



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA

NAYARA FERREIRA GUIMARÃES

**PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL RELACIONADA AOS FATORES DE
ENVELHECIMENTO**

CAMPINA GRANDE – PB

2014

NAYARA FERREIRA GUIMARÃES

**PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL RELACIONADA AOS FATORES DE
ENVELHECIMENTO**

Trabalho de Conclusão de Curso - TCC
apresentado sob forma de artigo ao curso de
graduação em Fisioterapia da Universidade
Estadual da Paraíba, em cumprimento à
parte das exigências para obtenção do grau
de Bacharel em Fisioterapia.

**Orientadora: Prof^a Dr^a Vitória Regina
Quirino de Araújo**

CAMPINA GRANDE

2014

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.

G963p Guimarães, Nayara Ferreira.

Percepção da imagem corporal relacionada aos fatores de envelhecimento [manuscrito] / Nayara Ferreira Guimarães. - 2014.

23 p. : il. color.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2014.

"Orientação: Prof. Dr. Vitória Regina Quirino de Araújo, Departamento de Fisioterapia".

1. Envelhecimento. 2. Imagem corporal. 3. Idosos. I. Título.

21. ed. CDD 305.26

NAYARA FERREIRA GUIMARÃES

**PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL RELACIONADA AOS FATORES DE
ENVELHECIMENTO**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado, na modalidade de artigo científico, ao departamento de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba como requisito para obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

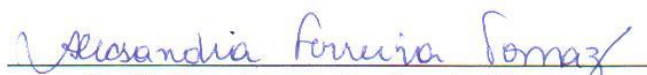
Aprovado em 02/07/2014.

Banca Examinadora



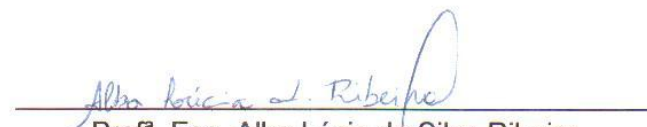
Prof^ª. Dr^ª. Vitória Regina Quirino de Araújo

Orientadora UEPB



Prof^ª. Msc. Alecsandra Ferreira Tomaz

Examinadora UEPB



Prof^ª. Esp. Alba Lúcia da Silva Ribeiro

Examinadora UEPB

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL RELACIONADA AOS FATORES DE ENVELHECIMENTO

GUIMARÃES, Nayara Ferreira

RESUMO

Em uma abordagem quantitativa, esta pesquisa teve por objetivo avaliar a percepção da imagem corporal dos idosos alunos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA). A amostra foi selecionada a partir da disponibilização dos participantes e foi composta por 30 idosos, sendo 23 do sexo feminino, a faixa etária tem em média $71 \pm 7,1$ anos. A coleta de dados foi realizada através de uma ficha de identificação, do Body Shape Questionnaire (BSQ)/Questionário sobre a Imagem Corporal e a Escala de Silhuetas. Os dados foram analisados utilizando o programa de estatística SPSS (20.0). Para identificar as características de algumas variáveis foram utilizados os testes Shapiro-Wilk, Mann-Whitney, Qui-Quadrado e Spearman, admitindo uma significância de 5%. De acordo com os resultados obtidos grande parte dos idosos compreendem e aceitam as mudanças que vêm ocorrendo no seu corpo durante o processo de envelhecimento, constatado pelos resultados obtidos no BSQ, onde a maioria dos sujeitos apresentou pontuação menor que 80, indicando que não há nenhuma preocupação com sua forma corporal. Quanto à Escala de Silhueta 60% dos idosos estão satisfeitos com sua imagem corporal. Conclui-se que esses indivíduos possuem uma imagem corporal, de maneira geral, positiva.

PALAVRAS-CHAVE: Imagem corporal. Idosos. Envelhecimento.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento manifesta-se pelo declínio das funções dos diversos órgãos e sistemas corporais, e tende a ser linear em função do tempo (NETTO, 2007). Envelhecer é um processo universal, natural, sequencial, com mudanças biológicas, físicas, psicológicas, sociais e culturais que acomete intimamente cada indivíduo.

A população mundial vem cada vez mais se tornando idosa. Segundo Baldoni (2011), a Organização Mundial de Saúde (OMS, 1984) considera idoso aquele indivíduo com idade igual ou superior a 65 anos nos países desenvolvidos, e com 60 anos ou mais, nos países em desenvolvimento, já que, nessas regiões, a expectativa de vida ainda é baixa quando comparada aos países desenvolvidos.

De acordo com Blessmann (2004) apud Teixeira et al., (2012), a velhice é uma etapa da vida, assim como a infância e a juventude, na qual se concentra o momento mais dramático de mudança de imagem corporal. A autoimagem dos idosos se ajusta gradualmente ao corpo durante o processo de envelhecimento, mas pode passar por modificações devido aos comprometimentos patológicos ou por distúrbios da motivação.

A imagem corporal pode ser definida como uma construção multidimensional que descreve amplamente as representações internas da estrutura corporal e da aparência física, em relação a nós mesmos e aos outros (DAMASCENO et al., 2006). No idoso, essa imagem pode se apresentar distorcida devido à visão negativa em relação à velhice, devido às mudanças fisiológicas e, principalmente, às mudanças na aparência, levando a pensar que envelhecer gera sempre mudanças estéticas que podem interferir na autoestima.

