universitários da área da saúde, por ser pouco estudada no Brasil e no meio psicodramático.

Material e Método

O estudo incluiu 700 universitários da área da saúde, provenientes de 11 instituições de ensino particulares e públicas das seguintes regiões do país: São Paulo (SP), Brasília (DF), Goiás (GO) e Juiz de Fora (MG).

Após aprovação das instituições de ensino, foram convidados a participar da pesquisa alunos do primeiro ao último ano de graduação da área da saúde. As áreas foram as seguintes: Psicologia, Medicina, Nutrição, Enfermagem, Tecnologia Oftálmica, Fonoaudiologia, Odontologia, Fisioterapia, Terapia Ocupacional e Serviço Social.

Os participantes foram informados que o estudo fazia parte de um projeto maior relacionado à satisfação/insatisfação com a imagem corporal, investigação e tratamento dos distúrbios alimentares e obesidade da Sociedade Brasileira de Psicologia para o Estudo da Obesidade, Imagem Corporal e Distúrbios Alimentares. O estudo foi descrito como investigação inicial de atitudes, opiniões, comportamentos relacionados à ingestão de alimentos, peso e imagem corporal.

Os estudantes participaram do estudo voluntariamente e foram informados de que as respostas seriam absolutamente confidenciais.

A administração dos questionários foi coletiva e conduzida por membros da equipe de pesquisadoras previamente treinadas, e seu preenchimento se deu durante o tempo de permanência normal em sala de aula.

Quanto ao questionário sobre Satisfação /Insatisfação com a imagem corporal, foi utilizado o Questionário de Avaliação da Imagem Corporal, adaptado e validado no Brasil por Leite & Ferreira (2000) em escala Likert de 5 pontos, variando do item discordo totalmente ao item concordo totalmente. O instrumento é composto de 28 itens divididos em 3 subescalas: avaliação e/ou satisfação com a própria aparência, com 14 itens; preocupação com o peso, com 7 itens e repercussão da própria imagem no ambiente externo, com 7 itens. As subescalas são corrigidas no sentido da satisfação, sendo que os itens negativos (com cargas fatoriais negativas) têm seu escore invertido antes que se calculem o total do sujeito em cada subescala.

Resultados e Discussão

Para este trabalho, foram utilizados os dados sociodemográficos, os dados antropométricos e o Questionário sobre Satisfação e Insatisfação com a Imagem Corporal.

Dados sociodemográficos

Quanto à instituição de ensino, a maioria dos sujeitos estudava na UNIFESP – Universidade Federal de São Paulo (25,4%) e na UFJF – Universidade Juiz de Fora (22,1%). O restante estava distribuído nas outras faculdades e universidades.

Quanto à escolaridade, 28,1% dos sujeitos cursavam Psicologia e 18,7% Medicina. Os demais sujeitos estavam distribuídos nos outros cursos. A maioria dos estudantes estava cursando o primeiro (43%) e segundo ano (13,1%) de graduação. A amostra estava distribuída entre 26,6% representantes do sexo masculino e 73% do sexo feminino, sendo que 0,4% não responderam a esta questão.

Quanto à idade, o grupo era relativamente jovem, com idade variando entre 17 e 26 anos, sendo que 66,9% com idade entre 17 e 21 anos. Quanto ao estado civil, a maioria era solteiro(a) (88,1%).

A renda familiar foi em sua maioria de até 10 salários mínimos. Quanto ao número de irmãos, predominou dois irmãos (32,4%) e um irmão (32,1%).

Dados antropométricos

O peso dos sujeitos variou em sua grande maioria entre 40 e 80 quilos, sendo que 53,9% se encontravam entre 40 e 60 quilos e 37,4% se encontravam entre 61 e 80 quilos. A altura dos sujeitos variou entre 1,46 m e 1,65 m (50%) e 1,66 m e 1,85 m (46,1%).

O IMC distribuiu-se entre sujeitos com peso saudável: IMC entre 19 e 25 (65%) e abaixo do peso saudável: IMC <19 (21,9%), restando apenas 10% de sobrepeso: IMC entre 25,1 e 30 e 3,1% de obesos: IMC > 30,1 e 0,1% não respondeu.

Através dos dados apresentados acima podemos inferir que esta amostra de 700 estudantes da área da saúde é em sua grande maioria de jovens e jovens saudáveis.

