
AVALIAÇÃO DAS ATITUDES ALIMENTARES E PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE ATLETAS DE GINÁSTICA RÍTMICA

Pâmela Calvo Buzzi¹, Fernanda Shizue Nishida², Leonardo Pestillo de Oliveira¹
Daniele Fernanda Felipe¹

RESUMO

Introdução: Na ginástica rítmica é elevada a exigência por um padrão corporal, sendo necessário controle de peso e da alimentação, na busca da estética corporal pretendida, o que pode provocar efeitos adversos na saúde das atletas. **Objetivo:** Avaliar as atitudes alimentares e a percepção da imagem corporal de atletas de ginástica rítmica. **Materiais e Métodos:** A pesquisa foi de abordagem quantitativa, observacional e transversal. A amostra foi composta por 36 atletas paranaenses nas categorias juvenil e adulta. A coleta de dados ocorreu por meio do Google Forms, utilizando os seguintes instrumentos: Questionário Sociodemográfico; Eating Attitudes Test (EAT-26) e Body Shape Questionnaire (BSQ). **Resultados:** Os resultados obtidos mostraram que no questionário EAT-26, 61,5% das ginastas adultas e 73,9% das juvenis não apresentaram riscos para desenvolver transtornos alimentares. Em relação à imagem corporal, a maioria das atletas da categoria adulta (46,2%) indicou uma leve insatisfação com a imagem corporal, enquanto na categoria juvenil, a maioria das ginastas (73,9%) não estava insatisfeita com o corpo. Quanto às correlações dos questionários aplicados, houve correlação positiva do questionário sobre a imagem corporal com o teste de atitudes alimentares ($r=0,6925$; $p=<0,0001$), tanto nas categorias adulto quanto juvenil. **Conclusão:** Portanto, a insatisfação com a imagem corporal relacionada aos riscos de desenvolver transtornos alimentares é visível, pois a busca por um corpo magro, forte e longilíneo é o idealizado pelas atletas para um melhor desempenho. Desta forma, a preparação psicológica do atleta é de extrema importância, sendo imprescindíveis avaliações e orientações, tanto nutricionais quanto psicológicas, com os atletas.

Palavras-chave: Ginástica. Psicologia do esporte. Comportamento alimentar. Imagem corporal.

ABSTRACT

Evaluation of eating attitudes and body image perception of rhythmic gymnastics athletes

Introduction: In rhythmic gymnastics, the demand for a body pattern is high, requiring weight and food control, in the search for the intended body aesthetics, which can cause adverse effects on the health of athletes. **Objective:** To evaluate eating attitudes and body image perception of rhythmic gymnastics athletes. **Materials and Methods:** The study was a quantitative approach, observational and cross sectional. The study sample consisted of 36 athletes from Paraná in the juvenile and adult categories. Data collection took place via Google Forms, using the following instruments: Sociodemographic Questionnaire; Eating Attitudes Test (EAT-26) and Body Shape Questionnaire (BSQ). **Results:** The obtained results showed that in the EAT-26 questionnaire, 61.5% of adult gymnasts and 73.9% of the juveniles no presented risks for developing eating disorders. Regarding body image, the majority of the athletes of adult category (46.2%) indicated a slight dissatisfaction with body image, while in the juvenile category, most gymnasts (73.9%) were not dissatisfied with their bodies. Regarding the correlations of the applied questionnaires, there was a positive correlation of the questionnaire on the image body with the eating attitudes test ($r=0.6925$; $p=<0.0001$), both in the adult and juvenile categories. **Conclusion:** Therefore, dissatisfaction with body image related to the risks of developing eating disorders is visible, since the search for a thin, strong and long body is the ideal envisioned by athletes for better performance. In this way, the psychological preparation of the athlete is of extreme importance, being essential evaluations and orientations, both nutritional and psychological, with the athletes.

Key words: Fitness. Sport psychology. Feeding behavior. Body image.

INTRODUÇÃO

A ginástica rítmica caracteriza-se pelo caráter artístico impresso e pela busca de realizar movimentos de forma natural, com beleza e perfeição, sendo um esporte que busca, através da expressividade e sensibilidade do atleta, superar a técnica corporal (Costa Pereira e Medeiros, 2016; Gonçalves, 2017).

Em sintonia a isso, os aparelhos são manuseados com acompanhamento de música, ou seja, com a harmonia entre essa tríade, característica do esporte (Bernardi e Lourenço, 2014).

Além disso, a beleza da ginástica, que é observada através da característica estética da modalidade, aliada ao vínculo musical e à dança, proporcionam à ginástica rítmica uma abertura para diferentes significados e possibilidades (Costa Pereira e Medeiros, 2016).

No entanto, diante de todas essas características da modalidade, há uma busca incessante pelo desempenho ideal no esporte, exigindo dos atletas uma alta exigência técnica (Gonçalves, 2017).

No contexto esportivo competitivo, o atleta possui diversas possibilidades de desenvolvimento, tanto físico, moral, afetivo e motor.

No entanto, pode provocar efeitos adversos na saúde dos atletas, devido à rotina exigente em que se encontram; o biotipo exigido pelo esporte; com preocupações desportivas e estéticas corporais, levando desde cedo as ginastas a uma preocupação com a alimentação.

Além disso, ocorre a adaptação psicológica às demandas do contexto esportivo (Vieira e colaboradores, 2009).