Diante deste contexto, este estudo teve por objetivo avaliar a percepção da imagem corporal dos idosos alunos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA), programa pertencente a Instituição de Ensino Superior, Universidade Estadual da Paraíba.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Para Menezes (2009) apud Maia (2012), o envelhecimento da população não vem ocorrendo apenas nos países de primeiro mundo, essa realidade também está acontecendo nos países subdesenvolvidos, onde as mudanças no perfil populacional são mais evidentes. No Brasil, esse crescimento da população idosa começou mais tarde comparado aos países desenvolvidos, em compensação está progredindo bem mais rápido.

Pavarini (2005) afirma que em 2025, o Brasil será a sexta população de idosos no mundo, isto é, com mais de 32 milhões de pessoas acima de 60 anos. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), houve um aumento no número de mulheres idosas no Brasil. Os dados do censo 2010 revelam que a população idosa consta de 20.590.599 pessoas com mais de 60 anos de idade, sendo que destes 9.156.112 são homens e 11.434.487 são mulheres. Esse forte crescimento da população idosa deve-se principalmente ao aumento significativo da expectativa de vida dos brasileiros, juntamente com a redução na taxa de mortalidade e da natalidade e também aos avanços na medicina e tecnologia (NETTO, 2007).

Estando em conformidade com Netto (2007), em relação ao estado civil do idoso no Brasil, mais de $\frac{3}{4}$ dos homens vivem em companhia de cônjuge, enquanto $\frac{2}{3}$ das mulheres são viúvas, solteiras ou separadas. A proporção de analfabetos e semianalfabetos dentre os idosos ainda é muito grande, principalmente no sexo feminino. Com relação à fonte de renda dos idosos brasileiros os mesmos contam com remunerações frutos das pensões e aposentadorias, na maior parte das vezes bastante defasada, o que lhes confere baixo poder aquisitivo. Essas variáveis sócio demográficas podem interferir no processo natural do envelhecimento, causando impactos a vida social e econômica, limitando a inserção no convívio social da pessoa idosa.

O envelhecimento é um processo natural, contínuo e inevitável que faz parte da vida de todos. Porém, o envelhecimento acontece de forma gradual, permitindo à ocorrência de adaptações físicas e emocionais as mudanças, à medida que as mesmas vão ocorrendo (CROVADOR, 2011). Conforme Teixeira (2012), a velhice é um processo que engloba vários fatores de ordem social, biológica e psicológica, tais fatores podem ocorrer em diferentes formas cronológicas do envelhecimento,

porém, seguindo sempre o mesmo processo que é comum para qualquer ser e que exige, na maioria das vezes, algum tipo de adaptação de quem o vivencia. A identidade dos idosos opõe-se à dos jovens pelas qualidades de atividade, força, memória, beleza, potência e produtividade. Portanto, embora haja mudanças de ordem física e emocional, sobretudo, devido a aparência, a velhice, não é sinônimo de doença e requer mudança de concepção da nossa sociedade na análise desse processo.

Segundo Festas (2002), a imagem corporal foi definida por Schilder (1935) como um desenho mental do nosso corpo, ou seja, a forma como nos vemos, permutável no tempo e influenciável por um conjunto de experiências sensoriais, de natureza social, cultural, fisiológica e psicológica. A percepção do corpo tem influência dos conceitos e valores da sociedade na qual se está inserido. A imagem corporal é formada a partir do próprio sentimento, no entanto ela sofre interferência de uma sociedade que pensa e idealiza sobre o corpo (MAIA, 2012).

Para o idoso, a imagem corporal pode se apresentar distorcida de acordo com o que a sociedade impõe. Por passarem por várias transformações físicas, psicológicas, funcionais e orgânicas ao longo da vida, muitos idosos se sentem discriminados, perdem a motivação e interesse em manterem-se ativos, pois se acham incapazes, e acreditam não terem mais idade para serem ativos emocional e fisicamente (CROVADOR, 2011). Então é necessário que a pessoa idosa tenha consciência de si próprio e discernimento para reconhecer e aceitar o corpo que está passando por transformações, aprendendo a conviver com ele durante processo de envelhecimento. E, a partir do momento que ele tem a percepção que seu corpo envelheceu, o idoso saberá lidar com os outros, respeitando suas limitações e, assim, melhorando sua interação com a sociedade (MAIA, 2012).

Durante o processo de envelhecimento, o indivíduo passa por alterações morfológicas e funcionais, porém essas modificações ocorrem de forma diferenciada entre os indivíduos e entre órgãos e sistemas de um próprio indivíduo. Com isso, alguns idosos podem se tornar mais suscetíveis a patologias, principalmente aquelas relacionadas aos processos degenerativos. A fim de preveni-las e tratá-las, os idosos devem ser regularmente acompanhados por profissionais de saúde, como médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, bem como, devem incluir em sua rotina diária estilos de vida saudáveis, como uma alimentação balanceada, a prática de atividade física e atividades de lazer, sobretudo as desenvolvidas em grupo.

Os exercícios físicos são fatores de restauração da saúde que proporcionam maior equilíbrio nesta etapa de vida (BENEDETTI et al, 2003). A atividade física possui influência social nos idosos, melhorando a relação familiar, o bem-estar, a integração social, a relação com amigos, a autoimagem e autoestima, além de prevenir a dependência e melhorando a autonomia do idoso, o que irá se refletir na melhor percepção corporal do indivíduo.

A falta de exercício físico é um dos maiores problemas do idoso. Por outro lado, exercícios inadequados ou em excesso sem orientação de um profissional adequado, podem levar a lesões osteoarticulares e musculares (SALDANHA, A. L; CALDAS, C.P, 2004). A prática de atividades físicas orientada por fisioterapeuta ou por um profissional da Educação Física com experiência em geriatria pode proporcionar ao idoso um melhor condicionamento físico, maior funcionalidade e percepção corporal, diminuindo sua dependência, total ou não, muitas vezes já instalada (SALDANHA, A. L; CALDAS, C.P, 2004).

