



**UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
BACHARELADO EM EDUCAÇÃO
FÍSICA**

IGOR ALVES RODRIGUES

**ESCALA DE AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL: Uma revisão sobre as
principais adaptações e aplicações**

Brasília, DF, Brasil.
2022

ESCALA DE AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL: Uma revisão sobre as principais adaptações e aplicações

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito para à obtenção do título de Bacharelado em Educação Física pela Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília.

Orientador: Prof. Dr. Américo Pierangeli Costa

Brasília, DF, Brasil.
2022

ESCALA DE AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL: Principais adaptações e aplicações

IGOR ALVES RODRIGUES

Graduando em Educação Física- UnB

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito para obtenção de Título de Bacharel em Educação Física pela Universidade de Brasília.

Orientador: Prof. Dr. Américo Pierangeli Costa

Aprovado em: ____ / ____ / ____

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Américo Pierangeli Costa (Orientador)
Faculdade de Educação Física - Universidade de Brasília

Profª. Dra. Pâmela Souza Dias
Universidade Federal de Viçosa

RESUMO

A Imagem Corporal é algo interessante pois cada indivíduo se vislumbra de uma forma. Percebe-se que ao longo dos anos a forma corporal possuiu mudanças em seus padrões segundo a sociedade. Este trabalho buscou analisar a evolução de um instrumento utilizado para analisar a Imagem Corporal que com o tempo sofreu mudanças e dependendo do público-alvo necessita-se de adequação para a utilização desse instrumento. O instrumento utilizado chama-se Escala de Imagem Corporal que pode ser usado com silhuetas ou utilizando Escala do tipo likert, contudo, a predominância foi analisar Escalas que utilizam silhuetas. O Estudo possui um quadro que retrata essa evolução da Escala de Imagem Corporal, contendo 14 artigos em que dentro da tabela foram descritos a referência, país (ano), a característica da escala utilizada e para que foi utilizada. Percebe-se que maioria dos estudos de Imagem Corporal buscam analisar se aplicação é interessante para o público-alvo se a insatisfação do sujeito pode estar relacionada com doenças como bulimia nervosa e anorexia nervosa. Espera-se um aumento os números de estudos futuros utilizando Escala de Imagem Corporal para analisar consumo e assim amparando Profissionais de Educação Física, e demais profissionais da área de saúde, sobre como acontece as percepções da imagem corporal em indivíduos nos mais variados contextos e rotinas.

Palavras-chaves: escala de imagem corporal; imagem corporal; silhuetas.

ABSTRACT

Body image is something interesting because each individual sees himself in a way. It is noticed that over the years the body shape had changes in its standards according to society. This work sought to analyze the audience of an instrument used to analyze the body image that with time modified changes and that changed to the target needs evolution for the use of this instrument. The instrument used is called a body image scale that can be used with silhouettes or using a Likert-type scale, however, the predominance was analyzed for scales of resource use. The study has one that portrays this evolution of the body image scale, containing 14 articles in which within the table were described as reference, country (year, the characteristic of the scale used and for what it was used. Most of the body image studies surveyed about the application is interesting for the target audience if the subject's dissatisfaction can be related to diseases such as bulimia nervosa, anorexia nervosa. It is expected an increase in the number of future studies using the Body Image Scale to analyze consumption and thus supporting Physical Education Professionals, and other health professionals, on how body image perceptions occur in individuals in the most varied contexts and routines.

Keywords: body image scale; body image; silhouette.

LISTA DE FIGURAS

<u>Figura 1- Escala de Imagem Corporal desenvolvida por Stunkard et al. 1983.</u>	14
<u>Figura 2 - Conjunto de silhuetas para crianças adaptadas de Stunkard et al. (1983) por Collins (1991) .</u>	15
<u>Figura 3 - Conjunto de figuras adultas adaptados de Stunkard et al. (1983) por Collins (1991).</u>	16
<u>Figura 4 - Escala adaptada por Rand e Resnik (2000).</u>	17
<u>Figura 5 - conjunto de silhuetas desenvolvido por Williamson et al. (2000)</u>	18
<u>Figura 6 - conjunto de figuras adultas desenvolvidas por Kakeshita et al. (2009)</u>	18
<u>Figura 7 - conjunto com figuras de crianças desenvolvidas por Kakeshita et al. (2009)</u>	19
<u>Figura 8 - Escala desenvolvida por Pulvers et al. (2004).</u>	20
<u>Figura 9 - Escala desenvolvida por Lima et al. (2008)</u>	20
<u>Figura 10 - conjunto de silhuetas masculinas adaptada do modelo de Stunkard et al. (1983 as cited in Kety et al., 1983) e Lima et al. (2008) por Dias et al. (2016)</u>	21

LISTA DE TABELAS

<u>Tabela 1 - Quadro resumo dos principais artigos que utilizaram escalas de imagem corporal.</u>	24
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

SUMÁRIO

1	Introdução.....	15
2	Procedimentos Metodológicos	10
3	Imagem corporal.....	11
4	Evolução histórica da utilização de escalas de imagem corporal.....	14
5	Aplicações das escalas de imagem corporal.....	22
6	Perspectivas futuras de estudo de imagem corporal	30
7	Considerações Finais.....	31
8	Referências Bibliográficas.....	32

2 Introdução

Ao longo dos anos observa-se que os sujeitos ao olharem um indivíduo com uma característica diferente e chamativa, em relação a população que está inserida, tendem a buscar semelhança com aquele aspecto corporal. Outrossim, essa característica mante-se ao longo dos anos, contudo, de uma forma que o indivíduo nem necessita sair de casa para se deparar com um corpo que chama sua atenção.

Sabe-se que as pessoas, como supracitadas, elegem outros sujeitos como um modelo interessante a se igualar como em pinturas, revistas, programa televisivo entre outros locais que permitam que um sujeito fique exposto a outros. Além de que, o tempo traz sempre novos modelos de corpo de divulgações para esse corpo.

Nota-se que com o avanço da internet, a população tende a passar um tempo maior, em seus celulares e computadores. Dessa forma, hoje, está comparação de aparências com outros indivíduos pode ser observada pelas redes sociais. A rede social é um local público em que um indivíduo possui seu espaço e compartilha determinados conteúdos permitidos pela plataforma.

Pessoas estão imersas em redes sociais, ao longo do dia, nos deparamos com inúmeros conhecidos realizando “*posts*”, enviando “*stories*”, fazendo “*reels*”, entre várias aplicações proporcionadas pelas redes sociais. Grande parte dessas pessoas buscam sair bem nas fotos ou em seus vídeos, de alguma forma buscando uma aprovação social cada vez mais fluida e frequente por meio das tecnologias digitais.

Ao navegar pelas redes sociais percebe-se grande fluxo de informações tanto escritas como visuais. Ademais, nota-se que as pessoas costumam admirar determinados sujeitos que possuem grande visibilidade dentro da plataforma. Parecer com quem está em “alta no momento”, pode fazer com que a pessoa se insira em certos grupos sociais ou, até mesmo, que ela se sobressaia entre o seu ciclo de amizade.

Percebe-se que esses seguidores almejam fazer as mesmas coisas que seu “ídolo” mostra em suas redes sociais, inclusive, obter um corpo parecido. Além do mais, as pessoas podem até não seguir um “influenciador digital”, contudo, a própria plataforma utiliza de algoritmos para que a população perceba padrões de publicações de imagens promovidos por anunciantes e personalidades tratadas atualmente como *influencers*.

Parte dos seguidores são influenciados a seguir estilos de vida e imagens de corpos, que vão pouco a pouco sendo difundidos em suas redes sociais. Instrumentos que

mensuraram como essas pessoas percebem seu corpo e como elas idealizam um “formato” ideal podem ser úteis em tempos atuais.

Nota-se que ao longo dos anos o padrão corporal sofreu modificações, o que também pode influenciar em como os instrumentos de pesquisa devem ser adaptados ao contexto histórico.