Nessa perspectiva, o contexto alimentar parece estar relacionado a preocupações com a imagem corporal, influência de técnicos e dietas restritivas (Oliveira, Juzwiak, Padovani, 2019).

Diante disso, observa-se que, nos esportes que enaltecem a intensidade física e o corpo esbelto do indivíduo, há uma preocupação com a forma corporal, com a melhora da alimentação e controle do peso, o que faz com que o atleta tenha um melhor desempenho nas competições da modalidade (Homan, Crowley, Sim, 2019).

Com isso, há uma distorção da imagem corporal em muitos atletas, que é o olhar subjetivo que o indivíduo tem sobre seu corpo.

Assim, pode-se verificar um controle de peso desenfreado, com extremas restrições alimentares e grandes horas de treinamento. Nesse sentido, o sexo feminino costuma ser o mais afetado por essa distorção de imagem e transtornos alimentares (Castro, Magajewski, Lin, 2017).

Esses distúrbios podem surgir durante a juventude, gerando comportamentos prejudiciais à saúde, podendo haver restrição no consumo alimentar ou compulsão por alimentos, com alimentação forçada.

Observa-se ainda que os transtornos alimentares podem ser acompanhados por outras doenças psicológicas, como depressão, ansiedade ou abuso de substâncias.

Três tipos de transtornos alimentares podem ser distinguidos: anorexia nervosa; bulimia nervosa e transtorno da compulsão alimentar periódica.

A anorexia e a bulimia nervosa são caracterizadas pela preocupação com a alimentação e a imagem corporal, comportamentos excessivos relacionados ao exercício, bem como comportamentos purgativos como compensação da ingestão calórica.

A anorexia nervosa, em particular, é um transtorno alimentar caracterizado por baixo peso corporal e medo de ganhar peso.

Por fim, o transtorno da compulsão alimentar periódica é caracterizado por sentimentos depressivos devido à ingestão excessiva de alimentos (Nunes, Santos, Souza, 2017).

Diante disso, observa-se a influência das emoções e dos fatores psicológicos no desempenho esportivo, e as necessidades e demandas do esporte fazem com que os ginastas criem suas próprias percepções e as moldem (Mastrogiani, Psychountaki, Donti, 2020).

Conseqüentemente, é importante que o atleta conheça a si mesmo, suas emoções e aprenda a lidar com elas.

Esportes de alto rendimento exigem resultados do atleta, submetendo-o a pressões de diferentes contextos, com rotinas de treinamento exaustivas, muitas vezes abdicando de interesses pessoais, com foco na obtenção de resultados satisfatórios no campo esportivo (Trevelin e Alves, 2018).

Constata-se que o risco ou resiliência que o atleta adquire com o esporte advém da forma como enfrenta os desafios relacionados ao esporte e seu nível de motivação com a prática (Homan, Crowley, Sim, 2019).

Nesse contexto, o atleta de alto nível recebe constantemente influências positivas e negativas do meio em que está inserido, e estas podem determinar seu desempenho no campo esportivo.

Portanto, com as demandas diárias de treinos e demais atividades da carreira profissional ou pessoal, é essencial a postura resiliente do atleta, assim como o trabalho de suas habilidades, na busca da superação, com o objetivo de vitória e sucesso (Fernandes e colaboradores, 2017).

Verifica-se, no entanto, que atletas que possuem maior estilo de motivação intrínseca são menos propensos a ter atitudes extremas de controle de peso e alimentação para melhorar o desempenho esportivo.

Atletas com alta motivação extrínseca são mais suscetíveis a comportamentos relacionados a transtornos alimentares e controle de peso para obter melhores desempenhos e sucesso (Homan, Crowley, Sim, 2019).

Portanto, o presente estudo teve como objetivo avaliar as atitudes alimentares e a percepção da imagem corporal de atletas de ginástica rítmica.

MATERIAIS E MÉTODOS

Delineamento do estudo

Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, observacional e transversal.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Unicesumar, sob parecer 4.951.784.

Participantes

Os participantes foram 36 atletas de ginástica rítmica paranaenses, sendo 23 atletas da categoria juvenil (13 a 15 anos) e 13 atletas adultas (16 anos ou mais), integrantes de grupo ou séries individuais, sendo o contato realizado por meio da Federação Paranaense de Ginástica (FPRG), na qual esses atletas estão vinculados.

Primeiramente, foi contatado a Federação Paranaense de Ginástica, para que autorizasse a realização da pesquisa com os

atletas e, posteriormente, foi explicado aos atletas e pais como seria realizado o treinamento.

Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido aprovado pelo Comitê de Ética (por responsáveis ou atletas maiores de 18 anos), bem como o Termo de Consentimento, para atletas menores, entre 12 e 18 anos. Todas as informações foram previamente esclarecidas.

Como critério de inclusão no estudo, foi solicitado às ginastas estarem vinculadas à Federação Paranaense de Ginástica e estarem na categoria juvenil ou adulta.

Como critério de exclusão, verificou-se se a ginasta respondeu a todos os questionários na íntegra, bem como a assinatura correta dos formulários.

Coleta de dados

A coleta de dados foi feita eletronicamente pelo Google Forms, utilizando computadores ou celulares para acesso.

