

## SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DE ACADEMIAS EM PALHOÇA-SC\*

Jheniffer Ramos da Silva \*\*

### Resumo

**Introdução:** A imagem corporal define-se como uma imagem do corpo formada na mente do indivíduo. **Objetivo:** Analisar a satisfação com a imagem corporal em praticantes de musculação em duas academias de Palhoça – SC. **Métodos:** Pesquisa com natureza aplicada, abordagem quantitativa, do tipo descritiva. Esta é uma pesquisa de campo com informação do tipo transversal. A amostra foi selecionada de forma não probabilística e acidental, com 89 praticantes de musculação de duas academias de Palhoça- SC. Como critérios de inclusão foram estabelecidos: ter mais de 18 anos e estar praticando musculação há pelo menos três meses. Como critérios de exclusão, foram desconsiderados da pesquisa indivíduos que se recusaram a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que não aceitaram realizar os testes de mensuração corporal, e que não responderam completamente o questionário. Para análise da satisfação com imagem corporal foi aplicado o Body Shape Questionnaire contendo 34 perguntas sobre percepção corporal com respostas de 1 a 6 pontos. Para mensuração da circunferência do abdômen foi utilizada uma fita antropométrica, e para mensuração da massa e da estatura foram utilizadas uma balança digital e um estadiômetro.. **Resultados:** Os resultados encontrados para distúrbio de imagem corporal demonstraram ausentes para 74,2% dos entrevistados, 18,0% com distúrbios leves, 5,6% moderado e 2,2% grave. Quanto à circunferência abdominal, as mulheres apresentaram preponderância se tratando de valores acima da referência,. Sobre a classificação dos avaliados quanto ao índice de massa corporal, 47,2% dos avaliados foi classificado como eutrófico. Houve associação entre o índice de massa corporal e os distúrbios da imagem corporal ( $p=0,033$ ) e entre a classificação do perímetro abdominal e distúrbios da imagem corporal ( $p= 0,030$ ). **Conclusão:** Os resultados deste estudo apontam que os praticantes de musculação apresentam um alto índice de satisfação com a imagem corporal.

**Palavras-chave:** Exercício físico. Imagem corporal. Aparência física.

---

\* Artigo apresentado como trabalho de conclusão de curso de graduação da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Educação Física). Orientadora: Profª. Rafaella Zulianello dos Santos Dra Palhoça, 2019.

\*\*Acadêmica do curso de Educação Física da Universidade do Sul de Santa Catarina. Jhe\_dudu@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo Thompson, Coovert e Stormer (1999) o termo imagem corporal (IC) integra-se a diversos componentes, dentre eles: satisfação com o peso, acurácia da percepção do tamanho, satisfação corporal, avaliação da aparência, orientação da aparência, estima corporal, corpo ideal, padrão de corpo, esquema corporal, percepção corporal, distorção corporal e desordem da imagem corporal. Já para Scatolin (2012), a imagem corporal reflete a forma como o indivíduo percebe seu corpo, e é influenciada por fatores físicos, psicológicos, neurológicos, sociais e culturais.

A IC se dá então por interações permeadas por informações advindas do contexto cultural que perpassam as barreiras grupais, familiares e alcançam o espaço individual. Nessa perspectiva, segundo Tavares (2003) quando há desequilíbrio na intensidade da demanda relacionada à aparência física, as pessoas são pressionadas em numerosas circunstâncias a concretizar em seu corpo, o corpo ideal propagada pela cultura presente no meio em que estão inseridas.

Ainda, nos últimos anos, vive-se numa era bastante digital, onde a aparência é sinônimo de sucesso, saúde e determinação, de modo que a sociedade e a mídia dita os padrões de beleza a serem seguidos (SOLER et al., 2013). Isto faz com que boa parte da população se lance na busca de uma imagem física idealizada.

Farinatti (2008) afirma que a imagem do corpo é multidimensional, dependendo de variáveis como idade, sexo e tipo de personalidade dos respondentes.

Neste contexto, no que se refere às diferenças da IC entre os sexos, as mulheres tendem a supervalorizar o baixo peso, contrariamente aos homens que, em geral, apreciam o volume muscular desde o período de transição da adolescência até a idade adulta (NEUMAN, SONTAG, SALVATO, 2006). Isso porque a IC sofre influência da cultura e a sociedade que o indivíduo está inserido para estabelecer relações de satisfação ou insatisfação com a mesma, através das normatizações feitas em torno do belo (DAMASCENO, 2006).

Por outro lado, quando o indivíduo apresenta sentimentos negativos sobre sua IC, este é classificado como insatisfeito com a IC. Segundo Smolak (2001) a insatisfação corporal pode ser compreendida como uma avaliação desfavorável

que o sujeito faz em relação à sua aparência física, sendo diagnosticada, geralmente, por meio de figuras das silhuetas corporais e questionários, que focalizam preocupações com o peso, forma e gordura corporal.

Logo, a busca incessante pelo melhor aspecto físico passa a ser um fenômeno sociocultural. Neste sentido, os locais geralmente escolhidos para obter os padrões estéticos estereotipados são as academias de musculação. Entretanto, para Sinódio (1993), os benefícios decorrentes da prática regular de exercício físico podem traduzir-se, entre outros, na melhoria do bem-estar psicológico, da autoimagem e da IC.

Portanto, o presente estudo é relevante, uma vez que seus resultados podem servir para nortear a equipe das academias envolvidas quanto aos objetivos e necessidades de seus clientes. Este estudo pode ainda servir como suporte para profissionais da área da saúde e estudantes que queiram conhecer mais sobre o tema.

Logo, o objetivo geral deste estudo foi analisar a satisfação com a IC em praticantes de musculação de academias de Palhoça – SC. Este trabalho buscou ainda responder aos seguintes objetivos específicos: identificar as características sociodemográficas e de saúde de praticantes de exercícios físicos e verificar a associação entre a IC e as variáveis antropométricas de praticantes de exercícios físicos de academias de Palhoça-SC.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

### **2.1 TIPO DE PESQUISA**

Esta pesquisa caracteriza-se como quantitativa. Conforme Mattar (2001), a pesquisa quantitativa busca a aprovação das hipóteses mediante a aplicação e coleta de dados estruturados, estatísticos, com análise de muitos casos representativos, recomendando um curso final da ação. Os objetivos se enquadram com uma pesquisa descritiva. Segundo Silva et al. (2000) a pesquisa descritiva visa descrever as características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis. Envolve o uso de técnicas padronizadas de coleta de dados: questionário e observação sistemática. Assume, em geral, a forma de levantamento.

Segundo a classificação de Vianna (2013), quanto à sua natureza, esse estudo caracterizou-se como uma pesquisa aplicada, cujo objetivo seja finalidades imediatas, gerar produtos ou processos. A pesquisa aplicada possui muitos pontos de contato com a pesquisa pura, pois depende de suas descobertas e se enriquece com o seu desenvolvimento.

