

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**FORMAS DE AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM PESQUISAS
DESENVOLVIDAS NAS UNIVERSIDADES ESTADUAIS
DO ESTADO DE SÃO PAULO**

ÉRIKA DE SOUZA ZANATA

CAMPINAS- 2005

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**FORMAS DE AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM PESQUISAS
DESENVOLVIDAS NAS UNIVERSIDADES ESTADUAIS
DO ESTADO DE SÃO PAULO**

ÉRIKA DE SOUZA ZANATA

CAMPINAS- 2005



**FORMAS DE AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM PESQUISAS
DESENVOLVIDAS NAS UNIVERSIDADES ESTADUAIS
DO ESTADO DE SÃO PAULO**

Monografia apresentada à Faculdade de Educação Física
para obtenção do título de especialista em Atividade
Motora Adaptada Modalidade Extensão sob a orientação
da Professora Dra. Maria da Consolação Gomes Cunha
Fernandes Tavares.


Orientadora Prof^a. Dra.^ª Maria da Consolação G. C. F. Tavares.

Campinas-2005

AGRADECIMENTOS

À Deus, sempre presente em todos os momentos da minha vida, me iluminando e mostrando por onde seguir;

À minha família, pelo apoio em mais essa etapa de minha vida;

À minha orientadora, Maria da Consolação, por toda a amizade, ajuda, dedicação e incentivo na realização dessa pesquisa, o meu muitíssimo obrigado;

À todos os professores do curso de Especialização em Atividade Motora Adaptada, por transmitirem seus conhecimentos com todo o carinho e da melhor forma possível;

À Rose de São Carlos, por toda a convivência, viagens e cafés, quando o dia nem havia amanhecido; e também ao Luciano, por todas as caronas, o meu muito obrigado;

Ao André, que com toda a sua paciência e gentileza, me ajudou muito com todas as normas da ABNT;

E à todos os amigos que fiz durante o curso, por todos os momentos que passamos juntos. Saibam que aprendi muito com todos vocês! Obrigado por tudo!

DEDICATÓRIA

Dedico essa trabalho à Deus, que sempre ilumina meu caminhos, e à minha família, que sempre está comigo...

LISTA DE TABELAS

1. Número de referências encontradas nas bases de dados Acervus, Athenas e Delalus através da combinação das palavras chaves com data de 1990 a 2004..... 19
2. Número de referências encontradas nas bases de dados Acervus, Athenas e Delalus através da combinação das palavras chaves de estudos envolvendo a avaliação..... 20

LISTA DE ANEXOS

1. Quadro de análise dos dados gerais do Desenho da Figura Humana.....	37
2. Roteiro para auto-avaliação da imagem corporal (original).....	48
3. Roteiro para auto-avaliação da imagem corporal (adaptado).....	65
4. Questionário "A minha imagem corporal" (original).....	80
5. Questionário "A minha imagem corporal" (adaptado).....	83
6. Body Attitude Teste – BAT (original em inglês).....	86
7. Body Attitude Teste – BAT (original em Português).....	88
8. Body Attitude Teste – BAT (adaptado).....	90
9. Escala da catexe corporal (original).....	93
10. Superposição das escalas da catexe corporal.....	96
11. Body Shape Questionnaire – BSQ (original).....	99
12. Escala de satisfação corporal (original).....	103
13. Escala de satisfação corporal (adaptada).....	105
14. Roteiro de entrevista "Imaginário corporal de crianças".....	107
15. Roteiro de entrevista "Imagem corporal e laringectomia".....	109

SUMÁRIO

RESUMO.....	viii
ABSTRACT.....	ix
CAPITULO I	
1. Introdução.....	01
CAPITULO II	
2. Quadro Teórico.....	03
2.1. Imagem Corporal.....	03
2.1.1. Avaliação em imagem corporal.....	12
CAPÍTULO III	
3. Metodologia.....	17
CAPÍTULO IV	
4. Resultados e Discussão.....	19
4.1. Categoria de Pesquisa.....	21
4.2. Enfoque.....	22
4.3. População estudada.....	23
4.4. Instrumentos utilizados.....	23
CAPÍTULO V	
5. Considerações finais.....	30
Referências Bibliográficas.....	31
Anexos.....	36

RESUMO

Nos últimos anos o interesse pelos estudos relacionados à imagem corporal cresceu consideravelmente, gerando um aumento da quantidade e diversidade de pesquisas relacionadas ao tema, fazendo surgir uma multiplicidade de técnicas e procedimentos de avaliação. A maioria dessas técnicas, por não terem sido objeto de reflexões e validações sistematizadas, ainda não se mostram claramente delineadas, podendo muitas vezes acarretar confusão e interpretação equivocada dos resultados. O objetivo desse estudo foi o de investigar as formas de avaliação da imagem corporal utilizadas nas pesquisas das universidades públicas paulistas, a partir de uma pesquisa bibliográfica. O levantamento das referências foi feito nas bases de dados disponíveis via Internet: Delalus (Usp), Athena(Unesp) e Acervus(Unicamp). O material foi analisado através da elaboração de fichamentos, abrangendo a síntese das informações mais relevantes para a pesquisa, que foram sistematizadas nos seguintes aspectos: categoria de pesquisa, enfoque dado à avaliação, população estudada e instrumento de avaliação da imagem corporal utilizado. Embora constatando que houve uma grande produção de pesquisas relacionadas à imagem corporal nos últimos anos, notamos que existe falta de sistematização e uniformidade dos instrumentos de avaliação utilizados. Assim sendo, a avaliação em imagem corporal parece ser um campo fértil para que novas pesquisas sejam desenvolvidas, e a questão da avaliação é fundamental para que as investigações possam se desenvolver de forma coerente à dinâmica e complexidade do tema.

ABSTRACT

In the last years the interest for studies related the body image grew considerably, generating an increase in the amount and diversity of researches related to the theme, causing the appearance of a multiplicity of techniques and evaluation procedures. Most of those techniques, for they have not been object of reflection and systematized validations, still are not clearly delineated, ad sometimes can cause confusion and misinterpretation of the results. The objective of this study was to investigate the forms of evaluation of the body image used in the researches in public universities of Sao Paulo, starting from a bibliographical research. The rising of the references was made in the bases of available data: Delalus (Usp), Athena (Unesp) and Acervus (Unicamp). The material was analyzed through registers, including the synthesis of the most relevant information for the research, that were systematized in the following aspects: research category, focus given to the evaluation, studies population and instrument used for the body image evaluation. Although verifying that there was a great number of researches related to the body image in the last years, we noticed that there is a lack of systematization and uniformity of the evaluation instruments used. Therefore, the evaluation in body image seems to be a fertile field so that new researches are developed, and the subject of the evaluation is fundamental in order that the investigation can grow from a coherent way to the dynamics and complexity the theme.

I. INTRODUÇÃO

O interesse pelo estudo da imagem corporal data da virada do séc XX. As pesquisas tinham o envolvimento basicamente de neurologistas que desejavam investigar distúrbios de percepção corporal em seus pacientes com lesões no sistema nervoso central. O enfoque era principalmente no aspecto fisiológico, não havendo ainda uma clara noção da dimensão e complexidade do novo campo que se abria. (TAVARES, 2003; TURTELLI, 2002). Desde o início dessas pesquisas podia observar-se uma tendência desses pesquisadores a desenvolver seus estudos isoladamente, classificando comportamentos e utilizando nomenclaturas divergentes.

Nos últimos anos esse interesse cresceu consideravelmente, através do aumento da quantidade e diversidade de estudos relacionados à imagem corporal. Este tema é visto atualmente de forma mais abrangente, implicando em uma forma multifacetada de analisar a questão, onde vários aspectos (fisiológicos, psicológicos, sociológicos) influenciam e determinam seu desenvolvimento e estrutura.

Vemos atualmente um grande número de técnicas e procedimentos de avaliação da imagem corporal surgindo. A maioria dessas técnicas, embora bastante utilizados pelos pesquisadores, ainda não se mostram claramente delineadas, podendo muitas vezes acarretar confusão e interpretação equivocada dos resultados. Além disso, os pesquisadores têm focalizado a avaliação, em maior parte, no componente físico da imagem corporal, avaliando e interpretando dessa forma, apenas uma de suas muitas facetas. (THOMPSON et al, 1999).

Consideramos que os trabalhos acadêmicos produzidos nas universidades públicas paulistas sobre a imagem corporal devem refletir a forma como esse tema é visto neste meio. E as formas de avaliação devem ser relevantes para esta reflexão, além de abrir um leque de possibilidades sobre os caminhos para a investigação da imagem corporal.

O objetivo dessa pesquisa foi investigar as formas de avaliação da imagem corporal utilizadas nas pesquisas das universidades públicas paulistas, a partir de uma pesquisa bibliográfica.

II. QUADRO TEÒRICO

2. IMAGEM CORPORAL

De acordo com Ferreira (1986), a palavra imagem significa: representações dinâmicas, cinematográficas ou televisionadas, de pessoa, animal, objeto, cena, etc; representação exata ou analógica de um ser, de uma coisa; cópia; aquilo que evoca uma determinada coisa, por ter com ela semelhança ou relação simbólica; símbolo; representação mental de um objeto, de uma impressão, etc; lembrança, recordação; produto da imaginação, consciente ou inconsciente; manifestação sensível do abstrato ou do invisível.

Segundo Borges (1987) Imagem corporal, como o próprio nome diz, seria a imagem que o indivíduo tem de seu corpo.

Agg (1996) diz que a Imagem corporal é o esboço do corpo imaginário com estruturas cognitivas; é a representação do corpo e induz á existência do mesmo, e bem estruturada possibilita melhores relacionamentos com o mundo externo.

Price apud Pedrolo & Zago (1990) define a imagem corporal como sendo como nós nos sentimos e pensamos sobre o nosso corpo e a nossa aparência corporal, podendo ser compreendida por três elementos: realidade, apresentação e ideal do corpo.

Para Craic e Caterson apud Martins (1994) o conceito de imagem corporal pode ser entendido sob dois aspectos:

1-superfície, comprimento, e figura postural do corpo;

2-atitudes, emoções e reações dos indivíduos em relação aos seus corpos.

Já Melcherts Hurtado apud Pages (1995) define a imagem corporal como sendo a sensação que o indivíduo tem acerca de seu próprio corpo, como resultado da soma de suas experiências. É o produto da percepção, atitudes e valores que ele tem sobre seu ambiente. É também a experiência subjetiva que o indivíduo tem de seu corpo; síntese de todas as mensagens, de todos os estímulos e de todas as ações que permitem ao indivíduo diferenciar-se do mundo externo e de fazer-se como o eu, o sujeito de sua própria existência.

A Imagem do corpo, segundo Oliver (1995) é o conceito e a vivência que se constrói sobre o próprio corpo e que traz consigo o mundo humano das significações. Na imagem, estão presentes os afetos, os valores, a história pessoal marcada nos gestos, no olhar, no corpo que se move, que repousa, que simboliza. Por ser a imagem do nosso próprio corpo, de acordo com Tavares (2003), representa uma experiência essencialmente particular, que cada indivíduo vivencia de modo constante, dimensionando a partir dela o sentido de suas ações, percepções e o fluir de seus impulsos.

Schilder (1980) define a imagem corporal como sendo “a figuração do corpo em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual o corpo se apresenta para nós” (pg. 11). Ele a apresenta em três aspectos: a fisiológica (onde fazem parte aspectos orgânicos

relacionados com o movimento e a ação); a libidinal (relacionada com os aspectos afetivo, emocional, cognitivo e erótico); e a sociológica (onde estão relacionados aspectos sociais; o corpo na relação com outros corpos, levando em conta valores e costumes).

A formação da Imagem Corporal, de acordo com Schilder (1980), ocorre paralelamente ao desenvolvimento sensório motor, ou seja, nos primeiros anos. Ele nos fala que o primeiro contato que a criança tem com o mundo é corporal; durante esse período, ela estará começando a formar em sua mente, através dos processos sensoriais, a sua imagem corporal. Nesse sentido, Martins (1994) nos diz que a estruturação psíquica da criança se inicia em seu corpo, que é seu instrumento para sentir e agir, propiciando-lhe dados do mundo exterior e de si mesma.

Segundo Le Boulch (1983), na evolução da imagem corporal da criança, distingue-se três etapas:

- Corpo vivido (zero a três anos): O esqueleto de um “eu” é conquistado pela experiência motora global; a criança age por ensaios e erros;
- Discriminação perceptiva (três a sete anos): há uma integração de um corpo agindo no sentido de uma tomada de consciência de seu corpo com possibilidades de representação mental;
- Corpo representado (sete a doze anos): A criança vai progressivamente desempenhar de modo mais consciente a sua motricidade. Assim, a criança terá uma consciência de si em forma de imagem.

De acordo com Schilder (1980), não é fácil saber como se dá o desenvolvimento da Imagem Corporal, mas há motivos para se acreditar que existe um desenvolvimento interno mediado pela maturação e fatores internos do organismo que são relativamente independentes das experiências que determinam esta evolução. Entretanto, a maturação pode ter sua forma final a partir das experiências individuais, do treinamento e das atitudes emocionais, que vão determinar os traços mais específicos da Imagem Corporal. Com isso, podemos dizer então, que o desenvolvimento da Imagem Corporal é determinado por funções anatômicas, funcionais, e, sobretudo, psíquicas e da experiência.

Segundo Tavares (2003), o movimento faz parte do estado dinâmico do desenvolvimento da imagem corporal: o corpo percebe, e cada percepção conduz o corpo a uma outra perspectiva em relação ao mundo. Nesse constante processo de perceber e movimentar, o corpo vai se transformando e construindo sua identidade.

Schilder (1980) relata que a imagem corporal da criança irá tomar forma na escola através das experiências e do convívio que ela terá, sendo extremamente importante para isso que seu corpo possa se movimentar como um ser em expressão. Outros autores, como Martins (1994), Maximo (1998) e César (1999), também ressaltam em seus estudos a importância da experiência corporal da criança para a formação da sua imagem corporal.