Em uma busca inicial de metodologias de investigação associadas à imagem corporal, pode-se perceber que existem dois caminhos distintos. Em uma via tem-se as escalas psicométricas apoiadas em afirmativas dispostas em um formato tipo likert com pontos de concordância ou discordância. Em um outro caminho os estudos adotam as escalas por meio de silhuetas desenhadas na tentativa de quantificar corpos em função de variações nas condições da composição corporal.

A presente pesquisa teve por objetivo a busca na literatura das diferenças e semelhanças entre diferentes escalas que foram utilizadas por pesquisadores ao longo do tempo.

3 Procedimentos Metodológicos

A presente pesquisa caracteriza-se por ser uma revisão narrativa. Segundo Rother (2007) a revisão narrativa não informa a metodologia de busca das referências e tem o objetivo de discutir o desenvolvimento de um determinado assunto. Esta pode ser dividida em introdução, seções com títulos e subtítulos de acordo com o desenvolvimento do assunto comentários e referências.

Este trabalho está apresentado por uma introdução, a presente seção de procedimentos metodológicos e o tema é abordado por meio de 4 seções a saber: imagem corporal; evolução da utilização de escalas de imagem corporal, aplicações das escalas de imagem corporal e perspectivas futuras de estudo da imagem corporal. Por fim, são tecidas as considerações finais do autor.

4 Imagem corporal

A imagem corporal ideal, pode ser buscada por meio de diversos caminhos, entre eles temos a prática do exercício físico que pode ser uma atividade esportiva ou de lazer. Ainda em um cenário mais recente as modalidades advindas das academias de ginástica. Nota-se que um dos propósitos buscados pelos praticantes dessas atividades é a melhoria da imagem corporal. No entanto, este é um conceito subjetivo e possui controvérsias na literatura quanto às metodologias de investigação e aplicações relacionadas. Torna-se relevante entender os conceitos e evolução histórica do conhecimento científico a esse respeito.

Diante da evolução conceitual cabe ressaltar inicialmente que para Slade (1994), a imagem corporal é estabelecida como uma interpretação que o indivíduo possui em sua mente do seu aspecto físico e dos *feedbacks* relacionados a grandeza, aparência e molde do corpo. Nota-se que a imagem corporal segundo Slade (1994) pode ser uma figura montada mentalmente e que o ambiente pode influenciar como o sujeito enxerga o seu corpo.

Nas considerações de Cash e Pruzinsky (2002), quando se diz a respeito de imagens corporais, tem que se pensar as várias dimensões que a englobam. Os autores também enfatizam que a imagem corporal pode ser analisada em no mínimo duas dimensões autônomas como a vista, referente a opinião da grandeza e forma do corpo, e comportamental, referente ao afeto e à cognição.

Pallan et al. (2011, p.1) dizem que *“fica claro, no entanto, a partir de pesquisas emergentes no campo, que o corpo imagem é um conceito multidimensional, incorporando elementos neurológicos, psicológicos e socioculturais.”* Percebe-se que os autores mostram que conforme pesquisas que já foram analisadas por eles, a definição de Imagem Corporal vai além de apenas um elemento.

Entretanto, sobre os efeitos que a influência tem sobre o comportamento das pessoas, entende-se que um dos fatores presente nesse processo pode ser o grande fluxo de informação virtual. Todos os dias, internautas de todas as idades são bombardeados com todo tipo de tendência. Esse bombardeio constante pode ser responsável também pela vontade de mudar algo no corpo, muitas vezes, sem necessidade. Ademais, apesar do comportamento das pessoas, os adolescentes dentro desse grupo *“são importantes consumidores de tendências, entre elas, usam intensamente as mídias sociais como modo de comunicação e “informação”, e estas, por sua vez, parecem exercer importante influência sobre a insatisfação corporal.”*(LIRA et al., 2017)

Porém, compreende-se que nem tudo deve ser visto de maneira negativa. Pode haver algo positivo nas mesmas redes sociais que tendem a influenciar todos os tipos de pessoas para hábitos que podem ser positivos ou não. A compreensão da imagem corporal também propagada por pessoas que motivam os seguidores à aceitação do corpo do jeito que ele é. Os resultados vão depender de como cada efeito é trabalhado na mente do indivíduo.

Dentre os diversos fatores que podem predispor o desenvolvimento de uma imagem corporal distorcida, a influência social através da avaliação negativa ou depreciativa do outro, história de mudanças e flutuações do peso, fatores emocionais e aspectos socioculturais, são os fatores mais comuns. (DIAS et al. 2016, p.100).

Como metodologia investigativa temos na literatura dois percursos principais que foram se consolidando. Em um primeiro, temos escalas de percepção baseadas em afirmativas compostas por modelos dispostas no formato de likert. Em outra via, apresentam-se os estudos que utilizam fotosiluetas ou imagens corporais desenhadas, por meio das quais os investigados se identificam por semelhança às imagens dispostas por meio de uma sequência numérica.

As Escalas no estilo likert “*são aquelas em que o respondente tem as suas opções de respostas com números indicando a intensidade de discordância ou concordância com o assunto da pergunta.*” (DIAS et al. 2016, p. 103-104). Assim, percebe-se que os autores mostram que o estilo dessa escala é com afirmações que avalia a opinião do sujeito, com níveis de intensidades já determinados.

Percebe-se que a Escala mais utilizada no estilo “likert” para análise da imagem corporal é a *Body Shape Questionnaire* (BSQ). Está Escala contém 34 perguntas em que os indivíduos que são avaliados por pontuações em que variam de 1= nunca a 6= sempre e o score total (≥ 80) é utilizado para diferenciar os sujeitos que possuem essa insatisfação. Essa Escala foi desenvolvida por Cooper et al. (1987) mostrando análises psicométricas interessantes.

Como exemplo temos o estudo de El Ansaria et al. (2010) utilizou-se a percepção da imagem corporal por meio de escala likert de cinco pontos adaptada na Health Behavior in School-aged Children (HBSC). Nela fizeram perguntas aos estudantes: “Na sua opinião, você...”, com cinco opções de resposta (“Muito magro”, “Um pouco magro”, “Na medida certa”, “Um pouco excesso de peso”, “muito acima do peso”).

Como foco da presente pesquisa as escalas de silhuetas, segundo Lima et al. (2008) “... consistem em uma série de figuras ou desenhos de corpos, representando vários tamanhos

corporais e, geralmente, contém de 7 a 9 imagens, com sequências de silhuetas que vão das mais magras até as mais obesas”. Entende-se que Escala de Silhuetas utilizam imagens para facilitar a visualização do avaliado. Lima et al (2008, p. 27) ainda ressaltam que “*Em geral, os conjuntos de silhuetas são criados para avaliar grupos específicos da população*”, ou seja, dependendo do que o autor for investigar ele irá adaptar suas silhuetas conforme a pesquisa.

Compreende-se que a maioria das Escalas de Imagens Corporais busca trazer figuras que possuem, normalmente, um padrão de progressão do magro ao gordo, e delimita com um certo número de figuras.

De acordo com Kakeshita et al (2009, p. 264), “as escalas de figura de silhuetas possuem inúmeras vantagens, pois trata-se de um instrumento simples, de fácil aplicação e não exigem equipamentos sofisticados”. Percebe-se pela autora e seus colaboradores que essas imagens visuais, menos abstratas, não requerem uma linguagem muito técnica, o que auxilia na avaliação da percepção da imagem corporal, em qualquer grupo.

Ainda nesse contexto de aplicação da escala, compreende-se que a maioria das Escalas de Imagem Corporal não são aplicadas sem a realização de perguntas específicas. Kakeshita et al. (2009) ressaltam que as perguntas utilizadas no seu estudo são “a figura que melhor representa seu tamanho atual”, “a figura que representa o tamanho que gostaria de ter” e “a figura que consideraria o tamanho ideal para o próprio gênero em geral”.

