



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA – CAMPUS I**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - DEF**

**EMANUELA FERNANDA RODRIGUES DA SILVA**

**NARCISISMO NA ACADEMIA: REALIDADE OU ILUSÃO.**

**CAMPINA GRANDE – PB**

**2015**

**EMANUELA FERNANDA RODRIGUES DA SILVA**

**NARCISISMO NA ACADEMIA: REALIDADE OU ILUSÃO.**

Trabalho de conclusão do curso, de natureza artigo, apresentado à Universidade Estadual da Paraíba para fins de conclusão de curso de Licenciatura Plena em Educação Física.

Área de concentração: Atividade Física e Saúde.

Orientador: Prof.Ms. José Damião Rodrigues

**CAMPINA GRANDE – PB**

**2015**

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano da dissertação.

S586n Silva, Emanuela Fernanda Rodrigues da.  
Narcisismo na academia [manuscrito] : realidade ou ilusão /  
Emanuela Fernanda Rodrigues da Silva. - 2015.  
28 p. : il. color.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2015.

"Orientação: Prof. Me. José Damião Rodrigues,  
Departamento de Educação Física".

1. Culto ao corpo. 2. Narcisismo. 3. Estética. I. Título.

21. ed. CDD 362.25

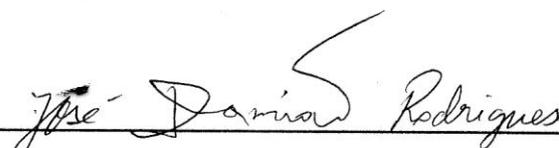
**EMANUELA FERNANDA RODRIGUES DA SILVA**

**NARCISISMO NA ACADEMIA: REALIDADE OU ILUSÃO.**

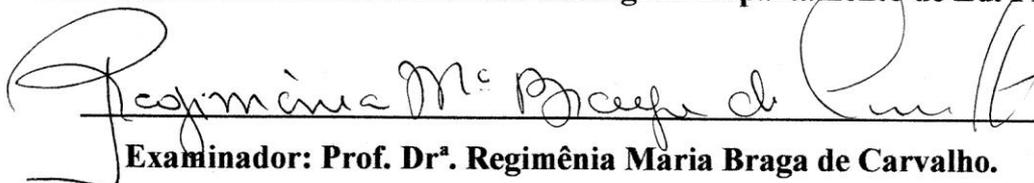
Artigo apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso - TCC, ao Departamento de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba em cumprimento das exigências para Conclusão do Curso de Licenciatura.

**APROVADO EM:** 031 121 2015

**BANCA EXAMINADORA**

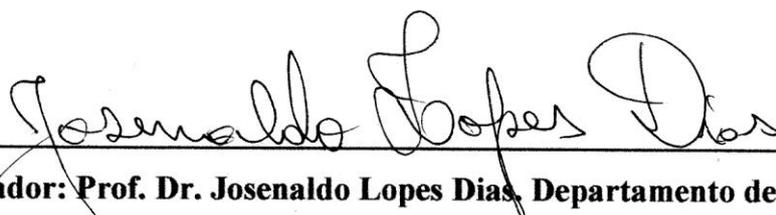


**Orientador: Prof. Ms. José Damião Rodrigues. Departamento de Ed. Física**



**Examinador: Prof. Dr<sup>a</sup>. Regimênia Maria Braga de Carvalho.**

**Departamento de Ed. Física**



**Examinador: Prof. Dr. Josenaldo Lopes Dias. Departamento de Ed. Física**

## NARCISISMO NA ACADEMIA: REALIDADE OU ILUSÃO.

Emanuela Fernanda Rodrigues da Silva<sup>1</sup>

### RESUMO

O culto ao corpo foi o que chamou atenção ao ponto inicial para o debate neste trabalho, que teve objetivo de investigar, analisar e discutir a questão do narcisismo nos frequentadores de uma academia de Campina Grande-PB, bem como, entender o porquê desta busca incansável pelo padrão de beleza atual. Existe um quadro obsessivo, cada vez mais encontrado nas academias, isso tem gerado certo grau de preocupação por parte dos psicólogos, pois o comportamento narcisista pode levar a casos de transtornos físicos, psíquicos e alimentares. Nas academias, o espelho e a balança representam a voz da verdade, que irá indicar os números do sucesso ou do fracasso na batalha pelo “aperfeiçoamento” corporal. Assim, a academia é o local onde o corpo sempre teve um significado sociocultural, passando por transformações e aprovações sociais até chegar ao padrão atual. Este padrão cheio de medidas, formas, volumes, segue o que é imposto pela sociedade através dos diversos meios de comunicação. O estudo trata-se de uma pesquisa de campo do tipo quantitativa de corte transversal. Como instrumento foi utilizado o questionário encontrado no endereço eletrônico: <http://psychcentral.com/quizzes/narcissistic.htm>. O mesmo foi publicado no *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5). Os resultados onde o valor total de pontos alcançados individualmente nas respostas foi de: Autoridade (100%), Autossuficiência (60%), Superioridade (40%), Exibicionismo (46%), Exploração (27%), Vaidade (48%), Titularidade (51%), apontam que para amostra pesquisada não foi observado comportamento considerado narcisista. Com base na investigação realizada, pode-se concluir que os resultados encontrados a partir do questionário aplicado, não houve pontuação considerável para indicar comportamento narcisista entre os participantes da pesquisa. De modo que, o participante pode apresentar um dos comportamentos de transtorno de personalidade narcisista e mesmo assim não ser diagnosticado como narcisista.