Foi utilizado um questionário sociodemográfico para caracterização, com questões sobre idade, altura e peso (descritos pelos atletas), tempo de prática da modalidade, tempo como integrante da equipe de competição e número de sessões semanais de treinamento e sua duração.

Além disso, também foi aplicado o questionário sobre atitudes alimentares (Eating Attitudes Test - EAT-26) e sobre a imagem corporal (Body Shape Questionnaire - BSQ) das ginastas abordadas. O link de acesso ao Google Forms foi disponibilizado após a explicação da pesquisa aos atletas e pais e/ou responsáveis, e ficou disponível por 15 dias.

O EAT-26 Eating Attitudes Test foi desenvolvido por Garner em 1982 e foi traduzido e validado em português por Bighetti (Bighetti, 2003).

O teste possui 26 questões, que são divididas em três fatores, que são: Escala de Dieta; Escala de Bulimia e Preocupação Alimentar e Escala de Controle Oral. Cada questão possui três escalas do tipo Likert, com seis opções de resposta, pontuando de zero a três, dependendo da escolha. A única questão com pontuação invertida é a 25.

As respostas mais sintomáticas não pontuam, como: "sempre"; "frequentemente" e "às vezes". E, para as alternativas "poucas vezes", "quase nunca" e "nunca", os pontos são 1, 2 e 3, nessa ordem (Bighetti, 2003).

A pontuação final do EAT-26 é dada pela soma de seus itens, e o ponto de corte para comportamento alimentar de risco para transtornos alimentares é 21, ou seja, ou seja, pontuação maior ou igual a 21 representa atitudes favoráveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares (Neves e colaboradores, 2013).

O questionário de imagem corporal BSQ foi validado para a versão brasileira para adolescentes por Conti, Cordás e Latorre e, para a população universitária, por Di Pietro (Conti, Cordás, Latorre, 2009).

O instrumento contém 34 questões que são divididas em quatro dimensões: Autopercepção da Forma do Corpo (correspondendo às questões: 04, 02, 21, 17, 24, 28, 22, 23, 30, 14, 03, 06, 34, 16, 09, 05, 11, 10, 01, 33, 15 e 19); Percepção Comparativa da Imagem Corporal (Corresponde às questões: 31, 20, 29, 12 e 25); Atitude para Mudança na Imagem Corporal (Corresponde às questões 32, 26, 07, 18 e 13) e Mudanças Graves na Percepção Corporal (Corresponde às questões 08 e 27). As respostas são dadas em escala Likert (Di Pietro e Silveira, 2009).

Análise estatística

As análises foram realizadas no software SPSS, versão 21, e os gráficos gerados no software GraphPad Prism, versão 9.

O teste t de amostras não pareadas foi utilizado para comparar os escores entre as categorias e o teste qui-quadrado para relacionar as frequências de cada categoria. Por fim, para verificar a correlação entre os escores dos questionários, foi utilizada a correlação de Pearson, com nível de significância de $p < 0,05$.

RESULTADOS

Os resultados dos diferentes questionários aplicados são apresentados a seguir. A avaliação da confiabilidade dos questionários, por meio do teste alfa de Cronbach, mostrou que todos são confiáveis, pois apresentaram padrão coerente de respostas e $< 0,7$.

Dados sociodemográficos

Em relação aos dados sociodemográficos na categoria adulta, a média

de idade das ginastas foi de 17 anos, a média de peso foi de 57,9 kg e a média de estatura foi de 1,66 m.

Considerando o estado civil, 92,3% são solteiros. Os dados sociodemográficos na categoria juvenil mostram que a idade média foi de 14 anos, o peso médio foi de 50,7 kg e a altura média foi de 1,62 m.

Quanto à escolaridade na categoria adulta, a maioria possui ensino médio incompleto (53,8%), enquanto na categoria juvenil, a maioria dos atletas possui ensino fundamental incompleto (60,9%).

Considerando o tempo de prática da modalidade de ginástica rítmica, na categoria adulta, 53,8% dos atletas praticam há mais de 10 anos, 38,5% praticam há 5-10 anos e 7,7% há 3-5 anos.

Em relação ao tempo como integrante da equipe de competição, 84,6% (11) das ginastas estão na equipe há quatro anos ou mais, 7,7% (1) estão na equipe há três anos e 7,7% (1) é integrante da equipe há 6 meses-1 ano.

Quanto à categoria juvenil, em relação ao tempo de prática da modalidade, 47,8% dos atletas praticam a modalidade há 5-10 anos, 30,4% praticam a modalidade há 3-5 anos e 21,7% indicam que praticou a modalidade até 3 anos.

Com relação à participação na equipe de competição, 52,2% afirmaram estar na equipe há 4 anos ou mais, 17,4% relataram estar na equipe há 2 anos, 13% estavam há 3 anos, 8,7% estavam há menos de 6 meses, 4,3% estão na equipe entre 6 meses e um ano e 4,3% estão na equipe há aproximadamente um ano.

Em relação à frequência de treino, na categoria adulta, 46,2% (6) das ginastas treinam cinco vezes por semana, 30,8% (4) treinam seis vezes por semana, 15,4% (2) treinam três vezes por semana e 7,7% (1) relataram treinar todos os dias da semana.

Em relação às horas de treinamento por dia, 46,2% (6) relataram treinar 5 horas/dia, 15,4% (2) treinar 7 horas/dia, 15,4% (2) relataram treinar 6 horas/dia, 15,4% (2) treinar 4 horas/dia e 7,7% (1) treinam apenas 3 horas/dia.