Entende-se, contudo, que as perguntas não precisam necessariamente seguir um padrão. Essas devem ser elaboradas de acordo com as escalas relacionadas aos indivíduos avaliados. De qualquer modo, é compreendido que as escalas precisam ser elaboradas com perguntas específicas.

5 Evolução histórica da utilização de escalas de imagem corporal

Com intuito de atender o objetivo deste trabalho que é apresentar uma revisão sobre a evolução das escalas de avaliação da imagem corporal que utilizam silhuetas, apresenta-se neste capítulo as principais escalas utilizadas na literatura. O estudo seminal que utilizou silhuetas foi apresentado por Stunkard et al. (1983) e foi composto por nove figuras femininas e nove masculinas, desenhadas por um artista profissional (Figura 1). A partir deste, serão listadas as modificações e principais características das demais escalas utilizadas e propostas.

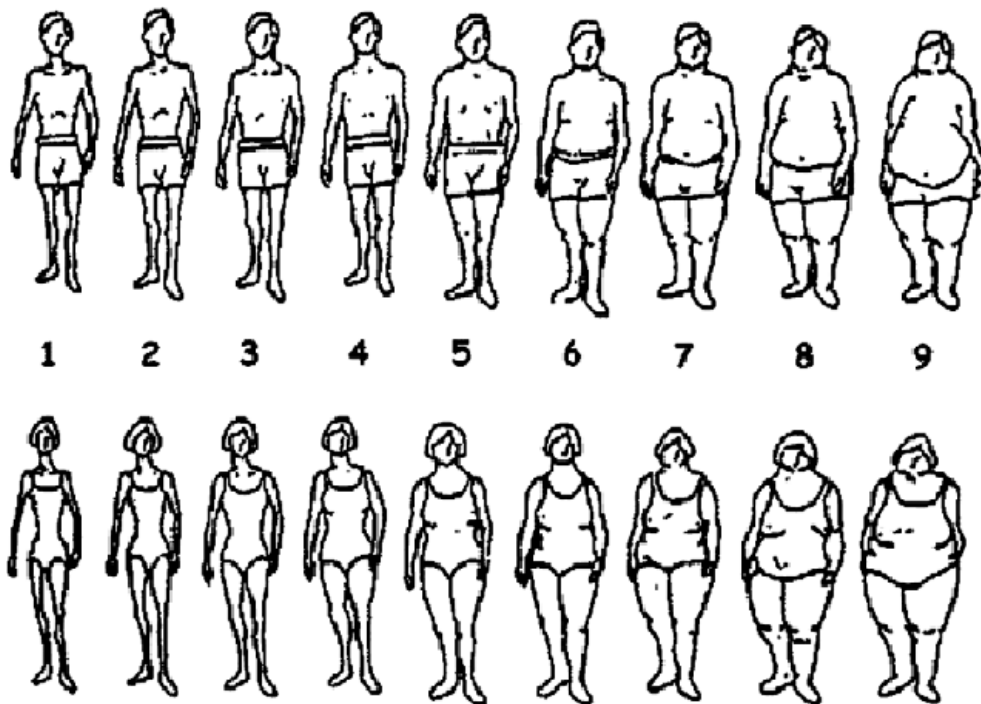


Figura 1- Escala de Imagem Corporal desenvolvida por Stunkard et al. 1983.

A escala proposta por Stunkard et al. (1983) apresentou uma Escala com 18 silhuetas sendo 9 masculinas e 9 femininas numeradas em ordem crescente do corpo mais magro (silhueta 1) ao mais gordo (silhueta 9).

Leonhard e Barry (1998), salientam para o fato de cada estudo ter um foco específico a ser aplicado. Assim, os autores afirmam que “os primeiros estudos sobre distorção e insatisfação da imagem corporal focaram em populações de obesos. Mas recentemente, com o aumento da incidência de anorexia nervosa e bulimia, as pesquisas têm se concentrado na imagem corporal nessas populações.” (Leonhard e Barry 1998, p. 31).

No entanto, observa-se que a aplicação das escalas também é baseada em questões pautadas no momento e que representam relevância para a sociedade. Os transtornos causados

pela insatisfação do corpo pode ser uma dessas temáticas. Acredita-se que a imagem corporal é estudada baseando-se nos efeitos colaterais já presentes no cotidiano da sociedade, que possuem alguma insatisfação com seu corpo.

Entretanto, alguns estudiosos destacam o público de aplicação da Escala. Nesse contexto, Collins (1991, p.199) ressalta que “o instrumento pictórico foi desenvolvido para examinar as percepções da figura corporal em uma pesquisa transversal com 1.118 crianças pré-adolescentes. Testes de hipóteses relacionados a diferenças nas seleções de figuras por sexo, série, raça e configuração da comunidade escolar”.

Para esse estudo, escala de Stunkard et al. (1983) foi adaptada por Collins (1991) que estudou crianças e pré-adolescentes com a média de idade de 8 anos, que frequentavam escolas públicas de ensino fundamental na Índia (Figuras 2 e 3).

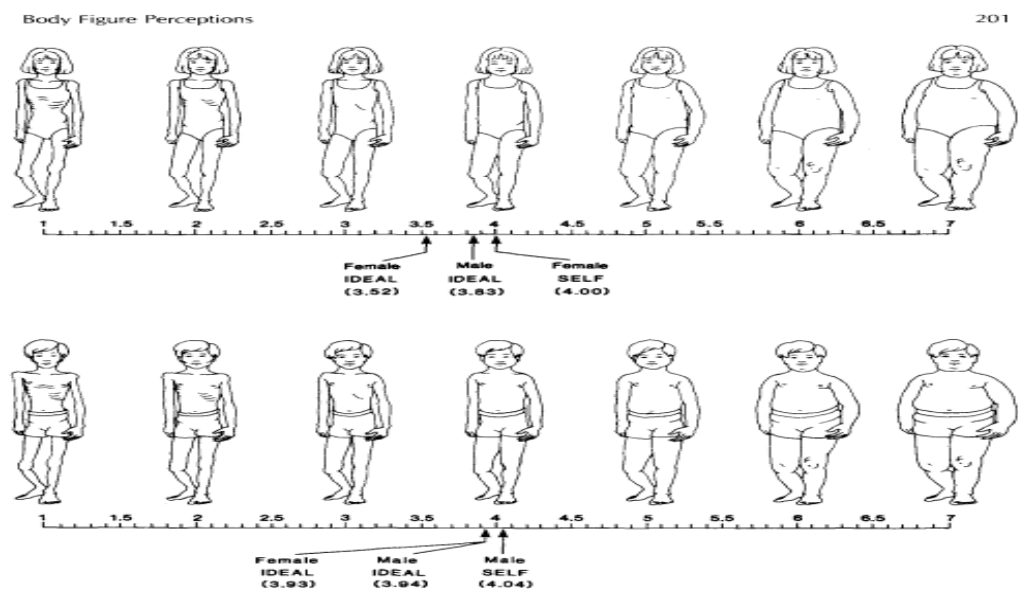


Figura 2 - Conjunto de silhuetas para crianças adaptadas de Stunkard et al. (1983) por Collins (1991)