Todo tipo de sensação contribui para a formação da Imagem Corporal. Uma forma de ajudar a formação desta é contato com o nosso corpo. As partes que mais tocamos se diferenciam das que menos tocamos e as que mais vemos se diferenciam

das que menos vemos. O desenvolvimento da imagem corporal depende em grande parte, da experiência e da atividade de cada indivíduo.

Embora exista uma experiência imediata da nossa Imagem Corporal, ela só se torna completa através do contato com a realidade externa. É desta forma que "movimento e ação são necessários para este desenvolvimento" (PENNA 1990, p.169).

Segundo Tavares (2003), o desenvolvimento de nossa identidade corporal está ligado à vivência e ao reconhecimento de nossas percepções, permitindo-nos uma constante coesão dessas percepções e a construção de um "eu corporal" verdadeiro.

Schilder (1980) nos diz que a dança, de um modo especial, é um método de transformar a Imagem Corporal e diminuir a rigidez de sua forma. Nesse sentido, de acordo com Anaruma (1995), existem várias pesquisas que chegaram à conclusão de que há uma diferença positiva na aceitação da Imagem Corporal entre as pessoas que fazem alguma atividade física em comparação com pessoas sedentárias, sendo esse dado verificado por Barbanti, Fletcher, Freedman, entre outros.

"Sem dúvida, a diminuição da rigidez da Imagem Corporal trará uma determinada atitude psíquica. Assim, o movimento influencia a Imagem Corporal e nos leva a uma mudança de atitude psíquica" (SCHILDER, 1980).

Frisando seu caráter plástico, Schilder (1980) fala que a Imagem corporal não é um fenômeno estático, e sim, adquirido, construído e estruturado num contato contínuo com o mundo, continuamente se auto destruindo e auto construindo, onde o modelo postural se modifica segundo as circunstâncias da vida. "É construída, desmanchada e reconstruída através dos processos de identificação, personificação e projeção" (p175).

Assim, mesmo que formemos nossa Imagem Corporal de acordo com nossas tendências e necessidades, ela sofre mudanças contínuas de acordo com nosso estado emocional do momento.

Capisano (1990) diz que a Imagem Corporal estrutura-se na mente, no contato consigo mesmo e com o mundo que o cerca; a estrutura final do modelo postural do corpo depende da situação global.

Segundo Schilder (1980), não há dúvidas de que nossas próprias atividades são insuficientes para construir a Imagem do Corpo. Os contatos de outros e o interesse que estes demonstram por partes do nosso corpo serão muito importantes para o desenvolvimento do modelo postural do nosso corpo. A dor, a disestesia, as zonas erógenas, e as ações de nossas mãos sobre o corpo, também são fatores importantes para a estruturação final da Imagem Corporal. Além disso, roupas, acessórios, pinturas corporais (tatuagem, maquiagens, etc), influenciam de modo particular a imagem do nosso corpo, ultrapassando seus limites.

Há uma conexão entre o nosso corpo e o do outro. Nosso modelo postural se relaciona com o modelo postural de outros corpos; a experiência da nossa Imagem Corporal e a experiência dos corpos dos outros são intimamente interligadas. Assim, segundo Schilder (1980), incorporamos partes de diversas imagens corporais e doamos partes de nossa própria imagem a outras pessoas, como também nossa atitude em relação às partes do nosso corpo pode ser determinada pelo interesse que as pessoas que nos cercam dão ao nosso corpo e também, pelo que essas pessoas fazem com

seus próprios corpos, sendo, assim considerada, a Imagem Corporal, um “fenômeno social” (Schilder, 1980).

Uma imagem corporal é sempre surpreendente nova, de acordo com Tavares (2003). Ao vivenciarmos uma imagem de nós mesmos, nosso corpo se modifica. E assim, novos impulsos, outras sensações, se conectam em uma nova organização corporal, se apresentando como outra imagem corporal. E assim, o corpo, interagindo com o mundo e consigo mesmo, mantém em contínua transformação nossa imagem corporal.

Freedman apud Anaruma (1995) explica que apesar da Imagem Corporal ser imaginária, ela pode ser vivida como algo tão real como nosso corpo. Como imagem, pode sofrer distorções; ou se acredita que certas partes do corpo são anormais, ou que suas formas e medidas são inadequadas.

“Se não aceitamos nosso corpo, há pouca chance de aceitarmos como somos”. (ANARUMA 1995).

De acordo com Sartori (1994) indivíduo que vive com a Imagem Corporal desfigurada do próprio corpo perde o contato real de seu meio e cria vários conflitos internos.

Segundo Anaruma (1995), os distúrbios da Imagem Corporal são sintomas de algumas doenças principalmente em relação a desordens alimentares. Entre elas temos a anorexia nervosa, que é caracterizada pela aparente inability de reconhecer a própria magreza, rejeitando o próprio corpo, e a bulimia, que se caracteriza por momentos de voracidade alimentar, seguidos por culpa, depressão, auto-indução do

vômito e/ou ingestão de laxantes para eliminar o que comeu. Indo mais além, Vallerio (1997) nos fala que os maiores picos de incidência de anorexia aparecem aos 14 e aos 17 anos, e que a bulimia é mais comum em garotas de 18 anos. Diz ainda, que 95% dos casos de anorexia e bulimia ocorrem entre mulheres.

É necessário, então, de acordo com Freedman apud Anaruma (1995) entender esse tipo de problema de Imagem Corporal distorcida, que tem como causa uma relação equívoca feita por muitas pessoas, entre os atrativos físicos e a insatisfação com a Imagem Corporal, por não perceberem que para estarem satisfeitas com sua Imagem, não precisam ser bonitas dentro de um padrão de beleza aceito socialmente.

A doença orgânica, de acordo com Schilder (1980), provoca sensações anormais, mudando imediatamente a imagem do corpo, do ponto de vista da figuração e do conteúdo libidinal. A alteração orgânica, então, está sempre ligada a uma modificação da Imagem Corporal.

Outra doença que tem como sintoma o distúrbio da Imagem Corporal, descrita por Schilder (1980) é a Esquizofrenia, onde pode ocorrer todo tipo de percepções, imaginações, e pensamentos bizarros a respeito do corpo. Os pacientes reclamam de terem sido transformados em alguma coisa; e também a hipocondria, que se refere a um aumento da libido narcisista em determinadas partes do corpo. O órgão hipocondríaco se comporta como um corpo independente. O indivíduo se defende contra a excessiva tensão libidinal do órgão hipocondríaco e tenta isolar o órgão doente para tratá-lo como um corpo estranho na Imagem Corporal. O principal sintoma é a sensação de estar doente.

Fazendo uma relação da imagem corporal e o narcisismo, Tavares (2003) nos diz que uma pessoa narcisista busca a todo tempo preservar uma imagem ideal, sendo escrava dela; nesse caminho, seu corpo real fica cada vez mais distante, através da tendência a desvalorizar e negar suas próprias limitações.

Toda vez que há distúrbios do modelo postural do corpo, os pacientes, segundo Schilder (1980), também tem dificuldades em reconhecer as diferentes partes dos corpos dos outros, ou seja, os modelos posturais dos seres humanos se associam entre si e quando não somos capazes de ter uma percepção verdadeira de nosso próprio corpo, também somos incapazes de perceber os corpos dos outros.

Sobre a imagem corporal de crianças que possuem distúrbios de aprendizagem, Fonseca (1981) fala que:

Essas crianças não conseguem integrar perceptiva, consciente e cognitivamente o seu corpo, não dispondo desse elemento fundamental de relação com o mundo exterior. A noção do corpo em todas as situações de exploração aparece usualmente inadequada (p.344).

Maximo (1998) nos fala que é em função do corpo e com o corpo que se aprende; quando o conhecimento de nosso próprio corpo é incompleto e defeituoso, todas as ações para as quais esse conhecimento é necessário serão defeituosas também. Assim, uma imagem corporal mal estruturada pode produzir um déficit na relação do sujeito-mundo refletindo-se no plano da motricidade, da percepção e da relação com os outros, influenciando os processo cognitivos, e em especial os de aprendizagem.

Existem várias maneiras de se resgatar a consciência e a Imagem Corporal, devolvendo-as para um maior conhecimento do ser. Uma das alternativas, de acordo com Agg (1996) é a arte-terapia, que traz esse resgate através de desenhos, pinturas, modelagens, etc que são usadas para refletir a imagem que o indivíduo tem de si.

2.1 Avaliação da Imagem Corporal

De acordo com Rodrigues (2002), o termo avaliação parece incomodar a muitos; desgastada pelo estigma que carrega, a palavra avaliação, quase sempre, sinaliza o limite entre o bom e o ruim, entre o competente e o desejável, entre o desejo individual e o desejo social. Na maioria das vezes, a sobreposição no ser ideal imaginário de excelência, segundo normas fictícias de realidade, é o paradigma que sustenta a maior parte das práticas avaliativas.

Muitos autores vêem na avaliação um objetivo único, o de detectar e, geralmente, classificar, sendo que os critérios geralmente utilizados consolidam e reforçam a função seletiva e disciplinadora. As informações obtidas por esses tipos de eventos avaliativos somatizam um distanciamento do indivíduo avaliado da realidade no qual ele está inserido, apontando reducionismos abstratos.

Uma verdadeira avaliação está além das exigências formais de conteúdo; ela ultrapassa os procedimentos técnicos burocráticos e não se concretiza por atitudes desintegradas, mas por ações inter-relacionadas.

Pensar no ato avaliativo sugere clareza, discernimento, opção, engajamento intencional e comprometimento. Nesse sentido, Kiss (1987) apresenta uma seqüência que considera fundamental para a operacionalização de uma avaliação:

- Formulação de objetivos e definições de atributos (o que avaliar)
- Determinação de condições (situações) e de critérios (com o que comparar)
- Seleção de procedimentos (como avaliar)
- Quantificação do atributo em unidades ou graus e interpretação dos resultados individuais ou do grupo, de acordo com os tipos de avaliação: diagnóstica, formativa e somativa (como comparar com o referencial escolhido).

Além disso, Giannichi apud Rodrigues (2002) esclarece que, para proceder a uma avaliação, deve-se ter claro alguns princípios:

- Esclarecer o que será avaliado inicialmente
- Selecionar as técnicas de avaliação em função dos objetivos
- Ponderar os pontos positivos e limitados das técnicas de avaliação empregadas
- Considerar uma variedade de técnicas para assegurar uma avaliação compreensiva.
- Conceber a avaliação um meio e não fim.

Segundo Thompson, Penner & Altabe (1999), as pesquisas sobre a imagem corporal, inicialmente, tratavam de desvios e distorções. Os avanços e as descobertas levaram os estudiosos a uma ampliação no seu campo de pesquisa, considerando inclusive o aspecto preventivo. Passando-se a investigar o corpo sadio e suas alterações, classificadas como doenças ou não, tornando o estudo rico e diversificado.

Tavares (2003) nos fala que a imagem corporal tem sido abordada sob diversas perspectivas. Embora as primeiras investigações a respeito da imagem corporal tenham surgido no contexto da neurologia, atualmente é um tema de interesse de muitos profissionais que atuam em diversas áreas, em especial os que lidam com o corpo humano e suas relações com o mundo.

A motivação e o interesse crescentes no estudo da imagem corporal geraram a produção de muitas pesquisas sobre o assunto, em diversas direções, fazendo surgir uma multiplicidade de técnicas e procedimentos de avaliação, conforme o problema em foco. Precisamos ter cuidado, entretanto, de acordo com Tavares (2003), em manter coerência no caminho da investigação e na interpretação dos resultados. Além disso, o fato de estarem disponíveis testes, medidas, observações, entre outros, sem validações sistematizadas, reflexões e análises contextualizadas, acaba levando os pesquisadores a atitudes seletivas e discriminatórias.

Há duas importantes tendências de pesquisas atualmente que caracterizam, segundo Tavares (2003), diferentes caminhos para as investigações:

- Pesquisa experimental: modelada pelas ciências naturais, é baseada em observações empíricas para explicar fatos e fazer previsões;
- Pesquisa qualitativa: é baseada nas ciências humanas e sociais, onde procura o significado dos fatos no contexto concreto que ocorrem; Essa abordagem parte do pressuposto que existe dinâmica relação entre o mundo real e o sujeito, onde o objeto não é um dado inerte e neutro, e sim, possuidor de significados e relações.

Thompson, Penner & Altabe (1999) analisaram muitos estudos desenvolvidos sobre a imagem corporal e classificaram como linhas de investigação:

- Percepção e avaliação da própria aparência corporal;
- Precisão da percepção do tamanho corporal;
- Precisão da percepção das sensações corporais;
- Habilidade de julgar a posição e valores dos limites do corpo;
- Distorções nas sensações corporais e experimentos associados à psicopatologia e danos cerebrais;
- Respostas para danos do corpo, perdas de partes e cirurgia;
- Respostas para vários procedimentos projetados para camuflar o corpo de alguma maneira, melhorando-o;
- Atitudes e sentimentos pertinentes à identidade sexual do seu corpo.

Os mesmos autores também catalogaram maneiras de estudar a imagem corporal através da avaliação de aspectos da aparência. São elas:

- Modelos de estimativa do corpo
- Procedimentos de ajustamento da imagem, figuras/ silhuetas;
- Questionários de medidas (cognitivas, escalas multidimensionais, medidas de estima e satisfação corporal, escalas de ansiedade, miscelânea).

Essas direções apontadas por Thompson, Penner & Altabe (1999) nos revelam a grande abrangência e a complexidade de se investigar a imagem corporal.