O estado nutricional do idoso também tem forte relação com a percepção corporal, pois alterações no mesmo podem acarretar distorções ou insatisfação quanto à imagem corporal (PÓVOA, 2012). Nesse sentido, destaca-se a contribuição do nutricionista no acompanhamento da saúde do idoso visando a uma boa nutrição, respeitando as necessidades de cada indivíduo, o gasto energético e os hábitos alimentares, buscando sempre a necessidade do idoso, melhorando assim a qualidade de vida, o bem estar e a sua imagem corporal.

O trabalho em grupo possibilita a ampliação do vínculo entre as equipes de saúde e a pessoa idosa e entre os próprios idosos, sendo um espaço complementar da consulta individual, de troca de informações, de oferecimento de orientação e de educação em saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2007). Sendo assim, uma forma do indivíduo idoso manter-se ativo, envolvido socialmente, estabelecendo relações com os demais participantes, sentindo-se útil, reconhecido, motivado, informado, respeitado e amado, contribuindo assim, para o bem-estar desses indivíduos.

Com os grupos de terceira idade, sobretudo as que têm acompanhamento interdisciplinar pode-se observar uma melhor qualidade de vida desta população, favorecendo um envelhecimento mais saudável, onde os idosos podem interagir, adquirir mais conhecimentos, desenvolver relações afetivas, melhorar as condições biopsicossociais, trocar experiências e desenvolver suas potencialidades,

contribuindo assim, para um processo de envelhecimento ativo, autônomo e saudável.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A pesquisa realizada com o grupo de idosos da Universidade Aberta à Maturidade (UAMA) da Universidade Estadual da Paraíba foi de caráter transversal, descritivo e abordagem quantitativa, visto que a temática e os objetivos poderiam ser melhor compreendidos a partir de tal metodologia.

A pesquisa foi realizada na UAMA, localizada na cidade de Campina Grande – PB. Tendo como amostra do estudo 30 idosos, de ambos os gêneros e faixa etária diversificada, que fazem parte do grupo UAMA no período de dezembro de 2013 a abril de 2014.

Os critérios de inclusão utilizados para participar da pesquisa foram: idosos que faziam parte do grupo UAMA da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, que estavam presentes no período da coleta de dados. Foram excluídos da amostra: idosos que tinham algum déficit cognitivo que dificultasse ou impossibilitasse o procedimento da entrevista e os idosos que eventualmente apresentavam alterações reumatológicas, ortopédicas e oncológicas que comprometessem a imagem corporal.

Inicialmente foi aplicada uma ficha de identificação, abordando questões referentes a identificação pessoal, condições socioeconômicas e estilos de vida. Logo após foi aplicado o questionário *Body Shape Questionnaire* (BSQ)/Questionário sobre a Imagem Corporal, de Cooper e Fairburn (1987) traduzido por Di Pietro e Silveira, (2008), composto por 34 perguntas relacionadas a imagem corporal, tendo como resposta a escolha das seguintes legendas: 1. Nunca; 2. Raramente; 3. Às vezes; 4. Frequentemente; 5. Muito frequentemente; 6. Sempre. O escore global é o total em todos os 34 itens, ou seja, um intervalo de pontuação teórica 34 – 204. Onde menos de 80 pontos é considerado nenhuma preocupação com sua forma corporal, entre 80 e 110 apresenta uma preocupação leve, 111 a 140 o sujeito tem uma preocupação moderada e mais que 140 uma preocupação acentuada.

Em seguida foi apresentada a Escala de Silhuetas de Sorensen e Stunkard (1983) que contém nove diferentes imagens corporais, em ordem crescente da mais

magra a mais gorda. São nove silhuetas específicas para cada um dos sexos sendo o idoso (a) orientado (a) a observar a Escala e escolher qual a Silhueta que melhor represente a sua aparência física atual, e qual Silhueta gostaria de ter. Com base no questionário é realizado uma subtração da pontuação da imagem corporal real e ideal; se o resultado for igual a zero, o voluntário está satisfeito com sua imagem, se o resultado for uma pontuação positiva estará insatisfeito por excesso de peso e se foi uma pontuação negativa indica insatisfação devido ao baixo peso. Foi informado que a qualquer momento o entrevistado da pesquisa poderia desistir de participar do estudo. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade Estadual da Paraíba sob o número de protocolo 25742313.3.0000.5187.

Os dados foram analisados quanto à normalidade pelo teste de Shapiro-Wilk e de acordo com esse resultado foi utilizado o teste de Mann-Whitney para avaliar a diferença entre a percepção da imagem (BSQ) e atividade física e entre o estado nutricional e a Escala de Silhueta. O Qui-Quadrado foi adotado para analisar a associação entre a Escala de Silhueta e a prática de atividade física; e a correlação de Spearman para avaliar a correlação entre o IMC e o BSQ. Foi utilizado o programa de estatística SPSS (20.0), admitindo uma significância de 5%.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Posteriormente a análise das fichas de identificação, a amostra foi especificada a partir dos seguintes resultados: Com relação ao gênero, a amostra foi composta em sua maioria pelo gênero feminino 76,7%. A predominância de mulheres corrobora com a chamada "feminização da velhice", pois o quantitativo feminino no grupo de idosos é crescente no Brasil (VICTOR et al, 2009). O maior percentual destas na pesquisa decorre por possuírem menor exposição a fatores de riscos, como tabagismo e etilismo, além das diferenças de cuidados entre homens e mulheres em relação ao controle e tratamento de doenças.