**Palavras-chaves:** Narcisismo. Culto ao corpo. Estética.

### 1. INTRODUÇÃO

A busca obsessiva pelo atual padrão de beleza, dentro dos padrões estéticos cultivados nos dias atuais é predominante. Basta observar os praticantes de ginástica de academia, para perceber, que muitas vezes, não há nessa prática, nenhuma preocupação com o aspecto saúde. O único aspecto que importa é o ganho imediato, e muitas vezes irresponsável de massa muscular, ou seja, os praticantes querem resultados rápidos a qualquer custo, e em curto

---

<sup>1</sup>Aluna de Graduação em Educação Física na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I  
Email: emanuela-fernanda2013@bol.com.br

prazo, muitas vezes utilizando meios não adequados, a exemplo de esteróides anabólicos. Nas academias, dentre as várias personalidades encontradas não se pode esquecer os narcisistas, os famosos “marombados”, que são aqueles que têm uma preocupação excessiva com o próprio corpo, treina durante horas, tem uma alimentação extremamente balanceada e adoram se olhar no espelho. A obsessão constante e cada vez maior pelas academias, por exercícios físicos pesados e diários, o que é muito perigoso, não só pelo abuso destes, como também as academias, que muitas vezes não estão preparadas para atender essa população, e acabam prejudicando sua saúde. (SCHMITT, 2013)

O culto ao corpo, caracterizado pela valorização da beleza física, tem sido um comportamento comum na sociedade atual. O que se observa, são jovens e adultos, independente do sexo, que buscam um mesmo padrão corporal, corpos esguios, músculos à mostra e abdomens definidos. Fatores esses influenciados principalmente pela mídia ao mostrar temas, imagens e debates relacionados ao corpo e seus padrões estéticos no que diz respeito à atual padrão de beleza. Esta busca incessante do padrão de beleza acaba gerando sofrimentos aos sujeitos, estes acabam aderindo a dietas alimentares, recorrem a cirurgias plásticas, programas de exercícios físicos, dentre outros recursos que a mídia oferece na tentativa de chegar ao tão almejado padrão de beleza. O padrão de ter que ser belo, perfeito e sempre jovem, sarado, acaba gerando uma obsessão exacerbada pela busca do padrão atual, de modo que a cada hora que passa esse corpo precisa ser mais e mais belo, perfeito, sem desgaste do tempo e livre de qualquer defeito(SCHMITT, 2013).

É importante ressaltar que este tipo de comportamento, problema foco da presente pesquisa, já não se restringe ao universo feminino. A vaidade masculina também tem gerado discussões, os homens estão cada vez mais preocupados com a aparência pela necessidade de serem percebidos e aceitos em grupos sociais. O espelho e a balança se tornam pontos de referências para indicar o número do sucesso ou do fracasso. Sabino (2000, p. 70) argumenta que “o espelho será seu confessor. Nele, e por vezes na fita métrica, estará o termômetro para medir o progresso na busca do paraíso da forma ideal”. Assim, o que era para ser um momento de descontração e lazer, acaba se configurando em uma batalha pelo “aperfeiçoamento” da estética corporal. Quantos “NARCISOS” não estão diante do espelho, presos a própria imagem em uma academia? A imagem do padrão de beleza está fazendo com que muitos frequentadores de academia percam a noção de esquema corporal, se sentem belos, se expõem a formas desgastantes de exercícios, se consideram “perfeitos” e querem ser apreciados, admirados por aqueles que se encontram ao seu redor. Portanto, o objetivo desta

pesquisa consiste em investigar e analisar frequentadores de academia que têm predisposição para comportamentos narcisistas com o foco principal de entender o porquê desta busca incansável do padrão de beleza atual. Quais são os transtornos decorrentes do comportamento narcisista, ou seja, esse comportamento pode prejudicar a vida social ou melhorá-la? Deste modo, será traçado o perfil dos usuários de academia de musculação quanto ao comportamento narcisista.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 O Corpo como padrão de beleza no passado e no presente**

Algumas décadas atrás a preocupação com a imagem corporal era exclusivamente feminina. Porém, atualmente, estas preocupações afetam ambos os sexos, e de forma crescente, os homens. Hoje em dia, o culto ao corpo está permeando toda a sociedade (jovens e adultos de ambos os sexos). O corpo deixou de ser sacralizado, ou seja, proibido de manipular, modificar, para se tornar um objeto passível de mudanças e alterações. Este passou a ter um papel de destaque na sociedade, tornando-se um fator primordial para a “sobrevivência social”(SCHMITT, 2013). A Grécia influenciou grandemente a cultura ocidental, através de suas concepções de beleza consideradas clássicas, na pintura, escultura e arquitetura. Buscando sempre representar uma beleza ideal, que ao olhar do povo era uma harmonia de alma e corpo, que expressava equilíbrio. A beleza feminina não era destacada, a predominância na sociedade grega era masculina, e por isto a valorização as formas do corpo masculino, através da prática de esportes se inicia logo na adolescência, com a finalidade de desenvolver o corpo para afinar os gestos, postura e andar. Como também, surgia essa necessidade coletiva frente às inúmeras guerras e batalhas que a civilização enfrentava constantemente.

Na contemporaneidade, a mídia é um forte influenciador na identidade do homem e da mulher. Ela mostra às pessoas a possibilidade de se tornarem diferentes, bonitos, belos, musculosos, “perfeitos”. E para ser homens ou mulheres realizados e felizes é preciso estar dentro do padrão imposto pela mídia do sempre belo, jovem, sarado. No entanto, para conseguir ser aceito na sociedade o sujeito busca se adequar aos padrões exigidos, o que acaba empurrando o ser humano na busca desenfreada por um padrão de beleza.

