

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E DA AUTOESTIMA DE ATLETAS AMPUTADOS

Michael Soares da Mata¹; Adriana Aparecida Ferreira de Souza²; Dirce Sanches Rodrigues³

1. Estudante do curso de Psicologia; e-mail: michael.psicologias@gmail.com
2. Professora da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: adrianaaf@umc.br
3. Professor orientador

Área de Conhecimento: **Psicologia do Esporte**

Palavras-Chave: Amputação; Autoimagem; Autoestima; Esporte Adaptado; Psicologia do Esporte.

INTRODUÇÃO

A amputação modifica a existência de uma pessoa, tendo esta que se adaptar, aprender a viver novamente, readaptando-se, assumindo uma nova perspectiva perante a sociedade (BATISTA e LUZ, 2012). Oliveira (2004) apud Seren & Tilio (2014) afirmam que quando o indivíduo se depara com uma incapacidade física, tende a apresentar isolamento social, perda da autoestima, podendo desenvolver comportamentos agressivos, que estão relacionados com seu processo de luto. Cash (1993) apud Almeida (2002) explica a imagem corporal como uma experiência psicológica de alguém, sobre a aparência e o funcionamento do próprio corpo. Os estudos sobre imagem corporal indicam prejuízos relacionados à insatisfação, depreciação, distorção e preocupação com a auto-imagem, todos eles sendo fortemente influenciados por fatores sócio-culturais. Segundo Secchi et al (2009), para se compreender o problema relacionado a percepção da imagem corporal, é preciso compreender além das relações da imagem de diferentes pessoas, as imagens corporais individuais de cada um. Entende-se por autoestima um conjunto de sentimentos e pensamentos do indivíduo sobre seu próprio valor, competência e adequação, que se reflete em uma atitude positiva ou negativa em relação a si mesmo (ROSENBERG, 1965, apud SBICIGO et al, 2010). A prática de atividades físicas regulares pode proporcionar ganhos positivos à saúde emocional do indivíduo, estando relacionada a melhora da percepção da autoestima e da imagem corporal, o que reforça para uma maior autonomia através da melhora da mobilidade física, e sensação de estar vivendo de forma mais saudável (GHORAYEB; BARROS; 1999, apud CRUZ et al 2012). Como uma das modalidades mais populares no Brasil, o futebol ganha um segmento que embora ainda não seja conhecido pelo público em geral, o futebol de amputados tem sido de grande auxílio na recuperação e reabilitação deste público. Esta modalidade exige do organismo um aumento metabólico, e no caso da amputação de membros inferiores aumenta de forma considerável o gasto energético da corrida e da caminhada, sendo o fator nutricional de grande importância na qualidade de vida e no desempenho destes jogadores (GOMES et al, 2005).

OBJETIVO GERAL

Este projeto teve como objetivo identificar a percepção da imagem corporal e da autoestima em indivíduos amputados atletas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar a autoestima e percepção da imagem corporal em indivíduos amputados atletas. Comparar a autoestima à percepção da imagem corporal.

MÉTODO

Foram participantes deste estudo 26 atletas masculinos amputados, com idade entre 16 e 47 (média=30 e desvio padrão=21,92), jogadores de uma equipe de futebol do Estado de São Paulo. Para avaliação da autoestima, foi utilizada a Escala de Autoestima de Rosenberg, que é constituída por 10 itens, sendo 5 itens formulados positivamente e 5 itens formulados negativamente, com conteúdo referente aos sentimentos de respeito e aceitação de si mesmo. Cada item é formulado por uma escala tipo Likert com as seguintes opções de resposta: discordo totalmente, discordo, indiferente, concordo e concordo totalmente, sendo solicitado aos participantes que escolhessem entre as opções a que melhor se enquadrasse em cada item. E para avaliar a imagem corporal, foi utilizada a Escala de Silhuetas para adultos de Stunkard adaptada por Kakeshita (2008), que consiste em uma escala com silhuetas, que representa uma sequência desde a magreza até a obesidade, o participante teve que escolher a silhueta que considerou semelhante à sua aparência real (Percepção da Imagem Corporal Real – PICR) e também a silhueta que acredita ser semelhante à sua aparência corporal ideal (Percepção da Imagem Corporal Ideal – PICI). Foi utilizado também um questionário sociodemográfico adaptado à atletas amputados com o intuito de obter o maior número de informações sobre a amostra. Foram corrigidos os instrumentos Escala de Autoestima de Rosenberg e Escala de Silhuetas de Stunkard e calculado média e desvio padrão e frequência e porcentagem, apresentados em tabelas. Em relação análise qualitativa, os dados foram discutidos à luz dos referenciais teóricos, baseado em revisão da bibliografia atualizada a respeito do tema.