É fundamental para os pesquisadores a compreensão da dimensão ampla e complexa da imagem corporal. Entretanto, por ser este um fenômeno multifacetado,

dinâmico, plástico e volátil, temos que ter em mente que uma avaliação da imagem corporal se refere à identificação de alguns dos seus aspectos mais relevantes, mas jamais contemplará totalmente todas as suas variáveis. Nesse sentido “É importante reconhecer que não alcançaremos a dimensão total e completa do tema, o que não diminui o mérito dos desafios e das novas descobertas”. (Tavares, 2003 p.26)

III. METODOLOGIA

O estudo foi desenvolvido através da análise e interpretação de dados obtidos pela pesquisa bibliográfica. Segundo TAVARES (2000), esse tipo de pesquisa tem como finalidade o conhecimento das contribuições científicas a respeito de um determinado tema.

O Levantamento bibliográfico foi realizado nas bases de dados das universidades públicas, disponíveis via Internet: Delalus, Athena e Acervus.

Delalus

É a base de dados bibliográficos on-line da USP (Universidade de São Paulo). Compreende o sistema integrado de bibliotecas da USP. (SIBi). Pode ser acessada através do endereço "www.usp.br/sibi".

Athena

É o catalogo coletivo on-line das bibliotecas da Unesp (Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho"). Para acessá-lo, deve-se entrar no endereço "www.unesp.br".

Acervus

É a base de dados que reúne os acervos das bibliotecas setoriais da Unicamp (Universidade Estadual de Campinas). É acessada pelo endereço "www.unicamp.br/bc".

Fizemos o levantamento nas três bases de dados por assunto. Inicialmente utilizamos as seguintes palavras chaves: "imagem corporal", "imagem e corpo", "percepção corporal", "percepção e corpo", "consciência e corpo", "auto estima", "auto conceito", "esquema e corpo", "esquema corporal", "imagem postural", "modelo postural", "conceito e corpo", "conceito corporal", "representação e corpo" e "representação corporal". Essas palavras foram utilizadas, pois todos esses conceitos estão relacionados de alguma forma com o tema do estudo.

Posteriormente, limitamos mais as buscas, utilizando a combinação das palavras chaves com a data de 1990 a 2004, a fim de focalizarmos nosso estudo em pesquisas mais recentes. Em um terceiro momento, cruzamos a palavra chave "avaliação" com as demais.

Após o levantamento bibliográfico o material foi selecionado e estudado através da elaboração de fichamentos, abrangendo a síntese das principais idéias. De acordo com SEVERINO (2000), esse tipo de fichamento é chamado de "síntese de análise temática", onde tomamos contato direto com a mensagem do autor, sem intervir nela através de julgamentos pessoais ou de valor.

As informações mais relevantes para a pesquisa foram sistematizadas nos seguintes aspectos:

1. Categoria de pesquisa
2. Enfoque dado à avaliação
3. População estudada
4. Instrumento de avaliação da imagem corporal utilizado.

IV. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Tabela 1 expressa o número de referências encontradas nas três bases de dados, utilizando-se as palavras chaves com a delimitação da data de publicação de 1990 em diante.

TABELA 1 – Número de referências encontradas nas bases de dados Acervus, Athena e Delalus através da combinação das palavras chaves com data de 1990 a 2004.

PALAVRAS CHAVES	BASE DE DADOS: ACERVUS	BASE DE DADOS: ATHENA	BASE DE DADOS: DELALUS	TOTAL DE REFERÊNCIAS
imagem corporal	57	17	112	186
imagem e corpo	27	-	94	121
percepção corporal	04	-	41	45
percepção e corpo	04	-	84	88
consciência e corpo	03	-	43	46
consciência corporal	-	-	26	26
auto estima	10	-	97	107
autoconceito	04	-	66	70
esquema e corpo	-	-	12	12
esquema corporal	-	-	10	10
imagem postural	-	-	02	02
modelo postural	-	-	01	01
conceito e corpo	-	-	65	65
conceito corporal	-	-	16	16
representação e corpo	03	-	69	72
representação corporal	03	-	24	27
TOTAL DE REFERÊNCIAS	115	17	762	894

Como explicado anteriormente, optamos pela utilização dessas palavras chaves por esses conceitos estarem relacionados com o tema do estudo e delimitamos a data de publicação das referências, a fim de focalizarmos nosso estudo em pesquisas mais

recentes. Assim sendo, podemos observar na tabela 1 o grande número de referências encontradas de estudos envolvendo a imagem corporal produzidos na última década, sendo que do total, 85,2% pertencem à base Delalus, 12,9% à base Acervus e 1,9 à base Athena.

TABELA 2 – Número de referências encontradas nas bases de dados Acervus, Athena e Delalus através da combinação das palavras chaves de estudos envolvendo a avaliação.

PALAVRAS CHAVES	BASE DE DADOS: ACERVUS	BASE DE DADOS: ATHENA	BASE DE DADOS: DELALUS	TOTAL DE REFERÊNCIAS
imagem corporal	10	08	44	62
imagem e corpo	02	-	07	09
percepção corporal	01	-	07	08
percepção e corpo	-	-	06	06
consciência e corpo	-	-	-	-
consciência corporal	-	-	-	-
auto estima	02	-	09	11
autoconceito	02	-	08	10
esquema e corpo	-	-	-	-
esquema corporal	-	-	-	-
imagem postural	-	-	01	01
modelo postural	-	-	-	-
conceito e corpo	-	-	03	03
conceito corporal	-	-	03	03
representação e corpo	-	-	06	06
representação corporal	-	-	07	07
TOTAL DE REFERÊNCIAS	17	08	101	126

A tabela 2 mostra o número de referências encontradas nas bases de dados através da combinação das palavras chave "avaliação" com as demais. Fazendo uma comparação com os dados da tabela 1, observamos que apenas 14% dos estudos desenvolvidos na área da imagem corporal estão enfocando sua avaliação. Isso revela que apesar do grande número de estudos que foram desenvolvidos sobre a imagem

corporal nos últimos anos, ainda existe certa carência no que se refere ao aspecto da avaliação.

Verificamos também que muitas referências repetiam-se nas bases de dados e em diversas categorias de palavras-chaves. Assim sendo, dentro das 126 referências encontradas (mostradas na tabela 2), observou-se um total de 92 referências distintas.

Deste total de referências distintas, 26 eram de resumos de congresso, 12 de monografias de graduação e especialização, 25 de dissertações de mestrado, 13 de teses de doutorado e 1 de livre docência.

Foi realizado pelo EEB (empréstimo entre bibliotecas) o pedido de empréstimo de 66 trabalhos. Dentre eles, 7 não circulavam, 2 não estavam disponíveis na época do pedido e 11 não obtiveram retorno, resultando em 46 trabalhos recebidos. Analisamos esses trabalhos através da leitura e selecionamos para o fichamento as pesquisas que utilizaram algum método de avaliação da imagem corporal. Assim sendo, realizamos o fichamento de 26 trabalhos, abrangendo as seguintes informações: categoria de pesquisa, enfoque dado à avaliação, população estudada e o instrumento de avaliação da imagem corporal utilizado.

4.1 Categoria de Pesquisa

De acordo com Thomas & Nelson (2002), as pesquisas podem ser classificadas em 4 categorias (tipos): analítica, descritiva, experimental e qualitativa. Dentro dessa classificação, observamos que 100% das pesquisas analisadas são do tipo qualitativa, onde esse tipo de pesquisa se caracteriza, segundo Tavares (2000), “pelo vínculo

indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito” –p.29, além dos “...instrumentos de coleta de dados utilizados captarem as representações subjetivas dos participantes”. Isso significa que as pesquisas analisadas estão levando em conta a subjetividade do pesquisador e também dos participantes, além da dinâmica relação que existe entre eles e de cada um deles com o meio. Considerando a complexidade do tema e as propostas dos trabalhos analisados, a pesquisa qualitativa se mostrou adequada.

4.2 Enfoque

Faria Junior (1992) nos fala que as pesquisas em educação física podem apresentar diversos enfoques, que seriam: O filosófico, sócio-antropológico, biológico, promoção da saúde e o pedagógico. Diante disso, verificamos que 73% das pesquisas tinham um enfoque de promoção da saúde, 23% um enfoque pedagógico e 4 % um enfoque sócio-antropológico. Esse dado nos revela que ainda existe uma grande ênfase por parte dos pesquisadores, principalmente dentro da área de educação física, em direcionar seus estudos para o aspecto da promoção da saúde dos participantes. É necessário, entretanto, que esses pesquisadores também abordem, direcionem seus estudos para os outros enfoques relacionados com a imagem corporal, a fim de que não percam de vista a amplitude do fenômeno, tendo em mente as diferentes perspectivas de olhar para um mesmo fato.

4.3 População estudada

Com relação ao tipo de população estudada nas pesquisas, observamos que 65% avaliaram a imagem corporal de indivíduos adultos, em circunstâncias diversas. 19% avaliaram a imagem corporal de crianças, 8 % de adolescentes e jovens e 4% de Idosos. A maior opção pelo estudo da imagem corporal de adultos revela uma tendência dos pesquisadores, em relação ao tipo de população estudada, além de uma outra carência de estudos, principalmente em relação á população de Idosos.

4.4 Instrumentos utilizados

Os instrumentos de avaliação da imagem corporal encontrados nas pesquisas analisadas foram classificados em três categorias: Testes projetivos (54%), Questionários/Roteiros/Escalas (35%) e Entrevistas (11%).

Testes Projetivos – desenhos:

- Desenho da Figura Humana
(original de MACHOVER, 1956, apud VAN KOLCK, 1984) – anexo 1

Trata-se de uma técnica projetiva para o estudo da personalidade, idealizada por Karen Machover. O teste consiste no desenho de duas figuras humanas, numa folha de papel em branco, sem pauta, tamanho ofício, com lápis preto nº.2. Após o desenho de uma figura humana, apresenta-se outra folha onde a pessoa desenhará uma figura humana do outro sexo. Terminados os desenhos, deverá ser contada uma história acerca da pessoa desenhada, através do seguinte questionário: De que sexo é esta pessoa? Qual idade aproximada que você lhe daria? Que aparência tem? Como se

sente? Em que pensa? Quais as suas necessidades? Quais as suas qualidades? Quais os seus defeitos? Agora, olhando mais uma vez para o seu desenho, você gostaria de dizer mais alguma coisa?

A análise do desenho é baseada em um protocolo de avaliação e interpretação estabelecido por VAN KOLCK (1980), composto por 45 itens, que leva em conta três aspectos principais do desenho: aspectos gerais, estruturais, e de conteúdo.

Observamos em relação aos instrumentos de avaliação encontrados, uma ênfase na utilização de testes projetivos. Dentro dessa categoria, verificamos que o desenho da figura humana foi o único instrumento utilizado. Esse dado nos leva à questionar o porquê do teste da figura humana ser o único teste projetivo que está sendo usado. Em algumas pesquisas esse instrumento foi aplicado com procedimentos e descrições diferentes da forma como padronizou Van Kolck em 1980. Pensamos que isso pode criar confusão no significado dos resultados. Além disso, pode dificultar a comparação dos resultados das várias pesquisas.

Questionários/Roteiros/Escalas:

- ROTEIRO PARA AUTO-AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL
(Original de Lucy Penna, 1990) – anexo 2

Este roteiro foi criado por Lucy Penna, inicialmente para uma pesquisa com uma população de 120 jovens universitárias do sexo feminino, com a finalidade de permitir uma auto-avaliação dos principais aspectos da representação psicológica do corpo feminino. É auto aplicável e está organizado em vários temas. Recomenda-se que este

roteiro seja respondido em 2 sessões, por ser um pouco extenso, a fim de não causar cansaço.

- **ROTEIRO PARA AUTO-AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL**
(Adaptado do original de Lucy Penna, 1990, por ANARUMA, 1995) – anexo 3

ANARUMA (1995) realizou algumas adaptações no roteiro original, direcionando para sua pesquisa relacionada à obesidade. Teve como objetivo levantar questões e mobilizar o indivíduo para entrar em confronto com a imagem que faz de seu corpo, tocando nos aspectos bio-psico-sociais relacionados com a história de vida e do corpo.

- **QUESTIONÁRIO “A MINHA IMAGEM CORPORAL”**
(Original de David Rodrigues, 1999 apud LOVO) – anexo 4

O questionário aborda a imagem corporal de uma forma geral, não sendo direcionado inicialmente a nenhuma população específica. Focaliza a forma como a pessoa se vê e sente o corpo no momento da testagem e avalia questões referentes a seis itens, a saber: Condição Física, Habilidade Corporal, Saúde, Aparência, partes do corpo que o indivíduo mais gosta e menos gosta e coisas que modificaria para se sentir melhor com a aparência corporal.

- **QUESTIONÁRIO “A MINHA IMAGEM CORPORAL”**
(Adaptado do original de David Rodrigues, 1999, por LOVO, 2001) – anexo 5

LOVO (2001) realizou algumas adaptações no questionário original, com o objetivo direcionar o foco para sua pesquisa com portadores de deficiência (hemiplégicos).

- QUESTIONÁRIO "BODY ATTITUDE TEST (BAT)"
(Original em Inglês de PROBST, M; VADEREYCKEN, W; COPPENOLLE, H;
VANDERLINDEN, J., 1955 apud LOVO 2001) – anexo 6

Esse Teste de atitude corporal foi criado para pacientes com distúrbios alimentares, sendo inicialmente exclusivo para mulheres. Ele pode ser utilizado em pessoas que tenham problemas com a aparência corporal.

- QUESTIONÁRIO "BODY ATTITUDE TEST (BAT)"
(Original de PROBST, M; VADEREYCKEN, W; COPPENOLLE, H;
VANDERLINDEN, J., 1955 traduzido para o português por LOVO 2001) – anexo 7
- QUESTIONÁRIO "BODY ATTITUDE TEST (BAT)"
(Adaptado do original de PROBST, M; VADEREYCKEN, W; COPPENOLLE, H;
VANDERLINDEN, J., 1955 por LOVO 2001) – anexo 8

LOVO (2001) realizou algumas adaptações no questionário original, em questões que abordavam assuntos exclusivamente femininos relacionados à emagrecimento, com o objetivo direcionar o foco para sua pesquisa com portadores de deficiência (hemiplégicos).