Com isto, diversos meios são usados pelas pessoas para se atingir a ilusão do atual padrão de beleza. Dentre eles, a academia, universo este onde o culto ao corpo é uma busca

incansável trilhada por uma rotina árdua de exercícios físicos pesados, pretendendo superar os seus próprios limites objetivando contornos corporais ditos ideais (VAZ, 2004). No espaço desta academia, a mensagem de “perfeição” está implícita em tudo que se olha, a começar pelos cartazes de fisiculturistas e outras pessoas com corpos muito musculosos que decoram as paredes da sala, ou mesmo por aqueles que circulam pelo espaço exibindo seus músculos maximizados.

Essa obsessão pela beleza e perfeição nasce como uma forma de esconder a insegurança social e timidez. E essa atitude de ser o belo, o forte, o modelo de homem perfeito, um corpo escultural, é usado como uma solução para as “doenças” emocionais. A obsessão pelo corpo não vem sozinha, geralmente o vício por exercícios físicos vem acompanhado por depressão, ansiedade, medos, comportamentos repetitivos, que neste caso é olhar no espelho constantemente, também conhecido como narcisismo. Sabino (2004) argumenta que o espelho será seu confessionário, assim como a fita métrica será seu termômetro para medir o progresso das medidas ditas “ideais”. Em outras palavras, o princípio de “realidade”.

Uma das causas do narcisismo pode ser fisiológica. Sem perceber o porquê, a pessoa fica viciada em exercício físico, onde em especial há a liberação de um hormônio - a endorfina – que proporciona sensação de bem-estar e prazer. Os narcisistas praticam seus esportes sem levar em consideração e sem se importarem com as condições físicas limitadora chegando a sentirem-se incomodados ou culpados quando não realizam essas atividades. O Narcisismo é mais comum em homens, que buscam uma figura perfeita, influenciados por modelos culturais atuais que buscam obsessivamente chegar ao padrão exigido pela sociedade, exigindo insensatamente de seu organismo até que suas metas sejam alcançadas. A fascinação da imagem desmorona a privacidade da mente e anula os espaços do pensar sem requerer ou prover inteligibilidade. As pessoas são levadas de forma hipnótica identificar e idealizar algo inexistente, em um esforço brutal para se alcançar o ideal do corpo perfeito (PIMENTTEL, D. apud MAIA, 1998).O preocupante é quando a necessidade de atingir um padrão de beleza se torna ideia fixa, e esta busca acaba se tornando algo patológico, uma doença.

Cassiana Perez (2013) diz que de acordo com o filósofo Luiz Felipe Pondé, o narcisista é autossuficiente, e apesar de ser capaz de perceber o que é importante para as pessoas, isso não o faz ter afinidade com elas, a única relação que mantêm é aquela na qual os outros estão lá para servi-lo, é completamente voltado para si e para a proteção de seu próprio ego. O grande desafio do narcisista parece ser pensar de forma racional conforme a realidade, para não cair no ciclo vicioso que pode ser construído em torno de si. O que chama a atenção é que

os narcisistas fora do ambiente da academia vivem em função do seu corpo, limitando suas amizades a pessoas que possam trocar informações sobre exercícios, dietas, suplementos e beleza.

É difícil apontar uma solução para este problema, pois o narcisismo representa uma sociedade onde “a imagem vale mais que mil palavras”. E culpar apenas o modelo cultural do nosso corpo perfeito que a sociedade impõe não é suficiente. Cabe aqui refletir sobre as relações que cada um constrói com seu corpo, a fim de realizar seus desejos, e os meios utilizados para se conquistar o aperfeiçoamento corporal. Segundo Marzano-Parisoli (2004) certos julgamentos éticos não se aplicam apenas a um simples desejo, mas antes aos meios utilizados e aos resultados que se obtêm aceitando as regras e as normas ético-sociais que legitimam essas práticas e normalizam comportamentos dos indivíduos.

## **2.2 Histórico e conceitos do Narcisismo**

O Narcisismo como conceito psicanalítico foi consagrado por Freud, retirado do mito de Narciso (SANTOS, 2010). Narciso, em grego Nárkissos, era filho do Rio Cefiso e da Ninfa Lirope. Nasceu com uma beleza fora do comum, e por isso era desejado por toda a Grécia (EUFRÁSIO, 2013). Segundo Brandão (2013) a mãe de Narciso, preocupada em saber quantos anos ele viveria como mais belo dos mortais, consultou o profeta Tirésias, o qual lhe disse que ele viveria muitos anos, desde que não se visse. Um dia, sedento, fatigado da caça e sentindo muito calor, debruçou-se em uma fonte de águas claras. Vendo a própria imagem refletida através da água de um lago, pensou que fosse algum belo espírito das águas que ali vivesse e ficou olhando com admiração, apaixonando-se por si mesmo. Não podendo mais conter-se, esquecendo a ideia de alimento e repouso para contemplar a própria imagem, deslumbrado, caiu na água e morreu, cumprindo assim a maldição dos deuses por sua imensa beleza.

O termo “narcisismo” vem da descrição clínica e foi escolhido por Paul Näcke, em 1899, para designar a conduta em que o indivíduo trata o próprio corpo como se este fosse o de um objeto sexual, isto é, olha-o, toca-o e o acaricia com prazer sexual, até atingir plena satisfação mediante estes atos (FREUD, 2014, p. 432).

Portanto, o que Nücke fez foi definir o narcisismo como uma perversão, considerando que há uma distinção de sexualidade normal da patológica, de modo que para haver esta diferenciação ele conceitua vaidade e narcisismo.

Segundo a psicanálise, a personalidade narcisista define o indivíduo que admira exageradamente sua própria imagem e nutre uma paixão exagerada sobre si mesmo.