A idade dos idosos variou entre 60 a 85 anos, tendo como média $71 \pm 7,1$ anos. Com relação ao peso, a média obtida foi de $63,5 \pm 11,6$ kg com uma variação de 44 a 89 kg. A altura apresentou uma média de $1,57 \pm 0,09$ m com variação de 1,39 a 1,80 m. A partir desses resultados, o índice de massa corporal (IMC) teve uma média de 25,8 com mediana de 24,2. Conforme Acuña e Cruz (2004), o idoso

apresenta uma redução da sua altura, de um a dois centímetros por década, dos 65 até em torno dos 70 anos um ganho progressivo de peso e IMC, diminuindo a partir de então. Nesses indivíduos há uma alteração com relação a distribuição de gordura, que diminui a nível periférico e aumenta no interior do abdômen e a massa magra é reduzida. Visto que o DATASUS (2004) afirma sobre o estado nutricional de idosos que os valores de IMC maior que 22,0 e menor que 27,0 são adequados para pessoas com mais de 60 anos, podemos observar com a média do IMC da amostra do estudo, que os indivíduos apresentam peso adequado (eutrófico) de acordo com a sua idade.

Quanto à naturalidade dos entrevistados, 33,3% (10) da amostra era natural da cidade de Campina Grande – PB, a metade dos indivíduos (50%) (15) era natural de outras cidades da PB, 13,3% (4) originária do Rio Grande do Norte e 3,3% (1) nativa de Pernambuco.

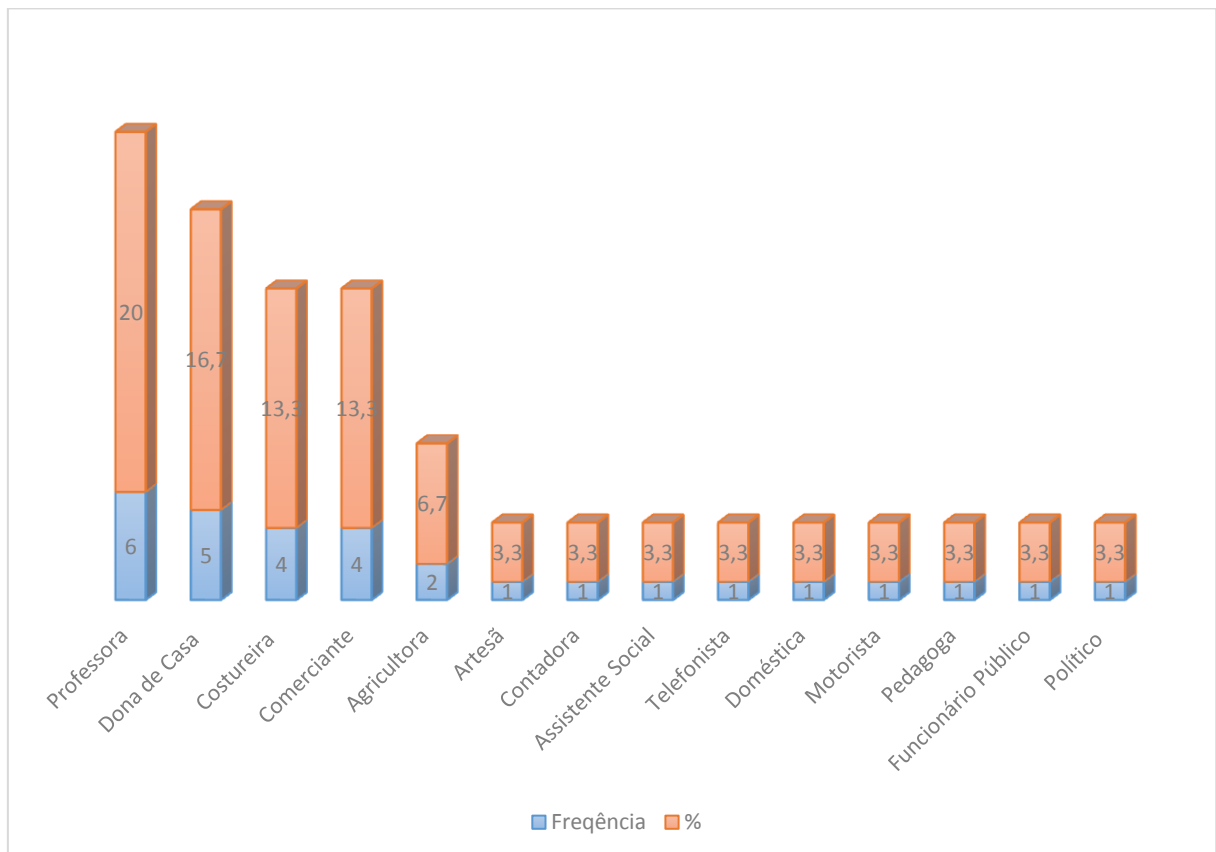
Em relação ao estado civil, observou-se que a amostra foi composta em sua maioria por indivíduos casados (56,7%) (17), seguidos por viúvos (40%) (12) e divorciados (3,3%) (1). Leite et al. (2012), em estudo feito com pessoas idosas participantes de grupos de convivência, revelou padrão inverso, com 54,1% viúvos, 28,2% casados e 17,7% divorciados ou solteiros.