- ESCALA DA CATEXE CORPORAL
(original de Secord e Jourard, 1953 apud BARBOSA 2003) – anexo 9

Essa escala foi desenvolvida por Secord e Jourard, composta por 46 itens, inicialmente com o objetivo de desenvolver um método de avaliação de sentimentos individuais em relação ao corpo.

- SUPERPOSIÇÃO DAS ESCALAS DE CATEXE CORPORAL
(Secord e Jourard, 1953, 1954 e Tucker 1981 por BARBOSA 2003) – anexo 10

A autora realizou a superposição de três escalas: a original, de 46 itens Secord e Jourard (1953), a de 40 itens, de um outro estudo de Secord e Jourard (1954) e a modificada, contendo também 40 itens, de um estudo de Tucker (1981), resultando em uma escala com 57 itens.

- **BODY SHAPE QUESTIONNAIRE - BSQ**
(original de Cooper *et al.*, 1987 apud CORDÁS, T. A; NEVES, J. E. P 1999) – anexo 11

Esse teste tem o objetivo de medir o grau das preocupações com a forma do corpo, a auto-depreciação devida à aparência física e à sensação de estar “gordo”. Ele consta de 34 itens e distingue dois aspectos específicos da Imagem Corporal: a exatidão da estimativa do tamanho corporal e os sentimentos em relação ao corpo (insatisfação ou desvalorização da forma física). Essa escala é muito útil para pacientes com transtornos alimentares.

- **ESCALA DE SATISFAÇÃO CORPORAL**
(original de BROW *et al* 1990 apud CONTI, 2002) – anexo 12

Essa escala tem como objetivo de identificar o grau de satisfação das áreas corporais. Ela aborda a imagem corporal de uma forma geral, não sendo direcionada inicialmente a nenhuma população específica. É auto-aplicável e compõe-se de 9 itens: rosto, cabelo, baixo, médio e alto dorso, tônus muscular, peso, altura e aparência geral. A avaliação varia de 1 (muito insatisfeito) a 5 (muito satisfeito).

- **ESCALA DE SATISFAÇÃO CORPORAL**
(original de BROW *et al* 1990, adaptada por LOLAND (1998) apud CONTI 2002) – anexo 13.

A escala de satisfação corporal adaptada por LOLAND (1998), abrange 6 novas áreas, totalizando assim 15 áreas a saber: rosto, cabelo, nádegas, quadril, coxas, pernas, estômago, cintura, seio/tórax, costas/ombros, braços, tônus muscular, peso, altura e todas as áreas, apresentando-se assim, de forma mais completa.

Nessa categoria de Questionários/Roteiros/Escalas, observamos que muitos pesquisadores realizaram adaptações nos instrumentos originais, revelando uma preocupação positiva em aproximá-los dos objetivos da pesquisa. Entretanto, é necessário ter cuidado para manter coerência nessas adaptações, a fim de não perdermos de vista o significado original do instrumento.

Entrevistas:

- ROTEIRO DE ENTREVISTA – “Imagem Corporal e Laringectomia” (PEDROLO, 2000) – anexo 14

Esse roteiro foi criado por PEDROLO (2000), em seu estudo com pessoas laringectomizadas. Tem como objetivo identificar as dimensões da imagem corporal atribuídas pelo laringectomizado, sendo norteado por três temas: apresentação do corpo, realidade do corpo, ideal do corpo.

- ROTEIRO DE ENTREVISTA – “Imaginário Corporal de crianças” (MARTINS, 1994) – anexo 15

Esse roteiro foi criado por MARTINS (1994), em seu estudo com crianças de oito a dez anos. Tem como objetivo verificar qual a imagem corporal que crianças formam sobre seu corpo.

Nessa categoria, observamos que são poucos os estudos que utilizam a entrevista como instrumento de avaliação da imagem corporal, o que revela uma necessidade de mais pesquisas a esse respeito.

V. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A imagem corporal é um fenômeno multifacetado inerente ao ser humano. Fica evidente para nós o quanto esse assunto é complexo e dinâmico. Avaliá-la em todas as suas variáveis, abordando a totalidade de sua dimensão é algo praticamente impossível, pois inevitavelmente seremos observadores de uma perspectiva de cada vez. Como bem diz Tavares (2003) “uma avaliação da imagem corporal se refere a identificação de alguns aspectos pertinentes, mas jamais contemplará totalmente a imagem corporal (p.25). Entretanto, independentemente da perspectiva adotada na pesquisa, a imagem corporal não deve ser reduzida a apenas um de seus aspectos. Para que não percamos de vista a natureza multifacetada desse fenômeno, devemos estar constantemente nos remetendo à dimensão do todo que lhe é intrínseca.

Embora constatando que houve uma grande produção de pesquisas relacionadas à imagem corporal nos últimos anos, notamos que ainda existe uma carência de estudos direcionados mais especificamente à avaliação, como também a falta de sistematização e uniformidade dos instrumentos utilizados.

Assim sendo, a avaliação em imagem corporal é um campo fértil para que novas pesquisas sejam desenvolvidas, levando em consideração a dinâmica e complexidade que o tema possui.

VII. REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS

AGG, K. Contato e improvisação: um caminho para o conhecimento e a expressão corporal. (Monografia) Rio Claro: Instituto de Biociências, UNESP, 1996.

ALMEIDA, G. A. N; LOUREIRO, S. R; SANTOS, J. E. A imagem corporal de mulheres morbidamente obesas avaliadas através do desenho da figura humana. Psicologia reflexão e crítica. v 15 n 2: Porto Alegre 2002.

ALMEIDA, L.A.B; MATSUMOTO, M. S; STEINER, A.L.F; SPINOLA, A. M. C. Síndrome de Turner: Avaliação psicológica e repercussões sobre a imagem corporal de pacientes pré-puberes. Brazilian Pediatric news. V. 3, n. 4, december 2001. (Publicação Oficial do departamento de pediatria da escola paulista de medicina da UNIFESP).

ANARUMA, S. M. Encontro com o corpo: Um programa de intervenção para pessoas com problemas de excesso de peso. (Tese de Doutorado).Campinas: Faculdade de Ciências Médicas, UNICAMP, 1995.

BALESTRA, Carmencita M. Aspectos da Imagem Corporal de Idosos praticantes e não praticantes de atividades físicas. (Dissertação de mestrado). Campinas: Faculdade de Ed. Física, Unicamp, 2002.

BARBOSA, Rita M. S. Avaliação da Catexe Corporal dos participantes do programa de Educação Física gerontológica da Universidade Federal do Amazonas. (Tese de doutorado) Faculdade de Educação Física: Unicamp, 2003.

BARROS, Daniela D. Estudo da Imagem Corporal da Mulher: Corpo (ir) real x Corpo real. (Dissertação de mestrado) Campinas: Faculdade Educação Física, Unicamp, 2001.

BORGES, C. j. Educação física para o pré - escolar. Rio de janeiro: Sprint, 1987.

CAPISANO, H.F. O corpo: visão psicodinâmica. Rio de Janeiro: Imago, 1990.

CÉSAR, C. F. Inserção da Educação Física escolar em um trabalho com crianças com distúrbios de aprendizagem. (Monografia). Rio Claro: Instituto de Biociências, 1999.

CONTI, M. A. Imagem corporal e estado nutricional de estudantes de uma escola particular. (Dissertação de mestrado) São Paulo: Faculdade de saúde pública, USP, 2002

CORDÁS, T. A; NEVES, J. E. P. Escalas de avaliação de transtornos alimentares. Revista de Psiquiatria Clínica (Edição on-line). Vol 16, nº 1, Jan/fev, 1999.

FABREGAS, M. N. Imagem corporal em pacientes com um quadro psicossomático (Dissertação de mestrado) São Paulo: Instituto de Psicologia, USP, 1999.

FARIA JUNIOR, A. G. Pesquisa em educação física: Enfoques e paradigmas. IN FARIA JUNIOR, A. G. Pesquisa e produção do conhecimento em educação física. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1992, p.13-33.

FERREIRA, A. B. H. Novo dicionário da língua portuguesa. 2º ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

FONSECA, V. Uma introdução às dificuldades aprendizagem. Lisboa: Editorial Notícias, 1981.

KIENAS, Karen. A Imagem corporal dos adeptos da musculação. (Monografia) Rio Claro: Departamento de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP, 1998.

KISS, M. A. P. D. Avaliação em Educação Física: aspectos biológicos e educacionais. São Paulo: Manole, 1983.

KOLCK, O. L. V; NEDER, C. R. A imagem corporal em tentativas de suicídio por ingestão de substâncias cáusticas. Revista Brasileira de pesquisa em psicologia. v 3 n 3 p 39-45 Set 2001.

LE BOULCH, J. A educação pelo movimento: a psicogenética na idade escolar. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983.

LOVO, Thais M. A. Adaptação e aplicação de questionários de imagem corporal em portadores de hemiplegia. (Monografia - especialização) Campinas: Faculdade de Educação Física, UNICAMP, 2001.

• MARTINS, A. N. A percepção do corpo: O imaginário corporal da criança de 8 a 10 anos. (Monografia). Rio Claro: Instituto de Biociências, UNESP, 1994.

• MELO, José P. Desenvolvimento da Consciência Corporal: uma experiência da Educação Física na idade pré-escolar. (Dissertação de mestrado). Campinas: Faculdade de Educação Física, Unicamp, 1994.

MIANA, A. N. A consciência corporal e a imagem corporal de indivíduos portadores de escoliose do ambulatório da faculdade de ciências e tecnologia da UNESP, campus de Presidente Prudente. (Monografia). Presidente Prudente: Faculdade de ciência e tecnologia, UNESP, 2001.

MOTTA, Raquel C. Avaliação da Imagem Corporal durante o processo de Rolfing. (Dissertação de mestrado) Campinas: Faculdade de Educação Física, Unicamp, 2003.

MAXIMO, I. M. N. S. Imagem Corporal: uma leitura psicopedagógica e clínica. São Paulo: Stilian, 1998.

OLIVEIRA, F. P; BOSI, M. L. M; VIGARIO, P. S. Comportamento alimentar e imagem corporal em atletas. Revista Brasileira de medicina do esporte. v 9 n 6: Niterói Nov e Dez 2003.

• OLIVIER, G. G. F. Um olhar sobre o esquema corporal, a imagem corporal, e a corporeidade. (Dissertação de Mestrado). Campinas: faculdade de educação física, UNICAMP, 1995.

• PAGES, S. A. A concepção de corpo nas diferentes faixas etárias. (Monografia). Rio Claro: Departamento de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP, 1995.

- PANDINI, A. L. R. Identidade Feminina e Imagem Corporal em mulheres hysterectomizadas. (Dissertação de mestrado) São Paulo: Instituto de Psicologia, USP, 1997.
- PEDROLO, F.T; ZAGO, M. M. F. A imagem corporal alterada do laringectomizado: resignação com a condição. Revista Brasileira de Cancerologia. V.46 n.4 p 407-15, 2000.
- PENNA, L. Imagem corporal: uma revisão seletiva da literatura. Psicologia. São Paulo, v.1, n.2. p 167-174, 1990.
- PRICE, B. Body image: nursing concepts and care. Great Britain: Prentice Hall, 1990.
- RODRIGUES, G. E. F. O método BPI (Bailarino-Pesquisador-Interprete) e o desenvolvimento da imagem corporal: reflexões que consideram o discurso de bailarinas que vivenciaram um processo baseado nesse método. (Tese de doutorado) Campinas: Instituto de Artes, Unicamp, 2003.
- RODRIGUES, G. M. Da avaliação à gestão do processo: uma proposta de instrumento para acompanhamento da inclusão contextualizada no transcorrer de atividades motoras. (Tese de doutorado) Campinas: Faculdade de Educação Física, Unicamp, 2002.
- ❖ SARTORI, A. L. Consciência corporal na escola de 2º grau – perspectiva dos alunos. (monografia). Rio Claro: Instituto de Biociências, 1994.
- SCHILDER, P. A imagem do corpo: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1987.
- SEVERINO, A. J. Metodologia do trabalho científico. 21ª ed. São Paulo: Cortez, 2000.
- TAVARES, M. C. G. C. Abordagem de pesquisa em atividade física adaptada. Campinas: CODESP, 2000.
- o TAVARES, M. C. G. C. Imagem corporal: conceito e desenvolvimento. Barueri: Manole, 2003.

THOMAS, J.R. & NELSON, J. K. Métodos de Pesquisa em Atividade Física. 3ª edição. Porto Alegre: Artmed, 2002.

THOMPSON, J. K.; PENNER, L. A.; ALTABE, M. N. Procedures, problems, and progress in the assessment of body image In: CASH, T. F. & PRUZINSKY, T. Body Images: Development, Deviance and change. New York: The Guilford Press, 1999.

TOSI, Silésia M. V. D. Imagem corporal de toxicômanos e esquizofrênicos. (Dissertação de mestrado) São Paulo: Instituto de Psicologia, USP, 1993.

TURTELLI, L.S; TAVARES, M. C. G. C. & DUARTE, E. Caminhos da pesquisa em imagem corporal na sua relação com o movimento. Revista Brasileira de ciências do esporte. V.24, n.1, p.151-166, 2002.

VALÉRIO, C. Beleza anoréxica. O Estado de São Paulo. São Paulo, 1º de agosto de 1997. Zap p.2-3.

VAN KOLCK, O. L. Testes projetivos gráficos no diagnóstico psicológico. São Paulo: EPU, 1984.

ZANATA, Érika S. A Imagem Corporal de bailarinos. (Monografia) Rio Claro: Departamento de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP, 2000.

ZANATA, Érika S. A Imagem Corporal de crianças com distúrbios de aprendizagem. (Monografia) Rio Claro: Departamento de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP, 2002.