Quanto às fontes de dados, esta é uma pesquisa de campo, sendo assim a coleta de dados foi feita diretamente no local em que aconteceram os fenômenos. O procedimento de coleta de dados foi feita em forma de levantamento. A coleta de informação é do tipo transversal. Referente aos procedimentos técnicos, esta pesquisa é do tipo empírica analítica. Martins (1994) ressalta que estas são abordagens que apresentam em comum à utilização de técnicas de coleta, tratamento e análise de dados marcadamente quantitativas. Privilegiam estudos práticos. Suas propostas têm caráter técnico e restaurador. Têm forte preocupação com a relação causal entre variáveis. A validação da prova científica é buscada através de testes dos instrumentos, graus de significância e sistematização das definições operacionais.

## 2.2 SUJEITOS DA PESQUISA

O procedimento para selecionar os sujeitos da amostra foi feito de forma não probabilística acidental. Segundo Aaker et al. (1995), uma vez que esse procedimento consiste em simplesmente contatar unidades convenientes da amostragem, é possível recrutar respondentes, tais como estudantes em sala de aula, mulheres no shopping, alguns amigos e vizinhos, entre outros. Inicialmente foram convidados para participar do estudo 120 praticantes de musculação onde 31 não completaram a pesquisa por motivos pessoais. Por fim, foram avaliados 89 sujeitos.

## 2.3 INSTRUMENTOS DE PESQUISA

Para caracterização sociodemográfica e de saúde dos sujeitos foi utilizada uma anamnese contendo informações como: nome, idade, número de filhos, grau de escolaridade, renda mensal, tempo de prática da musculação, frequência semanal, dores ósseas ou articulares, e procedimentos cirúrgicos;

deixando esclarecido que todas informações estarão sob sigilo sendo estas usadas apenas para fins científicos.

Para mensuração da massa corporal foi utilizada uma balança digital Digi-health<sup>®</sup>, modelo HC022, fabricada pela Multilaser. A balança é acionada automaticamente após um toque, e do mesmo modo se desliga, contendo indicadores de sobrepeso e bateria. A mensuração da estatura foi feita no plano vertical com o auxílio de um estadiômetro compacto da marca MD<sup>®</sup>, sendo a leitura com precisão de 1mm, seguindo a técnica do plano de Frankfurt. O indivíduo deveria estar descalço ou de meias, deixando em contato com a superfície do estadiômetro os calcanhares, as cinturas pélvicas e escapulares e a região occipital, sendo a leitura feita ao final de uma inspiração forçada.

Para calcular o índice de massa corporal (IMC), utilizou-se a fórmula aplicada pela Organização Mundial de Saúde (OMS, 2010), que consiste em dividir o peso corporal pela altura ao quadrado. Esta classifica o resultado do cálculo em: 18,5kg/m<sup>2</sup> como abaixo do peso ideal; entre 18,5 e 24,9kg/m<sup>2</sup> dentro do peso ideal; e entre 25,0 e 29,9kg/m<sup>2</sup> acima do peso (sobrepeso).

Para mensuração do perímetro do abdômen utilizou-se a fita antropométrica da marca Seca<sup>®</sup> que é uma fita flexível e inelástica com duas faces. Segundo Petroski (2012), o avaliado deve estar em posição ortostática, e o avaliador deve estar de frente para o avaliado. A referência anatômica para o perímetro do abdômen seu maior perímetro que normalmente é sobre a cicatriz umbilical (GUEDES et al., 2006).

A OMS estabelece que a medida da circunferência abdominal reflita melhor o conteúdo de gordura visceral que a relação cintura e quadril (RCQ) e também se associa muito à gordura corporal total. Utiliza-se como pontos de corte da circunferência abdominal em diversas etnias 94cm para o sexo masculino e 80cm para o feminino (OMS, 2010).

Para avaliar a imagem corporal foi utilizado o *Body Shape Questionnaire* (BSQ) criado no ano de 1987 por Cooper e colegas, cuja versão em português utilizada foi traduzida e apresentada por Di Pietro e Silveira (2009). O questionário foi preenchido de maneira autoaplicável com 34 perguntas sobre percepção corporal.

Cada pergunta contava com seis opções de respostas a saber: 1) Nunca, 2) Raramente, 3) Às vezes, 4) Frequentemente, 5) Muito Frequentemente e 6)

Sempre. Após o somatório de pontos, se classifica a distorção de imagem corporal como leve (70 a 90 pontos), moderada (90 a 110 pontos) ou intensa (>110 pontos).

#### 2.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade do Sul de Santa Catarina sob parecer 3.512.154, respeitando os pressupostos da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Para o desenvolvimento das avaliações, em setembro de 2019, realizou-se o contato com as academias e o agendamento de três dias no período vespertino para a coleta de dados. Posteriormente, os objetivos e procedimentos foram explicados aos participantes da pesquisa que se enquadraram nos critérios de inclusão, sendo excluídos os indivíduos que não fossem maiores de idade, não praticassem musculação por mais de três meses, e que se recusassem a realizar alguma etapa da pesquisa.

Aos que aceitaram participar, estes receberam e assinaram o TCLE e então, lhes foi entregue o questionário com 34 perguntas esclarecidas sobre imagem corporal. A coleta foi realizada em uma sala específica por envolver medidas antropométricas que pudessem causar certo desconforto ao serem coletados em ambiente público.

#### 2.5 ANÁLISE DE DADOS

Para a análise descritiva dos dados foram utilizadas frequência simples e relativa para variáveis categóricas e média e desvio padrão para variáveis contínuas. Para associação entre as variáveis foi utilizado o qui-quadrado, com nível de significância de  $p \leq 0,05$ . Para tanto, os dados foram tabulados e armazenados em uma planilha do Microsoft Excel®. Os dados foram apresentados em forma de tabelas.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 89 indivíduos, praticantes de musculação com idade média de 31 ( $\pm 11$  anos), com tempo de prática de 1,5 ( $\pm 0,7$ ) anos e com frequência semanal na academia de 3,8 ( $\pm 4$ ) vezes. A tabela 1 apresenta as demais características dos avaliados.

**Tabela 1-** Características socioeconômicas e de saúde dos avaliados (n=89).

Variável	Classificação	f	%
<b>Sexo</b>	Masculino	38	42,7
	Feminino	51	57,3
<b>Estado civil</b>	Solteiro	50	56,2
	Casado	33	37,1
	Divorciado	2	2,2
	Viúvo	4	4,5
<b>Renda mensal</b>	Até 1 salário	19	21,3
	Entre 1 e 5 salários	55	61,8
	Entre 5 e 10 salários	15	16,9
<b>Escolaridade</b>	Fundamental incompleto	6	6,7
	Fundamental completo	2	2,2
	Médio incompleto	13	14,6
	Médio completo	29	32,6
	Superior incompleto	22	24,7
	Superior Completo	12	13,5
	Pós-graduação	5	5,6
<b>Percepção de saúde</b>	Problemas ósseos e musculares	6	6,7
	Dor muscular e articular	41	4,1
	Acha que a dor influencia no exercício	25	28,1
<b>Outros EF praticados</b>	Funcional	6	6,7
	Caminhada/corrida	6	6,7
	Futebol	4	4,5

Legenda: f: frequência simples; %: frequência relativa; EF: exercício físico.