No que diz respeito ao nível de instrução, grande parte (46,7%) (14) informou ter cursado até o ensino médio, 30% (9) concluiu o ensino fundamental II 10% (3), cursou pós-graduação, 6,7% (2) obteve graduação e 3,3% (1) relatou ter o ensino fundamental 3,3% (1) apenas o ensino infantil. Desta forma, verificou-se que todos os idosos da amostra apresentavam nível de instrução formal, tendo alguns deles qualificação acadêmica.

Quanto à religião a amostra foi composta em sua maioria por indivíduos católicos, representando 80% (24) e 20% (6) foram representados por indivíduos evangélicos.

No que concerne à ocupação/profissão anterior, as respostas foram bem diversificadas, havendo um predomínio de professoras (20%). O estudo de Irigaray e Schneider (2007) feito com idosas participantes da Universidade para a Terceira Idade, mostrou também que a profissão de professora foi a ocupação anterior mais frequente (28,1 %) (Figura 1).

Figura 1 – Distribuição dos idosos de acordo com a ocupação anterior



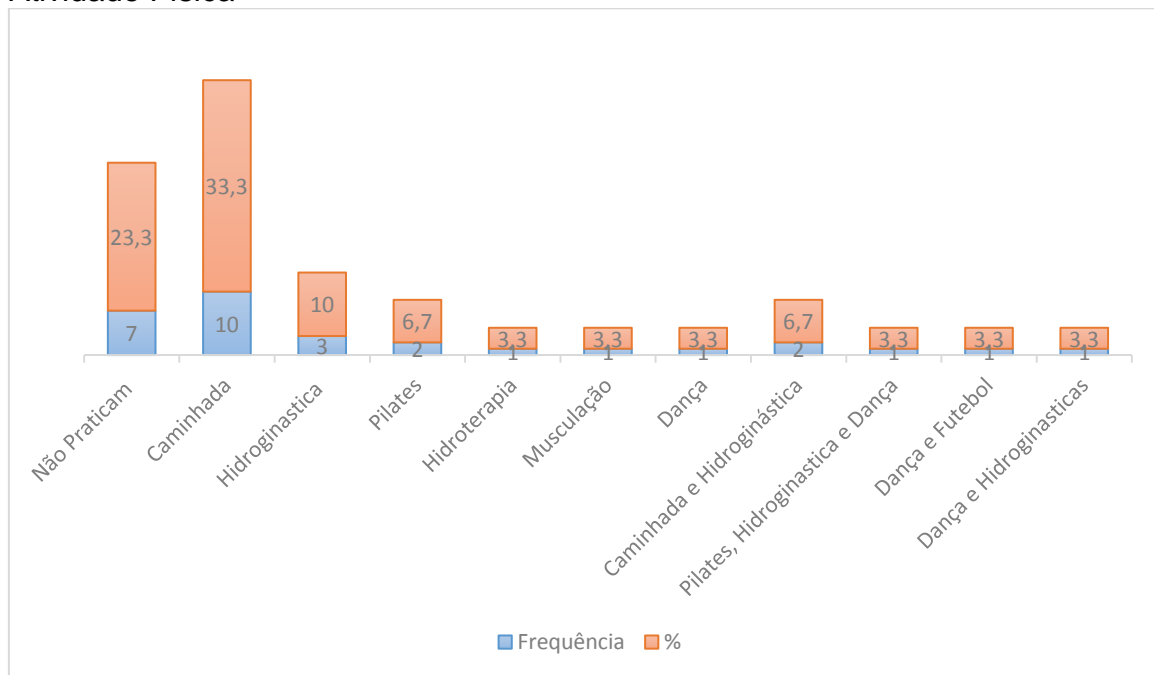
Fonte: Dados da Pesquisa (2014)

Quanto à ocupação/profissão atual, a amostra foi composta predominantemente de indivíduos aposentados, representando 86,7% (26) e sendo 6,7 (2) da amostra pensionista e 6,7% (2) donas de casa. De acordo com Alvarenga (2009), os indivíduos que são aposentados, têm pouca tarefa para realizar, muitos tendem a ter sua estrutura psíquica afetada, além disso, podem desenvolver comprometimentos cognitivos. Em muitos casos, o sujeito que se aposenta passa por um empobrecimento de suas redes sociais e de atividades diárias. Tais alterações podem repercutir na mente e no corpo, aumentando assim, a

probabilidade dos idosos desenvolverem depressão, podendo gerar muitas vezes, aceleração das mudanças do corpo no processo de envelhecimento.

Em relação aos hábitos de vida diária, 76,7% afirma praticar alguma atividade física. Destes, 6 são do sexo masculino e 17 são do sexo feminino, tendo apenas um indivíduo da amostra do sexo masculino que não pratica nenhuma atividade física, concluindo assim, que grande parte dos que praticam atividade física são homens. Estes resultados são semelhantes ao encontrado por Maia (2012) e Beneditti et al. (2008), nos quais verificou-se que os idosos do gênero masculino tendem a ser menos sedentários que as mulheres. Quando aposentados dedicam o seu tempo livre para as atividades físicas, diferente das mulheres, que mesmo aposentadas continuam com os afazeres domésticos e cuidados com a família, diminuindo assim, o tempo para realização de atividades físicas. (Figura 2).

Figura 2 – Distribuição dos idosos, de acordo com os hábitos de vida diária/ Atividade Física



Fonte: Dados da Pesquisa (2014)

A maioria dos que praticam alguma atividade física costuma realizá-la com frequência de 3 dias por semana (30%), 16,7% costuma praticar todo dia, 3,3% realiza algum exercício apenas 1 dia por semana, 13,3% afirma se exercitar dois dias por semana, 6,7% diz que faz exercício 4 dias por semana e 6,7% faz 5 dias por semana.