A vaidade seria um olhar contemplativo do próprio corpo, da própria forma, considerada parte da sexualidade normal; enquanto que o narcisismo seria um olhar sexualizado, um olhar que busca — em si e para si — a satisfação sexual e, por isso, é considerado como patológico(LUIZ MORENO GUIMARÃES, 2014, p. 442).

De acordo com Freud, o narcisismo divide-se em duas etapas: narcisismo primário (fase autoerótica) e o secundário (quando o indivíduo desenvolve o ego e consegue diferenciar os seus desejos e o que o atrai do resto do mundo).

A personalidade narcísica pode ser dividida em dois lados: o narcisismo saudável e o não-saudável. O primeiro envolve a imagem positiva sobre si mesmo, a liderança, a autoridade, etc. Enquanto que o segundo envolve a exploração sobre os outros (atitudes abusivas, a exacerbação sobre si mesmo e a falta de empatia).

Através de características próprias pode-se identificar a personalidade narcísica. Essas características podem ser observadas mais minuciosamente quando da realização do teste apropriado para esse fim. Este teste de personalidade foi criado no final da década de 80, e ainda é utilizado atualmente por psicólogos que tem por objetivo não um diagnóstico final do narcisismo, mas é usado apenas como um indicador. O referido teste é composto de 40 questões e avalia a autonomia, autoridade, exibicionismo, manipulação, merecimento, superioridade e vaidade.

### **2.3 Narcisismo na academia de musculação**

O culto ao corpo, o individualismo e o consumo exacerbado por um padrão de beleza vem marcando cada vez mais o mundo contemporâneo. A mídia tem um importante papel na manipulação dos desejos destes indivíduos, oferecendo de tal modo uma imagem considerada dentro do padrão estético capaz de ser alcançada de forma veloz e eficiente. Deste modo, como a aparência está muito mais cultuada, a demanda pela procura do padrão de beleza atual

está cada vez maior consequentemente as academias estão cada vez mais lotadas. As pessoas obsessivamente tentam modificar seus corpos para chegar ao padrão de beleza determinado pela sociedade, pois se não estiverem dentro das exigências que a sociedade cobra, resulta em uma exclusão social preocupante, por não serem aceitos sofrem de angústia e mal estar. “... o controle da sociedade sobre os indivíduos não se opera simplesmente pela consciência ou pela ideologia, mas começa no corpo, com o corpo.” (FOUCAULT, 1979 p.80).

Nas academias, o culto ao corpo compõe parte do cenário que ali existe. O indivíduo não busca apenas saúde, socialização ou bem estar, este faz com que seu corpo se torne uma metamorfose, não o aceita como ele é, quer corrigi-lo, transformá-lo, reconstruí-lo. Por meio de uma árdua rotina de exercícios, dietas, sacrifícios e uma grande dedicação de tempo, buscam sempre superar seus próprios limites na intenção de alcançar contornos corporais considerados aceitáveis na sociedade. A balança, a fita métrica, o adipômetro e o espelho passam a serem vigilantes de calorias, os indivíduos se tornam cada vez mais obcecados pela beleza física e querem a todo custo e em curto prazo atingirem o corpo desejado. Então, esta forte preocupação com a estética apenas intensifica a personalidade narcisista que este indivíduo já possui. O neonarciso modifica seu corpo com a intenção de obter o bem-estar psíquico, mas também o faz tendo em vista o prazer em ser visto; pretende aparecer, comunicando-se com o outro por meio de sua imagem (FORTUNATO, 2013).

A relação de dor e sacrifício também está relacionada a esta busca incansável do padrão corporal atual. Considera-se a dor normal, prazeroso e simplesmente necessário e inevitável, é um indicador de que o treino foi bem sucedido. Para alguns praticantes de musculação a rotina árdua de exercícios muitas vezes se torna um vício que os fazem pensar estarem mais próximos do tão desejado padrão de beleza. Não é raro, portanto, observar nas academias situações em que as pessoas arriscam sua própria integridade física em nome de músculos mais desenvolvidos. O desejo de um corpo “belo” soma-se ao medo diante da possibilidade de fracassar na tarefa de esculpir um corpo admirável e desejável, principalmente quando o verão, momento crucial da vida dos marombeiros, aproxima-se (VAZ, 2004).

O que preocupa é quando estas atitudes se tornam doentias e tem como característica principal alterações na percepção da autoimagem, preocupações absurdas com imperfeições na aparência, de modo excessivo e desproporcional à realidade, gerando importantes prejuízos no funcionamento pessoal, familiar, social e profissional (A.P. AZEVEDO, 2012). Segundo Silva (1996), “A partir do desejo pelo próprio corpo, somado ao modelo de corpo que é incessantemente almejado, uma geração de ‘narcisos’ pode ter sido gerada”.

### 3. Material e Método

Apesquisa é de corte transversal com abordagem quantitativa. DalFovo (2008) afirma que pesquisa quantitativa possui como diferencial a intenção de garantir a precisão dos trabalhos realizados, conduzindo a um resultando com poucas chances de distorções, para isso usando números.

A pesquisa de campo foi realizada na Academia Lotus Fitness localizada na Avenida Juscelino Kubitschek, no bairro Velame, Campina Grande. A população total é de 1.179 indivíduos praticantes de musculação, porém apenas 354 são frequentadores assíduos, destes, apenas 137 são do sexo masculino. A amostra é composta por 29 indivíduos do sexo masculino, com idade entre 18 e 30 anos, que foram escolhidos aleatoriamente, utilizando de uma lista com nomes enumerados, selecionando desta forma os alunos a participarem da pesquisa.