LISTA DE ANEXOS

ANEXO I

Quadro de análise dos dados gerais do Desenho da Figura Humana

ANEXO II

Roteiro para auto-avaliação da imagem corporal (original)

ROTEIRO PARA AUTO-AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL
(Original de Lucy Penna, 1990)

Instruções à pessoa que vai responder:

Neste roteiro são feitas perguntas que pedem a sua auto-avaliação das partes do corpo, das funções corporais e da sua aparência como um todo. A finalidade do roteiro é trazer a oportunidade de tomar mais conhecida a representação psicológica que você faz do seu corpo. Ou seja, aquilo que se denomina a sua imagem corporal. Ela está intimamente associada às suas atitudes frente aos relacionamentos, ao seu tipo de trabalho e à vida geral.

Na maioria dos itens do roteiro, você deve marcar com um X a alternativa escolhida. Algumas vezes, é pedido que você responda com uma frase. Escreva então de maneira clara aquilo que vier espontaneamente ao seu espírito.

É importantíssimo não comentar as suas respostas com outras pessoas, enquanto estiver fazendo o roteiro.

1. Qual sua idade?

2. a) Você é brasileira?

b) Diga qual a naturalidade dos seus seguintes parentes:

- mãe: _____
- avós maternos: _____
- avós paternos: _____

3. Abaixo estão algumas afirmações e a respeito de cada uma delas gostaríamos de saber a sua opinião. Para responder assinale concordo ou discordo. Se estiver em dúvida, assinale o ponto de ?:

a) O corpo da mulher não foi feito para trabalhos pesados.

() concordo () discordo () ?

b) O que torna a vida da mulher mais difícil é a sua condição biológica

() concordo () discordo () ?

c) A amamentação torna os seios flácidos.

() concordo () discordo () ?

d) O homem tem, por natureza, necessidades sexuais mais urgentes do que a mulher.

() concordo () discordo () ?

e) A inexperiência sexual da mulher é desastrosa para o casamento.

() concordo () discordo () ?

f) A masturbação é um ato natural.

() concordo () discordo () ?

4. a) Está satisfeita com a sua saúde mental?

() não () razoavelmente () bastante

b) Faz algum tratamento médico atualmente?

() não () sim

Caso positivo, qual o tratamento?

c) Toma alguma medicação sob receita atualmente?

() não () sim

Qual? _____

d) Quanto à psicoterapia, você (assinale apenas uma alternativa):

() nunca fez () já fez () está fazendo () gostaria de fazer

e) Você apresenta atualmente algum problema de saúde em uma destas áreas?

	Não	Sim	Qual?
• boca	()	()	
• dentes	()	()	
• olhos	()	()	
• nariz	()	()	

- ouvidos () ()
- cabelos () ()
- pele do rosto () ()
- pele do corpo () ()
- garganta () ()
- braços () ()
- mãos () ()
- tórax () ()
- costas () ()
- coração () ()
- pulmões () ()
- estômago () ()
- fígado () ()
- vesícula biliar () ()
- intestinos () ()
- rins () ()
- ovários () ()
- órgãos genitais () ()
- pernas () ()
- joelhos () ()
- tornozelos () ()
- outra área () ()

5. A respeito do ciclo menstrual você:

a) Ficou menstruada pela primeira vez:

() entre 10 e 11 anos () entre 11 e 12 anos () com mais de 12 anos

b) como você se sentiu na sua primeira menstruação?

c) As suas primeiras menstruações foram acompanhadas de dores, cólicas ou outro sintoma desagradável?

☐ não ☐ um pouco ☐ muito

d) Atualmente observa a presença de:

	antes das regras	depois das regras
• Dores de cabeça	☐	☐
• Dores no corpo	☐	☐
• Tensão	☐	☐
• Irritabilidade	☐	☐
• Desejo sexual	☐	☐
• Cansaço	☐	☐
• Fraqueza	☐	☐

e) Costuma modificar as suas atividades por causa das regras?

☐ não ☐ somente no 1º dia ☐ em todos os dias

f) O seu ciclo menstrual é:

☐ irregular ☐ quase sempre regular ☐ sempre regular

6. Com relação ao seu ritmo de sono:

a) Levanta-se freqüentemente

☐ maldisposta ☐ bem-disposta

b) Atualmente você apresenta (pode assinalar mais de uma alternativa):

☐ sono agitado ☐ pesadelos ☐ sonambulismo ☐ ranger de dentes

☐ insônia no meio da noite ☐ dificuldade para adormecer

c) Lembra-se dos seus sonhos

☐ nunca ☐ raramente ☐ freqüentemente

d) Já utilizou de algum sonho (pode assinalar mais de uma resposta):

☐ para solucionar um problema ☐ como inspiração artística ou literária

☐ para auto-conhecimento

e) Normalmente, o que lhe chama mais atenção nos seus sonhos?

7. a) Você usa bebidas alcoólicas? De que tipo?

b) Você fuma?

c) Está usando atualmente alguns desses produtos:

- anticoncepcionais
- estimulantes
- barbitúricos (Luminal, Gardenal, Nembutal, Fenobarbital, etc)
- tranqüilizantes (Valium, Diazepan, Mandrix, Miltow, Aldol)
- maconha
- cocaína
- heroína
- morfina
- LSD
- Remédios para emagrecer

8. Apresentamos a seguir algumas reações que são freqüentemente encontradas entre as pessoas. Responda de acordo com aquilo que costuma acontecer com você (pode assinalar mais de uma alternativa):

- () tem dores de cabeça freqüentemente
- () sente dormência nos pés ou nas mãos
- () cora com facilidade
- () tem ataques de riso ou choro sem motivo aparente
- () sente muitas vezes dores musculares
- () tem reações alérgicas a picadas de insetos
- () tem rinite alérgica ou espirra muito

- () fica resfriada com frequência
- () as mãos e/ou pés estão habitualmente úmidos
- () as mãos e/ou pés estão habitualmente frios
- () transpira muito sem ter realizado exercício físico
- () tem enxaqueca
- () sente náusea ou enjôo de vez em quando
- () habitualmente tem azia no estômago
- () costuma comer mais quando fica nervosa
- () apresenta necessidade de arrotar diariamente
- () fica Habitualmente com prisão de ventre
- () tem diarreia com facilidade
- () seu coração dispara sem motivo, batendo irregularmente
- () costuma ver manchas pretas ao levantar rapidamente
- () fica facilmente com tonturas
- () sente falta de ar quando está nervosa
- () tem às vezes a impressão de que há uma bola na garganta
- () sente um aperto sufocando o peito
- () tem tremedeira quando está nervosa
- () suas mãos costumam tremer levemente
- () sente-se de vez em quando angustiada
- () nota que está habitualmente tensa
- () rói as unhas
- () gagueja quando está nervosa
- () tem alguma área de sensibilidade nos pés

9. a) Atualmente está praticando esportes, faz ginástica ou outra forma de exercício físico?

() não () sim

b) Qual a forma de atividade corporal que está praticando?

c) Você está fazendo novas amizades através dessa atividade?

d) O que você acha da frase mens sana *in corpore sano*?

e) Você pratica (ou já praticou recentemente):

☐ fotografia ☐ desenho ou pintura ☐ escultura ou cerâmica

☐ teatro ou cinema ☐ dança ☐ música

f) Qual a importância que tem pra você a(s) atividade(s) mencionada(s) na questão anterior?

10. Quanto à aparência, você se acha:

a) atraente?

☐ não ☐ levemente atraente ☐ muito atraente

b) bonita?

☐ não ☐ levemente bonita ☐ muito bonita

c) quanto ao seu peso?

☐ magra ☐ tendendo para o normal ☐ normal

☐ tendendo para gorda ☐ gorda

d) Quanto à cor de sua pele?

☐ branca ☐ levemente morena ☐ morena

☐ mulata ☐ negra

e) freqüenta o salão de beleza?

☐ nunca ☐ semanalmente ou quinzenalmente ☐ outro

f) muda a cor de seus cabelos?

☐ nunca ☐ às vezes ☐ regularmente

Nas questões abaixo você pode assinalar mais de uma alternativa:

g) costuma usar pintura? Onde?

h) quais desses produtos de beleza se incluem no seu uso diário:

- () cremes hidratantes ou nutritivos () creme rejuvenescedor
() loção para a pele do rosto () xampu e/ou cremes para os cabelos
() cosméticos

i) você gosta de usar:

- () brincos () anéis () correntes () colares
() enfeites de roupas () lenços coloridos

j) há alguma jóia ou enfeite, exceto aliança, que você usa sem tirar em nenhuma situação?

- () não () sim

Qual?

k) Você faria atualmente uma cirurgia plástica para melhorar sua aparência?

- () não () sim () ?

l) Em caso afirmativo, qual área do corpo que você gostaria de modificar e por que?

11. Satisfação com as proporções do corpo

a) Satisfação com as proporções atuais:

A seguir você encontrará uma relação de diversas áreas do seu corpo.

Considere o quanto está ou não satisfeita com o *tamanho* destas áreas.

Responda fazendo um círculo ao redor do número que representar o seu grau de satisfação com a área mencionada.

Escolha segundo a escala abaixo:

Insatisfação			Satisfação		
1	2	3	4	5	
muito	pouco	nem um nem outro	pouco	muito	
• altura		1 2 3	4 5		
• peso		1 2 3	4 5		
• cabeça		1 2 3	4 5		
• boca		1 2 3	4 5		
• comprimento do nariz		1 2 3	4 5		
• comprimento do pescoço		1 2 3	4 5		
• largura dos ombros		1 2 3	4 5		
• braços		1 2 3	4 5		
• mãos		1 2 3	4 5		
• busto		1 2 3	4 5		
• cintura		1 2 3	4 5		
• quadris		1 2 3	4 5		
• coxas		1 2 3	4 5		
• barriga da perna		1 2 3	4 5		
• tornozelos		1 2 3	4 5		
• pés		1 2 3	4 5		

b) Proporções idealizadas

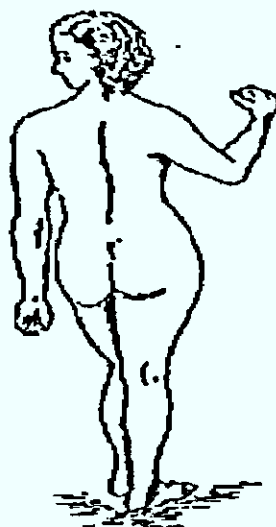
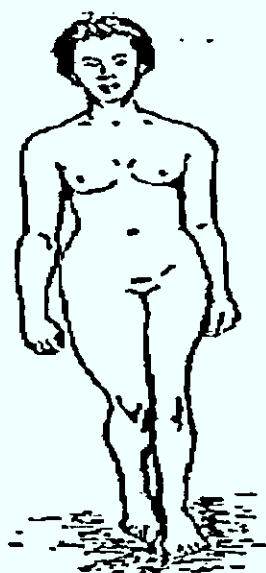
Como desejaria que fosse o tamanho ideal dessas áreas? Marque com um X na coluna correspondente à sua escolha:

O TAMANHO IDEAL DEVERIA SER:

	menor que o atual	igual ao atual	maior que o atual
• altura	()	()	()
• peso	()	()	()
• cabeça	()	()	()
• boca	()	()	()
• comprimento do nariz	()	()	()
• comprimento do pescoço	()	()	()
• largura dos ombros	()	()	()
• braços	()	()	()
• mãos	()	()	()
• busto	()	()	()
• cintura	()	()	()
• quadris	()	()	()
• coxas	()	()	()
• barriga da perna	()	()	()
• tornozelos	()	()	()
• pés	()	()	()

12. Desenhe as suas QUEIXAS

- Frequentemente, as pessoas se queixam de dores que reaparecem nas mesmas regiões do corpo. Mostre, nas figuras adiante, onde você costuma ter dores ou outros sintomas desagradáveis, caso os tenha.
 - Faça isso, sombreando a área correspondente do desenho.
- Nas linhas seguintes, dê o nome das áreas sombreadas e escreva o que você costuma sentir em cada uma delas.



Nessa parte (ou órgão)

Costumo sentir:

1.

1.

2.

2.

3.

3.

4.

4.

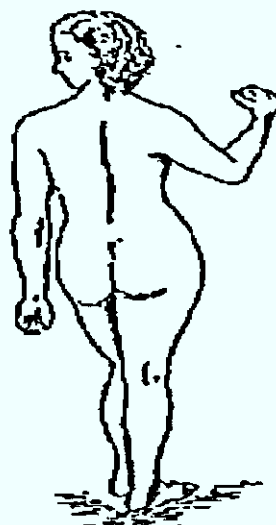
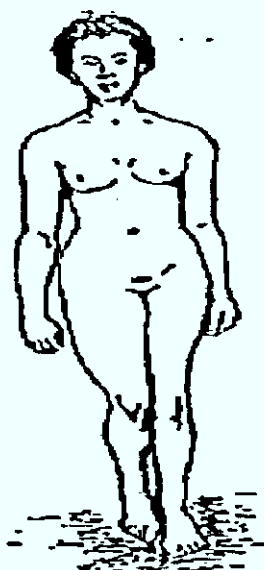
5.

5.

13. Desenhe as suas insatisfações:

- Uma parte das questões respondidas até aqui pode ser agora resumida. Sem voltar atrás em suas respostas, comece esta segunda parte do Roteiro avaliando as áreas do seu corpo das quais você não gosta ou gosta menos que as outras.

- Primeiramente, faça um sombreado nas áreas dos desenhos que correspondem às partes do seu corpo que você menos aprecia. Depois, escreva qual o motivo pelo qual você gosta menos ou não gosta de tais partes.