Tabela 1 - Distribuição dos idosos, de acordo com o hábito de fumar e consumo de bebida alcoólica

	Frequência	%
Hábito de Fumar		
Nunca	15	50
Parou	15	50
Hábito de Consumir Bebida Alcoólica		
Nunca	19	63,3
Parou	9	30
Continua	2	6,7

Fonte: Dados da Pesquisa (2014)

Dos idosos que tiveram o hábito de fumar em alguma fase da vida, porém atualmente não fumam, a maioria consumia uma carteira por dia (20%), 13,3% fumava duas carteiras por dia, 3,3% tinha costume de fumar 3 carteiras por dia, 6,7% tinha hábito de fumar 20 cigarros por dia e percentual igual consumia de 3 a 6 cigarros por dia.

Sobre o consumo de bebida alcoólica, a maioria dos entrevistados alegou que nunca fez uso de bebida alcoólica (63,3%), os que continuam consumindo ou já beberam em alguma fase da vida afirmaram ingerir a bebida alcoólica socialmente. Lembrando que os 7 homens do estudo em algum momento da vida fez uso de álcool e apenas dois homens afirmaram nunca ter consumido tabaco, sendo assim, a população do sexo masculino da pesquisa está mais vulnerável ao consumo de tabaco e álcool o que influencia o desencadeamento de doenças do sistema

respiratório e cardiovascular, podendo interferir de forma direta na imagem corporal, na qualidade de vida e na longevidade.

Sobre o questionário BSQ que identifica a forma corporal a maioria dos sujeitos apresentou pontuação menor que 80, que indica não haver nenhuma preocupação com a sua forma corporal, destes a maioria é do sexo masculino. No sexo feminino, três participantes apresentaram uma pontuação de 111 a 140, o que corresponde a uma preocupação moderada com a sua forma. Já entre os homens, apenas um idoso obteve pontuação entre 80 e 100, que é considerada uma preocupação leve com sua forma corporal (Tabela 2).

Tabela 2 – Resultado do BSQ

PONTUAÇÃO	MULHERES (n)	HOMENS (n)
Menos que 80	16	6
80 a 100	4	1
111 a 140	3	0
Mais de 140	0	0

Fonte: Dados da Pesquisa (2014)

Ao relacionar a percepção da imagem corporal feita pelo questionário BSQ e a atividade física através do teste de Mann-Whitney foi observado que não houve diferença da percepção corporal entre os idosos que fazem atividade física e os que não fazem ($P = 0,291$).

Na correlação entre o estado nutricional (IMC) e o questionário BSQ, o teste de Spearman avaliou que há uma correlação positiva e fraca entre ambos ($r = 0,379$; $P = 0,039$) demonstrando que quanto maior o IMC, maior a preocupação do idoso com sua forma física.

A tabela 3 apresenta os resultados da imagem corporal atual e ideal dos idosos entrevistados, analisada através da Escala de Silhueta de Sorensen e Stunkard (1983). No estudo a Escala mostrou ser de rápida aplicação e de fácil entendimento para a população da amostra.

Tabela 3 – Resultado da imagem real e ideal através da Escala de Silhueta

Pontuação	Frequência	%
0	18	60
+1	5	16,7
+2	4	13,3
+4	1	3,3
+5	1	3,3
-1	1	3,3

Fonte: Dados da Pesquisa (2014)

De acordo com os dados da tabela 3, verifica-se que a maioria dos idosos estão satisfeitos com sua imagem corporal (60%), os idosos que estão insatisfeitos, 37,7%, estão pelo excesso de peso e apenas uma pessoa do sexo feminino apresenta-se insatisfeita em relação ao baixo peso (3,3%). O indivíduo com pontuação +5 era do sexo masculino e o com pontuação +4 do sexo feminino, almejavam ter um corpo que estava longe das suas possibilidades para a faixa etária. Apesar dos idosos dizerem-se satisfeitos com a sua imagem corporal, foi possível observar durante a aplicação da Escala de Silhueta que muitos dos entrevistados constatavam que a sua autoimagem corporal não se adequava com sua imagem real tanto no que diz respeito ao excesso de peso quanto a magreza.

No estudo de Chaim et al (2009) os resultados foram diferentes do estudo desenvolvido, ao comparar dois grupos de idosos, o Grupo de Assistência Multidisciplinar ao Idoso Ambulatorial (GAMIA) e o grupo do Ambulatório Fisioterapêutico de Idosos Longevos (AFAIL), os sujeitos de ambos os grupos possuíam um grau de insatisfação corporal maior. O grupo AFAIL, 27,27% estavam satisfeitos com a imagem corporal e 72,72% insatisfeitos. E no grupo GAMIA, 43,44% estavam satisfeitos e 56,67% insatisfeitos com sua autoimagem. Salienta-se que a maioria das insatisfações estava relacionada ao sobrepeso. Na pesquisa de Campos (2012) feita apenas com idosas, apenas um sujeito (4,54%) apresentou-se satisfeito com sua imagem real. A maioria mostrou-se insatisfeitas com sua autoimagem em relação ao excesso de peso (72,74%) e 22,72% estão insatisfeitos quanto a magreza.

Através do teste Qui-Quadrado foi analisado a relação da Escala de Silhueta e a atividade física e foi observado que não existe associação com a prática de atividade física e imagem corporal ($P = 0,537$).

