

## IMAGEM CORPORAL E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS

Suzelli Assunção Azevedo (1); Deisiane Santos Silva (1); Karine Nascimento Santos (2); Alessandra Souza de Oliveira (3); Arianna Oliveira Santana Lopes (4); Luciana Araújo dos Reis (4); Stênio Pimentel Duarte (4).

Faculdade Independente do Nordeste. Email: [ariannasantana@fainor.com.br](mailto:ariannasantana@fainor.com.br)

### INTRODUÇÃO

O crescimento acelerado da população idosa é um fenômeno de grandeza mundial. A Organização Mundial da Saúde estima que em 2030 a expectativa de vida ao nascer, seja em média de 78,64 anos (75,25 para os homens e 82 anos para as mulheres)<sup>1</sup>.

Na velhice há uma predisposição para modificação da auto-imagem que esta diretamente ligada à maneira como as pessoas enxergam seu corpo no espelho, sendo denominada de imagem corporal, ou seja, a maneira como o individuo percebe sua aparência física<sup>2</sup>. Fato este que tem sido intimamente relacionado à saúde, qualidade de vida e auto-estima, podendo, muitas vezes, ocorrer uma disparidade entre a imagem desejada e a imagem real<sup>3</sup>.

Nessa perspectiva, a escolha de hábitos saudáveis torna o envelhecimento mais prazeroso, a pratica de atividades físicas como, ginástica ou uma simples caminhada, tem contribuído com a melhora do condicionamento físico, otimizando a capacidade aeróbica, sendo indicador positivo para a saúde e qualidade de vida na terceira idade, bem como melhor percepção da imagem corporal<sup>4</sup>.

Justifica-se a realização do estudo ao considerar o número crescente e acelerado da população idosa acompanhado da má qualidade de vida e conseqüente insatisfação com o próprio corpo. Posto como objetivo analisar a imagem corporal e sua relação com a qualidade de vida de idosos do interior da Bahia.

### METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa do tipo analítica com delineamento transversal e abordagem quantitativa.

O local de estudo foi o município de Vitória da Conquista/BA e de Itambé situado na região sudoeste do Estado da Bahia. Sendo a coleta de dados realizada nas Unidades de Saúde e grupos de Terceira Idade do município e no hospital municipal.

Os participantes do presente estudo foram 250 Idosos (pessoas com 60 anos ou mais) cadastrados nas Unidades Básicas de Saúde do município e que atendessem aos seguintes critérios de inclusão: ser idoso, concordar e participar de todas as etapas da pesquisa e critérios de exclusão idosos que possuem algum tipo de limitação ou incapacidade que não permitia a aplicação dos instrumentos.

Inicialmente, o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa, em seguida submetido ao Núcleo de Educação Permanente da Secretaria Municipal de Saúde de Vitória da Conquista/BA, para solicitação e autorização de coleta de dados. Posterior a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa, com parecer de aprovação nº 1.670.007, os participantes da pesquisa, ou seus representantes legais assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido que apresenta os riscos e benefícios da pesquisa a que os participantes estavam expostos obedecendo à resolução 466/12 que regulamenta as pesquisas com seres humanos.

A coleta de dados ocorreu em duas etapas distintas, sendo a primeira composta de uma entrevista com os participantes do estudo, feita por apenas um entrevistador, abrangendo a aplicação do instrumento de pesquisa. A segunda etapa foi realizada com a antropometria;

Trata-se de um estudo proveniente de um projeto guarda-chuva intitulado Perfil Epidemiológico Da Obesidade No Município De Vitória Da Conquista/Ba, do qual utilizamos do banco de dados as informações necessárias para esta análise. Para a análise de dados considerou-se as diferenças estatísticas entre proporções avaliadas a partir dos testes de qui-quadrado de Pearson ou exato de Fisher, com um nível de significância de 5% ( $p < 0,05$ ).