Nessa parte (ou órgão)

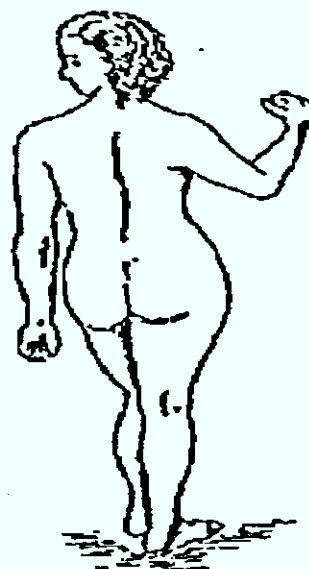
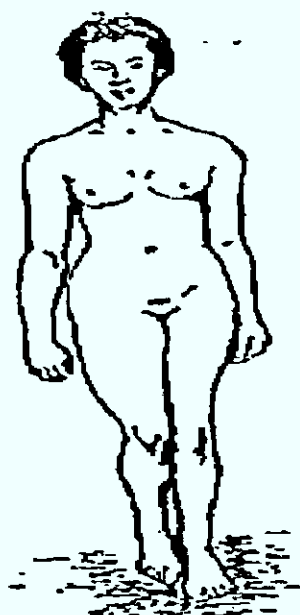
Costumo sentir:

1. _____	1. _____
2. _____	2. _____
3. _____	3. _____
4. _____	4. _____
5. _____	5. _____

13. Desenhe as suas insatisfações:

- Uma parte das questões respondidas até aqui pode ser agora resumida. Sem voltar atrás em suas respostas, comece esta segunda parte do Roteiro avaliando as áreas do seu corpo das quais você não gosta ou gosta menos que as outras.

- Primeiramente, faça um sombreado nas áreas dos desenhos que correspondem às partes do seu corpo que você menos aprecia. Depois, escreva qual o motivo pelo qual você gosta menos ou não gosta de tais partes.



Desta parte do corpo(cite)

Não gosto porque::

1. _____

1. _____

2. _____

2. _____

3. _____

3. _____

4. _____

4. _____

5. _____

5. _____

14. Complete as frases abaixo:

a) Normalmente, o que as outras pessoas costumam reparar na sua aparência?

• Homens: _____

• Mulheres: _____

b) Quando noto que estou sendo observada por uma pessoa desconhecida,
geralmente me sinto:

• Se for homem: _____

- Se for mulher:

c) Não gosto que me vejam quando estou:

d) Você pensa que o olhar pode transmitir a emoção?

() algumas vezes, acho que sim () nunca notei isto

() quase sempre, sim () sempre, mesmo que as pessoas não o percebam

e) Geralmente, você prefere evitar o olhar das pessoas com quem está conversando?

f) Complete as frases abaixo:

- Sinto prazer em olhar para outra pessoa quando ela
-

- Fico nervosa ou inquieta ao olhar para uma outra pessoa quando ela
-

g) Quando você está emocionada, freqüentemente:

() tem vontade chorar, mas não consegue () costuma chorar quase sempre

() não tem vontade de chorar () se estiver em público, não chora

15. a) Você é casada ou convive com um companheiro?

() não () sim

Há quanto tempo?

b) Você tem atualmente namorado ou noivo?

() não () sim

c) O seu primeiro namoro começou aos _____ anos.

d) A sua experiência sexual começou com a idade de _____.

e) A primeira relação sexual teve como parceiro aquele que era o
seu _____

f) Atualmente você (pode assinalar mais de uma alternativa):

() não mantém relações sexuais

☐ mantém relações sexuais regularmente com uma mesma pessoa

☐ tem relações eventualmente, sem estar compromissada.

g) Você considera que o relacionamento homossexual é (assinale apenas uma alternativa):

☐ aceitável ☐ normal ☐ desajustado ☐ doentio

☐ outro: qual? _____

h) Esta sua opinião aplica-se:

☐ às mulheres em geral ☐ aos homens em geral

☐ aos homens e mulheres em geral

i) Com relação ao orgasmo, você te percebido que:

☐ até hoje não teve orgasmo realmente

☐ acontece, mas só raramente

☐ é muito difícil de ser alcançado

☐ normalmente você consegue o orgasmo

☐ tem orgasmo quando se masturba

☐ geralmente não depende dos seus sentimentos

☐ é preciso que o parceiro seja experiente

☐ é difícil que aconteça junto com o do parceiro

☐ o orgasmo do seu parceiro é diferente do seu

☐ a sua satisfação depende mais de você mesma

☐ o orgasmo pode variar de intensidade

☐ gostaria de soltar-se mais livremente

☐ você gostaria de ter experiência com outros homens

☐ não costuma pensar em questões como estas

j) Descreva o que tem sido mais significativo para você nas suas relações afetivas e sexuais:

Os itens seguintes são sobre a maternidade. Responda caso você já tenha ficado grávida alguma vez.

a) Você tem filhos?

☐ não ☐ um ☐ dois ☐ mais de dois

b) Já fez aborto?

☐ não ☐ sim. Quantos?

c) O período da gestação levado a termo foi:

☐ muito tranqüilo ☐ tranqüilo ☐ difícil

☐ muito difícil ☐ não aconteceu ainda

d) Na sua primeira gravidez você:

☐ sentiu-se mais atraente ou bonita

☐ teve problemas com o pai de seu filho

☐ teve problemas graves de saúde

☐ tentou aborto

☐ sentiu-se desprotegida

☐ sentiu que realizava um desejo seu

☐ manteve relações sexuais regularmente

☐ teve problemas com seus pais

☐ teve problemas nos estudos

☐ você gostou de estar esperando um filho

☐ sentiu-se amada pelo pai de seu filho

☐ teve um parto normal

☐ teve um parto difícil

☐ fez cesariana

e) Você amamentou o seu filho?

☐ não ☐ sim – Por quanto tempo?

f) Conte em poucas palavras como é a sua experiência de cuidar da família e ao mesmo tempo estar trabalhando e/ou estudando. Se não tem filhos ou se abortou, conte como se sente a este respeito.

a) Você pratica alguma religião?

() não () sim. Qual?

b) Você participa de algum grupo com tendência espiritualista?

() não () sim. Qual?

e) Como você percebe a tendência espiritual do ser humano?

ANEXO III

Roteiro para auto-avaliação da imagem corporal (adaptado)

ROTEIRO PARA AUTO-AVALIAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL
(Adaptado do original de Lucy Penna, 1990, por ANARUMA, 1995)

Instruções à pessoa que vai responder:

Neste roteiro são feitas perguntas que pedem a sua avaliação sobre seu corpo. A finalidade do roteiro é trazer a oportunidade de tornar mais conhecida a representação que você faz do seu corpo, ou seja, a sua imagem corporal.

A imagem corporal é a representação mental do corpo. É como o corpo aparece para nós, como o sentimos, avaliamos, amamos ou rejeitamos. Nós estamos constantemente dando valores às partes do corpo e a ele como um todo. Assim, achamos que a boca é bonita, os olhos são alegres e, também, que uma pessoa é feia, e assim por diante.

Algumas vezes é pedido para você deve marcar com um X a alternativa escolhida. Outras vezes, para você escrever. Faça de maneira clara e sincera..

É importante, que, por enquanto, não comente as suas respostas com outras pessoas, para que você não se influencie por elas e responda aquilo que realmente está sentindo.

Não deixe de responder a cada uma das questões.

t. a) Você é brasileiro (a)?

b) Diga qual a naturalidade de:

- mãe: _____
- seu país: _____

2. a) Está satisfeita com a sua saúde mental?

() não () razoavelmente () bastante

b) Faz algum tratamento médico atualmente?

() não () sim

Caso positivo, qual o tratamento?

c) Toma alguma medicação sob receita atualmente?

() não () sim

Qual? _____

3. Você já passou por algum tipo de tratamento psicológico (psicoterapia):

() nunca fez () já fez

() está fazendo () gostaria de fazer

4. Você apresenta atualmente algum problema de saúde em uma destas áreas?

	Não	Sim	Qual?
• boca	()	()	
• dentes	()	()	
• olhos	()	()	
• nariz	()	()	
• ouvidos	()	()	
• cabelos	()	()	
• pele do rosto	()	()	
• pele do corpo	()	()	
• garganta	()	()	
• braços	()	()	
• mãos	()	()	
• tórax	()	()	
• costas	()	()	
• coração	()	()	
• pulmões	()	()	

- estômago () ()
- fígado () ()
- vesícula biliar () ()
- intestinos () ()
- rins () ()
- ovários () ()
- órgãos genitais () ()
- pernas () ()
- joelhos () ()
- tornozelos () ()
- outra área () ()

5. Quanto ao ciclo menstrual :

a) Ficou menstruada pela primeira vez:

() entre 10 e 11 anos () entre 11 e 12 anos () com mais de 12 anos

b) As suas primeiras menstruações foram acompanhadas de dores, cólicas ou outro sintoma desagradável?

() não () um pouco () muito

c) Atualmente observa a presença de:

	antes da menstruação	depois
• Dores de cabeça	()	()
• Dores no corpo	()	()
• Tensão	()	()
• Irritabilidade	()	()
• Desejo sexual	()	()
• Cansaço	()	()
• Fraqueza	()	()

d) Você costuma modificar seus hábitos durante a menstruação?

() não () somente no 1º dia () em todos os dias

e) O seu ciclo menstrual é:

☐ irregular ☐ quase sempre regular ☐ sempre regular

f) Como se sentiu na sua primeira menstruação?.....

6. Com relação ao seu ritmo de sono:

a) Levanta-se freqüentemente

☐ mal disposto ☐ bem disposto

b) Atualmente você apresenta (pode assinalar mais de uma alternativa):

☐ sono agitado ☐ pesadelos

☐ sonambulismo ☐ ranger de dentes

☐ insônia no meio da noite ☐ dificuldade para adormecer

c) Lembra-se de seu sonhos

☐ nunca ☐ raramente ☐ de vez em quando ☐ freqüentemente

d) Já utilizou de algum sonho (pode assinalar mais de uma resposta):

☐ para solucionar um problema

☐ como inspiração artística ou literária

☐ para auto-conhecimento

7. Você usa bebidas alcoólicas? De que tipo?

Cerveja, chope

☐ não ☐ às vezes ☐ freqüentemente

Aperitivos, caipirinhas, batidas

☐ não ☐ às vezes ☐ freqüentemente

vinhos, licores

☐ não ☐ às vezes ☐ freqüentemente

uísque, rum, vodka, conhaque

☐ não ☐ às vezes ☐ freqüentemente

8. Você fuma?

☐ não ☐ até um maço por dia

☐ de um a dois maços por dia ☐ mais de dois maços por dia

10. Assinale com que freqüência você tem se utilizado dos seguintes produtos:

	No passado 1 a 2/várias	No presente 1 a 2/várias	Nunca
() vitaminas	()	()	()
() anticoncepcionais	()	()	()
() calmantes	()	()	()
() excitantes	()	()	()
() estimulantes	()	()	()
() barbitúricos *	()	()	()
() tranqüilizantes**	()	()	()
() diuréticos	()	()	()
() laxantes	()	()	()
() Remédios para emagrecer***	()	()	()
() maconha	()	()	()
() cocaína	()	()	()
() morfina	()	()	()

Alguns nomes comerciais desses produtos:

* Luminal, Gardenal, Nembutal, Fenobarbital

** Valium, Diazepan, Mandrix, Milton, Aldol, Loraz

*** Hipofagin, Inibex, Obesil

11. Apresentamos a seguir algumas reações que são freqüentemente encontradas entre as pessoas. Responda de acordo com aquilo que costuma acontecer com você (pode assinalar mais de uma alternativa):

- () tem dores de cabeça freqüentemente
- () sente dormência nos pés ou nas mãos
- () cora com facilidade
- () tem ataques de riso ou choro sem motivo aparente
- () sente muitas vezes dores musculares

- () tem reações alérgicas a picadas de insetos
- () tem rinite alérgica ou espirra muito
- () fica resfriado com frequência
- () as mãos e/ou pés estão habitualmente úmidos
- () as mãos e/ou pés estão habitualmente frios
- () transpira muito sem ter realizado exercício físico
- () tem enxaqueca
- () sente náusea ou enjôo de vez em quando
- () habitualmente tem azia no estômago
- () costuma comer mais quando fica nervoso
- () apresenta necessidade de arrotar diariamente
- () fica Habitualmente com prisão de ventre
- () tem diarreia com facilidade
- () seu coração dispara sem motivo, batendo irregularmente
- () costuma ver manchas pretas ao levantar rapidamente
- () fica facilmente com tonturas
- () sente falta de ar quando está nervoso
- () tem às vezes a impressão de que há uma bola na garganta
- () sente um aperto sufocando o peito
- () tem tremedeira quando está nervosa
- () suas mãos costumam tremer levemente
- () sente-se de vez em quando angustiado
- () nota que está habitualmente tenso
- () rói as unhas
- () gagueja quando está nervoso
- () tem alguma área de sensibilidade nos pele

11. Sobre a atividade física

- a) Atualmente está praticando esportes, faz ginástica ou outra forma de exercício físico?

() não () sim

Qual?.....

b) Que importância você atribui à prática de um exercício físico constante?

() nenhuma () pouca () muita () fundamental

c) Como você justifica a sua resposta anterior sobre a importância do exercício físico (pode assinalar mais de uma alternativa)

() a sociedade valoriza a pessoa que tem o corpo bem feito

() " mente sadia em corpo sadio"

() o esporte prejudica as formas femininas

() transpirar é deselegante

() mulher que faz muito exercício acaba ficando masculinizada

() é bom quando for ginástica modeladora

() ballet, expressão corporal e dança são mais femininos

() é uma condição para o equilíbrio biopsíquico

() é uma maneira de fazer amizades

() movimentar-se melhor é uma forma de auto-conhecimento

() a mulher tem de saber ser agressiva e competir

() outro:.....

12. Quanto à aparência, você se acha:

a) atraente? () levemente atraente () muito atraente ()

b) bonita? Não () levemente bonito () muito bonito ()

c) quanto ao seu peso?

() magro () tendendo para o normal () normal

() tendendo para gordo () gordo

d) Quanto à cor de sua pele?

() branca () levemente morena () morena

() mulata () negra

e) freqüenta o salão de beleza?

() nunca () às vezes () regularmente

f) muda a cor de seus cabelos?

☐ nunca ☐ às vezes ☐ regularmente

Nas questões abaixo você pode assinalar mais de uma alternativa:

g) costuma usar pintura?