Questionário 2: Satisfação e Insatisfação com a imagem corporal:

Na avaliação e/ou satisfação com a própria aparência, encontramos 72,8% de universitários: satisfeitos (41,7%) e extremamente satisfeitos (31,1%) com a aparência. Curiosamente, apesar do resultado acima, podemos notar algumas contradições em alguns itens: 75,6% da amostra concordaram totalmente/parcialmente que tem o corpo bom e, 85,4% da amostra concordam totalmente/parcialmente que não gostam de seu físico, ou seja, ao mesmo tempo em que estes estudantes não gostam de seu físico, eles também acham que têm um corpo bom.

Em outros aspectos, 79,8% dos estudantes concordaram totalmente/parcialmente que, se pudessem, mudariam muitas coisas na aparência, e 90,2% dos estudantes concordam totalmente/parcialmente com a afirmação “Sinto-me feliz com minha aparência”, ou seja, ao mesmo tempo em que estão felizes com a aparência, eles mudariam muitas coisas nela.

Estes resultados fazem supor que mesmo satisfeitos com suas imagens corporais, estes estudantes não deixam de se preocupar com seu corpo externo. (Bruch, 2001, apud Bekker, 2002). Será que as crenças e comportamentos destes estudantes estão representando suas verdadeiras percepções? Como disseram Sanderson et al (2002), o comportamento público não refletindo exatamente as atitudes subjetivas das pessoas (destes estudantes) sobre a norma de magreza, poderá haver maior discrepância percebida entre o EU e o OUTRO. Com relação à preocupação com o peso, 39,4% da amostra estava satisfeita e 55,3% com preocupação: excessiva (23,4%) e moderada (31,9%).

Aqui também há contradições na análise de outros itens, relacionados com o peso: para a afirmação “Estou tentando mudar meu peso”, 68,8% da amostra concordam totalmente/parcialmente, enquanto que para “Estou satisfeito(a) com meu peso”, 75,6% concordam totalmente/parcialmente. Mais uma vez podemos notar a contradição, ou seja, ao mesmo tempo em que estão tentando mudar o peso também estão satisfeitos com ele.

Quanto à repercussão da própria imagem encontramos 78,3% da amostra: boa (50,7%) e ótima (27,6%), e 21,4% da amostra: péssima (3,7%) e ruim (17,7%).

Um outro resultado do item que nos chamou atenção foi quanto à afirmação “Acho que minha aparência pode me ajudar a conseguir emprego”, em 76,5% da amostra concordaram totalmente/parcialmente. Este dado confirma a importância que é dada à aparência pessoal no desenvolvimento de um papel profissional, mesmo sendo futuros profissionais de saúde.

Podemos inferir que estes estudantes preocupam-se com a saúde? Que estão atentos ao padrão de beleza atual: ser magro? Que recebem uma grande quantidade de informações do meio externo e têm que processá-las para seu próprio amadurecimento (psíquico e orgânico)?

Considerações finais

Segundo Tiggemann & Lynch (2001), em nossa sociedade contemporânea o foco maior da imagem corporal tem sido dado sobre a forma e o peso do corpo, imagem esta que se estrutura no contexto da experiência existencial e individual do ser humano.

Um dos conceitos fundamentais do psicodrama é o da Matriz de Identidade, placenta social do ser humano, o *locus* de onde surgem, em fases graduais, o “eu” e suas ramificações. Ela é uma construção simbólica de uma série de circunstâncias fisiológicas, psicológicas e sociais que estão presentes no momento em que o ser humano vem ao mundo assim como em cada nova situação da vida das pessoas. Nela está inserida a herança cultural de cada novo papel social que a pessoa passa a desempenhar em sua existência.

A maioria destes estudantes está iniciando uma nova fase da vida, um novo papel está começando a se desenvolver, o papel profissional. Podemos dizer que eles se encontram entre a primeira fase do desenvolvimento da Matriz de Identidade, a fase de identidade total e a segunda fase da Matriz de Identidade, a do reconhecimento do Eu (fase do espelho).

Em alguns momentos experienciam, na primeira fase, uma ação compartilhada em que ser corpo é vivenciar um corpo disperso (Freire, 2002); fase em que pessoas jovens e saudáveis, tais como os estudantes, vivenciam o corpo externo (aparência) e interno (consciência corporal) como uma unidade. (Bekker et al., 2002). Em outros momentos, na segunda fase, em que a vivência unitária e subjetiva do Corpo Próprio é agora realizada pela imagem de si mesma, o indivíduo consegue aprender através do espelho. Vivência interna e externa do corpo se completam, surgindo o EU. O corpo vivencia um Corpo Pessoal.