Em todas as análises foram fixados valores de confiança de 5% ( $\alpha = 0,05$ ). Para a elaboração do banco de dados foi utilizado o aplicativo EPIDATA e, para a análise dos dados, o programa estatístico SPSS®, versão 20.0.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A tabela 1 abaixo, evidencia a relação da qualidade de vida, satisfação com o corpo e com a imagem corporal, de acordo a, como o idoso se ver no espelho e como ele gostaria que seu corpo fosse relacionando também com o sexo. A amostra foi composta com 250 idosos, destes, 242 foram

validados. Houve a prevalência de idosas do sexo feminino, compondo 73,6% da amostra total. Em relação à satisfação com o corpo, foram questionados se satisfeitos, ou não, e obtivemos um total de 196 participantes, ou seja, 81,3% declarando satisfação. Apesar de pesquisas apontarem para a rejeição do idoso para com o seu corpo, em decorrência do envelhecimento, sobretudo, as mulheres. Como mostra o estudo realizado com 20 idosas inscritas em um programa de promoção à saúde oferecido pelo Departamento de Educação Física (DEF) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), Campus I, em João Pessoa, Paraíba. Com evidencia de 65% das idosas insatisfeitas com a sua percepção da imagem corporal<sup>5</sup>.

Na utilização do (instrumento de silhueta), em que foi perguntado como o idoso se via ao espelho, observamos que a maioria tinha uma percepção de obesidade e quando questionado como gostaria de ser, utilizando o mesmo instrumento, nota-se que houve o predomínio de redução de silhueta demonstrando insatisfação com a percepção corporal relacionada ao peso. (De acordo as imagens acima).

Em se tratando da percepção de qualidade de vida vimos que 235 idosos, que corresponde a 97,1%, declararam sua qualidade de vida como boa. Em conformidade com o estudo em uma pesquisa realizada num Centro de Referência, em Belo Horizonte - MG cerca de 77,8% dos idosos percebiam a sua qualidade de vida como boa ou muito boa e encontravam-se satisfeitos com sua saúde. Esse fato é explicado tanto por fatores demográficos quanto clínicos e comportamentais, evidenciando a pratica de atividade física regular, como fator principal <sup>6</sup>.

**Tabela 1.** Caracterização e satisfação com o corpo por idosos, Bahia, Brasil, 2016.

<b>Variáveis</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>		
Feminino	178	73,6
Masculino	64	26,4
<b>Satisfeito com o Corpo</b>		
Sim	196	81,3
Não	45	18,7
<b>Como você se vê no espelho</b>		
1,0	9	3,7
2,0	8	3,3
3,0	25	10,4

4,0	17	7,1
5,0	28	11,6
6,0	32	13,3
7,0	15	6,2
8,0	18	7,5
9,0	29	12,0
10	34	14,1
11	25	10,4
Omisso no sistema	1	0,4

### Como você gostaria que seu corpo fosse

1,0	11	4,6
2,0	9	3,7
3,0	25	10,4
4,0	27	11,2
5,0	41	17,0
6,0	43	17,8
7,0	30	12,4
8,0	15	6,2
9,0	18	7,5
10	11	4,6
11	9	3,7
Omisso no sistema	2	0,8