A média do IMC dos avaliados foi de 25,5 ( $\pm$ 4,5) kg/m<sup>2</sup>. Quando classificados quanto ao estado nutricional segundo o IMC, a maioria dos praticantes de musculação se apresentou eutrófico, conforme a Tabela 2.

**Tabela 2:** Classificação dos avaliados quanto ao IMC (n=89).

Classificação	F	%
<b>Baixo peso</b>	4	4,5
<b>Eutrófico</b>	42	47,2
<b>Sobrepeso</b>	30	33,7
<b>Obesidade I</b>	9	10,1
<b>Obesidade II</b>	3	3,4
<b>Obesidade III</b>	1	1,1

Legenda: f: frequência simples; %: frequência relativa.

A circunferência abdominal das mulheres teve média de 80,3 ( $\pm 20,4$ ) cm e dos homens de 83,8 ( $\pm 18$ ) cm. A Tabela 3 apresenta o número de indivíduos que apresentaram circunferência abdominal acima dos valores de referência, por sexo.

**Tabela 3:** Indivíduos que apresentaram circunferência abdominal acima dos valores de referência, por sexo (n=89).

Classificação	Homens f(%)	Mulheres f(%)
Normal	27(71)	25(49)
Aumentado	9(23,7)	11(21,6)
Aumentado Substancialmente	2(5,3)	15(29,4)

Legenda: f: frequência simples; %: frequência relativa.

Destaca-se que houve associação entre o IMC e os distúrbios da IC ( $p=0,033$ ) e entre a classificação do perímetro abdominal e distúrbios da IC ( $p= 0,030$ ). A pontuação média da IC foi de  $65,4\pm 27$  pontos. A Tabela 4 demonstra o escore do Body shape questionnaire (BSQ), segundo a classificação do questionário, mostrando que a maior parte dos avaliados apresenta distúrbios da IC ausentes.

**Tabela 4 –** Distúrbios da imagem corporal (n=89).

Distúrbio da Imagem Corporal	F	%
Ausente	66	74,2
Leve	16	18,0
Moderado	5	5,6
Grave	2	2,2

Legenda: f: frequência simples; %: frequência relativa.

O presente estudo objetivou analisar a satisfação com a IC em praticantes de musculação de Palhoça-SC. Dentre os principais achados destaca-se que a maior parte dos avaliados apresenta distúrbios da IC ausentes.

Corroborando com estes resultados, Santos et al., (2011) também encontraram em seu trabalho uma pontuação média de 70 pontos, o que indica distúrbios da IC ausentes na maioria dos 117 praticantes de musculação avaliados. Do mesmo modo, o estudo de Medeiros et al., (2017) avaliando mulheres

frequentadoras de academias mostrou que a pontuação média, 85,6 pontos, indica distúrbios ausentes. Uma possível explicação para o baixo escore de insatisfação corporal encontrado no presente estudo pode ser o fato de a população em análise frequentar academia. Segundo Vidal (2006) além de aspectos culturais e sociais, a satisfação corporal está atrelada a prática de exercício físico, gênero e IMC, sendo esses importantes aspectos para se eleger estratégias adotadas para a mudança da IC real para a ideal.

Porém, ainda que no presente trabalho a maioria dos avaliados tenha apresentado distúrbios da IC ausentes, 7,8% destes revelaram distúrbio moderados ou graves. Isso também foi identificado no trabalho de Medeiros, Caputo e Domingues (2017) em 21,4% de mulheres frequentadoras de academias. Segundo Van Den Berg et al., (2007) possivelmente, essa insatisfação com a imagem corporal decorre da pressão exercida pela mídia e pela sociedade, que impõe, cada vez mais, padrões de beleza caracterizados pela magreza excessiva. Costa (2013) reforça que as informações do mundo atual, principalmente as ditadas pelas mídias, na maioria das vezes, não coincidem com a IC real do indivíduo carregada por questões de ordem biológica, afetiva e social gerando grande insatisfação.

No presente estudo, os distúrbios da IC foram associados ao IMC. Resultados semelhantes ao deste estudo também foram reproduzidos no estudo de Kakeshita et Laus e Almeida, (2006) com 106 universitários em Ribeirão Preto-MG. Os autores mostraram que a medida em que aumenta o IMC ( $p < 0,05$ ) aumentam os, scores do BSQ para o sexo masculino, afirmando haver uma relação entre sobrepeso e distúrbios da IC.

De modo semelhante Triches e Giugliane (2007), buscaram avaliar a prevalência e os fatores associados com a insatisfação com a IC e demonstraram correlação entre o distúrbio da IC e o IMC em 573 escolares do Rio Grande do Sul. Dentre os entrevistados, 63,9% relataram insatisfação com o corpo sendo a maior parte, crianças com obesidade e risco para obesidade.

Ainda neste sentido, o estudo de Petroski, Pelegrini e Glaner (2009), que avaliou a insatisfação com a IC em 629 adolescentes de zonas rurais e urbanas, demonstrou que adolescentes com excesso de peso representaram 63,4% de prevalência em insatisfação com a IC.

Contudo, tais resultados entram em concordância com o estudo de Sampei (2001), onde avaliando a composição corporal de adolescentes de uma rede

escolar privada em São Paulo, observou que aquelas com sobrepeso tinham 2,17 vezes mais chances que as eutróficas de apresentarem insatisfação com a IC.

No estudo de Poltroniere (2015) os distúrbios de IC foram de 45,9% para 157 mulheres adultas avaliadas, sendo que destas, 40% estavam com sobrepeso. Mulheres com o IMC elevado apresentam mais distúrbios da IC quando comparadas a eutróficas. Segundo Fermino, Pezzini e Reis (2010), mulheres com maior percentual de gordura apresentam uma maior insatisfação corporal.

Por outro lado, no estudo de Klimick, Coelho e Allfeldmann (2017) que buscou avaliar o nível de satisfação corporal em praticantes de musculação em academias de Porto Alegre- RS, as mulheres, mesmo apresentando IMC ideal ( $23,38 \pm 3,06 \text{ kg/m}^2$ ) se mostraram mais insatisfeitas com a imagem corporal ao passo que, os homens, mesmo com o IMC indicando sobrepeso ( $26,18 \pm 2,84 \text{ kg/m}^2$ ) apresentaram menor insatisfação corporal, indicando uma diferença entre os sexos a respeito da imagem corporal.