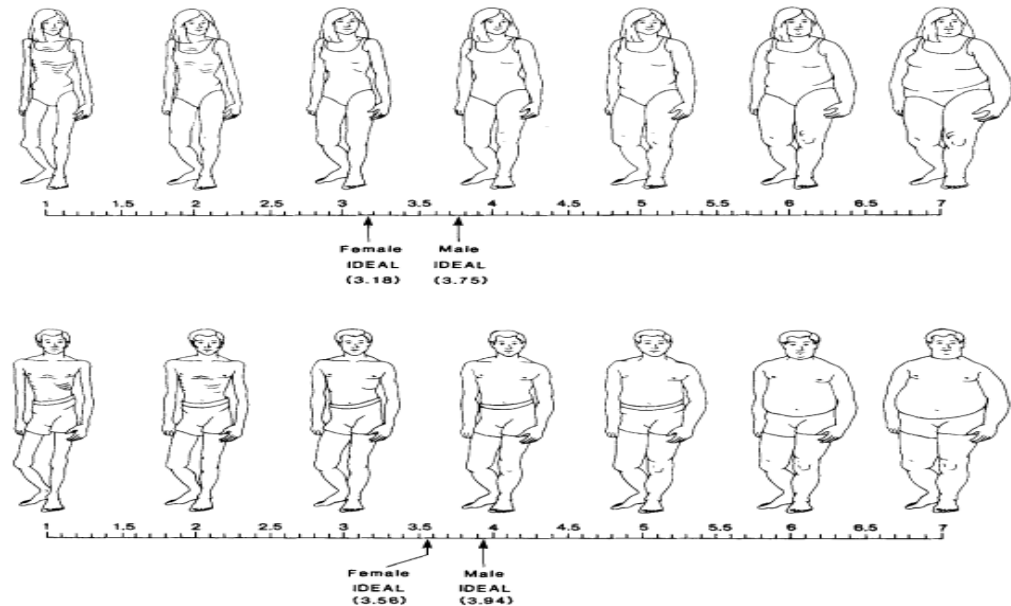


Figura 3 - Conjunto de figuras adultas adaptados de Stunkard et al. (1983) por Collins (1991).

Nas duas escalas utilizadas por Collins (1991) é respeitado no desenho das silhuetas e as características das faixas etárias dedicadas às crianças e aos adolescentes. No entanto, o autor adota 7 imagens para cada sexo e distribui a numeração da escala por meio de linha pontuada como se fosse uma régua. Nesta régua as imagens das silhuetas posicionadas logo acima dos valores inteiros e entre as imagens, o entrevistado pode assinalar valores em uma escala decimal, representada graficamente com o destaque também ao ponto médio entre as figuras com o valor “n,5”.

As adaptações à escala em função de faixas etárias também foram feitas por Rand e Resnik (2000) que em seu estudo utilizaram 4 variações do conjunto de imagens. Os autores mantiveram as 9 silhuetas em pontos desconectados de 1 a 9 como a escala de Stunkard et al. (1983). Rand e Resnik (2000) relataram que os desenhos de linha de crianças, adultos jovens e adultos de meia-idade foram modificações das utilizadas por Collins (1991)” e a silhueta para idosos foi modificações daquelas usadas por Stunkard et al. (1983). A figura 4 permite vislumbrar com clareza o conjunto de escalas.

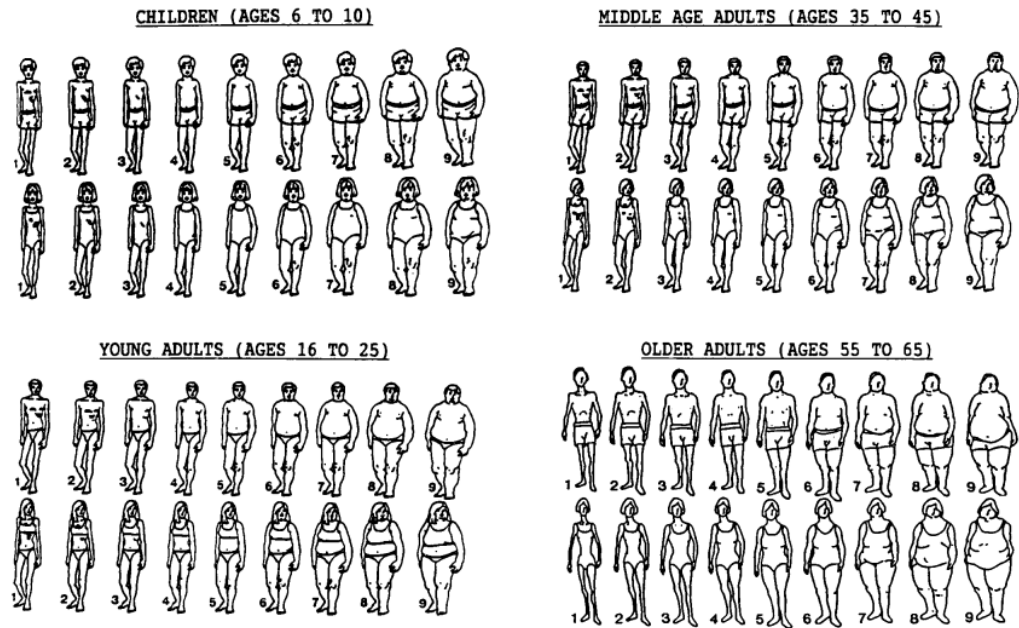


Figura 4 - Escala adaptada por Rand e Resnik (2000)

Nota-se que as diferenças buscadas por Rand e Resnik (2000) tentam respeitar as faixas etárias que se destinam. No entanto, os autores utilizam números para cada uma das imagens a respeito do modelo similar a uma régua apresentado na escala de Collins (1991). Além da diferenciação desta disposição percebe-se que o autor tenta caracterizar os traços de obesidade em acordo com as faixas escolhidas.

A obesidade também foi foco de Williamson et al. (2000), que trouxeram um modelo de Escala de Silhuetas com um número de 18 figuras para cada gênero. O nome desta escala é “*Body Image Assessment for Obesity (BIA-O)*” por meio da qual adotou-se o objetivo de agregar pessoas obesas em suas figuras, pois antes suas Escala de Silhuetas possuíam apenas 9 figuras e era chamada de “*Body Image Assessment (BIA)*”. Como pode ser visto na Figura 5, o BIA-O inclui as nove silhuetas originais (na linha superior) e um novo conjunto de nove figuras (linha inferior) que se estendem.

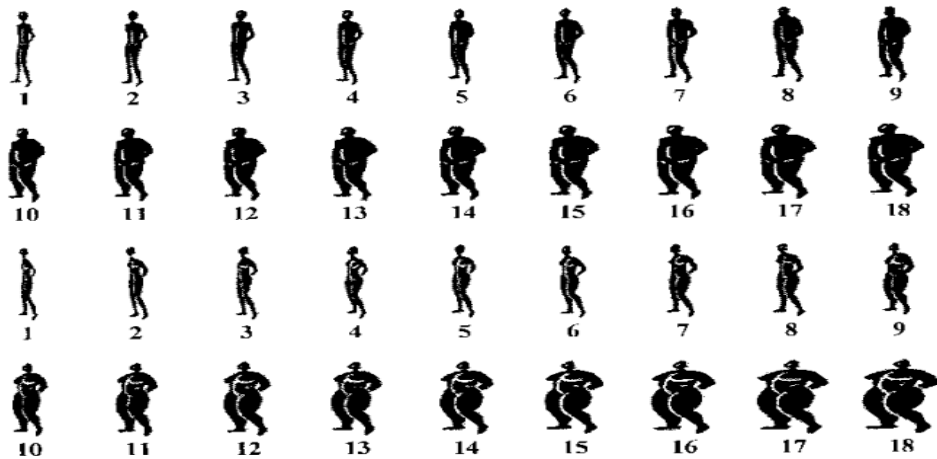


Figura 5 - conjunto de silhuetas desenvolvido por Williamson et al. (2000)

Observa-se ainda que o trabalho de Williamson e colaboradores (2000) apresentou a imagem corporal em um plano frontal oblíquo para o observador. E o preenchimento das silhuetas que nos modelos anteriores era translúcido ou passou a ser opaco. Outro destaque considerável foi o número de silhuetas utilizado, totalizando 18.

Na mesma perspectiva de um número maior de silhuetas, Kakeshita et al (2009), diferente de Collins 1991 e Stunkard et al (1983), ampliou o número de figuras em Escalas de Imagem Corporal. Na tabela são utilizadas escala com 15 figuras para adultos e 11 para crianças. A figura 8 e 9 representam a Escala desenvolvida por Kakeshita et al. (2009).