### Qualidade de vida

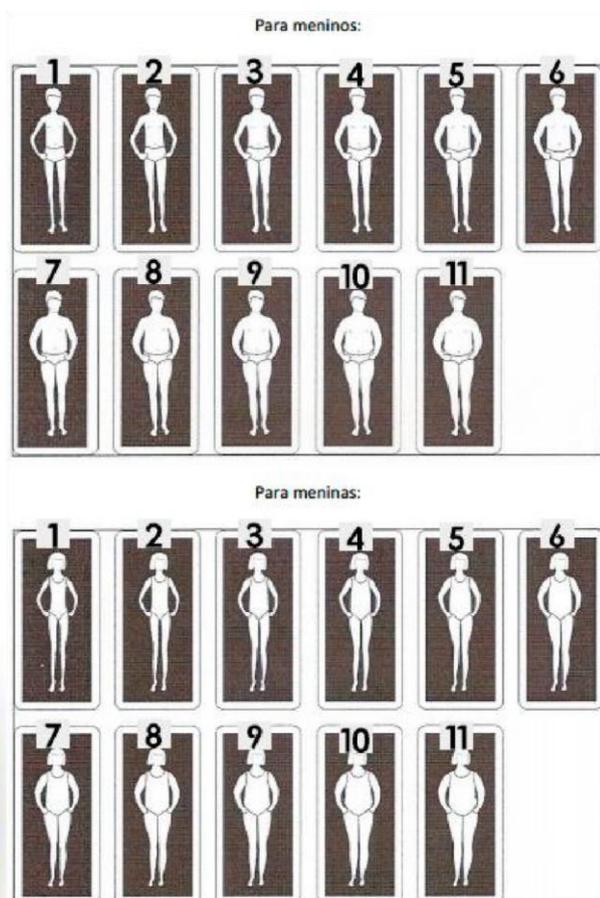
Normal	7	2,9
Boa	235	97,1
<b>Total</b>	<b>252</b>	<b>100,0</b>

Fonte: Dados da Pesquisa.

A percepção da imagem corporal considerada real e ideal, foi citado por meio da escala de onze silhuetas para homens e onze silhuetas para mulheres, que especifica desde a magreza (silhueta 1) até a obesidade severa (silhueta 11), conforme a figura 1. Para essa análise da percepção

da imagem corporal, obteve-se a diferença entre a aparência corporal real e a aparência corporal ideal.

Figura 1. Desenhos das silhuetas referente a “Como você se vê no espelho e Como você gostaria que seu corpo fosse”.



Fonte: Questionário da Pesquisa.

Na tabulação cruzada entre imagem corporal e qualidade de vida apresentada na tabela 2 abaixo os resultados demonstram que dos idosos 240 dados válidos, 167 idosos que se consideram satisfeitos com o corpo apresentam resultados para o domínio físico normal. Em consonância com esses dados, um estudo com idosos da cidade de Ubá-MG, nos meses de agosto e setembro de 2015, apresentou média maior no domínio físico quando comparado aos inativos<sup>7</sup>.

No domínio psicológico dos 165 idosos que se consideram satisfeitos com o corpo se apresentam também normais quanto ao domínio psicológico. Em concordância, um estudo com mulheres e homens idosos na cidade de Uberlândia, Minas Gerais, mostra que a questão de aceitar a aparência física, a maioria 76,66% dos participantes relataram estar bastante ou completamente satisfeitos com sua aparência. Porém, com resultado oposto, cerca de 76,66% dos idosos,

responderam que é muito frequente ou que sempre têm sentimentos negativos, o que mostra um domínio psicológico negativo <sup>8</sup>.

Nas relações sociais dos 195 que estão satisfeitos com o corpo 29 aparece com domínio reações sociais ruim, 92 normal e 74 bom o que demonstra uma variação maior de classificações no que diz respeito as relações sociais. Dos 45 idosos que não se consideram satisfeitos com o seu corpo 11 apresentam relações sociais ruins, 22 normal e 12 bom no domínio relações sociais. Oposto a esse resultado, um estudo com 46 mulheres que buscaram atendimento estético em três locais na cidade de Porto Alegre-RS, Brasil, mostrou que a maior parte desse grupo está insatisfeita com sua imagem corporal e essas apresentaram escores mais elevados de sintomas sugestivos de depressão<sup>9</sup>.

Quanto ao ambiente, dos 102 idosos que se consideram satisfeitos com o corpo aparecem no domínio ambiente como normal bem como os 25 que se consideram insatisfeitos com sua imagem corporal. Contraditório a esses dados, um estudo com um grupo de idosos residentes na cidade de Canindé, no Sertão Central do Ceará, mostra a insatisfação com o domínio de meio ambiente e que isso explica a fragilização e percepção de pior qualidade de vida e o processo natural de redução da vitalidade nos idosos<sup>10</sup>.