Enquanto na categoria juvenil, quando questionadas sobre a frequência de treinos semanais, 26,1% (6) indicaram que treinam cinco vezes por semana, outros 26,1% (6) treinam três vezes por semana, 21,7% (5) disseram que treinam apenas duas vezes por

semana, enquanto 17,4% (4) treinam até 4 vezes por semana e 8,7% (2) treinam até seis vezes por semana.

Em relação às horas de treino por dia, 30,4% (7) treinam cerca de 4 horas/dia, 21,7% (5) treinam 3 horas/dia, 17,4% (4) treinam 5 horas/dia, 17,4% (4) treinam 2 horas/dia, 4,3% (1) treinam somente 1 hora/dia, 4,3% (1) treinam 6 horas/dia e 4,3% (1) treinam 8 horas/dia ou mais.

Teste de atitudes alimentares (EAT-26)

As Tabelas 1 e 2 apresentam os resultados do Teste de Atitudes Alimentares,

considerando as categorias adulto e juvenil, respectivamente.

Pode-se observar que 61,5% (8) dos atletas adultos apresentaram ponto de corte inferior a 21 em todas as escalas consideradas, ou seja, mostrando que não apresentaram riscos para transtornos ou distúrbios alimentares, enquanto 38,5% (5) apresentaram escore de corte maior que 21 na média de todas as escalas, apresentando algum tipo de risco para transtornos ou distúrbios alimentares.

Na categoria juvenil, 73,9% (17) dos atletas não apresentam nenhum tipo de risco para transtornos ou distúrbios e 26,1% (6) apresentaram alterações e possíveis riscos para desenvolver transtornos alimentares.

Tabela 1 - Resultados do teste de Atitudes Alimentares aplicado na categoria adulto.

Questionário aplicado	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26)	0	36	18,9	11,21
Escala de Dieta	0	24	12,0	7,81
Escala de Bulimia e Preocupação com os Alimentos	0	11	3,4	3,57
Escala de Controle Oral	0	8	3,5	2,30

Tabela 2 - Resultados do teste de Atitudes Alimentares aplicado na categoria juvenil.

Questionário aplicado	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26)	5	33	15,7	7,72
Escala de Dieta	0	21	7,2	6,35
Escala de Bulimia e Preocupação com os Alimentos	0	9	3,2	2,80
Escala de Controle Oral	0	15	5,2	4,07

Ao analisar as duas categorias para verificar se há diferença na distribuição entre os grupos (adultos e juvenil), tomando como ponto de corte 21 ou mais para o estado alterado, conforme descrito por Neves e colaboradores (2013), foi observada que não houve diferença significativa ($p=0,439$).

Ou seja, as duas categorias apresentaram maior prevalência de pontuação baixa (<21), adulto 61,5% e juvenil de 73,9%, como mostrado na figura 1, indicando comportamento desfavorável para o desenvolvimento de transtornos alimentares.

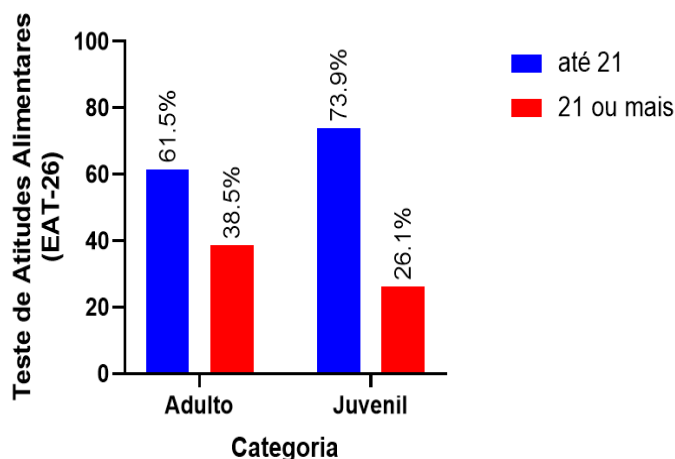


Figura 1 - Comparação entre as categorias adulto e juvenil em relação ao teste de atitudes alimentares (EAT-26).

Quando analisadas as questões respondidas pelos atletas, 53,84% da categoria adulto e 30,43% da categoria jovem responderam “frequentemente” ou “sempre” em pensar em queimar mais calorias ao se exercitar.

Ainda sobre as questões, 61,53% da categoria adulto e 52,17% da categoria jovem relataram que “raramente”, “quase nunca” ou “nunca” gostam de experimentar novos alimentos ricos em calorias.

Ao comparar os escores entre as duas categorias em relação à subdivisão do teste: Escala de dieta ($p=0,053$); Escala de Bulimia e Preocupação Alimentar ($p=0,877$) e Escala de

Controle Oral ($p=0,181$), observamos que não houve diferenças significativas em todas as subdivisões, ou seja, a pontuação na escala é semelhante entre adultos e juvenis.

Questionário de imagem corporal (BSQ)

As Tabelas 3 e 4 apresentam os resultados obtidos em termos de imagem corporal.

A autopercepção da forma corporal foi a subdivisão do questionário mais relatada, tanto nas categorias adulto quanto juvenil, com pontuação média de 71,6 e 53,7, respectivamente.