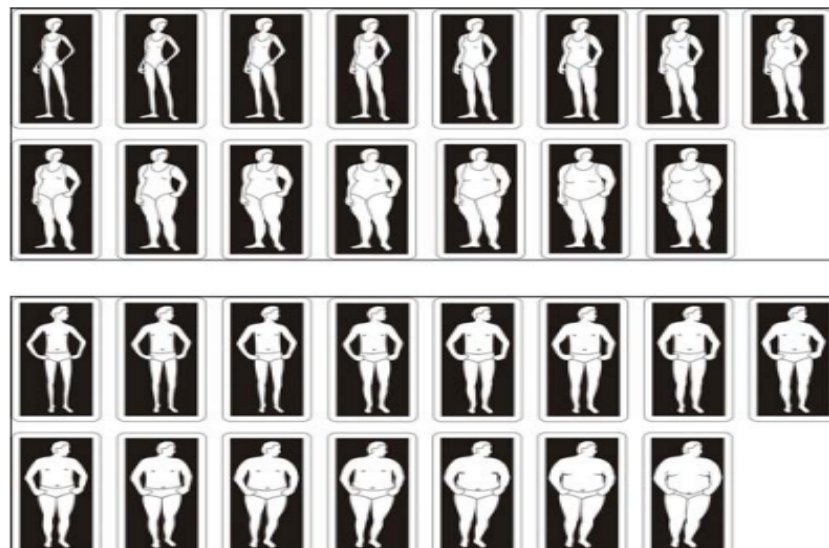


Figura 6 - conjunto de figuras adultas desenvolvidas por Kakeshita et al. (2009)



Figura 7 - conjunto com figuras de crianças desenvolvidas por Kakeshita et al. (2009)

Uma aplicação que buscava uma aproximação étnica foi aplicada por Pulvers et al. (2004), no estudo utilizaram uma Escala com 9 silhuetas em que as características das imagens era aparência de pessoas afro-americanas urbanas. A Escala iniciava com uma silhueta magra (figura A) e se limitava em uma silhueta com volume corporal de gordura maior (figura I). Os autores dividiram as 9 silhuetas em letras (A; B; C; D; E; F; G; H; I). O objetivo da utilização dessa escala era validar um instrumento de imagem corporal culturalmente relevante entre afro-americanos urbanos. Outra característica que ficou chamativa em suas Escala foi a “*diferença muito dramática entre as figuras*” e não possuir imagens em ampla variedade de tamanho como os autores Williamson et al. (2000) propuseram. A figura 8 demonstra como foi desenvolvida essa Escala

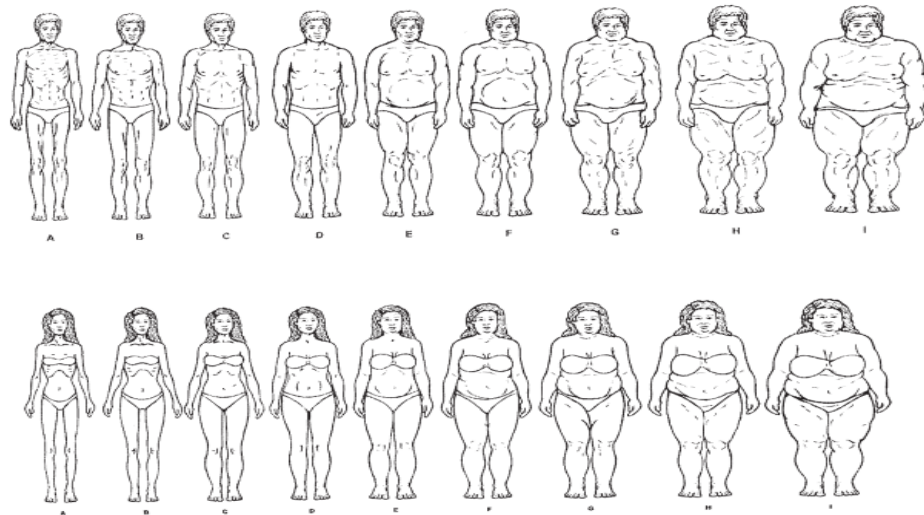


Figura 8 - Escala desenvolvida por Pulvers et al. (2004)

No Brasil, Lima et al. (2008) utilizaram pela primeira vez uma escala de 9 silhuetas (Figura 7) que partem do sujeito com aspecto magro (imagem número 1 da escala) e vão até uma figura com grande volume muscular (imagem número 9 da escala). Lima et al. (2008, p.26) em sua pesquisa utilizaram as perguntas “silhueta correspondia ao seu corpo atual (silhueta atual – SA) e qual gostariam de atingir (silhueta ideal - SI)”. A Figura 9 mostra como ficou a Escala desenvolvida por Lima et al. (2008).

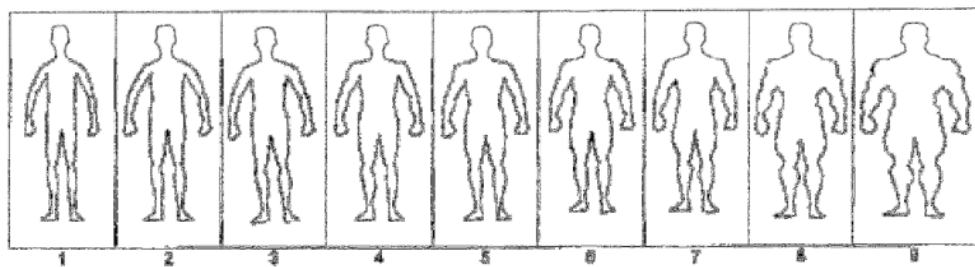


Figura 9 - Escala desenvolvida por Lima et al. (2008)

A escala de Lima et al. (2008) abre um caminho interessante diante da história de aplicações de imagens. Considerar corpos musculosos abrem possibilidade de reconhecimento por grande parte da população que busca objetivos de hipertrofia e corpos atléticos em suas rotinas.

No entanto, uma escala que oportunizava pessoas tanto obesas como musculosas serem pesquisadas ainda não tinha sido utilizada até o estudo de Dias et al. (2016) propor uma adaptação em duas escalas utilizadas nos trabalhos de Stunkard et al (1983) e de Lima et al

(2008). Os autores utilizaram escala para o sexo masculino no estudo e em que obeso representa o menor escore (figura 1), o esguio o ponto neutro (figura 5), e o corpo musculoso o maior valor (figura 9). Essa adaptação de Escala feita por DIAS et al. (2016) pode ser analisada na Figura 10.

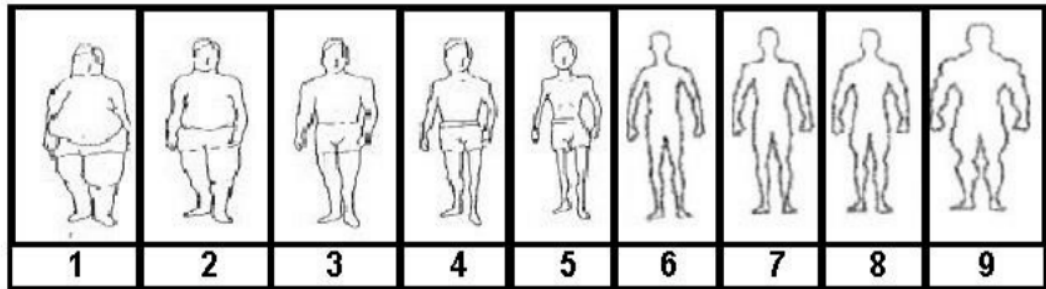


Figura 10 - conjunto de silhuetas masculinas adaptada do modelo de Stunkard et al. (1983 as cited in Kety et al., 1983) e Lima et al. (2008) por Dias et al. (2016)

Nota-se que, o diferencial deste estudo é que o autor utiliza 9 figuras em sua escala, relembrando o aspecto da Escala de Stunkard et al (1983), contudo, há uma mudança na fisionomia das figuras que compõem a Escala, oriundo algumas imagens da Escala de Lima et al (2008), que investigou do esguio ao musculoso, já as representações dos corpos que vão aumentando de tamanho em função da gordura corporal advêm da escala de Stunkard et al (1983). Dessa forma, o estudo Dias et al. (2016) fizeram a junção de um corpo volumoso (imagem 1) possuindo maior tecido adiposo ao corpo hipertrofiado (imagem 9) e, ainda considera o mais franzino como um ponto médio (imagem número 5 da escala).