A maior parte dos avaliados do presente estudo possui classificação de eutrófico quanto ao IMC. Segundo a OMS (2010, p.12), o IMC é um bom indicador, mas não está totalmente correlacionado com a gordura corporal, visto que não diferencia massa magra de massa gordurosa, podendo ser esta, elevada em indivíduos musculosos, e baixa em indivíduos mais velhos.

Em contrapartida, o estudo de Rosa Júnior, Oliveira, Reis e Ferreira (2016), verificou a associação entre insatisfação com a massa corporal atual, as classificações do IMC e os objetivos com a prática de atividade física em 124 mulheres frequentadoras de academias de ginástica. Destas, 52,6% foram classificadas como normais pelo IMC, porém, 91,1% delas apresentaram nível elevado de insatisfação com a imagem corporal atual. Isso pode ser explicado uma vez que Coqueiro et al. (2008) salientam que existem evidências de que o motivo de não existir associação entre IMC e insatisfação corporal, é que, independente da classificação do IMC existam insatisfações em relação ao tamanho e forma corporais.

Os achados de Silva e Elys (2017) sobre IMC e a percepção da imagem corporal em mulheres jovens praticantes de musculação, demonstraram que, mesmo com o IMC alto (55%) das entrevistadas, 44% estão satisfeitas com sua IC, e outras 34% estão levemente preocupadas. Isso mostra que o IMC não é um determinante direto do grau de insatisfação ou satisfação corporal.

Os resultados no presente estudo mostram que a circunferência abdominal (CA) das mulheres teve média de 80,3cm e dos homens de 83,8cm sendo prevalente no sexo feminino a circunferência abdominal acima dos valores de referência. No estudo de Andrade et al. (2017), 68% de 103 adolescentes estavam com a CA ideal, e 32% com o perímetro de risco aumentado. Segundo Fascina et al., (2013) a CA tem sido fundamental para o diagnóstico de obesidade e deposição de gordura visceral.

Deve-se fazer a ressalva de que uma das principais limitações do estudo refere-se ao número de indivíduos avaliados, bem como o instrumento de pesquisa BSQ, que apesar de ser um método clássico, este avalia apenas a insatisfação com o sobrepeso e não com o baixo peso. Vale ressaltar ainda a necessidade de pesquisas direcionadas a imagem corporal correlacionada ao exercício físico.

#### 4 CONCLUSÃO E SUGESTÃO

De acordo com os resultados obtidos nessa amostra, verificou-se que há prevalência na satisfação com a imagem corporal em praticantes de exercício físico de duas academias de Palhoça-SC.

Este estudo demonstrou que há associação entre a IC e as variáveis antropométricas IMC e CA em praticantes de exercício físico de duas academias de Palhoça-SC.

Em função desses achados, sugere-se que sejam realizados estudos com ampliação da amostra de cada grupo e que sejam realizados trabalhos longitudinais a fim de identificar se a modalidade estudada impacta significativamente na relação com a satisfação corporal.

#### REFERÊNCIAS

AAKER, D.; KUMAR V.; DAY G. **Marketing Research**. John Willey & Sons, INC, 1995.

ANDRADE, I. S.; SOUZA, B.R.; MOITINHO, B. G.; MACÊDO, I. O.; ANDRADE, A. G. F.; FACCHINETTI, J. B.; DUARTE, S. F. P. **Associação entre a percepção da imagem corporal com indicadores antropométricos em adolescentes**. Revista multidisciplinar e de psicologia. V. 11, n. 35. 2017.

COOPER PJ, TAYLOR M, COOPER Z, FAIRBURN, CG. **The development and validation of the Body Shape Questionnaire**. Int J Eat Disord, 6: 485-94, 1987. COQUEIRO, RAILDO DA SILVA ET AL. **Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em**

**universitários.** Revista de Psiquiatria Clínica, v. 30, n. 1, p. 31–38, 2008.

DAMASCENO, V. **Imagem corporal e corpo ideal**. R. Bras. Ci. e Mov., v. 14, n. 1, p. 87-96, 2006.

COQUEIRO, R. S.; PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; BARBOSA, A. R. Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em universitários. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**. Rio Grande do Sul, v. 30, p. 31-38, 2008.

COSTA S.M.B. **O corpo e a imagem corporal em adolescentes: um estudo numa escola pública no bairro de Jurujuba-Niterói-RJ** [dissertação]. Rio de Janeiro: Universidade Federal Fluminense; 2013.

DAMASCENO, V. O. et al. **Imagem corporal e corpo ideal**. R. Bras. Ci. e Mov., v. 14, n. 1, p. 87-96, 2006.

DI PIERO M.; SILVEIRA DX. **Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students**. Rev Bras Psiquiatr. 2009;31(1):21-4.

FACINA, V.B.; BRAGA, J.G.L. **Perfil antropométrico de adolescentes do Recôncavo da Bahia**. Revista Ciência em Extensão, v.9, n. 3, p. 21-33, 2013.

FARINATTI, P. T. V. **Envelhecimento promoção da saúde e exercício: bases teóricas e metodológicas**, vol. 1. Barueri-SP: Manole, 2008.

FERMINO, R. C.; PEZZINI, M. R.; REIS, R. S. **Motivos para a prática de atividade física e imagem corporal entre frequentadores de academias**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, Niterói, v. 16, n. 1, p. 18-23, jan./fev. 2010.

GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P. **Manual prático para avaliação em educação física**. Barueri: Manole, 2006.

KAKESHITA IS, LAUS MF, ALMEIDA SS. **Living well but looking good: a modern healthy dichotomy**. A brief overview on women's body image. Motriz. 2006;19(3):558-64.

KLIMICH A.C, COELHO C.E, ALLI-FELDMANN L.R. **Nível de satisfação corporal de praticantes de musculação em academias de porto alegre**. Rev de iniciação científica da ULBRA.Nº15. Porto Alegre:2017.

MARTINS, Gilberto de Andrade. **Manual para elaboração de monografias e dissertações**. 3 ed. São Paulo: Atlas, 1994.

MATTAR, F. N. **Pesquisa de marketing**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 2001.

MEDEIROS TH, CAPUTO EL, DOMINGUES MR. **Insatisfação corporal em frequentadores de academia**. Universidade Federal de Pelotas. Rio Grande do Sul:2017.

NEUMAN, D. L.; SONTAG, L. M.; SALVATO, R. **Psychosocial aspects of body mass and body image among rural american indian adolescents.** Journal of Youth and Adolescence, Bloomington, v. 35, n. 2, p. 281-291, abr. 2006.

OMS. **Organização mundial da saúde.** Disponível em:  
<[http://www.abeso.org.br/pdf/diretrizes\\_brasileiras\\_obesidade\\_2009\\_2010\\_1.pdf](http://www.abeso.org.br/pdf/diretrizes_brasileiras_obesidade_2009_2010_1.pdf)> .  
Acesso em: 30 setembro 2019.