Tabela 3 - Resultados do questionário de imagem corporal aplicado na categoria adulto.

Questionário aplicado	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Questionário de Imagem Corporal (BSQ)	42	169	98,8	33,87
Autopercepção da Forma do Corpo	30	112	71,6	23,04
Percepção Comparativa da Imagem Corporal	5	28	14,3	6,56
Atitude em Relação à Alteração da Imagem Corporal	5	23	9,8	4,96
Severas Alterações na Percepção Corporal	2	6	3,0	1,29

Tabela 4 - Resultados do questionário de imagem corporal aplicado na categoria juvenil.

Questionário aplicado	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Questionário de Imagem Corporal (BSQ)	34	183	77,5	41,35
Autopercepção da Forma do Corpo	22	123	53,7	29,40
Percepção Comparativa da Imagem Corporal	5	29	12,1	6,48
Atitude em Relação à Alteração da Imagem Corporal	5	19	8,2	4,17
Severas Alterações na Percepção Corporal	2	12	3,4	2,97

A Figura 2 mostra que, na categoria adulta, 46,2% (6) apresentam uma “insatisfação leve” com o corpo, 23,1% (3) dos atletas tiveram uma “insatisfação moderada”, 15,4% (2) dos atletas indicaram uma “Grave Insatisfação” com a Imagem Corporal e 15,4% (2) não têm “nenhuma insatisfação” com o próprio corpo.

Enquanto, na categoria juvenil, 73,9% (17) não apresentaram “Nenhuma Insatisfação” com o corpo, 13% (3) relataram uma “Insatisfação Corporal Grave”, 8,7% (2) tiveram uma “Leve Insatisfação”, 4,3% (1) uma “Insatisfação moderada”.

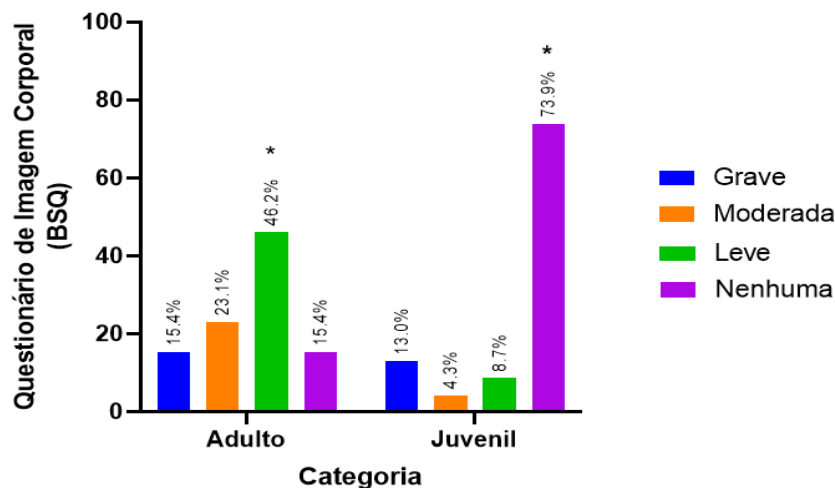


Figura 2 - Comparação entre as categorias adulto e juvenil em relação ao questionário de imagem corporal (BSQ).

Ao comparar as categorias adulto e juvenil, houve diferença significativa ($p=0,004$), conforme observado na figura 2. Ou seja, a frequência das categorias é diferente entre os dois grupos.

A categoria adulta teve a classificação leve como a mais prevalente (46,2%) entre as atletas, enquanto a categoria juvenil apresentou nenhuma insatisfação (73,9%), como a resposta prevalente.

Sobre a comparação entre os escores das categorias quanto às subdivisões: auto percepção da forma corporal ($p=0,067$); a Percepção Comparativa da Imagem Corporal ($p=0,342$); a Atitude para Mudança na Imagem Corporal ($p=0,300$) e Mudanças Graves na Percepção Corporal ($p=0,620$), verificou-se que, em todas as subdivisões, não houve diferença significativa entre as categorias, e a pontuação na escala foi semelhante entre as atletas da categoria adulto e juvenil.

Em relação às questões abordadas no questionário, 84,61% das atletas da categoria adulto relataram “muito frequentemente” ou “sempre” ter sentido medo de ficar gorda ou

mais gorda e 39,13% da categoria juvenil relataram “frequentemente”, “muito frequentemente” ou “sempre”.

Em relação à vergonha do próprio corpo, 53,84% atletas adulto e 43,48% atletas juvenil apontaram ter sentido vergonha “frequentemente”, “muito frequentemente” ou “sempre”. Enquanto que, quando questionadas se já induziram vômito ou tomaram laxantes para se sentirem mais magras, 100% da categoria juvenil disseram que “nunca”.

Já quando correlacionamos o questionário sobre a imagem corporal (BSQ) com o teste de atitudes alimentares (EAT-26), percebemos uma correlação positiva, mostrando que, quanto maior a insatisfação com a imagem corporal, maior também é a pontuação do teste de atitudes alimentares ($r=0,6925$; $p<0,0001$), em ambas as categorias. Especificamente, analisando as subdivisões do EAT-26, houve correlação positiva na escala da dieta ($r=0,8122$; $p<0,0001$) e na escala da bulimia ($r=0,5198$; $p=0,0012$).