Quanto à relação entre o estado nutricional (IMC) e a Escala de Silhueta examinada pelo teste de Mann-Whitney foi identificado que há diferença entre o IMC de pessoas satisfeitas comparadas ao IMC das insatisfeitas ($P = 0,001$). Tal fato reforça a necessidade da observação e adoção de estilos de vida saudáveis por parte do idoso, com dietas, práticas de atividades físicas saudáveis, não apenas para a prevenção de doenças e preservação da saúde, como também para a manutenção da imagem corporal compatível com diversas faixa etárias.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O interesse em executar este estudo foi para conhecer a percepção da imagem corporal do idoso no processo de envelhecimento, com a intenção de observar como eles se auto avaliam nessa fase da vida.

Diante do que foi exposto e dos resultados obtidos, grande parte dos idosos que fizeram parte da pesquisa compreendem e aceitam as mudanças que vem ocorrendo no seu corpo durante o processo de envelhecimento, fato que contribui, para a formação de uma imagem corporal positiva, mesmo transparecendo que gostariam de ter um corpo mais delineado e que os fizessem superar os obstáculos dessa fase da vida, incluindo os relacionados à aparência jovem.

Nessa população de estudo, provavelmente por esses idosos desenvolverem atividades na UAMA, podemos perceber que eles estão se valorizando mais, ocupando espaços na universidade, na família, na vida cultural e no lazer. Isso faz com que a autoestima se eleve, aumentando a sua integração na sociedade, modificando a imagem dos idosos como seres ultrapassados, indesejados e inúteis.

A forma de como eles se veem é fundamental, sendo necessário que aceitem os limites do seu próprio corpo durante o processo de envelhecimento, buscando sempre hábitos de vida mais saudáveis, desde à alimentação ao exercício físico e sempre de bem consigo mesmo e com integridade física e mental.

ABSTRACT

In a quantitative approach, this survey aims to evaluate the perception of elderly students' body image of *Universidade Aberta à Maturidade (UAMA)*. The exhibition was selected from the availability of the participants, composed by 30 elders, being 23 females, and the remainder from the male sex, in the age group of about $71 \pm 7,1$ years old. The data collection was made through an identification card, from Body Shape Questionnaire (BSQ), by Cooper; Fairburn (1987), and the Silhouette scale of Sorensen and Stunkard (1983). The data were analyzed utilizing the statistics program SPSS (20.0). To identify the characteristics of some variables, it was utilized the tests Shapiro-Wilk, Mann-Whitney, Chi-Square and Spearman, allowing a significance of 5%. According to the results obtained, a large proportion of elderly who contributed to the survey comprehend and accept the changes that has been occurring in their body during the aging process. This could be proved with the results obtained in the BSQ, where the majority of the subjects showed lower scoring than 80, indicating that there is no concern with their body shape. In the results of the Silhouette scale, 60% of elderly are satisfied with their body image. Such results contribute for a formation of a positive body image of these individuals.

KEYWORDS: Body Image. Elderly. Aging.

REFERÊNCIAS

ACUÑA, K.; CRUZ, T. Avaliação do estado nutricional de adultos e idosos e situação nutricional da população brasileira. *Arq Bras Endocrinol Metab* [online]. 2004, vol.48, n.3, pp. 345-361. ISSN 0004-2730. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S000427302004000300004&script=sci_arttext> Acesso em: 10 de junho de 2014.

ALVARENGA, L. et al. Repercussões da aposentadoria na qualidade de vida do idoso. *Revista da Escola de Enfermagem USP* 2009; 43(4): 796-802 Disponível em: <[Http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v43n4/a09v43n4.pdf](http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v43n4/a09v43n4.pdf)>. Aceso em 02 de junho de 2014.

BALDONI, A. O. & Pereira, L. R. L. (2011). O impacto do envelhecimento populacional brasileiro para o sistema de saúde sob a óptica da farmacoepidemiologia: uma revisão narrativa. *Revista de Ciências Farmacêuticas Básica e Aplicada*, 32 (3), 313-321. Disponível em: < http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/Cien_Farm/article/viewFile/1505/1173> Acesso em: 24 de agosto de 2013.

BENEDITTI, T. et al. Atividade física e estado de saúde mental de idosos. *Revista de Saúde Pública* 2008;42(2):302-7. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v42n2/6482.pdf>>. Acesso em 03 de junho 2014.

BENEDETTI, T.B et al. Exercícios físicos, auto-imagem e auto-estima em idosos asilados. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*. 2003, Vol. 5, Número 2, p. 69-74. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd127/percepcao-da-imagem-corporal-auto-estima-e-qualidade-de-vida.htm>>. Acesso em: 11 de outubro de 2013.

BRASIL.MINISTÉRIO DA SAÚDE. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília: Ministério da Saúde, 2007. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Cadernos de Atenção Básica; n. 19. Disponível em: < <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abcad19.pdf>>. Acesso em: 24 de agosto de 2013.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Estatuto do idoso. Brasília: Editora MS, 2009. Disponível em: < http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estatuto_idoso_2ed.pdf>. Acesso em: 24 de agosto de 2013

CAMPOS, P. S. G. Avaliação da imagem corporal de mulheres entre 40 – 60 anos praticantes de musculação. Artigo de conclusão de curso em bacharel em Educação Física – Instituto Federal de educação, ciências e tecnologia do Sul de Minas Gerais. Muzambinho. 2012. Disponível em: < http://www.muz.ifsuldeminas.edu.br/attachments/1687_16.pdf>. Acesso em: 17 de junho de 2012.