Ao analisar as evoluções da Escala de Imagem Corporal por Silhuetas a partir de Lima et al. (2008) já começou-se adicionar silhuetas como volume hipertrófico no sentido de contemplar indivíduos que optam por estilos de vida ou de práticas que confluem para corpos não abordado nas escalas apresentadas anteriormente. O estudo de Dias et al. (2016) aborda a associação das escalas com hábitos de consumo e apresenta a adaptação da escala que varia de indivíduos obesos aos hipertrofiados, de forma a não excluir ninguém do inquérito.

Contudo, compreende-se que, grande parte dos estudos que utilizaram Escalas de Imagem corporal buscaram analisar o nível de satisfação que o sujeito possui com seu corpo e, objetivaram a própria validação das escalas em populações específicas, sejam elas por características etárias, étnicas ou de graus de obesidade.

6 Aplicações das escalas de imagem corporal

Entende-se que cada estudo possui uma população alvo e conforme o estudo é utilizado uma Escala de Imagem corporal diferente. Stunkard et al. (1983) em seu estudo buscou analisar o estado nutricional de pais de gêmeos que faziam parte de um estudo populacional. Contudo, devido a idade avançada dos pais que eram os entrevistados, estes poderiam responder de forma errônea o peso e estatura, assim, utilizou-se a Escala com 9 silhuetas.

Collins et al. (1991) em seu estudo buscaram analisar um público mais jovem com a média de idade de 8 anos que frequentam sete escolas públicas de ensino fundamental em duas corporações escolares indianas, selecionadas propositalmente para representarem crianças de uma ampla gama de ambientes escolares/comunitários. Sua Escala foi uma adaptação de Stunkard et al. (1983) em que ele teve que modificar devido ao público-alvo, diminuindo número de silhuetas para 7 e colocando espaços com metragem entre as imagens.

Rand e Risnik (2000) em seu estudo buscaram analisar aceitabilidade do tamanho corporal em ampla faixa de idade e estado de peso. Ademais, todos os sujeitos eram voluntários para pesquisa. Os sujeitos que compunham a pesquisa foram crianças, adolescentes, jovens estudantes de uma grande universidade e os jovens restantes e adultos foram abordados em seu local de trabalho ou recreação. Conforme a idade e gênero deles os sujeitos deveriam selecionar na escala “o número do tamanho do corpo que mais se assemelha a como eles procuravam atualmente”, “que eles mais gostariam de assemelhar” e ainda receberam matrizes para analisar de acordo com as 4 faixas etárias diferente.

Williamson et al. (2000) em seu estudo tiveram como objetivo desenvolver uma Escala de Imagem Corporal que abrangesse pessoas obesas e sua amostra para a pesquisa continha 1.209 indivíduos, sendo homens e mulheres recrutados de diferentes regiões dos Estados Unidos América (EUA). Sua amostra era composta por homens e mulheres afro-americanos.

Lima et al. (2008) propôs uma Escala de Imagem Corporal para Analisar que silhueta e medidas antropométricas os sujeitos praticantes de musculação buscam atingir. Ademais, para fazer sua escala ele baseou-se na proposta de Stunkard et al (1983), contudo, buscando analisar grau de muscularidade.

Percebe-se que ao longo dos anos os autores que trabalham com estudos de Imagem Corporal, faziam adaptações a Escalas de outros autores para que se houvesse uma

compreensão sobre seu estudo. Ademais, veremos a aplicação de estudo após Lima et al. (2008) que ainda retomam ao estudo de Stunkard et al. (1983) adaptando sua escala.

Em sua pesquisa, Kakeshita et al (2009) enfatizaram que o objetivo do estudo proposto por eles era elaborar escalas de silhuetas tanto para crianças e adultos brasileiros dos dois sexos e iniciar a avaliação de suas qualidades psicométricas. A autora em seu estudo, foi criteriosa com a sua amostra.

A amostra para o estudo procurou acompanhar a distribuição da prevalência de eutrofia, déficit de peso, excesso de peso e obesidade na população brasileira, conforme levantado no período de 2002-2003 pela Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), e divulgados pela Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição do Ministério da Saúde (2005). Kakeshita et al (2009, p. 265).

O estudo dos autores Dias et al. (2016, p.) buscou avaliar a correlação da imagem corporal que os indivíduos se enxergam, bem como a discordância com os valores, atitudes e comportamento alimentar em sujeitos do sexo masculino da Universidade Federal de Lavras (UFLA). Dessa forma, está pesquisa teve uma amostra limitada a estudantes voluntários da Universidade Federal de Lavras (UFLA) e como critério de inclusão todos deveriam possuir idade superior a 18 anos e ser do sexo masculino. A pesquisa foi realizada pela internet por meio de questionários e que segundo os autores o procedimento feito dessa forma poderia minimizar constrangimentos relacionados ao corpo.

A tabela 1 demonstra os principais estudos utilizando escala de imagem corporal e a evolução deles ao longo dos anos.

Tabela 1 - Quadro resumo dos principais artigos que utilizaram escalas de imagem corporal.

Referência	País (Ano)	Característica das Escalas de Silhuetas construídas	Objetivo do Estudo utilizando a Escala de Silhuetas
(Stunkard et al.)	Estados Unidos (1983)	Escalas de Silhuetas com 9 figuras para cada gênero desenhadas por um artista profissional. Ademais, essas figuras possuíam uma variação de silhuetas que no total eram 18 (9 masculinas e 9 femininas), em que partia da magra (figura 1) até a gorda (figura 9).	As Escalas de Silhuetas foram construídas à época com o intuito de se conhecer o estado nutricional, pois devido ao público abordado com idade avançada, elas se mostraram de forma facilitadora para analisar a estrutura que a pessoa se identificava.
(Bell; Kirkpatrick; Rinn.)	Estados Unidos (1986)	Um gráfico de silhuetas que mostrava oito figuras corporais diferentes, que variavam de emagrecimento (fig. #1) até obesidade grave (fig. #8), foi apresentado individualmente a cada sujeito com cinco questões.	Este estudo investigou distúrbios na percepção da imagem corporal em pacientes anoréxicos, grupos obesos e controle (N = 24)
(Collins, M)	Estados Unidos (1991)	Adaptação da Escala de Stunkard et al., com 7 figuras para cada gênero. Ademais, ainda possui métrica entre as figuras, para que o avaliado possa escolher pontos intermediários. Foi ainda utilizado 5 perguntas (“qual foto se parece mais com você?”, “qual imagem mostra a maneira que você quer se olhar?”, “qual a melhor imagem para que as meninas ou meninos olhem?”, “qual imagem mostra como você quer parecer quando deixe de ser criança?” e “qual imagem mostra a maneira que você acha que é melhor para	O objetivo desse estudo foi analisar por meio de um instrumento pictórico examinando a figura corporal e um inquérito transversal 1118 crianças e pré-adolescentes.