OMS. **Organização mundial da saúde.** Disponível em:  
<[http://www.abeso.org.br/pdf/diretrizes\\_brasileiras\\_obesidade\\_2009\\_2010\\_1.pdf](http://www.abeso.org.br/pdf/diretrizes_brasileiras_obesidade_2009_2010_1.pdf)> .  
Acesso em: 02 novembro 2019.

PETROSKI, E. L. **Antropometria: técnicas e padronizações.** Rev e ampliada. Porto Alegre, 2003.

PETROSKI, E.L; PELEGRINI, A.; GLANER, M. F. **Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes.** Rev. Ciência & Saúde Coletiva, 17(4):1071-1077, 2009.

POLTRONIERI, T. S.; TUSSET, C.; GREGOLETTO, M. L. O.; CREMONESE, C. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres do sul do Brasil. **Revista eletrônica da PUCRS.** Rio Grande do Sul, v.9, n.3, 2015.

ROSA JUNIOR, C. R. R. DA, OLIVEIRA, J. T. G. DE, RÊIS, L. A., & FERREIRA, M. E. C. (2016). **Associação entre insatisfação com a massa corporal e objetivos com a atividade física de mulheres frequentadoras de academias de ginástica.** Conexões: Educação Física, Esporte E Saúde, 14(2), 73-89.

SAMPEI, M. A. **Antropometria e composição corporal em adolescentes nipônica e não-nipônicas da rede escolar privada de São Paulo: comparação étnica e análise de distúrbios alimentares, imagem corporal e atividade física.** Tese de doutorado. São Paulo, 2001. 291f.

SANTOS A.P.R, SILVA F.J. ROMANHOLO R.A. **Distúrbio de imagem corporal e sua associação ao nível de atividades física em praticantes de musculação na cidade cacaoal-RO.** Rev Bras de presc e fisiologia do exercício. Vol 5. São Paulo:2011.

SCATOLIN, H. G. **A imagem do corpo: as energias construtivas da psique.** Rev de psicologia. V. 21, n 1. São Paulo, 2012.

SILVA A. J. B.; BRUNETO B. C.; REICHERT F. F. **Imagem corporal de praticantes de treinamento com pesos em academias de Londrina, PR.** Rev Bras de atividade física e saúde. Londrina, 2010.

SILVA, E. L., MENEZES, E. M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação.** Programa de Pós Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000.

SILVA M. B. S.; ELYS C. S. **Índice de massa corporal e a percepção da autoimagem em mulheres jovens praticantes de musculação.** Rer uni-RN. Natal, 2017.

SMOLAK L.M., THOMPSON JK. **Body image, eating disorders and obesity in youth: Assessment, prevention and treatment** Whashington. American Psychological Association, (2001).

SOLER P. T et al. **Vigorexia e níveis de dependência de exercício em frequentadores de academias e fisiculturistas.** Rev Bras Med Esporte, vol.19, n.5, pp.343-348, 2013.

TAVARES, M. **Imagem corporal - conceito e desenvolvimento.** Editora Manole. São Paulo, 2003.

THOMPSON, JK., COOVERT, MD & STORMER, S. **Body image, social comparison, and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation.** International Journal of Eating Disorders. 1999; 26, 43–51.

TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. J. **Insatisfação corporal em escolares de dois municípios da região Sul do Brasil.** Rev de Nutrição, Campinas, Vol. 20, n.2, p.119-128, mar./abr.2007.

VAN DEN BERG P, PAXTON SJ, KEERY H, WALL M, GUO J, NEUMARK-SZTAINER D. **Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females.** Body Image 2007.

VASCONCELOS, M.O. **A imagem corporal no período peripubertário - Comparação de três grupos étnicos numa perspectiva biocultural.** Dissertação apresentada às provas de Doutorado no ramo de Ciências do Desporto, especialidade de Antropologia do Desporto. Porto. F.C.D.E.F., Universidade do Porto. 1995.

VIANNA, C. T. **Classificação das pesquisas científicas - Notas para os alunos.** Florianópolis, 2013, 2p.

VIDAL, A.R.C. **Satisfação com a Imagem Corporal em Praticantes de Ginástica de Academia. Estudo Comparativo entre Praticantes de Musculação e Ginástica de Grupo.** Faculdade de Desporto da Universidade de Porto. Dissertação de Licenciatura. Universidade de Porto. Porto. 2006.

## ANEXOS



**UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA**

**APÊNDICE A- Anamnese: SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DE ACADEMIAS E BOXES DE CROSSFIT DA REGIÃO DA GRANDE FLORIANÓPOLIS**

Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_

Nome

Completo: \_\_\_\_\_

Data de nascimento: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_

Sexo: masculino ( ) feminino ( )

Estado civil: solteiro ( ) casado ( ) divorciado ( ) viúvo ( )

Nº de filhos: \_\_\_\_\_

Telefone para contato: (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_.

Peso:

Altura:

CC:

CQ:

**Renda familiar mensal:**

- ( ) Até 1 salário mínimo  
 ( ) De 1 a 5 salários mínimos  
 ( ) De 5 a 10 salários mínimos  
 ( ) Acima de 20 salários mínimos.

**Grau de escolaridade:**

- ( ) Nunca esteve na escola  
 ( ) Ensino fundamental incompleto  
 ( ) Ensino fundamental completo  
 ( ) Ensino médio incompleto  
 ( ) Ensino médio completo  
 ( ) Ensino superior incompleto  
 ( ) ensino superior completo  
 ( ) Pós-graduação

**Atividades praticadas:**

- ( ) Musculação  
 ( ) CrossFit  
 ( ) outro \_\_\_\_\_

Tempo de prática da

musculação/Crossfit: \_\_\_\_\_.

Quantas vezes na semana pratica a

musculação/crossfit: \_\_\_\_\_.

**História de saúde:**

- ( ) Doença do coração  
 ( ) Insuficiência cardíaca  
 ( ) Diabetes mellitus tipo I  
 ( ) Diabetes mellitus tipo II  
 ( ) Doença arterial obstrutiva periférica  
 ( ) colesterol e/ou triglicerídeos alterados  
 ( ) Tabagismo  
 ( ) Infarto do miocárdio  
 ( ) AVC (derrame)  
 ( ) Doença pulmonar  
 ( ) Problemas ósseos ou musculares,  
 quais \_\_\_\_\_  
 Outras doenças: \_\_\_\_\_

**Você sente alguma dor muscular ou nas articulações?**

( ) Sim ( ) Não

Onde: \_\_\_\_\_

**Você acha que essa dor influencia na sua prática de exercícios?**

( ) Sim ( ) Não

**Procedimentos cirúrgicos realizados:**

\_\_\_\_\_

### ANEXO A-Questionário sobre a imagem corporal (BSQ)

Como você se sente em relação à sua aparência nas últimas quatro semanas.