Foram inclusos na amostra, os sujeitos do sexo masculino que frequentam a academia diariamente, com tempo mínimo de treino de seis (06) meses, com idade superior a 18 anos, e que aceitaram participar da pesquisa. Sendo excluído qualquer indivíduo que não fosse praticante de musculação e que não estivesse incluído nos critérios propostos.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário encontrado no seguinte endereço eletrônico: <http://psychcentral.com/quizzes/narcissistic.htm>. O mesmo foi publicado no Journal of Personality and Social Psychology, 54(5), que aborda diretamente sobre questões pertinentes ao comportamento narcisista.

Os resultados do questionário são indicados por números que variam de 12 a 20. De modo que, para o sujeito não apresentar características narcisistas comprometedoras o total de respostas tem que está entre 12 a 15. Porém, se o total de respostas atingirem uma média entre 16 a 19, o sujeito tem tendência a alguns comportamentos narcísicos. E se o total for acima de 20 identifica que o sujeito pode ter comprometimentos narcísicos que estejam atrapalhando seus relacionamentos.

A grande dificuldade para chegar aos resultados finais foi à passagem dos dados do questionário traduzido, para o questionário original em inglês (virtual) para que os dados fossem tabulados e obtivesse tais resultados.

Todos os respondentes assinaram antes da entrevista, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A aplicação do questionário realizado em uma academia da cidade de Campina Grande, nos horários da manhã, tarde e noite, tendo como público alvo os frequentadores do sexo masculino.

O questionário que tem por título em inglês Narcissistic Personality Quiz (Questionário da Personalidade Narcisista), disponibiliza quarenta (40) perguntas, sua aplicação foi feita com orientação da pesquisadora, que explicou quaisquer dúvidas sobre o enunciado das questões. Durante a aplicação do questionário não houve comunicação entre os voluntários, como forma de evitar interferências indesejáveis em suas respostas.

Os dados obtidos foram inseridos no software Excel for Windows 2010, onde foram organizados. A partir deste ponto, no mesmo software, foram calculados os percentuais de repostas para cada questão, os resultados são obtidos por estatística descritiva com uso dos percentuais, médias e desvios padrão, bem como apresentados em forma de gráficos.

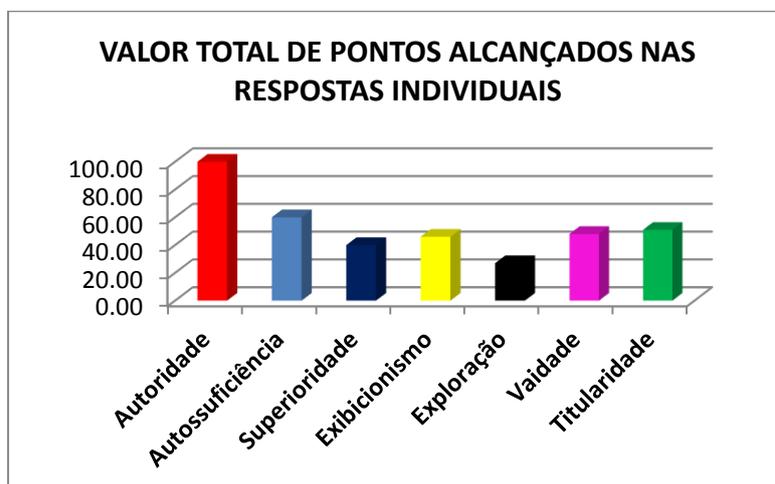
Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos- CEP com o número de parecer 45730415.0.0000.5187.

#### 4. RESULTADOS

Como pode ser visto na figura 1. Encontrou-se nos resultados, que: a média de repostas para todas as perguntas correspondeu a 12,83 com desvio padrão  $\pm 4,87$ . Onde o valor total de pontos alcançados individualmente nas repostas foi de: Autoridade: (100%), Autossuficiência (60%); Superioridade (40%); Exibicionismo (46%) Exploração (27%); Vaidade (48%); Titularidade (51%).

Contudo, esta busca incansável que os praticantes de musculação tanto almejam é apenas para suprir a satisfação de superar seus limites, elevar autoestima, ao se olhar no espelho se sentir bem e perceber que mesmo com sacrifícios conseguiu contornos corporais desejáveis ditos “perfeitos” pela mídia.

**Figura 1. Percentual médio de repostas para todos respondentes. Campina Grande, PB.**



## 5. DISCUSSÕES

A pesquisa investigou a questão do narcisismo nos frequentadores de uma academia de Campina Grande-PB, bem como, procurou entender o porquê desta busca incansável pelo padrão de beleza atual.

De acordo com os dados encontrados no presente estudo, foi observado que não é uma realidade que todos os frequentadores de academias apresentem comportamentos narcisistas, podemos constatar que há um ou outro comportamento narcisista, o que é relevante, já que não compromete o convívio social, tendo positivamente uma elevação da autoestima para estes indivíduos praticantes de musculação. A figura 1 nos comprova mostrando um valor elevado de autossuficiência e autoridade.

Acredita-se que algumas características narcisistas sejam resultados do aprisionamento do mundo pós-moderno. Já que a mídia leva as últimas novidades e descobertas ditando e incorporando tendências, provocando efeito sobre os indivíduos no que diz respeito ao corpo.

Em outras palavras, segundo Mota (2006) os corpos são transfigurados, transformados, construídos de acordo com a dinâmica e os modelos estabelecidos pelos meios de comunicação (SUENAGA, 2012, p. 12).

Portanto, não é raro chegarmos às academias e observarmos situações em que as pessoas buscam músculos mais desenvolvidos, corpo considerado padrão, exercícios que levam a falha, a fadiga na tentativa de esculpir o corpo para se tornar um objeto admirável e desejável por todos, e satisfatório para o mesmo que o vê diante do espelho. Disciplinamos o corpo a frequentar diariamente uma academia de ginástica, objetivando a custo de muito suor e calorias perdidas, conseguir alcançar a aprovação e o reconhecimento da sociedade. Como esclarece Fernandes (2003, p.13) “o corpo está em alta! Alta cotação, alta produção, alto investimento... alta frustração” (SUENAGA, 2012, p. 11).