		mulheres adultas ou homens olharem?”). Possuíam 7 figuras de cada sexo de adultos e crianças.	
(Leonhard; Barry)	Estados Unidos (1998)	A escala utilizada continha 9 silhuetas que partiam de uma pessoa magra (Figura 1) até a pessoa gorda (Figura 9) adaptação da escala de Stunkard et al.	O objetivo desse estudo foi avaliar os efeitos de gênero e medidas de Índice de massa em estimativas de tamanho corporal normal (NBS), tamanho corporal atual (CBS) e discrepâncias entre tamanhos atingíveis (ABS) e desejáveis (LTB).
(Gardner; Friedman; Jackson)	Estados Unidos (1998)	Utilizando adaptação da Escala de Stunkard et al, fizeram a figura 1 (magra) na extremidade esquerda e a figura 9 (gorda) na extremidade direita e deixaram uma linha contínua entre essas imagens no eixo transversal, aí o avaliado seriam instruídos a desenhar um traço vertical através da linha transversal supracitada correspondente ao seu tamanho percebido ou ideal.	O objetivo desse artigo foi discutir as preocupações metodológicas do uso de figuras de silhueta para medir imagens corporais. Dessa forma, inclui aflição sobre a restrição de opções de resposta a um número finito de silhuetas.
(Rand; Resnick.)	Estados Unidos (2000)	Utilizou-se adaptação da Escala de Collin, M. O estudo manipulou figuras que iam da magra (figura 1) a gorda (figura 9), também foi dividido em gêneros masculino e feminino e separou em 4 escala com faixa etária diferentes, que variavam em crianças (6 a 10), adultos jovens (16 a 25), adultos de meia idade (35 a 45 anos) e adultos mais velhos (55 a 65 anos). Ademais, como supracitado cada faixa etária matriz retratava conjuntos de figuras	Analisar o conceito de “Bom a suficiente” aceitabilidade do tamanho corporal em uma ampla faixa de idades e estados e pesos.

masculinas e femininas

(Williamson et al.)	Estados Unidos (2000)	É ilustrado o conjunto resultante de 18 corpos figuras para homens e mulheres. Cada uma das 18 figuras de estímulos tem 16 cm de altura e cada silhueta é apresentado em um cartão individual com as dimensões de 22 por 28 cm. O BIA-O inclui as nove silhuetas originais (na linha superior) e um novo conjunto de nove figuras (linha inferior) que se estendem o procedimento para permitir seu uso em pessoas muito obesas.	O objetivo desse estudo foi uma nova medida de imagem corporal, denominada avaliação da imagem corporal para obesidade (BIA-O), foi desenvolvida e testado para confiabilidade e validade em uma amostra de 1.209 homens e mulheres adultos. Dessa forma, as estimativas de imagem corporal atuais, ideais e razoáveis de homens e mulheres caucasianos e afro-americanos foram comparadas.
(Ferreira, M.)	Brasil (2002)	Foi utilizado neste estudo um instrumento com 32 itens, sendo 23 itens da Escala de Estimativa Corporal (Mendelson, White & Mendelson, 1997- 98) e 9 itens do Questionário Multidimensional de Relações Eu-Corpo (MBSRQ) (Cash, 1994). Dessa forma, os 23 itens distribuem em 3 diferentes subescalas de sentimento sobre aparência, preocupação com peso e percepção de atribuição do outro, enquanto os outros 9 itens abordam sobre avaliação de aparência e preocupação com peso.	O Objetivo desse trabalho foi adaptar e validar o instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal para amostras brasileiras, por meio de dois estudos distintos.
(Pulvers et al.)	Estados Unidos (2004)	A escala foi utilizada no estudo 1 (Exame de validade de conteúdo) em que continha 9 figuras masculinas e 9 figuras femininas. Foram criadas três formas de imagem corporal nas quais os desenhos foram apresentados em uma ordem	Objetivo desse estudo foi validar um instrumento de imagem corporal culturalmente relevante entre afro-americanos urbanos por meio de três estudos distintos.

aleatória diferente.

(Lima et al.)	Brasil (2008)	A Escala desenvolvida possui 9 figuras buscando a semelhança na quantidade de Stunkard et al. (1983). Como o objetivo era aplicar em praticantes de musculação as figuras partiam de uma silhueta magra (Figura 1) até uma que aparentava grande volume muscular (Figura 9).	O objetivo desse estudo foi propor conjunto de silhuetas que representem musculosidade, de forma próxima a de Stunkard et al. (1983, só que identificando silhuetas e medidas antropométricas que praticantes de musculação buscaram atingir.
(Kakeshita et al)	Brasil (2009)	As escalas possuíam 15 cartões plastificados para adultos e 11 cartões para crianças, para cada gênero, com 12,5 cm de altura por 6,5 cm de largura, com a figura branca centralizada em fundo negro de 10,5 cm de altura por 4,5 cm de largura. Nas escalas de adultos, as médias de IMC correspondentes a cada figura variaram de 12,5 a 47,5 kg/ m ² , com diferença constante de 2,5 pontos. Nas escalas de crianças, as médias de IMC correspondentes a cada figura variaram de 12 a 29 kg/m ² . Além da utilização das figuras as perguntas eram “Qual figura representa seu corpo atual?”, “Qual figura representa o corpo que você gostaria de ter?” e “Qual a figura que representa o corpo ideal?”.	O objetivo desse trabalho foi produzir escalas de silhuetas para crianças e adultos brasileiros de ambos os sexos e começar avaliação de suas importâncias psicométricas.
(El ansari et al.)	Reino Unido e Dinamarca (2010)	Um questionário autoaplicável avaliou informações sociodemográficas, imagem corporal percepção (como “muito magra”, “na medida certa” ou “muito gorda”) e a	Objetivo desse estudo foi analisar diferenças na percepção de imagem corporal em estudantes universitários de dois países Europeus, Reino Unido e Dinamarca.

		<p>associação de fatores relacionados com a percepção da imagem corporal (comportamento nutricional, apoio social, estressores percebidos e qualidade de vida). As proporções de alunos que se percebiam “muito magros”, “apenas certo” ou “muito gordo” foram 8,6%, 37,7% e 53,7%, respectivamente.</p>	
(Pallan et al.)	Estados Unidos (2011)	<p>Este estudo utilizou a escala desenvolvida por Collins, M. e adaptada por Rand e Renisck. As figuras específicas de gênero e cor de pele utilizadas consistiam 9 figuras pré-púberes variando de muito abaixo do peso (valor = 1) a muito acima do peso (valor = 9). As crianças foram questionadas; “Qual imagem mais se parece você está?”, e “Qual foto mostra o jeito que você quer olhar?” para avaliar 'eu' e 'eu ideal', respectivamente (pontuações que variam de 1 a 9 para cada). Uma pontuação de insatisfação corporal (BDS) foi obtida subtraindo-se o valor “Imagem ideal” da pontuação 'própria imagem’, (scores que variam de -8 a +8).</p>	<p>O objetivo desse estudo é retratar a percepção do tamanho da imagem corporal e insatisfação, e a relação com status de peso em crianças do Sul da Ásia do Reino Unido em idade escolar.</p>
(Dias et al.)	Brasil (2016)	<p>As escalas utilizadas nesse estudo foram duas, em que a primeira foi a de Stunkard et al. (1983) e a adaptada por Lima et al. (2008). A de Lima como supracitada trata-se de uma escala voltada para hipertrofia em que parte do sujeito magro (figura 1) para um sujeito com composição corporal muscular elevada (figura 9). Ademais, com</p>	<p>O objetivo deste estudo foi avaliar a correlação da imagem corporal com os valores, atitudes e comportamento alimentar em universitários do gênero masculino. O que pode-se notar uma análise de consumo de alimentos relacionado as escalas de imagem corporal.</p>

estas duas escalas o estudo desenvolveu uma terceira escala em que obeso representa o menor escore (figura 1), o esguio o ponto neutro (figura 5), e o corpo musculoso o maior valor (figura 9)

Fonte: Autoria própria.

7 Perspectivas futuras de estudo de imagem corporal

Em relação às perspectivas futuras de estudo de imagem corporal, entende-se que estas podem estar relacionadas aos rumos que as tendências visuais podem tomar. Ou seja, enquanto os estudos podem ser baseados em distúrbios, transtornos ou insatisfações contemporâneas, os estudiosos podem precisar se aprofundar ainda mais em suas pesquisas, em estudos de imagem futuros.

Sobre a percepção de aplicação da escala em acordo com o problema vigente, Bell et al. (1986), observaram que as Escalas de Silhuetas eram úteis tanto em pessoas portadoras de distúrbios alimentares (anorexia e bulimia) quanto em pessoas obesas. Em geral, a aplicação das Escalas de Silhuetas tem sido associada a medidas objetivas que avaliam o estado nutricional.