CHAIM, Janice; IZZO, Helena; SERA, Celisa Tiemi Nakagawa. Cuidar em saúde: satisfação com imagem corporal e autoestima de idosos. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 175-181, 2009. Disponível em: <http://www.saocamillo-sp.br/pdf/mundo_saude/67/175a181.pdf>. Acesso em: 11 de junho de 2014.

CROVADOR, M.F.C. Influência da atividade física na percepção da imagem corporal de idosos institucionalizados e não institucionalizados da cidade de Irati. **Revista digital**. Buenos Aires, nº 157, 2011. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd157/percepcao-da-imagem-corporal-de-idosos.htm>>. Acesso em: 12 de outubro de 2013.

DAMASCENO, V. O et al. Imagem corporal e corpo ideal. **Revista brasileira Ciência e Movimento**. 2006; 14(2): 81-94. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/691/696> >. Acesso em: 25 agosto de 2013.

DATASUS. 2004. **Estado Nutricional dos Usuários da Atenção Básica**. Disponível em: <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi-win/SISVAN/CNV/notas_sisvan.html#des>. Acesso em: 10 de junho de 2014.

DI PIETRO, M.; SILVEIRA, D.X. Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. **Rev. Bras. Psiquiatr**. vol.31 no.1 São Paulo Mar. 2009 Epub Nov 24, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-44462009000100006&script=sci_arttext >. Acesso em: 26 de outubro de 2013.

ESTATUTO do Idoso. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm >. Acesso em 25 de julho de 2013.

FESTAS, C.F.S. **Imagem corporal e o equilíbrio no idoso**: Comparação entre praticantes e não praticantes de atividade física. Porto. 2002.

Freitas MC, Ferreira MA. Velhice e pessoa idosa: representações sociais de adolescentes escolares. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. maio-jun. 2013. Acesso em: 11 de outubro de 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v21n3/pt_0104-1169-rlae-21-03-0750.pdf>. Acesso em: 16 de setembro de 2013.

HART, E. A. **Avaliando a imagem corporal**. In Barrow & McGee. Medida e avaliação em educação física e esportes. São Paulo: Manole.2003. p.457-488.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Prevalência de depressão em idosas participantes da Universidade para a Terceira Idade. **Rev Psiquiatr**, v. 29, n. 1, p. 19-27, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rprs/v29n1/v29n1a08>>. Acesso em: 10 de junho de 2014.

LEITE, Marinês Tambara et al. Qualidade de vida e nível cognitivo de pessoas idosas participantes de grupos de convivência. **Rev. bras. geriatr. gerontol**. [online]. 2012, vol.15, n.3, pp. 481-492. ISSN 1809-9823. Disponível em:

< http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1809-98232012000300009&script=sci_arttext
> Acesso em: 10 de junho de 2014.

MAIA, Z. A. **Análise da consciência corporal em idosos**. 2012. Artigo de Conclusão de Curso em Fisioterapia – Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2012.

NETTO, M. P. Tratado de gerontologia. 2. ed., **rev. e ampl.** – São Paulo: Editora Atheneu, 2007. ISBN 85-7379-869-6.

PAVARINI, S. C. L et al. **A arte de cuidar do idoso: gerontologia como profissão**. Texto & contexto enferm, v. 14, n. 3, p. 398-402, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v14n3/v14n3a11.pdf> >. Acesso em: 24 de novembro de 2013.

PEREIRA, E.F et al. Relação entre diferentes indicadores antropométricos e a percepção da imagem corporal em idosas ativas. **Rev. psiquiatr. clín.** 2009, vol.36, n.2, pp. 54-59. ISSN 0101-6083. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-60832009000200003&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 12 de outubro de 2013.

PÓVOA, T. I. R et al. Imagem corporal e estado nutricional de idosas praticantes de exercícios físicos. **Revista Movimenta ISSN**, v. 5, n. 4, p. 2012. Disponível em: <<http://www.nee.ueg.br/seer/index.php/movimenta/article/viewFile/622/482>>. Acesso em: 25 de agosto de 2013.

SALDANHA, A. L; CALDAS, C. P. **Saúde do idoso: a arte de cuidar**. 2 ed. Rio de Janeiro: Interciência, 2004. ISBN 85-7193-114-3.

SERBIM, A.K; FIGUEIREDO, A. E. P. L. Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência. Scientia Medica. Porto Alegre. Volume 21, nº 4, p. 166-172. 2011. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/scientiamedica/article/viewFile/9405/7236>>. Acesso em: 12 de outubro de 2013.

STUNKARD A.J.; SORENSEN T. SCHLUSINGER F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In S.S. Kety, L.P. Rowland, R.L. Sidman, & S.W. Matthysse (Eds.) The genetics of neurological and psychiatric disorders. New York: Raven. p. 115-120, 1983. Disponível em: < http://saocamilosp.br/pdf/mundo_saude/67/175a181.pdf>. Acesso em 12 de outubro de 2013.

TEIXEIRA, J. S et al. Envelhecimento e percepção corporal de idosos institucionalizados. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** vol.15, n.1, pp. 63-68. 2012. ISSN 1809-9823. <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232012000100007>. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1809-98232012000100007&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 12 de outubro de 2013.

VICTOR, J. F et al. Perfil sociodemográfico e clínico de idosos atendidos em Unidade Básica de Saúde da Família. *Acta paul. enferm.* [online]. vol.22, n.1, pp. 49-54. 2009. ISSN 1982-0194. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002009000100008>. Acesso em: 12 de Maio de 2014.