Por favor, leia cada uma das questões e assinale a mais apropriada usando a legenda abaixo:

**1. Nunca 2. Raramente 3. Às vezes 4. Frequentemente 5. Muito frequentemente 6. Sempre**

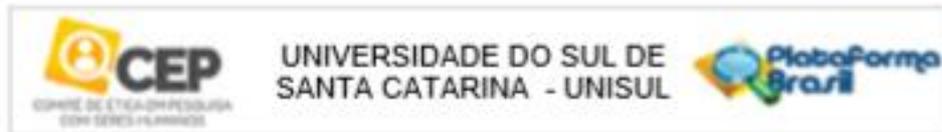
Nas últimas quatro semanas:

1.	Sentir-se entediada(o) faz você se preocupar com sua forma física?	1	2	3	4	5	6
2.	Você tem estado tão preocupada(o) com sua forma física a ponto de sentir que deveria fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
3.	Você acha que suas coxas, quadril ou nádegas são grande demais para o restante de seu corpo?	1	2	3	4	5	6
4.	Você tem sentido medo de ficar gorda(o) (ou mais gorda(o))?	1	2	3	4	5	6
5.	Você se preocupa com o fato de seu corpo não ser suficientemente firme?	1	2	3	4	5	6
6.	Sentir-se satisfeita(o) (por exemplo após ingerir uma grande refeição) faz você se sentir gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
7.	Você já se sentiu tão mal a respeito do seu corpo que chegou a chorar?	1	2	3	4	5	6
8.	Você já evitou correr pelo fato de que seu corpo poderia balançar?	1	2	3	4	5	6
9.	Estar com mulheres (homens) magras(os) faz você se sentir preocupada em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
10.	Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem espalhar-se quando se senta?	1	2	3	4	5	6
11.	Você já se sentiu gorda(o), mesmo comendo uma quantidade menor de comida?	1	2	3	4	5	6
12.	Você tem reparado no físico de outras mulheres (ou outros homens) e, ao se comparar, sente-se em desvantagem?	1	2	3	4	5	6
13.	Pensar no seu físico interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como por exemplo, enquanto assiste à televisão, lê ou conversa)?	1	2	3	4	5	6
14.	Estar nua, por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
15.	Você tem evitado usar roupas que a(o) fazem notar as formas do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
16.	Você se imagina cortando fora porções de seu corpo?	1	2	3	4	5	6
17.	Comer doce, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gorda(o)?	1	2	3	4	5	6
18.	Você deixou de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas) por sentir-se mal em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
19.	Você se sente excessivamente grande e arredondada(o)?	1	2	3	4	5	6
20.	Você já teve vergonha do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
21.	A preocupação diante do seu físico leva-lhe a fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
22.	Você se sente mais contente em relação ao seu físico quando de estômago vazio (por exemplo, pela manhã)?	1	2	3	4	5	6
23.	Você acha que seu físico atual decorre de uma falta de autocontrole?	1	2	3	4	5	6
24.	Você se preocupa que outras pessoas possam estar vendo dobras na sua cintura ou na barriga?	1	2	3	4	5	6
25.	Você acha injusto que as outras mulheres (ou outros homens) sejam mais magras(os) que você?	1	2	3	4	5	6
26.	Você já vomitou para se sentir mais magra(o)?	1	2	3	4	5	6
27.	Quando acompanhada(o), você fica preocupada em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado num sofá ou no banco de um ônibus)?	1	2	3	4	5	6
28..	Você se preocupa com o fato de estarem surgindo dobrinhas em seu corpo?	1	2	3	4	5	6
29.	Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você se sentir mal em relação ao seu físico?	1	2	3	4	5	6
30.	Você belisca áreas de seu corpo para ver o quanto há de gordura?	1	2	3	4	5	6
31.	Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários ou banhos de piscina)?	1	2	3	4	5	6
32.	Você toma laxantes para se sentir magra(o)?	1	2	3	4	5	6
33.	Você fica particularmente consciente do seu físico quando em companhia de outras pessoas?	1	2	3	4	5	6
34.	A preocupação com seu físico faz-lhe sentir que deveria fazer exercícios?	1	2	3	4	5	6

TOTAL: \_\_\_\_\_

(Cooper et al.: International Journal of Eating Disorders, 6:485-494, 1987).

## ANEXO B – PARECER SUBSTANCIAL DO CEP



## PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

## DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS DE ACADEMIAS E BOXES DE CROSSFIT DA REGIÃO DA GRANDE FLORIANÓPOLIS

**Pesquisador:** RAFAELLA ZULIANELLO DOS SANTOS

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 17800719.1.0000.5369

**Instituição Proponente:** FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA-UNISUL

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

## DADOS DO PARECER

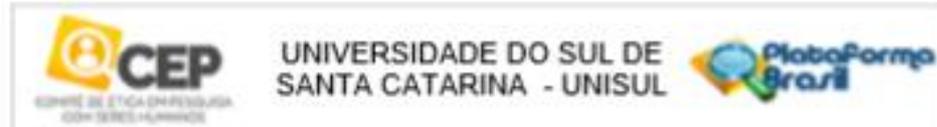
**Número do Parecer:** 3.479.927

**Apresentação do Projeto:**

Projeto de TCC de graduação em Educação Física-Bacharel, Pedra Branca, estudante JHENIFFER RAMOS DA SILVA.

**Objetivo:** Analisar a satisfação com a imagem corporal em praticantes de exercícios físicos de academias e boxes de Crossfit da Região da Grande Florianópolis. **Métodos:** Pesquisa com natureza aplicada, abordagem quantitativa, do tipo descritiva. Esta é uma pesquisa de campo com informação do tipo transversal. A amostra será feita de forma não-probabilística acidental, com 300 sujeitos praticantes de exercício físico de academias e boxes de Crossfit. Como critérios de inclusão foram estabelecidos: Ter mais de 18 anos, estar praticando exercício físico pelo menos nos últimos três meses. Como critérios de exclusão, serão desconsiderados da pesquisa indivíduos que se recusem a assinar o termo de consentimento livre e esclarecido, indivíduos que não aceitem realizar os testes de mensuração corporal, e indivíduos que não responderem completamente o questionário. Para análise da satisfação com imagem corporal será aplicado o Body Shape Questionnaire contendo 34 perguntas sobre percepção corporal com resposta de 1 a 6. Para Mensuração de cintura e abdômen será utilizado uma fita antropométrica, e para mensurar o peso e altura serão utilizados uma balança digital e um estadiômetro. Para análise de dados serão utilizados frequência simples e relativa, e média e desvio padrão. Os dados serão tabulados

**Endereço:** Avenida Pedro Branca, 25  
**Bairro:** Cid. Universitária Pedra Branca **Cep:** 88.137-270  
**UF:** SC **Município:** PALHOÇA  
**Telefone:** (48)3279-1036 **Fax:** (48)3279-1094 **E-mail:** cep.contato@unisul.br



Continuação do Protocolo: 3.479.027

em uma planilha do Microsoft Excel, apresentados em tabelas e gráficos, e serão enviados aos participantes por e-mail.

n: 300 participantes

**Objetivo da Pesquisa:**

Analisar a satisfação com a imagem corporal em praticantes de exercícios físicos de academias e boxes de CrossFit da Região da Grande Florianópolis.