DISCUSSÃO

Verificando estudos relacionados ao tema desta pesquisa, encontraram resultados semelhantes, verificando especificamente as categorias abordadas nesta pesquisa, mostrando que o juvenil apresenta $5,07 \pm 1,07$ sessões de treinamento por semana, com duração de 43% das respostas entre duas e quatro horas e 57% fazem mais de quatro horas.

Na categoria adulta, a média foi de $4,71 \pm 0,76$ sessões de treino e, quanto à duração, 85% dos atletas treinam entre duas e quatro horas e 15% treinam mais de quatro horas.

Portanto, a carga horária e a quantidade de treinos semanais na ginástica rítmica são intensas, buscando o melhor desempenho do atleta (Del Vecchio e colaboradores, 2014).

Com relação aos transtornos alimentares, estudo realizado por (Neves e colaboradores, 2013) com atletas de ginástica artística, relatou que 40% das ginastas apresentaram comportamentos alimentares considerados de risco para transtornos alimentares (Neves e colaboradores, 2013).

Em outro estudo, com atletas de ginástica artística do sexo masculino, observaram que as escolhas alimentares podem prejudicar a saúde e interferir no desempenho, dada a sua vulnerabilidade.

Os autores relatam ainda que entre rotinas de treinos e competições, a escolha alimentar está associada à preocupação com a estética, influência dos treinadores e dietas restritivas.

No entanto, fora do contexto competitivo, as escolhas alimentares estão relacionadas ao prazer e a comida é vista como uma recompense (Oliveira, Juswiak, Padovani, 2019).

Do ponto de vista de outra pesquisa, em esportes definidos como estéticos, como ginástica artística, ginástica rítmica, natação, atletismo e outros, em que o baixo percentual de gordura ou o uso de roupas justas, o que pode gerar insatisfação corporal devido à marcação corporal, ou mesmo esportes que são categorizados pelo peso, encontra-se maior número de atletas com comportamento de risco para distúrbios quando comparados aos esportes coletivos (Nascimento, 2018).

Distúrbios alimentares como a presença de anorexia ou bulimia nervosa em

atletas representa uma preocupação com o peso associada à distorção da imagem corporal, aliada à prática de dietas restritivas.

Esses distúrbios, quando associados a exercícios físicos rigorosos e sistemáticos, desencadeiam fatores de risco, em que a detecção precoce pode impedir a instalação futura de quadros graves.

Muitas vezes atletas e treinadores não possuem o conhecimento necessário sobre nutrição, buscando uma meta de peso corporal inadequada, com percentual de gordura corporal abaixo do que é possível para o próprio corpo (Santos, 2021).

Estudo com atletas de ginástica artística, apontou que apenas 25% dos atletas indicaram insatisfação corporal, semelhante aos resultados encontrados nesta pesquisa na categoria juvenil (Neves e colaboradores, 2016).

Em outro estudo realizado com uma equipe de natação de alto rendimento de Joinville-SC, verificou-se que 25% dos atletas apresentavam padrão alimentar incomum, 68% já haviam tido um episódio de hiperfagia, 41,57% descontaram estresse e ansiedade na alimentação e 41,7% apresentam distorção da imagem corporal, dados preocupantes (Schmoeller e colaboradores, 2019) e corroboram com os resultados encontrados nesta pesquisa com a categoria adulta, que apresentou maior percentual de insatisfação corporal como um todo, o que pode ser resultado de uma exigência do corpo ideal para o desporto.

Em relação à insatisfação corporal, quando verificamos um estudo realizado com homens e mulheres adultos, mostrando praticantes de musculação, foi citada uma diferença significativa ($p=0,017$), que as mulheres apresentam maior insatisfação, ou seja, têm o desejo de reduzir o tamanho corporal (Petry, Júnior, 2019), como observamos no presente estudo, realizado apenas com atletas do sexo feminino.

Somando-se a esses achados, em pesquisa realizada foi relatado que atletas abaixo do peso recomendado para sua faixa etária e atletas com sobrepeso para idade (sobrepeso/obesidade) apresentaram risco aumentado para a insatisfação corporal.

Portanto, a insatisfação corporal foi associada ao estado nutricional e à adiposidade corporal em ambos os sexos.

No entanto, a adiposidade corporal permaneceu relacionada à insatisfação

corporal apenas no sexo feminino (Fortes, Almeida, Ferreira, 2012).

Nessa perspectiva, fica claro que o sentimento negativo em relação ao próprio corpo pode desencadear diversos problemas para o indivíduo, como ansiedade e transtorno mental, causando possíveis problemas na busca pelo corpo idealizado (Macedo e colaboradores, 2019).

O corpo ideal, na ginástica rítmica, ainda é o alongado, que vislumbra a magreza, com as pernas mais compridas que o tronco, sem músculos aparentes e com muita flexibilidade (Santos, 2019).

Em pesquisa realizada com jovens nadadores, foi apontado que a insatisfação corporal direcionada à magreza influenciava a restrição alimentar, bem como os sintomas bulímicos dos nadadores (Fortes e colaboradores, 2018).

No mesmo sentido, outro estudo com 38 atletas praticantes de ginástica rítmica do Oeste do Paraná, mostrou que atletas insatisfeitos com sua imagem corporal apresentaram maiores valores de índice de massa corporal (IMC), dobra cutânea tricipital, subescapular e percentual de gordura corporal, quando comparados a atletas de ginástica rítmica satisfeitos com sua imagem corporal, mesmo controlando a interferência do nível econômico e estágio de maturação (Zanlorenci e colaboradores, 2020).