☐ no rosto ☐ nas unhas das mãos ☐ nas unhas dos pés

☐ em outra área do corpo

h) Qual área do rosto que você procura realçar através dos cosméticos, quando faz uso deste?

☐ os olhos ☐ a boca ☐ as faces ☐ o nariz

i) quais desses produtos de beleza se incluem no seu uso diário:

☐ cremes hidratantes ou nutritivos

☐ creme rejuvenescedor

☐ loções para a pele do rosto

☐ xampu e/ou cremes para os cabelos

☐ cosméticos

j) você gosta de usar:

☐ brincos

☐ anéis

☐ correntes

☐ colares

☐ enfeites na roupa

☐ lenços coloridos

k) há alguma jóia ou enfeite, exceto aliança, que você usa sem tirar em nenhuma situação?

☐ não

☐ sim

Qual? _____

l) Você faria atualmente uma cirurgia plástica para melhorar sua aparência?

☐ não

☐ sim

☐ ?

m) Em caso afirmativo, qual área do corpo que você gostaria de modificar e por que? _____

n) Normalmente, o que as outras pessoas costumam reparar na sua aparência?

• Homens: _____

• Mulheres: _____

13. a) Você é casada (o)?

() não () sim

Há quanto tempo?

b) Caso não seja casada, convive com um companheiro(a)?

() não () sim

Há quanto tempo?

c) Você tem atualmente namorado ou noivo?

() não () sim

d) Qual a importância que você dá para a sexualidade em sua vida afetiva?

() nenhuma () pouca () muita () decisiva

e) Sua experiência sexual começou com a idade deanos, e seu (sua) parceiro(a) foi.....

f) Atualmente você (pode assinalar mais de uma alternativa):

() não mantém relações sexuais

() mantém relações sexuais regularmente com a mesma pessoa

() tem relações eventualmente, sem estar comprometido(a)

g) Considera que o relacionamento homossexual é (assinale apenas uma alternativa):

() aceitável () normal

() desajustado () doentio

() outro: qual? _____

h) Esta sua opinião aplica-se:

- ☐ às mulheres em geral ☐ aos homens em geral
☐ aos homens e mulheres em geral

i) Com relação ao orgasmo, você te percebido que:

- ☐ acontece, mas raramente
☐ até hoje não teve orgasmo realmente
☐ é muito difícil de ser alcançado
☐ é preciso que o parceiro seja experiente
☐ normalmente você consegue o orgasmo
☐ tem orgasmo quando se masturba
☐ geralmente o orgasmo não depende dos seus sentimentos com o parceiro
☐ no início foi mais difícil, agora acontece quase sempre
☐ é difícil que aconteça junto com o do parceiro
☐ o orgasmo do seu parceiro é diferente do seu
☐ a sua satisfação depende mais de você mesma
☐ o orgasmo pode variar de intensidade
☐ gostaria de soltar-se mais livremente
☐ você gostaria de ter experiência com outros homens
☐ não costuma pensar em questões como estas

j) Descreva o que tem sido mais importante para você nas suas relações afetivas e sexuais:.....

14. a) Você diria que é uma pessoa que curte o ato de olhar para as pessoas e o mundo, de um modo geral?

- ☐ não ☐ sim

b) Você pratica (ou já praticou) recentemente:

- ☐ Fotografia ☐ Desenho ou pintura ☐ teatro ou cinema
☐ escultura ou cerâmica ☐ dança ☐ música

c) Complete as frases abaixo:

- Quando noto que estou sendo observado(a) por uma pessoa desconhecida geralmente me sinto:

• Se for homem:

• Se for mulher:

- Não gosto que me vejam quando estou:

d) Você pensa que o olhar pode transmitir a emoção?

() algumas vezes, acho que sim () nunca notei isto

() quase sempre, sim

() sempre, mesmo que as pessoas não o percebam

e) Geralmente, você prefere evitar o olhar das pessoas com quem está conversando?

() sim () não

f) Complete as frases abaixo:

• Sinto prazer em olhar para outra pessoa quando ela

• Fico nervoso(a) ou inquieto(a) ao olhar para uma outra pessoa quando ela

g) Quando estou emocionado(a), freqüentemente:

() tenho vontade chorar, mas não consigo () costumo chorar quase sempre

() não tenho vontade de chorar () se estiver em público, não choro

15. Situe seus hábitos de relacionamento:

15.1 Há determinadas áreas do seu corpo onde não costuma permitir o contato direto?

a) só com os colegas homens (mulheres):

- em público:.....

- a sós:.....

15.2 Há certas áreas do seu corpo onde não gosta de ser acariciada pelo seu esposo, companheiro, noivo ou namorado?

a) em público:

() não () sim

Quais?.....

b) na intimidade

() não () sim

Quais?.....

2ª PARTE

16. Satisfação com as proporções do corpo:

a) Satisfação com as proporções atuais:

A seguir você encontrará uma relação de diversas áreas do seu corpo. Considere o quanto está ou não satisfeita com o **TAMANHO** destas áreas. Responda fazendo um círculo ao redor do número:

1	2	3	4	5
mu	pouco	neutro	pouco	mu
Insatisfeita	nem um nem outro		satisfeita	

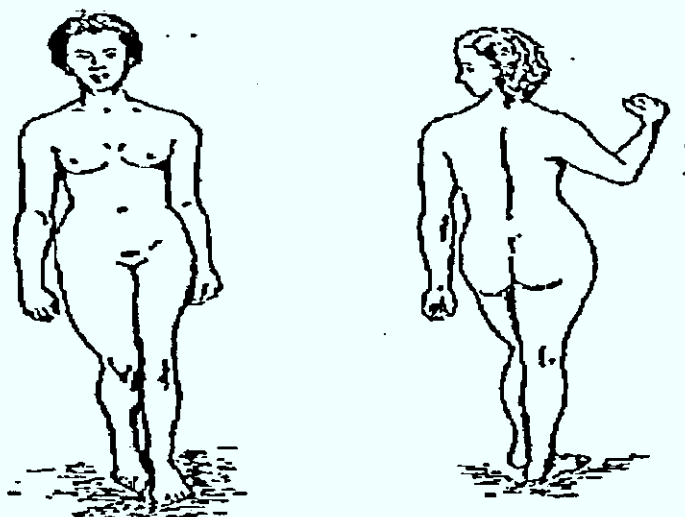
	Grau de satisfação com o tamanho atual					O tamanho ideal deveria ser:		
	1	2	3	4	5	menor	igual	maior
• altura	1	2	3	4	5	()	()	()
• peso	1	2	3	4	5	()	()	()
• cabeça	1	2	3	4	5	()	()	()
• boca	1	2	3	4	5	()	()	()
• comprimento do nariz	1	2	3	4	5	()	()	()
• comprimento do pescoço	1	2	3	4	5	()	()	()

• largura dos ombros	1	2	3	4	5	()	()	()
• braços	1	2	3	4	5	()	()	()
• mãos	1	2	3	4	5	()	()	()
• busto	1	2	3	4	5	()	()	()
• cintura	1	2	3	4	5	()	()	()
• quadris	1	2	3	4	5	()	()	()
• coxas	1	2	3	4	5	()	()	()
• barriga da perna	1	2	3	4	5	()	()	()
• tornozelos	1	2	3	4	5	()	()	()
• pés	1	2	3	4	5	()	()	()

17. GRÁFICO DE SINTOMAS E DA APRECIAÇÃO DO PRÓPRIO CORPO

a) Frequentemente, as pessoas se queixam de dores que reaparecem nas mesmas regiões do corpo. Mostre, nesta figura, onde tem dor ou outra sensação desagradável habitualmente, caso as tenha. Faça isso, sombreando a área correspondente no desenho, com um lápis ou uma caneta.

Depois, escreva o nome das áreas que você sombreou e diga o que costuma sentir em cada uma delas.



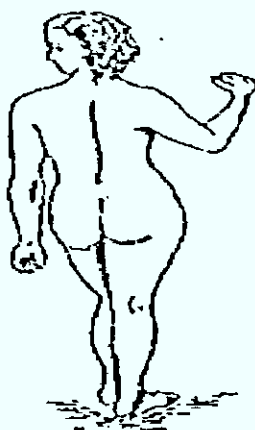
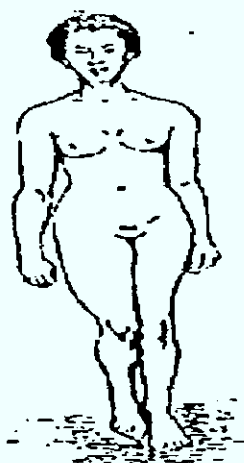
Nessa parte (ou órgão)	Costumo sentir:
1. _____	1. _____
2. _____	2. _____
3. _____	3. _____
4. _____	4. _____
5. _____	5. _____

18. GRÁFICO DE SINTOMAS E DA APRECIÇÃO DO PRÓPRIO CORPO

Determinadas partes do corpo podem ser menos apreciadas do que as outras, por diversas razões.

No desenho abaixo, mostre com um sombreamento aquelas partes do seu corpo das quais você não gosta ou gosta menos que as outras.

Depois, escreva o nome das áreas sombreadas e diga qual sua crítica sobre elas.



Desta parte do corpo(cite)	Não gosto porque::
1. _____	1. _____
2. _____	2. _____

ANEXO IV

Questionário “A minha imagem corporal” (original)

QUESTIONÁRIO "A MINHA IMAGEM CORPORAL"

(Original de David Rodrigues, 1999)

- Este questionário visa saber qual é sua opinião sobre a sua imagem Corporal.
- Deve responder tomando em atenção como vê e sente o seu corpo presentemente.

Marque 0 quando achar que é um aspecto mais fraco em você

Marque 1 quando você concordar com a frase.

Marque 2 quando achar que é um aspecto mais forte em você

Faça um X em cima da opção que melhor corresponde ao que sente e vê seu corpo.

Idade: **Sexo:** **Identificação:**

	Aspecto mais fraco	Concordo	Aspecto mais forte
1. Condição Física			
1.2 Sinto que tenho força física	0	1	2
1.3 Sou capaz de me deslocar rapidamente	0	1	2
1.4 Sou resistente à fadiga física	0	1	2
1.5 O meu corpo é flexível	0	1	2
2. Habilidade Corporal			
2.1 Tenho habilidade para dançar	0	1	2
2.2 Tenho habilidade para jogos	0	1	2
2.3 Tenho habilidade manual	0	1	2
2.4 Aprendo facilmente diferentes gestos	0	1	2
3. Saúde			
3.1.a Sinto-me bem disposto	0	1	2
3.1.b Sinto-me com vigor	0	1	2
3.2.a Sinto-me assustado pela doença	0	1	2
3.2.b Sinto-me assustado com possibilidade de adoecer.	0	1	2
3.2.c Sinto-me assustado com a possibilidade de ter uma incapacidade	0	1	2
3.3.a Sou resistente à doença	0	1	2
3.3.b Não me sinto assustado com a possibilidade de adoecer	0	1	2
3.4.a Tenho uma boa saúde	0	1	2
3.4.b Tenho confiança em meu corpo	0	1	2
4. Aparência			
4.1 Gosto da maneira como me visto	0	1	2

4.2 Cuido da minha aparência cotidiana	0	1	2
4.3 Sinto-me atrativo para pessoas do outro sexo	0	1	2
4.4 Sinto-me bem com o meu corpo	0	1	2

5. O que gosto mais e menos no meu corpo

Assinale com sinal (+) as partes do seu corpo que mais gosta e com sinal (-) as Partes que menos gosta. Não há necessidade de assinalar todas.

Cabelo
 Olhos
 Nariz
 Orelha
 Boca
 Lábios
 Dentes
 Rosto
 Braços
 Mãos
 Unhas
 Peito
 Seios
 Abdômen
 Nádegas
 Costas
 Quadril
 Coxas
 Joelhos
 Pernas
 Pés
 A minha altura
 O meu volume corporal

6. Três coisas que eu modificaria para me sentir melhor com a minha aparência corporal.

ANEXO V

Questionário “A minha imagem corporal” (adaptado)

QUESTIONÁRIO "A MINHA IMAGEM CORPORAL"

(Adaptado do original de David Rodrigues, 1999, por LOVO, 2001)

- Este questionário visa saber qual é sua opinião sobre a sua imagem Corporal.
- Deve responder tomando em atenção como vê e sente o seu corpo presentemente.

Faça um X em cima da opção que melhor corresponde ao que sente e vê seu corpo.

0 = Nunca

1 = Raramente

2 = Às vezes

3 = Frequentemente

4 = Geralmente

5 = Sempre

Idade: Sexo: Identificação:

1. Condição Física

1.1 Sinto que tenho força física	0	1	2	3	4	5
1.2 Sou capaz de me deslocar rapidamente	0	1	2	3	4	5
1.3 Sou resistente à fadiga física	0	1	2	3	4	5
1.4 O meu corpo é flexível	0	1	2	3	4	5

2. Habilidade Corporal

2.1 Tenho habilidade para dançar	0	1	2	3	4	5
2.2 Tenho habilidade para jogos	0	1	2	3	4	5
2.3 Tenho habilidade manual	0	1	2	3	4	5
2.4 Aprendo facilmente diferentes gestos	0	1	2	3	4	5

3. Saúde

3.1.a Sinto-me bem disposto	0	1	2	3	4	5
3.1.b Sinto-me com vigor	0	1	2	3	4	5
3.2.a Sinto-me assustado pela doença	0	1	2	3	4	5
3.2.b Sinto-me assustado com possibilidade de adoecer.	0	1	2	3	4	5
3.2.c Sinto-me assustado com a possibilidade de ter uma incapacidade	0	1	2	3	4	5
3.3.a Sou resistente à doença	0	1	2	3	4	5
3.4.a Tenho uma boa saúde	0	1	2	3	4	5
3.4.b Tenho confiança em meu corpo	0	1	2	3	4	5

4. Aparência

4.1 Gosto da maneira como me visto	0	1	2	3	4	5
4.2 Cuido da minha aparência cotidiana	0	1	2	3	4	5
4.3 Sinto-me atrativo para pessoas do outro sexo	0	1	2	3	4	5
4.4 Sinto-me bem com o meu corpo	0	1	2	3	4	5

5. O que gosto mais e menos no meu corpo

Assinale com sinal (+) as partes do seu corpo que mais gosta e com sinal (-) as Partes que menos gosta. Não há necessidade de assinalar todas.