Compreende-se que a imagem corporal é a representação mental que cada indivíduo faz do próprio corpo, para que tal questão seja resolvida, é preciso entender o que incomoda o avaliado naquele momento. Entende-se que é a consciência corpórea que vai determinar se cada pessoa se sente satisfeito ou não com a imagem que reflete quando se olha no espelho. Por isso, pode ser relevante avaliar a causa da insatisfação.

Dos artigos que foram apresentados no Quadro 1, os autores Dias et al. (2016) buscam avaliar a analogia da imagem corporal com os valores, atitudes e comportamento alimentar em sujeitos que fazem parte de uma universidade que avaliaram. Ademais, o instrumento de pesquisa foi completado com a utilização do modelo desenvolvido por Missaglia (2012) “para avaliar os valores alimentares, as atitudes e o comportamento alimentar em universitários”.

É compreendido que a consciência corpórea também pode ter relação com propagações midiáticas. A descoberta de si mesmo e a sensação de não estar dentro dos padrões considerados certos para a sociedade, pode levar o indivíduo até mesmo a encontrar defeitos em partes do corpo que antes parecia normal.

Optou-se por correlacionar os construtos com os escores obtidos com as 3 variáveis relacionadas à escala de imagem corporal apresentadas com intuito de discutir os indícios que esta pesquisa aponta de maneira a enriquecer a compreensão do comportamento de consumo em função de como se vê, como se pretende ser e do quanto se pretende mudar. (DIAS et al. 2016, p. 106).

Considerações Finais

Nota-se que os autores são unânimes ao afirmar que o processo para a verificação da imagem corporal devem ser o mais acessível possível. Ou seja, para se chegar a um resultado preciso, não há necessidade de sofisticções desnecessárias. No entanto, quanto mais simples a aplicação da escala, mais fácil pode se chegar aos resultados, e isso inclui a aplicação da escala de figura com silhueta.

Percebe-se que os autores realizam suas modificações conforme a necessidade do seu estudo, ou seja, a escala possui alterações conforme os anos se passam juntamente ao objetivo do estudo de cada autor. Ademais, em suma maioria dos estudos, os autores buscam diferentes objetivos como validação de suas escalas, analisar a satisfação corporal de um grupo, perceber a correlação da escala com outros instrumentos, perceber se o público-alvo tem tendencia de desenvolver problemas de saúde referente as respostas da escala.

Os autores Dias et.al (2016) em seu estudo conseguiram trazer uma perspectiva nova para utilização da escala de imagem corporal, como análise de consumo nutricional e relacionar a como os universitários se enxergavam. Assim, este estudo mostra que a imagem corporal pode estar associada a comportamentos, como o consumo de alimentos saudáveis.

A pesquisa foi feita por meio de uma revisão narrativa. Outrossim, durante a leitura percebe-se uma indagação sobre o pensamento dos autores. Foi utilizado um quadro que organizou os estudos de forma cronológica, mostrando que ao passar dos anos os autores tendem a retornar a literatura para modificarem suas escalas conforme o pensamento de outros estudiosos.

Dessa forma, este trabalho analisou as aplicações da escala de imagem corporal em diferentes estudos e mostrou a evolução das figuras. Ademais, por meio deste trabalho, estudo futuros podem aprofundar a análise dos tipos de escalas já utilizadas e fundamentar adaptações para futuras escalas. Isso pode contribuir para melhor compreensão do profissional de Educação Física, e demais profissionais da área de saúde, sobre como acontece as percepções da imagem corporal em indivíduos nos mais variados contextos e rotinas.

8 Referências Bibliográficas

- BELL, C.; KIRKPATRICK, S. W.; RINN, R. C. Body image of anorexic, obese, and normal females. **Journal of Clinical Psychology**, v. 42, n. 3, p. 431–439, 1 maio 1986.
- CASH, T. et al. Além da imagem corporal como um traço: O desenvolvimento e validação da Escala de Estados de Imagem Corporal. **Comer ...**, v. 10, n. 2, p. 103–113, 2002.
- COLLINS ME. Body figure perceptions and preferences among preadolescent children. **International Journal of Eating Disorders**. 1991; 10, 199 – 208.
- CONTI, M. A.; CORDÁS, T. A.; LATORRE, M. DO R. D. DE O. A study of the validity and reliability of the Brazilian version of the Body Shape Questionnaire (BSQ) among adolescents. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 9, n. 3, p. 331–338, 2009.
- COOPER, P. J.; TAYLOR, M. J.; COOPER, Z.; & FAIRBURN, C. G. The development and validation of the Body Shape Questionnaire. **Int J Eat Disord**, v. 6(4), p. 485-494, 1987.
- DE SOUZA DIAS, P. et al. A Imagem Corporal Masculina Padronizada e sua Influência sobre os Valores Alimentares, as Atitudes e o Comportamento Alimentar em Universitários. **ReMark - Revista Brasileira de Marketing**, v. 15, n. 1, p. 99–112, 30 mar. 2016.
- EL ANSARI, W. et al. How Do I Look? Body Image Perceptions among University Students from England and Denmark. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 7, n. 2, p. 583, 2010.
- FERREIRA, M. C. Adaptação e Validação de um Instrumento de Avaliação da Satisfação com a Imagem Corporal 1 Adaptation and Validation of an Instrument for Evaluation of Body Image Satisfaction. n. 2, p. 141–149, 2002.
- GARDNER, R. M.; FRIEDMAN, B. N.; JACKSON, N. A. Methodological concerns when using silhouettes to measure body image. **Perceptual and Motor Skills**, v. 86, n. 2, p. 387–395, 31 ago. 1998.
- KAKESHITA, I. S. et al. Construção e Fidedignidade Teste-Reteste de Escalas de Silhuetas Brasileiras para Adultos e Crianças 1 A Figure Rating Scales for Brazilian Adults and Children: Development and Test-Retest Reliability. v. 25, n. 2, p. 263–270, 2009.
- LEONHARD, M. L.; BARRY, N. J. Body image and obesity: effects of gender and weight on perceptual measures of body image. **Addictive behaviors**, v. 23, n. 1, p. 31–34, jan. 1998.

Lima, P. J. R., Orlando, F. B., Teixeira, M. P., Castro, A. P., & Damasceno, V. O. Conjunto de silhuetas para avaliar a imagem corporal de participantes de musculação. **Revista Arq Sanny Pesq Saúde**, 26-30, 2008.

LIRA, A. G. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n. 3, p. 164–171, 1 jul. 2017.

Missagia, S. V. (2012). A influência dos valores alimentares e das atitudes no consumo de alimentos saudáveis. Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Lavras, Lavras, MG, Brasil.

PALLAN, M. J. et al. Body image, body dissatisfaction and weight status in south asian children: A cross-sectional study. **BMC Public Health**, v. 11, 2011.

PULVERS, K. M. et al. Development of a culturally relevant body image instrument among urban African Americans. **Obesity Research**, v. 12, n. 10, p. 1641–1651, 2004.

RAND, C. S. W.; RESNICK, J. L. The “good enough” body size as judged by people of varying age and weight. **Obesity research**, v. 8, n. 4, p. 309–316, 2000.

Rother, Edna Terezinha Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem* [online]. 2007, v. 20, n. 2 [Acessado 4 Maio 2022] , pp. v-vi. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>>. Epub 17 Jul 2007.

Slade, P. D. (1994). What is body image? . **Behaviour Research and Therapy**, 497-502.

STUNKARD AJ, SÖRENSEN T, SCHULSIGER F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In: Kety S, Roland L, Sidman R, Matthysse S, editors. **The genetics of neurological and psychiatric disorders**. New York: Raven Press; 1983. p. 115-120.

WILLIAMSON, D. A. et al. Body image assessment for obesity (BIA-O): development of a new procedure. **International Journal of Obesity** 2000 24:10, v. 24, n. 10, p. 1326–1332, 4 out. 2000.