A correlação entre imagem corporal e transtornos alimentares pode ser compreendida pela preocupação de muitos esportes com a forma corporal, equilíbrio alimentar e controle do peso, sempre buscando o melhor desempenho do atleta (Homan, Crowley, Sim, 2019).

Isso pode ser observado na ginástica rítmica, onde há alta exigência técnica, com treinamento rigoroso na busca da perfeição da imagem, com alimentação controlada e outros fatores relacionados (Gonçalves, 2017).

Há uma busca por um modelo corporal de corpo magro e alongado, sem falhas e deformações, associado à força e com definição mínima da musculatura (Boaventura, Vaz, 2022).

Por outro lado, em pesquisa realizada com atletas de equipes femininas, não foi observada correlação entre a faixa etária (adolescente ou adulta) com a autoimagem corporal e a presença de transtornos alimentares (Kravchychny, Silva, Machado, 2013).

Nesse sentido, o esporte de alto rendimento é muitas vezes visto como algo que automaticamente proporciona a saúde do atleta, porém, nem sempre isso pode ser dito, sendo necessário verificar as condições do treinamento esportivo de alto rendimento em que o atleta é submetido.

A prática exige repetição de exercícios, pode gerar lesões, distanciamento familiar e social, pressão psicológica e, assim, pode causar impactos emocionais e sociais (Viana e Mezzaroba, 2013).

Diante disso, o acompanhamento nutricional e psicológico dos atletas é de extrema importância para evitar comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares e outros problemas relacionados, melhorando seu desempenho (Schmoeller e colaboradores, 2019).

CONCLUSÃO

No presente estudo, observou-se uma correlação positiva entre imagem corporal e atitudes alimentares, verificando-se que quanto maior a insatisfação com a imagem corporal, maior o risco de desenvolver transtornos alimentares, tanto na categoria adulta quanto na juvenil.

A insatisfação com a imagem corporal relacionada aos riscos de desenvolver transtornos alimentares é visível, pois a busca por um corpo magro, forte e comprido é o ideal vislumbrado pelos atletas para um melhor desempenho, que não poupam esforços para alcançar o melhor desempenho.

A preparação psicológica dos atletas é de extrema importância com orientações, tanto nutricionais quanto psicológicas, para prevenir doenças que podem ser desencadeadas no contexto esportivo.

REFERÊNCIAS

- 1-Bernardi, L.M.O.; Lourenço, M.R.A. Ginástica Rítmica: Ensinando corda, arco e bola. Várzea Paulista. Fontoura. 2014. p. 126.
- 2-Bighetti, F. Tradução e validação do Eating Attitudes Test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino da cidade de Ribeirão Preto-SP. Dissertação de Mestrado em Enfermagem. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto. Universidade de São Paulo. São Paulo. 2003.