Cabelo
Olhos
Nariz
Orelha
Boca
Lábios
Dentes
Rosto
Braços
Mãos
Unhas
Peito
Seios
Abdômen
Nádegas
Costas
Quadril
Coxas
Joelhos
Pernas
Pés

A minha altura

O meu volume corporal

6. Três coisas que eu modificaria para me sentir melhor com a minha aparência corporal.

ANEXO VI

Body Attitude Teste – BAT (original em inglês)

QUESTIONÁRIO "BODY ATTITUDE TEST (BAT)"
(Original em Inglês)

Items

1. When I compare myself with my peer's bodies, I'm dissatisfied with my own
2. My body appears to be a numb thing
3. My hips seem too broad to me
4. I feel comfortable within my own body
5. I have a strong desire to be thinner
6. I think my breasts are too large
7. I'm inclined to hide my body (for example by loose clothing)
8. When I look at myself in the mirror, I'm dissatisfied with own body
9. It's easy for me to relax physically
10. I think I'm too thick
11. I feel my body as a burden
12. My body appears as if it's not mine
13. Some parts of my body look swollen
14. My body is a threat for me
15. My bodily appearance is very important to me
16. My belly looks as if I'm pregnant
17. I feel tense in my body
18. I envy others for their physical appearance
19. There are things going on in my body that frighten me
20. I'm observing my appearance in the mirror

SCORING

With the exception of the negatively keyed items (4 and 9), items are scored as follows:

Always = 5, Usually = 4, Often = 3, Sometimes = 2, Rarely = 1, Never = 0.

ANEXO VII

Body Attitude Teste – BAT (original – traduzido para o Português)

ANEXO VII

Body Attitude Teste – BAT (original – traduzido para o Português)

QUESTIONÁRIO “BODY ATTITUDE TEST (BAT)”
(Original – traduzido para o português)

Itens

1. Quando eu comparo minhas partes do corpo, estou insatisfeito comigo mesmo
2. Meu corpo se apresenta como uma coisa entorpecida, paralisada.
3. Meus quadris parecem muito largos.
4. Me sinto confortável dentro do meu próprio corpo.
5. Tenho um forte desejo de emagrecer, afinar.
6. Eu acho meus seios muito volumosos.
7. Tenho uma tendência a esconder meu corpo, com roupas folgadas, por exemplo.
8. Quando olho para mim mesmo no espelho, estou insatisfeito com meu próprio corpo.
9. É fácil para eu relaxar fisicamente.
10. Acho que estou muito gordo.
11. Sinto meu corpo como um peso.
12. Meu corpo parece como se não fosse meu.
13. Algumas partes do meu corpo parecem inchadas.
14. Meu corpo é como uma ameaça para mim.
15. Minha aparência corporal é muito importante para mim.
16. Minha barriga parece como se eu estivesse grávida.
17. Sinto tensão por todo o meu corpo.
18. Eu invejo os outros por sua aparência física.
19. Há coisas ocorrendo em meu corpo que me assustam, amedrontam.
20. Eu fico observando minha aparência no espelho.

PONTUAÇÃO

With the exception of the negatively keyed items (4 and 9), items are scored as follows:

Sempre = 5, Geralmente = 4, Frequentemente = 3, Às vezes = 2, Raramente = 1, Nunca = 0.

ANEXO VIII

Body Attitude Teste – BAT (adaptado)

QUESTIONÁRIO "BODY ATTITUDE TEST (BAT)"
 (Adaptado do original por LOVO 2001)

Idade: sexo:

0 = Nunca
 1 = Raramente
 2 = Às vezes
 3 = Frequentemente
 4 = Geralmente
 5 = Sempre

- | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|
| 1. Quando eu me comparo com minhas partes do corpo, eu estou insatisfeito comigo mesmo | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Meu corpo se apresenta como uma coisa entorpecida, paralisada | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Meu braço parece que não faz parte do meu corpo | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Eu me sinto confortável dentro do meu próprio corpo | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Eu tenho vontade de mudar meu jeito de andar | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Eu acho que minhas pernas estão finas | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Eu tenho uma tendência a esconder meu corpo | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Quando olho para mim mesmo no espelho, estou insatisfeito com meu próprio corpo | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. É fácil para eu relaxar fisicamente | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Parece que meu corpo está dividido em 2 metades | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Sinto meu corpo como um peso | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Meu corpo parece como se não fosse meu | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. Algumas partes do meu corpo parecem inchadas. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

14. Meu corpo é como uma ameaça para mim.	0	1	2	3	4	5
15. Minha aparência corporal é muito importante para mim.	0	1	2	3	4	5
16. Minha barriga parece grande, exagerada...	0	1	2	3	4	5
17. Eu sinto meu corpo tenso	0	1	2	3	4	5
18. Eu invejo os outros por sua aparência física.	0	1	2	3	4	5
19. Há coisas ocorrendo em meu corpo que me assustam, amedrontam.	0	1	2	3	4	5
20. Eu fico observando minha aparência no espelho.	0	1	2	3	4	5

ANEXO IX

Escala da catexe corporal (original)

ESCALA DA CATEXE CORPORAL
(original de Secord e Jourard, 1953 apud BARBOSA 2003).

Nome:

Sexo:

Idade:

Responda marcando com um X o número que concorda para você:

1. Tenho um forte sentimento de desejo de mudança
2. Não gosto, mas posso conviver.
3. Não tenho particular sentimento sobre uma coisa ou outra
4. Estou satisfeito.
5. Considero-me muito satisfeito

Nº	ITENS	1	2	3	4	5
01	Cabelos					
02	Compleição facial					
03	Apetite					
04	Mãos					
05	Largura dos ombras					
06	Braços					
07	Tórax / peito					
08	Olhos					
09	Distribuição dos cabelos pelo corpo					
10	Nariz					
11	Dedos					
12	Eliminação, excreção					
13	Pulso					
14	Respiração					
15	Cintura					
16	Disposição corporal					
17	Orelhas					
18	Costas					
19	Queixo					
20	Atividade física rotineira					
21	Tornozelos					
22	Pescoço					
23	Forma da cabeça					
24	Compleição corporal					
25	Perfil (lateral)					
26	Altura					
27	Idade					
28	Digestão					
29	Quadril					

30	Textura da pele					
31	Lábios					
32	Pernas					
33	Dentes					
34	Testa					
35	Pés					
36	Dormir					
37	Voz					
38	Saúde					
39	Atividade sexual					
40	Joelhos					
41	Postura					
42	Face					
43	Peso					
44	Sexo masculino / feminino					
45	Nuca					
46	tronco					

ANEXO X

Superposição das escalas da catexe corporal

SUPERPOSIÇÃO DAS ESCALAS DE CATEXE CORPORAL
(Secord e Jourard, 1953, 1954 e Tucker 1981 por BARBOSA 2003).

Nome:

Sexo:

Idade:

Responda marcando com um X o número que concorda para você:

1. Tenho um forte sentimento de desejo de mudança
2. Não gosto, mas posso conviver.
3. Não tenho particular sentimento sobre uma coisa ou outra
4. Estou satisfeito.
5. Considero-me muito satisfeito

Nº	ITENS	1	2	3	4	5
01	Cabelos					
02	Compleição facial					
03	Apetite					
04	Mãos					
05	Largura dos ombros					
06	Braços					
07	Tórax / peito					
08	Olhos					
09	Distribuição dos cabelos pelo corpo					
10	Nariz					
11	Dedos					
12	Eliminação, excreção					
13	Pulso					
14	Respiração					
15	Cintura					
16	Disposição corporal					
17	Orelhas / ouvidos					
18	Costas					
19	Queixo					
20	Atividade física rotineira					
21	Tornozelos					
22	Pescoço					
23	Forma da cabeça					
24	Compleição corporal					
25	Perfil (lateral)					
26	Altura					
27	Idade					
28	Digestão					
29	Quadril					

30	Textura da pele					
31	Lábios					
32	Pernas					
33	Dentes					
34	Testa					
35	Pés					
36	Dormir					
37	Voz					
38	Saúde					
39	Atividade sexual					
40	Joelhos					
41	Postura					
42	Face					
43	Peso					
44	Sexo masculino / feminino					
45	Nuca					
46	tronco					
47	Resistência física					
48	Força muscular					
49	Senso de esperteza (perspicácia)					
50	Tolerância à dor					
51	Resistência à doença					
52	Órgãos sexuais					
53	Coordenação					
54	Aparência global					
55	Tônus muscular					
56	Habilidade física					
57	flexibilidade					

Classifique-se a si mesmo neste momento marcando com um X:

() sinto-me muito mal	() sinto-me mal	() neutro	() sinto-me bem	Sinto-me muito bem
------------------------	------------------	------------	------------------	--------------------

Informe se tem hoje alguma queixa de doença:

ANEXO XI

Body Shape Questionnaire – BSQ (original)

BODY SHAPE QUESTIONNAIRE - BSQ

(original de Cooper *et al.*, 1987 apud CORDÁS, T. A; NEVES, J. E. P 1999)

Gostaríamos de saber como você vem se sentindo em relação à sua aparência nas últimas quatro semanas. Por favor, leia cada questão e faça um círculo apropriado. Use a legenda abaixo:

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

Por favor, responda a todas as questões.

Nas ultimas quatro semanas:

- | | |
|---|-------------|
| 1. Sentir-se entediada faz você se preocupar com sua forma física? | 1 2 3 4 5 6 |
| 2. Você tem estado tão preocupada 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 (ou mais gorda)? | 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 (por exemplo após ingerir uma grande refeição) faz você sentir-se gorda? | 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 magras 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, mesmo comendo uma quantidade menor de comida? | 1 2 3 4 5 6 |

12. Você tem reparado no físico de outras mulheres 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 participa de uma conversa)? 1 2 3 4 5 6
14. Estar nua, por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gorda? 1 2 3 4 5 6
15. Você tem evitado usar roupas que a 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? 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? 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 estômago? 1 2 3 4 5 6
25. Você acha injusto que as outras mulheres sejam mais magras que você? 1 2 3 4 5 6
26. Você já vomitou para se sentir mais magra? 1 2 3 4 5 6
27. Quando acompanhada, 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 sentir-se 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? 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

ANEXO XII

Escala de satisfação corporal (original)

ESCALA DE SATISFAÇÃO CORPORAL
(original de BROW et al 1990 apud CONTI (2002))

Classifique em números de pontos, sua satisfação com as partes corporais mencionadas abaixo, no momento de hoje. Para cada parte, voe poderá escolher uma única pontuação (1 a 5). Faça um X na melhor escolha. Use a seguinte escala:

- 1 – Muito insatisfeito
- 2 – Insatisfeito
- 3 – Mediamente satisfeito
- 4 – Satisfeito
- 5 – Muito satisfeito

AREAS CORPORAIS	1	2	3	4	5
Rosto					
Nádegas					
Baixo dorso					
Médio dorso					
Alto dorso					
Tônus muscular					
Peso					
Altura					
Aparência geral					

ANEXO XIII

Escala de satisfação corporal (adaptada)

ESCALA DE SATISFAÇÃO CORPORAL

(original de BROW *et al* 1990, adaptada por LOLAND (1998) apud CONTI (2002))

Classifique em números de pontos, sua satisfação com as partes corporais mencionadas abaixo, no momento de hoje. Para cada parte, voe poderá escolher uma única pontuação (1 a 5). Faça um X na melhor escolha. Use a seguinte escala:

- 1 – Muito insatisfeito
- 2 – Insatisfeito
- 3 – Mediamente satisfeito
- 4 – Satisfeito
- 5 – Muito satisfeito

ÁREAS CORPORAIS	1	2	3	4	5
Rosto					
Cabelo					
Nádegas					
Quadril					
Coxas					
Pernas					
Estômago					
Cintura					
Tórax/Seio					
Ombro/Costas					
Braços					
Tônus muscular					
Peso					
Altura					
Geral – Todas as partes					

ANEXO XIV

Roteiro de entrevista “Imaginário corporal de crianças”

ROTEIRO DE ENTREVISTA – "Imaginário Corporal de crianças"

(MARTINS, 1994)

1. Quando você brinca, como seu corpo faz? Como, você consegue me dizer como é isto?
2. Diga para mim, como você imagina seu corpo por dentro.
3. Agora me diga como você imagina seu corpo por fora.
4. Quando você brinca muito de correr e saltar, como fica seu corpo? Você pode me dizer como é?
5. Você gosta de brincar de mímica? Por quê?
6. O seu corpo fica sempre igual?
Todos os dias?
E quando você está cansado, como ele é?
E quando você está triste, como ele é?
E quando você está alegre, como ele é?

ANEXO XV

Roteiro de entrevista “Imagem corporal e laringectomia”

ROTEIRO DE ENTREVISTA – “Imagem Corporal e Laringectomia”
(PEDROLO, 2000)

1 – Apresentação do corpo

- a) O que o senhor pensa sobre a imagem do seu corpo depois da cirurgia?
- b) O senhor preocupa-se com a sua aparência?

2 – Realidade do corpo

- a) Como é o seu corpo hoje?
- b) O senhor realiza o autocuidado com a traqueostomia, fisioterapia com o pescoço, ombro e cabeça e tem alguma atividade física que não consegue realizar?

3 – Ideal do corpo

- a) Com a cirurgia, o que mudou em seu corpo?
- b) A idade mudou o seu corpo?
- c) O que faz quando as pessoas percebem sua imagem corporal alterada?
- d) Quem fornece apoio nos momentos de dificuldade?