**Objetivos Específicos**

- Identificar as características sociodemográficas e de saúde de praticantes de academias e boxes de CrossFit da Região da Grande Florianópolis.
- Identificar qual a imagem corporal percebida de praticantes de exercícios físicos de academias e boxes de CrossFit da Região da Grande Florianópolis.
- Identificar qual a imagem corporal pretendida de praticantes de exercícios físicos de academias e boxes de CrossFit da Região da Grande Florianópolis.
- Avaliar variáveis antropométricas de praticantes de exercícios físicos de academias e boxes de CrossFit da Região da Grande Florianópolis
- Verificar a existência de satisfação com a imagem corporal de praticantes de exercícios físicos de academias e boxes de CrossFit da Região da Grande Florianópolis.
- Verificar a existência de associação entre a imagem corporal e variáveis antropométricas em praticantes de exercícios físicos de academias e boxes de CrossFit da Região da Grande Florianópolis

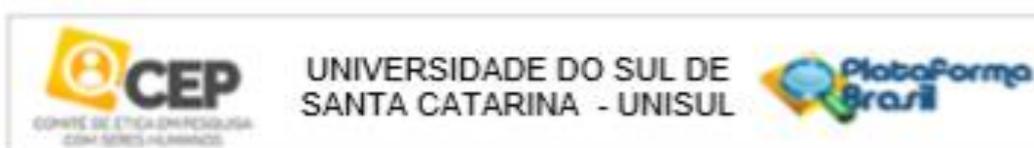
**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Os autores afirmam "O grau de risco deste trabalho se classifica como mínimo, por envolver medidas não invasivas. Qualquer indivíduo que sinta desconforto ou constrangimento ao responder o questionário ou realizar os procedimentos de medidas poderá encerrar o teste e será prontamente atendido pelo pesquisador.

Quanto aos benefícios, estes são para a sociedade. Possíveis resultados do estudo contribuirão para mostrar a importância do exercício físico no quesito percepção e satisfação corporal."

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

**Endereço:** Avenida Pedro Basso, 25  
**Nome:** Cid Universitária Pedro Basso **Cep:** 88.137-270  
**UF:** SC **Município:** PALHOÇA  
**Telefone:** (48)3279-1036 **Fax:** (48)3279-1094 **E-mail:** osp.postado@unisul.br



Continuação do Parecer: 3.479.927

Pesquisa relevante, alguns documentos devem ser revisitos.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

O TCLE é documento no qual é explicitado o consentimento livre e esclarecido do participante e/ou de seu responsável legal, de forma escrita, devendo conter todas as informações necessárias, em linguagem clara e objetiva, de fácil entendimento, para o mais completo esclarecimento sobre a pesquisa a qual se propõe participar (conforme Resolução do CNS 466/2012 e/ou 510/2016).

Nesse documento os autores afirmam: "Caso você aceite participar, você terá que responder o "Body Shape Questionnaire" sendo este um questionário autoaplicável contendo 34 perguntas sobre percepção corporal tendo como opções para respostas: 1) Nunca, 2) Raramente, 3) Às vezes, 4) Frequentemente, 5) Muito Frequentemente e 6) Sempre, o que deve dispendir cerca de 15 minutos. Além disso, serão realizadas verificações de medidas antropométricas como o peso através de uma balança digital e a altura por um estadiômetro. O perímetro da cintura e do abdômen serão mensurados com o auxílio de uma fita antropométrica."

Evitar termos técnicos como "Body Shape Questionnaire", medidas antropométricas, estadiômetro, entre outras. Para concisão do texto é aconselhável não colocar as opções para as respostas no TCLE ("tendo como opções para respostas: 1) Nunca, 2) Raramente, 3) Às vezes, 4) Frequentemente, 5) Muito Frequentemente e 6) Sempre")

- Ajustar Cronograma, considerando o período necessário de tramitação no CEP
- Apresentar o instrumento de coleta de dados Body Shape Questionnaire

**Conclusões ou Pendências e Lista de inadequações:**

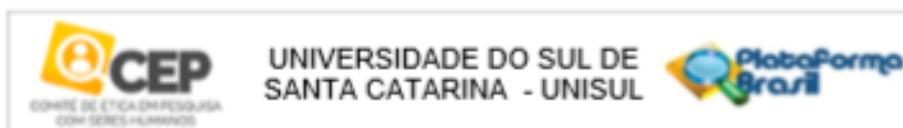
Realizar as seguintes adequações em todos os documentos que for de apresentação obrigatória:

- 1- Adequar TCLE quanto a linguagem utilizada ser clara, sem termos técnicos, veja explicação acima.
- 2- Adequar riscos no TCLE, informando quais são os riscos mínimos.
- 3- Ajustar Cronograma, considerando o período necessário de tramitação no CEP
- 4- Apresentar o instrumento de coleta de dados Body Shape Questionnaire

**Considerações Finais e critério do CEP:**

O presente protocolo de pesquisa apresenta-se com o parecer pendente, ou seja, quando o CEP

Endereço: Avenida Pedro Branca, 25  
 Bairro: Cid. Universitária Pedro Branca      CEP: 88.137-270  
 UF: SC      Município: PALHOÇA  
 Telefone: (48)3279-1036      Fax: (48)3279-1094      E-mail: osp.contato@unisul.br



Continuação do Parecer: 3.479.927

considera necessária a correção do protocolo apresentado. As pendências devem ser respondidas exclusivamente pelo pesquisador responsável no prazo de 30 dias, a partir da data de envio do parecer. Para rerepresentar o seu projeto é necessário um documento (com data, identificação do projeto e pesquisadores envolvidos) contendo as reformulações indicadas de forma ordenada, conforme os itens das considerações deste parecer, destacando a localização das possíveis alterações realizadas nos documentos do protocolo. Um modelo de carta resposta às pendências encontra-se disponível no site do CEP/UNISUL.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_1380201.pdf	23/07/2019 16:20:47		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	doc_ilustris_joaque.pdf	23/07/2019 16:20:03	RAFAELLA ZULIANELLO DOS SANTOS	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	doc_unisul_jhe.pdf	23/07/2019 16:18:37	RAFAELLA ZULIANELLO DOS SANTOS	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	doc_rf.pdf	23/07/2019 16:17:32	RAFAELLA ZULIANELLO DOS SANTOS	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_ROSTO_JENIFER.pdf	12/07/2019 15:03:50	RAFAELLA ZULIANELLO DOS SANTOS	Aceito
TCE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tce_jhenifer_cep.doc	01/07/2019 17:15:32	RAFAELLA ZULIANELLO DOS SANTOS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Tcc_jhenifer_cep.docx	01/07/2019 17:15:22	RAFAELLA ZULIANELLO DOS SANTOS	Aceito