- 3-Boaventura, P.L.B.; Vaz, A.F. Corpos femininos em debate: Ser mulher na ginástica rítmica. *Movimento*. Vol. 26. Num. e26005. 2022. p. 1-15.
- 4-Conti, M.A.; Cordás, T.A.; Latorre, M.R.D.O. Estudo da validade e confiabilidade da versão brasileira do Body Shape Questionnaire (BSQ) entre adolescentes. *Revista Brasileira de Saúde Materna Infantil*. Vol. 9. Num. 3. 2009. p. 331-338.
- 5-Costa Pereira, H.C.M.; Medeiros, R.M.N. Ginástica rítmica, um entrelaçamento entre corpo e técnica. *Revista Motrivivência*. Vol. 28. Num. 48. 2016. p. 265-281.
- 6-Castro, C.B.; Magajewski, F.; Lin J. Atitudes alimentares e autopercepção da imagem corporal em bailarinos do município de Tubarão - Santa Catarina. *Arquivos Catarinenses de Medicina*. Vol. 46. Num. 1. 2017. p. 33-42.
- 7-Del Vecchio, F.B.; Primeira, M.; da Silva, H.C.; Dall'Agnol, C.; Galliano, L.M. Nível de aptidão física de atletas de ginástica rítmica: Comparações entre categorias de idade. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. Vol. 22. Num. 3. 2014. p. 5-13.
- 8-Di Pietro, M.; Silveira, D.X. Validade interna, dimensionalidade e desempenho do Body Shape Questionnaire em um grupo de universitários brasileiros. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. Vol. 31. 2009. p. 21-24.
- 9-Fernandes, A.J.; Gama, A.N.; Paiva, L.C.; Borges, S.O.Á.; da Costa, A.G.; Flor, R.R.; Costa, S.M.; Macedo, S.B.M. Motivação e Estresse em Atletas Profissionais de uma cidade do interior de Minas Gerais. *e-RAC*. Vol. 6. Num. 1. 2017.
- 10-Fortes, L.S.; Almeida, S.S.; Ferreira, M.E.C. Impacto das variáveis antropométricas na insatisfação corporal e comportamento alimentar em jovens atletas. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 61. Num. 4. 2012. p. 235-41.
- 11-Fortes, L.S.; Ferreira, M.E.C.; Oliveira, S.F.M.; Paes, P.P.; Almeida, S.S. Influência da insatisfação corporal direcionada à magreza na restrição alimentar e sintomas bulímicos: uma investigação prospectiva com jovens nadadores. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Vol.40. 2018. p. 242-247.
- 12-Gonçalves, G.C.M. O significado da dor em atletas de ginástica rítmica. Dissertação de Mestrado. Escola de Educação Física e Esporte. Universidade de São Paulo. São Paulo. 2017.
- 13-Homan, K.J.; Crowley, S.L.; Sim, L.A. Motivação para participação esportiva e risco de transtorno alimentar entre atletas universitárias. *Distúrbios Alimentares. Eating Disorders*. Vol. 27. Num. 4. 2019. p. 369-383.
- 14-Kravchychyn, A.C.P.; Silva, D.F.; Machado, F.A. Relação entre estado nutricional, adiposidade corporal, percepção da autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em atletas de equipes femininas. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. Vol. 27. Num. 3. 2013. p. 459-66.
- 15-Macedo, J.L.; Oliveira, A.S.S.S.; Reis, E.R.; Assunção, M.J.S.M. Prevalência de insatisfação corporal em praticantes de atividade física. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. Vol. 13. Num. 81. 2019. p. 617-23.
- 16-Mastrogianni, A.; Psychountaki, M.; Donti, O. Autopercepção e autoestima em ginastas rítmicas adolescentes: o nível de treinamento é determinante? *Science of Gymnastics Journal*. Vol. 12. Num. 3. 2020. p. 357-366.
- 17-Nascimento, R.T. Distúrbios alimentares em atletas. *Arquivos em Movimento*. Vol.14. Num.1. 2018. p. 43-59.
- 18-Neves, C.M.; Filgueiras, J.F.; Fortes, L.S.; Ferreira, M.E.C. Comportamentos alimentares em ginastas de elite: associação com perfeccionismo e humor. *Revista da Educação Física/UEM*. Vol. 24. Num. 3. 2013. p. 359-369.
- 19-Neves, C.M.; Meireles, J.F.F.; Carvalho, P.H.B.; Almeida, S.S.; Ferreira, M.E.C. Insatisfação corporal em adolescentes atletas e não atletas de ginástica artística. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*. Vol. 18. Num. 1. 2016. p. 82-92.
- 20-Nunes, L. G.; Santos, M. C. S.; Souza, A. A. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. *HU Revista*. Vol. 43. Num. 1. 2017. p. 61-69.

21-Oliveira, A.V.R.R.; Juzwiak, C.R.; Padovani, R.D.C. O impacto do esporte competitivo na escolha alimentar: narrativas de atletas masculinos de ginástica artística. *Psico*. Vol. 50. Num.1. 2019. p.1-10.

22-Petry, N. A.; Júnior, M. P. Avaliação da insatisfação com a imagem corporal de praticantes de musculação em uma academia de São José-SC. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 13. Num. 78. 2019. p. 219-226.

23-Santos, K.P.D. Ginástica rítmica: a questão do corpo ideal no contexto amazônico. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação Física e Fisioterapia. Universidade Federal do Amazonas. Manaus. 2019.

24-Santos, N.F.H. Bulimia em adolescentes que praticam atividade física. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*. Vol. 10. Num. 6. 2021. p. e29110615874-e29110615874.

25-Schmoeller, G.S.; Torian, S.S.; Turmina, J.; Nunes, A. Comportamento de risco para transtornos alimentares em atletas adolescentes de Natação de Joinville-SC. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 13. Num. 83. 2019. p. 1185-1193.

26-Trevelin, F.; Alves, C.F. Psicologia do esporte: revisão de literatura sobre as relações entre emoções e o desempenho do atleta. *Psicologia Revista*. Vol. 27. 2018. p. 545-562.

27-Viana, D.F.W.; Mezzaroba, C. O esporte de alto rendimento faz mal à saúde? Uma análise das atletas da seleção brasileira de ginástica rítmica. *Revista Motrivivência*. Num. 41. 2013. p. 190-205.

28-Vieira, J.L.L.; Vieira, L.F.; Amorim, H.Z.; Amorim, A.C.; da Rocha, P.G.M. Distúrbios de atitudes alimentares e sua relação com o crescimento físico de atletas paranaenses de ginástica rítmica. *Motriz. Revista de Educação Física*. Vol. 15. Num. 3. 2009. p. 552-561.

29-Zanlorenci, S.; Martins, P.C.; Silva, D.A.S.; Bleil R.A.T. Comparação de indicadores antropométricos em atletas de ginástica rítmica satisfeitas e insatisfeitas com a imagem corporal. *Motricidade*. Vol. 16. Num. 4. 2020. p. 340-345.

1 - Universidade Cesumar, Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde, Maringá-PR, Brasil.

2 - Universidade Estadual de Maringá, Departamento de Medicina, Maringá-PR, Brasil.

E-mail dos autores:

pcalvobuzzi@gmail.com

fsnishida@uem.br

leonardo.oliveira@unicesumar.edu.br

daniele.felipe@unicesumar.edu.br

Autor Correspondente:

Daniele Fernanda Felipe.

daniele.felipe@unicesumar.edu.br

Universidade Cesumar.

Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde.

Av. Guedner, 1610.

Maringá-PR, Brasil.

Recebido para publicação em 23/12/2022

Aceito em 27/02/2023