RESULTADOS/DISCUSSÃO

Os participantes apresentaram uma média de idade de 30 anos, sendo que a maioria da amostra é composta por atletas com idade entre 25 e 34 anos. A média de altura dos atletas foi de 1,68m, com uma média de peso de 72,46kg. Do total de 26 voluntários, 88,46% relatam não possuir qualquer problema de saúde, e relataram não fazer uso de qualquer tipo de medicamento. Foram verificadas ainda informações sobre tratamento de saúde e 73,08% dos entrevistados disseram que não fazem qualquer tipo de tratamento de saúde. Destes atletas 61,54% responderam não estar submetidos a programas de reabilitação para amputados, e alguns consideraram o futebol como resposta, não realizando qualquer outro tipo de intervenção. Todos os participantes são praticantes de atividade física, em sua maioria descrevendo o futebol como principal prática. O estudo evidenciou que a maioria dos participantes (61,54%) não participou ou teve acesso a um programa de reabilitação pós amputação, o que pode comprometer em sua recuperação bem como sua autoestima, sendo neste caso o esporte o único meio de reabilitação destes atletas. Os resultados da escala de Rosenberg demonstram que a maioria dos participantes apresenta autoestima elevada (88,46%). Nos resultados da escala de Stunkard, observou-se que 65,38% dos atletas possuem uma distorção da percepção de sua imagem corporal se percebendo acima peso. Sobre a Percepção da Imagem Corporal Ideal (PICI), 38,46% disseram que gostariam de estar com um peso maior do que o atual, enquanto 34,62% apresentaram respostas de satisfação com a imagem corporal atual, e 26,92% dos atletas gostariam de perder peso. A prática desportiva pode proporcionar grandes benefícios à pessoas com deficiência, entre eles destacam-se diferentes formas de reabilitação sendo a física, psicológica e social as principais, a reabilitação promove melhora geral da aptidão física, ganhos como autoconfiança e independência, além de grande melhora na autoestima e autoconceito dos praticantes destas atividades (CARDOSO, 2011 apud OLIVEIRA et al, 2017). É de extrema importância o acompanhamento multidisciplinar à pessoas que passaram por amputações e que pretendem praticar alguma modalidade esportiva, sendo o médico o principal responsável

pela prevenção das doenças e possíveis lesões esportivas, bem como tratar e recuperar o atleta, sempre o reavaliando até o início de novas atividades físicas, além disso é necessário o acompanhamento do fisioterapeuta, fisiologista e psicólogo, para a liberação para os treinamentos físicos (VITAL et al, 2002). O estudo evidenciou a importância da família e/ou os grupos familiares na construção da autoimagem e da autoestima, pois além de serem fundamental na satisfação das necessidades básicas de seus membros, quando necessário, são fonte de suporte social e de cuidados. Ficou evidente que a prática esportiva promove grandes benefícios na saúde física e mental dos atletas. Estudos revelam que praticantes de atividades físicas demonstram menos tensão, depressão e fadiga mental que indivíduos sedentários, indicam melhora da imagem corporal, redução do estresse, insônia, ansiedade e do consumo de medicamentos, além de melhorar a cognição e a capacidade de socialização (BAVOSO et al., 2017).