No universo dos amantes da forma física, em que os cuidados com o corpo é o primordial, o espelho e a balança são instrumentos fundamentais que compõem o ambiente das academias, pois são estes instrumentos que a verdade é mostrada ao praticante, deste modo, o mesmo será rígido e autocríticos consigo mesmo, independente do resultado alcançado.

Então, o que se pode definir é que esta busca incansável que muitos dos praticantes de musculação trilham diariamente através de uma rotina árdua de exercícios, são apenas para

suprir a satisfação de superar seus limites, elevar autoestima, ao se olhar no espelho se sentir bem ao ver que mesmo com sacrifícios conseguiu contornos corporais desejáveis.

A imagem torna-se não mais um produto da moda, mas todo um estilo de vida que é propagado pelos criadores, passa de corpos cobertos e rostos inventados, para rostos limpos, lisos, corpos à mostra, livres, saudáveis e “sarados”.

## 6. CONCLUSÃO

Com base na investigação realizada, conclui-se que a partir dos resultados encontrados no questionário aplicado, não houve índice considerável de comportamento narcisista entre os participantes da pesquisa. No entanto, os participantes podem apresentar um dos comportamentos avaliados no teste que indica o Transtorno de personalidade narcisista: autoridade, autossuficiência, superioridade, exibicionismo, exploração, vaidade e titularidade.

Defini-se, portanto, que esta busca incansável que os praticantes de musculação tanto almejam é apenas para suprir a satisfação de superar seus limites, elevar autoestima, ao se olhar no espelho se sentir bem e perceber que mesmo com sacrifícios conseguiu contornos corporais desejáveis ditos “perfeitos” pela mídia. Assim, de acordo com esta pesquisa, o narcisismo na academia é uma ilusão.

NARCISSISM THE ACADEMY: REALITY OR ILLUSION?

### ABSTRACT

The cult of the body was what drew attention to the starting point for discussion in this paper, which aimed to investigate, analyze and discuss the issue of narcissism in patrons of a health Campina Grande-PB, and understand why this relentless pursuit by the current standard of beauty. There is an obsessive frame, increasingly found in gym; it has generated a degree of concern among psychologists, because the narcissistic behavior can lead to cases of physical disorders, mental and food. The academies, the mirror and the scale represent the voice of truth, which will indicate the numbers of success or failure in the battle for "improvement" body. So the gym is the place where the body has always had a social and cultural meaning, undergoing transformations and social approvals until the current standard. This pattern full of action, shapes, volumes, follows what is imposed by society through various media. The

study deals with a field research of the quantitative type of cross section. As a tool we used the questionnaire found at the website: <http://psychcentral.com/quizzes/narcissistic.htm>. Same was published in the Journal of Personality and Social Psychology, 54 (5). The results where the total amount of points individually achieved in the responses was: Authority (100%), Self-Reliance (60%), superiority (40%), Exhibitionism (46%), exploration (27%), Vanity (48%) , Entitlement (51%), show that for sample studied was not observed behavior deemed narcissistic. Based on its investigation, it can be concluded that the results from the questionnaire, there was considerable score to indicate narcissistic behavior among the study participants. So that the participant can present one of the behaviors of narcissistic personality disorder and still not be diagnosed as narcissistic.

**Keywords:** Narcissism. Cult of the body. Aesthetics.

## REFERÊNCIAS

- A.P. AZEVEDO, A. **Dismorfia muscular: A busca pelo corpo hiper musculoso.** Motricidade, v. 8, n. 1, p. 53-66, 2012.
- BRANDÃO, J. J. G. E. A. **Apolo, narciso e dionisio: o corpo masculino na revista men's health**, Natal, 2013.
- CASSIANA PEREZ, J. Q. E. J. P. **Equivocos de autoimagem, transtornos e a qualidade de vida.** Comciência, n. 153, nov. 2013.
- DALFOVO, M. S.; LANA, R. A.; SILVEIRA, A. **Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico.** Revista Interdisciplinar Científica Aplicada, Blumenau, v. 2, n. 4, p. 01-13, 2008.
- EUFRÁSIO, J. J. G. **Apolo, Narciso e Dionísio:O corpo masculino na revista men's health.** Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal-RN, 2013.
- FILHO, A. F. Modapalavra E-periódico. **Breve histórico da beleza masculina**, jul-dez 2010. 64.
- FORTUNATO, M. C. C. E. F. D. S. **O jovem neonarciso: corpo masculino e vaidade.** Universidade Estadual de Maringá. [S.l.]. 2013.
- FREUD, L. M. G. A. **A origem da palavra narcisismo.**Rev. Latinoam. Psicopat. Fund., São Paulo, setembro 2014.
- LUIZ MORENO GUIMARÃES, P. C. E. **A origem do Narcisismo.**Rev. Latinoam. Psicopat. Fund., São Paulo, p. 442, Setembro 2014.
- MARZANO-PARISOLI, J. C. O. C. A. **Corpo, visibilidade e poder:**, 2004.
- SABINO, A. F. V. A. **Treino, culto e embelezamento.** Revista Bras. Cienc. Esporte, campinas, setembro 2004. 135- 152.
- SANTOS, J. A. C. D. **Narciso vai ao shopping, a educação, o culto ao corpo e a sociedade de consumo**, Piracicaba- SP, 2010.