A imagem corporal é uma construção que se dá no tempo e no espaço da Matriz de Identidade, quando se estrutura um novo papel social desses estudantes. As relações e os sentidos e os movimentos e os atos e as relações, de um modo interminável, constituem uma trama tecida para a imagem estabelecer-se. Os sentidos e a percepção caminham paralelamente, na atualização afetiva do mundo que nos rodeia. (Silva, 1984)

A Matriz de Identidade também é formada por normas sociais, que são descritas como um predictor importante das atitudes e comportamento (Fishbein & Ajzen, 1975 apud Sanderson et al, 2002; Latane & Wolf, 1981 apud Sanderson et al, 2002; Tajfel & Turner, 1986 apud Sanderson et al, 2002; Turner, 1985 apud Sanderson et al, 2002). Sabemos que uma das normas sociais para as mulheres é a norma da beleza feminina, representada pela magreza. É nessa cultura, em que a magreza impera, que estes estudantes criam sua própria imagem corporal.

Criamos a nossa identidade através de uma imagem, formada durante a nossa vivência existencial e individual, que além de ser uma construção cognitiva, como dizia Schilder, é também um reflexo de desejos, emoções e interação com os outros, que se projeta numa permanente evolução dialética inacabada. Estes estudantes estão vivendo este momento, no qual uma série de novos desejos, emoções e interação com os outros está ocorrendo e a sua identidade está sendo construída.

Consideramos que este trabalho nos trouxe mais uma centelha divina, como diria Moreno, criador do psicodrama. A partir da revisão da literatura deste estudo e da análise dos dados, podemos considerar que:

- O período de desenvolvimento de novos papéis (estudante, companheiro etc.) é vivenciado através de sensações cinestésicas, não havendo clara diferenciação entre Mundo Interno e Mundo Externo. Ao mesmo tempo em que 75,6% destes estudantes estão satisfeitos com o peso, 68,8% estão tentando mudar o peso, o que mostra uma contradição.
- Ao identificar qual a fase de desenvolvimento da Matriz de Identidade (presente em cada nova situação da vida das pessoas) em que estes estudantes se encontram, podemos ajudá-los a vivenciar existencialmente seus próprios comportamentos e atitudes sem que sejam levados a praticar involuntariamente a norma da beleza imposta pela sociedade atual.
- Em outras palavras, poderemos ajudá-los a diminuir a discrepância percebida entre o EU e o OUTRO, como também a não chegar a extremos consideráveis (como por exemplo aos distúrbios alimentares), para alcançar os ideais de imagem corporal: a magreza excessiva.

Enfim, acreditamos ser este o início de um trabalho muito maior a ser desenvolvido sobre este tema tão enunciado em nossa sociedade mas ainda tão pouco explorado por nós, pesquisadores (as) brasileiros (as).

Referências bibliográficas

BEKKER, M. H. J.; VROON, M. A.; VERMAAS S. Inner body and outward appearance – the relationship between orientation toward outward appearance, body awareness and symptom perception. **Personality and Individual Differences**, v. 33, p. 213-225, 2002.

FREIRE, C.A. **O corpo reflete o seu drama**:somatodrama como abordagem psicossomática. São Paulo: Agora, 2000.

HERMANN, F.; MINERBO, M. Creme e castigo. In: CARONI, I. (Org.). **Psicanálise fim de século**: ensaios críticos. São Paulo: Hacker Ed., 1998. p.19-36.

LEITE, N.G.M.; FERREIRA, M.C. **Adaptação e validação de um instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal**. Trabalho apresentado na XXX Reunião Anual de Psicologia, Brasília, DF, 2000.

MAINETTI, J. A. La idea del cuerpo y la crisis de nuestro tiempo. **Quirón**, v. 15, n. 1, p. 58-61, enero/marzo, 1984.

MOSQUERA, J.J. M. Imagem e totalidade do ser. **Revista Psico**. 1 (2), p. 73-88, 1981.

SANDERSON C. A.; DARLEY J. M.; MESSINGER C. S. I'm not as thin as you think I am: the development and consequences of feeling discrepant from the thinness norm. **PSPB**, v. 28, n. 2, p. 172-183, February 2002.

SILVA, Marisa Schmidt. Matriz de Identidade: estruturação do esquema corporal, do tempo e do espaço. In: **Anais do IV Congresso Brasileiro de Psicodrama**. Campinas. 1984. Composição: DCI. v. 4. São Paulo, Federação Brasileira de Psicodrama, 1984. p. 51-55.

TIGGEMANN, M.; LYNCH J. E. Body image across the life span in adult women: the role of self-objectification. **Developmental Psychology**, v. 37, n. 2, p. 243-253, 2001.

TOMMASO, M.A. **Perguntas sobre auto-imagem**. Disponível em: www.bodybrasil.com.br. Acesso em 22 abril 2002.