CONCLUSÃO

Este estudo visou compreender os benefícios que o esporte proporciona ao sujeito que passou por uma amputação, visto as adversidades encontradas após a perda de um membro como altos níveis de ansiedade e depressão, dificuldades de adaptação no meio social e baixa autoestima de forma geral. Concluiu-se que a maioria dos atletas deste estudo são jovens, gozam de boa saúde, tem estatura média de 1,68m, possuem um relacionamento estável, apresentaram níveis de escolaridade com ensino médio completo e possuem renda de até dois salários mínimos. Além disso, os dados apontam que os participantes, mesmo não tendo frequentado programas de reabilitação, lidam bem com as dificuldades que podem surgir em razão da deficiência física e das limitações delas advindas, já que demonstraram uma autoestima elevada, conforme indicaram os resultados da escala de Rosenberg. Sobre a percepção da autoimagem, a escala de Stunkard adaptada por Kakeshita mostra que mais da metade da amostra se percebeu acima do seu peso atual, já a quantidade de atletas que demonstrou insatisfação com o próprio corpo, desejando ganhar ou perder peso, é menor que a metade, o que sugere que, embora os atletas possuam uma distorção de sua imagem corporal, eles demonstraram satisfação com sua autoimagem, o que contribui com os altos níveis de autoestima percebidos. Entende-se que é de extrema importância a ampliação de programas de incentivo à prática de esportes ou atividades físicas para pessoas que tiveram uma amputação, sendo o exercício físico uma necessidade que vai muito além da questão estética, sendo necessário a criação de políticas públicas que considerem a prática esportiva como uma questão de saúde e incentivem sua prática, e leve a população a perceber a importância de cuidar da mente e do corpo, e se conscientizar dos inúmeros os benefícios que a atividade física proporciona.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Graziela Aparecida Nogueira de; LOUREIRO, Sonia Regina; SANTOS, José Ernesto dos. A Imagem Corporal de Mulheres Morbidamente Obesas Avaliada através do Desenho da Figura Humana. 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/prc/v15n2/14352.pdf>> Acesso em 19/05/2017

BATISTA, Nancy Nay Leite de Araújo Loiola; LUZ, Maria Helena Barros de Araújo. Vivências de pessoas com diabetes e amputação de membros. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v65n2/v65n2a07.pdf>> Acesso em 16/05/2017.

BAVOSO, Daniel et al.. Motivação e autoestima relacionada à prática de atividade física em adultos e idosos. Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, v. 7, n. 2, 2018.

CRUZ, Mariana Silva; DE CASTRO GRANATO, Carolina Aparecida; DIAS, Gisele Pereira. A escalada esportiva utilizada por amputados de membro inferior como meio para integração social e desenvolvimento pessoal. Arquivos em Movimento, v. 8, n. 1, p. 7-21, 2012.

GOMES, Ainá Innocencio da silva; RIBEIRO, Beatriz Gonçalves; SOARES, Eliane de abreu. Caracterização nutricional de jogadores de elite de futebol de amputados. Rev Bras Med Esporte _ Vol. 11, Nº 1 – Jan/Fev, 2005.

KAKESHITA, Idalina Shiraishi. Adaptação e validação de escalas de silhuetas para crianças e adultos brasileiros. Ribeirão Preto: Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, 2008.

OLIVEIRA, Amália Rebouças de Paiva e; et al. Badminton e esporte adaptado para pessoas com deficiência: revisão sistemática da literatura. Revista da associação brasileira de atividade motora adaptada, v. 18, n. 1, 2017.

SBICIGO, Juliana Burges; BANDEIRA, Denise Ruschel; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR): validade fatorial e consistência interna. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pusf/v15n3/v15n3a12.pdf> Acesso em 21/05/2017.

SECCHI, Kenny; CAMARGO, Brigido Vizeu; BERTOLDO, Raquel Bohn. Percepção da Imagem Corporal e Representações Sociais do Corpo. 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n2/a11v25n2> Acesso em 22/05/2017.

SEREN, Renata; TILIO, Rafael De. As vivências do luto e seus estágios em pessoas amputadas. 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rspagesp/v15n1/v15n1a06.pdf> Acesso em 24/05/2017.

VITAL, Roberto et al.. Avaliação clínica dos atletas paraolímpicos. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 2002.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente ao professor e amigo Flávio Alves da Silva, que foi fundamental para que este projeto se tornasse possível, à professora Dirce Sanches Rodrigues por acreditar e colaborar no processo de desenvolvimento, a professora Adriana Aparecida Ferreira de Souza por confiar e por orientar todo processo, à Associação Atlética Acadêmica de Psicologia (AAAACCV) por inspirar esta pesquisa, e aos incríveis alunos e professores do Grupo de Estudos por todo acolhimento e colaboração na reta final desta incrível jornada.