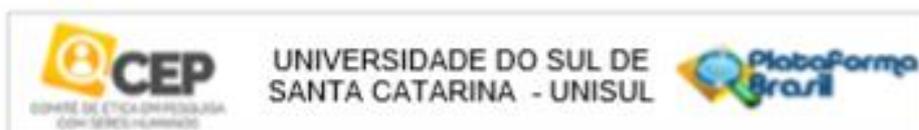
**Situação do Parecer:**

Pendente

**Necessita Aprovação da CONEP:**

Não

**Endereço:** Avenida Pedro Branco, 25  
**Bairro:** Cid. Universitária Pedro Branco **Cep:** 88.137-270  
**UF:** SC **Município:** PALHOÇA  
**Telefone:** (48)3279-1036 **Fax:** (48)3279-1094 **E-mail:** oep.contato@unisul.br



Contrato de Pesquisa: 3.479.927

PALHOCA, 01 de Agosto de 2019

---

Assinado por:  
Josiene Bomariva Prophiro  
(Coordenador(s))

Endereço: Av. João Pedro Branco, 25  
Bairro: Cid. Universitária Pedro Branco      CEP: 88.137-270  
UF: SC      Município: PALHOCA  
Telefone: (48)3279-1036      Fax: (48)3279-1094      E-mail: cep.contato@unisul.br

## ANEXO C – TCLE



Universidade do Sul de Santa Catarina  
Comitê de Ética em Pesquisa – CEP UNISUL

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

#### Participação do estudo

Você ~~seja~~(a) está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada "Satisfação com a imagem corporal em praticantes de exercício físico de duas academias de Palhoça-SC", coordenada por Jheniffer Ramos Da Silva. O objetivo deste estudo é analisar a satisfação com a imagem corporal em praticantes de exercícios físicos de duas academias de Palhoça – SC.

Caso você aceite participar, você terá que responder o "Body Shape Questionnaire" sendo este um questionário autoaplicável contendo 34 perguntas sobre percepção corporal tendo como opções para respostas: 1) Nunca, 2) Raramente, 3) Às vezes, 4) Frequentemente, 5) Muito Frequentemente e 6) Sempre, o que deve dispendir ~~cerca de 15~~ minutos. Além disso, serão realizadas verificações de medidas antropométricas como o peso através de uma balança digital e a altura por um ~~estadiômetro~~. O perímetro da cintura e do abdômen ~~serão~~ ~~meduradas com o auxílio de uma fita antropométrica~~.

#### Riscos e Benefícios

Com sua participação nesta pesquisa, você ~~seja~~(a) estará exposto a riscos mínimos, e caso eles venham a ocorrer, serão tomadas as seguintes providências: O questionário e os procedimentos serão encerrados e você será prontamente atendido estando sob a responsabilidade da pesquisadora responsável.

Esta pesquisa tem como benefícios relativos à sociedade. Possíveis resultados do estudo contribuam para mostrar a importância do exercício físico no quesito percepção e satisfação corporal.

#### Sigilo, Anonimato e Privacidade

O material e informações obtidas podem ser publicados em aulas, congressos, eventos científicos, palestras ou periódicos científicos, sem sua identificação.

Os pesquisadores se responsabilizam pela guarda e confidencialidade dos dados, bem como a não exposição individualizada dos dados da pesquisa. Sua participação é voluntária e você ~~seja~~(a) não sofrerá constrangimento de alguma natureza.

#### Autonomia

Você ~~seja~~(a) também poderá desistir da pesquisa a qualquer momento, sem que a recusa ou a desistência lhe acarrete qualquer prejuízo. É assegurada a assistência durante toda a pesquisa, e garantido o livre acesso a todas as informações e esclarecimentos adicionais sobre o estudo e suas consequências. Se com a sua participação na pesquisa for detectado que você apresenta alguma condição que precise de tratamento, você receberá orientação da equipe de pesquisa, de forma a receber um atendimento especializado. Você também poderá entrar em contato com os pesquisadores, em qualquer etapa da pesquisa, por e-mail



Universidade do Sul de Santa Catarina  
Comitê de Ética em Pesquisa – CEP UNISUL

ou telefone, a partir dos contatos dos pesquisadores que constam no final do documento.

#### **Devolutiva dos resultados**

Os resultados da pesquisa poderão ser solicitados a partir de outubro e o participante poderá receber a devolutiva através do e-mail. Ressalta-se que os dados coletados nesta pesquisa –seja informações de prontuários, gravação de imagem, voz, audiovisual ou material biológico– somente poderão ser utilizados para as finalidades da presente pesquisa, sendo que para novos objetivos um novo TCLE deve ser aplicada.

#### **Ressarcimento e indenização**

Lembramos que sua participação é voluntária, o que significa que você não poderá ser pago, de nenhuma maneira, por participar desta pesquisa. De igual forma, a participação na pesquisa não implica em gastos a você. No entanto, caso você tenha alguma despesa decorrente da sua participação, tais como transporte, alimentação, entre outros, você será ressarcido do valor gasto por meio de pagamento em dinheiro. Se ocorrer algum dano decorrente da sua participação na pesquisa, você será indenizado, conforme determina a lei.

Após ser esclarecido sobre as informações da pesquisa, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine o consentimento de participação em todas as páginas e no campo previsto para o seu nome, que é impresso em duas vias, sendo que uma via ficará em posse do pesquisador responsável e a outra via com você.

### **Consentimento de Participação**

Eu \_\_\_\_\_ concordo em participar, voluntariamente da pesquisa intitulada "colocar o título da pesquisa" conforme informações contidas neste TCLE.

Local e data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_  
(No caso de o participante ser menor ou impedido legalmente, colher a assinatura do representante legal). Se esta for a situação, adequar o texto do TCLE para o responsável legal do participante)

Pesquisador (a) responsável (orientador (a)):

E-mail para contato:

Telefone para contato:

Assinatura do (a) pesquisador (a) responsável: \_\_\_\_\_

Outros pesquisadores:

Nome: Jheniffer Ramos Da Silva



Universidade do Sul de Santa Catarina  
Comitê de Ética em Pesquisa – CEP UNISUL

E-mail para contato: [jhe\\_dudu@hotmail.com](mailto:jhe_dudu@hotmail.com)

Telefone para contato: (48)99895-7814

Assinatura do (a) aluno (a) pesquisador (a): \_\_\_\_\_

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que estão trabalhando para garantir que ~~seus direitos como participante~~ sejam respeitados, sempre se pautando pelas Resoluções 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). O CEP tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Caso você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética da UNISUL pelo telefone (48) 3279-1036 entre segunda e sexta-feira das 9 às 17horas ou pelo e-mail [cep.contato@unisul.br](mailto:cep.contato@unisul.br).