SCHMITT, S. **A mídia e a ilusão do tão desejado "corpo perfeito"**. Psicologia.pt o portal dos psicólogos, 26 maio 2013. SILVA, A. M. Das práticas corporais ou porque "narciso" se exercita. Revista Brasileira de Ciências do Esporte , SC, maio 1996.

SUENAGA, C. et al. **Conceito, beleza e contemporaneidade: fragmentos históricos no decorrer da evolução estética.** Trabalho de Conclusão de curso de cosmetologia e estética, Vale do Itajaí, 2012. 11.

VAZ, D. A. F. **Treino, culto e embelezamento.** Rev. Bras. Cienc. Esporte, Campinas, v. 26, n. 1, p. 135-152, Setembro 2004.

VAZ, D. A. F. **Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação.** Revista Bras. Ciênc. Esporte, Campinas, v. 26, n. 1, p. 135-152, Setembro 2004.

Disponível em: <<http://psychcentral.com/quizzes/narcissistic.htm>> Acesso em: 25 de maio de 2015.

# APÊNDICE

## APÊNDICE A

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a) \_\_\_\_\_

Esta pesquisa intitula-se “Narcisismo na academia: realidade ou ilusão?”, desenvolvida pela graduanda Emanuela Fernanda Rodrigues da Silva, aluna do Curso de Educação Física na UEPB, sob a orientação do professor Ms. José Damião Rodrigues (pesquisador responsável).

O objetivo do estudo é investigar e analisar o perfil de usuários de academia de musculação quanto à tendência Narcisista.

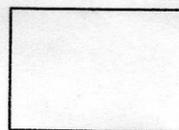
Solicitamos a sua colaboração para participar de uma entrevista, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo pesquisador(a). Caso decida não participar do estudo ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano.

O pesquisador estará a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido (a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Local: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2015.



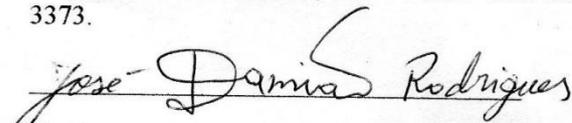
Assinatura datiloscópica.

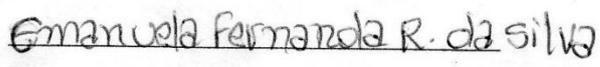
\_\_\_\_\_  
Assinatura do Participante da Pesquisa

Contato com Pesquisadora Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora: Prof. Ms. José Damião Rodrigues (83) 8835-3403 Endereço: Departamento de Educação Física- Centro de Ciências e da Saúde – Universidade Estadual da Paraíba. Cidade Universitária, CEP 58.059.900, João Pessoa-PB, Brasil. Fone: (83) 32167030.

Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba – Campus I. Rua Baraúnas, 351 - Bairro Universitário - Campina Grande-PB, CEP 58429-500. Tel.3315-3373.

  
Assinatura do Pesquisador Responsável

  
Assinatura do Pesquisador Participante

## **DECLARAÇÃO DE CONCORDÂNCIA COM PROJETO DE PESQUISA**

### **Narcisismo na Academia: realidade ou ilusão.**

Eu, Emanuela Fernanda Rodrigues da Silva, estudante da Universidade Estadual da Paraíba, portador do RG: 3.610.738, declaro que estou ciente do referido Projeto de Pesquisa e comprometo-me em verificar seu desenvolvimento para que se possam cumprir integralmente os itens da Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº. 466/12, que dispõe sobre Ética em Pesquisa que envolve Seres Humanos.

---

**Orientador**

---

**Orientanda**

**Campina Grande, \_\_ de \_\_\_\_\_ de 2015**

**TERMO DE COMPROMISSO DO RESPONSÁVEL PELO PROJETO EM  
CUMPRIR OS TERMOS DA RESOLUÇÃO 466/12 do CNS/MS**

**Pesquisa:**

---

---

Eu, José Damião Rodrigues, Professor Efetivo do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, portador de RG: 1317239 SSP/PB comprometo-me em cumprir integralmente os itens da Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº. 466/12, que dispõe sobre Ética em Pesquisa que envolve Seres Humanos.

Estou ciente das penalidades que poderei sofrer caso infrinja qualquer um dos itens da referida resolução.

Por ser verdade, assino o presente compromisso.

---

Orientador

---

Orientanda

Campina Grande, \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2015

## Termo de Anuência

Academia Lotus Fitness

Campina Grande, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2015

### TERMO DE ANUÊNCIA

Declaramos para os devidos fins que a pesquisa intitulada “**NARCISISMO NA ACADEMIA: REALIDADE OU ILUSÃO.**”, a ser realizada pela pesquisadora Emanuela Fernanda Rodrigues da Silva, sob orientação do professor José Damião Rodrigues, está autorizada para ser realizada junto a esta academia.

Sem mais,

Atenciosamente,

Ass. \_\_\_\_\_

## QUESTIONÁRIO DE PERSONALIDADE NARCISISTA

### Baseado em um inventário sobre comportamento narcisista

Aqui você encontrará uma lista de 40 declarações, uma na coluna A e o oposto na coluna B. Para cada declaração, escolha o item da coluna A ou B que melhor combina com você (mesmo se não é um ajuste perfeito). Completar o questionário em seu próprio país e em uma sessão, o que leva a maioria das pessoas entre 5 e 10 minutos para terminar. Responda a todas as perguntas para o resultado mais preciso.

Eu tenho

anos

Feminino /

Masculino

	A	B
<input type="radio"/>	· Tenho talento natural para influenciar as pessoas.	<input type="radio"/> Eu não sou bom em influenciar as pessoas.
<input type="radio"/>	· Não sou humilde ou não tenho humildade	<input type="radio"/> Sou essencialmente uma pessoa modesta.
<input type="radio"/>	· Gosto de fazer quase qualquer coisa e de ousar.	<input type="radio"/> Eu sou uma pessoa bastante cautelosa. .
<input type="radio"/>	· Tenho vergonha quando as pessoas me cumprimentam	<input type="radio"/> Eu sei que sou bom porque as pessoas sempre me dizem isso
<input type="radio"/>	· pensar em governar o mundo é um pensamento que me assusta	<input type="radio"/> Se eu governasse o mundo o mundo seria bem melhor
<input type="radio"/>	· Não posso ser do jeito que eu quero	<input type="radio"/> Eu tento aceitar as conseqüências dos meus comportamentos

	<input type="radio"/> Eu prefiro me misturar com a multidão e não me aparecer.	<input type="radio"/> Eu gosto de ser o centro das atenções
	<input type="radio"/> Vou ser um sucesso	<input type="radio"/> Não estou muito preocupado com êxitos
	<input type="radio"/> Eu não sou melhor ou pior do que as outras pessoas	<input type="radio"/> Eu sou uma pessoa especial
0.	<input type="radio"/> Não sei se eu seria um bom líder	<input type="radio"/> Eu me vejo com um bom líder.
1.	<input type="radio"/> Eu sou uma pessoa assertiva	<input type="radio"/> Eu gostaria de ser mais assertivo
2.	<input type="radio"/> Gosto de mandar nas outras pessoas	<input type="radio"/> Eu não me importo em seguir ordens
3.	<input type="radio"/> Acho que é fácil manipular as pessoas	<input type="radio"/> Eu não gosto quando percebo que estou manipulando alguém
4.	<input type="radio"/> Eu insisto em ser respeitado	<input type="radio"/> Eu recebo o respeito que mereço
5.	<input type="radio"/> Não gosto de mostrar meu corpo	<input type="radio"/> Eu gosto de mostrar meu corpo
6.	<input type="radio"/> Eu sou capaz de entender as pessoas como se fosse um livro aberto	<input type="radio"/> As vezes eu acho difícil entender as pessoas
7.	<input type="radio"/> Se eu me sinto competente assumo as responsabilidades pelas minhas	<input type="radio"/> Gosto sempre de assumir a responsabilidades pelas minhas decisões

	decisões	
8.	<input type="radio"/> Eu quero ser feliz	<input type="radio"/> Eu quero ter valor aos olhos do mundo
9.	especial <input type="radio"/> Meu corpo não é nada	<input type="radio"/> Eu gosto de ficar admirando meu corpo
10.	atenção <input type="radio"/> Eu tento não chamar a	<input type="radio"/> Eu gosto de aproveitar a chance para me mostrar
11.	<input type="radio"/> Eu sempre sei o que estou fazendo	<input type="radio"/> Às vezes não sei o que estou fazendo
12.	<input type="radio"/> Às vezes eu dependo dos outros para fazer algumas coisas	<input type="radio"/> Eu raramente dependo dos outros para fazer alguma coisa
13.	<input type="radio"/> Às vezes eu conto boas histórias	<input type="radio"/> Todos gostam de escutar minhas histórias
14.	<input type="radio"/> Espero sempre receber boas coisas das outras pessoas	<input type="radio"/> Gosto de fazer coisas para as outras pessoas
15.	<input type="radio"/> Eu nunca me dou por satisfeito até ter todas as coisas que eu mereço	<input type="radio"/> Eu tenho satisfações como as coisas me acontecem
16.	<input type="radio"/> Quando me dão parabéns fico envergonhado	<input type="radio"/> Eu gosto de ser elogiado
17.	<input type="radio"/> Eu tenho vontade de ter poder	<input type="radio"/> Ter poder sobre os outros não me interessa
18.	<input type="radio"/> Eu não me preocupo em sempre estar na moda	<input checked="" type="radio"/> Eu gosto de estar na moda

9.	<input type="radio"/> Eu gosto de ficar me olhando no espelho	<input type="radio"/> Eu não fico muito tempo me olhando no espelho
0.	<input type="radio"/> Eu realmente gosto de ser o centro das atenções	<input type="radio"/> Eu me sinto desconfortável quando sou o centro das atenções
1.	<input type="radio"/> Eu posso viver a vida do jeito que eu quero.	<input type="radio"/> As pessoas nem sempre conseguem viver a vida do jeito que querem
2.	<input type="radio"/> Ser autoritário não significa muito pra mim	<input type="radio"/> As pessoas sempre reconhecem minha autoridade
3.	<input type="radio"/> Eu preferiria ser um líder	<input type="radio"/> Faz pouca diferença pra mim ser ou não ser um líder
4.	<input type="radio"/> Eu vou ser uma grande pessoa	<input type="radio"/> Eu espero ser bem sucedido
5.	<input type="radio"/> As pessoas acreditam no que eu digo, sou capaz de convencer	<input type="radio"/> Não consigo fazer acreditar em algo que eu quero que os outros acreditem. Não consigo convencer tão bem
6.	<input type="radio"/> Eu sou um líder nato	<input type="radio"/> A liderança é uma qualidade que leva um grande tempo a ser desenvolvida
7.	<input type="radio"/> Gostaria que algum dia alguém escrevesse a minha biografia	<input type="radio"/> Eu não gosto que as pessoas fiquem bisbilhotando minha vida
8.	<input type="radio"/> Eu fico chateado quando as pessoas não me notam	<input type="radio"/> Eu não me importo em passar desapercibido quando saio em

	quando vou a um local público	público .
9	<input type="radio"/> Eu sou mais capaz do que as outras pessoas	<input type="radio"/> Há muito o que aprender com as outras pessoas
0.	<input type="radio"/> Eu sou como todo mundo	<input type="radio"/> Eu sou uma pessoa extraordinária