Ao realizar o teste qui-quadrado verificou-se que não houve significância ao relacionar os domínios de qualidade de vida com a satisfação da imagem corporal. O que demonstra uma satisfação com sua imagem corporal associada a qualidade de vida.

**Tabela 2: Tabulação cruzada Imagem Corporal/Qualidade de vida e teste Qui - Quadrado dos idosos – BA, 2017.**

<b>Variáveis</b>					
<b>Satisfeito com o corpo</b>	<b>Ruim</b>	<b>Normal</b>	<b>Bom</b>	<b>Total</b>	<b>p-valor</b>
<b>Domínio Físico</b>					
Sim	15	167	13	195	0,110
Não	6	38	1	45	
<b>Domínio Psicológico</b>					
Sim	18	165	12	195	0,241
Não	8	34	3	45	
<b>Domínio Relações Sociais</b>					

Sim	29	92	74	195	0,189
Não	11	22	12	45	
<b>Domínio Ambiente</b>					
Sim	23	102	20	145	0,192
Não	4	25	16	45	
<b>Total</b>					

**Fonte: Dados da pesquisa.**

## CONCLUSÃO

Conclui-se que os idosos apresentaram neste estudo uma satisfação considerável em relação a sua imagem corporal bem como em relação a sua qualidade de vida, sendo justificado pelo estado geral de saúde. A grande parte dos idosos levam uma vida ativa; desempenham as atividades da vida diária; apresenta ausência de doença mental; possui bom relacionamento social; aceita melhor as modificações de hábitos de vida que exigem adaptação do cotidiano. Esse estudo mostra que, para esse grupo, o processo de envelhecimento não afetou de maneira negativa a percepção da imagem corporal e qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS B

1. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Esperança de vida ao nascer em anos: Brasil 2000 2015**. 2015. Disponível em: <<http://brasilemsintese.ibge.gov.br/populacao/esperancas-de-vida-ao-nascer>>. Acesso em: 23 agosto de 2015.
2. Tavares MCGCF. Imagem corporal: conceito e desenvolvimento. Barueri: Manole; 2003.
3. SKOPINSKI, Fabiane; DE LIMA RESENDE, Thais; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Imagem corporal, humor e qualidade de vida. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, n. 1, p. 95-105, 2015.
4. FERREIRA, M. M; Ferreira, E. F; Toledo, C; Oliveira, R. A. R. de. **RELAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE**. Ubá-MG. Caderno Científico Fagoc de Graduação e Pós-Graduação - Volume I - 2016.
5. DA SILVA<sup>1</sup>, Jarlson Carneiro Amorim; DE PONTES, Luciano Meireles. **PERCEPÇÃO DA INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E AUTOESTIMA DE IDOSAS DE UM PROGRAMA DE PROMOÇÃO À SAÚDE**. Anais CIEH (2015) – Vol. 2, N.1 ISSN 2318-0854.

6. MIRANDA, Livia Carvalho Viana; SOARES, Sônia Maria; SILVA, Patrícia Aparecida Barbosa. **Qualidade de vida e fatores associados em idosos de um Centro de Referência à Pessoa Idosa.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(11):3533-3544, 2016.
7. FERREIRA, Mariana Moreira; FERREIRA, Elizângela Fernandes; TOLEDO, Cristina; OLIVEIRA DE, Renata Aparecida Rodrigues. **RELAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE.** *Caderno Científico Fagoc de Graduação e Pós-Graduação - Volume I – 2016.*
8. COSTA, Sandra Maria; LEOPOLDINO, Larissa Oliveira Vieira; OLIVEIRA, Izabella Cardoso; RAMOS, Maria Tereza de Oliveira; SILVA, Andreia de Oliveira; SOUSA, Maria Caroline Morais. **ENVELHECIMENTO E QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES E HOMENS IDOSOS DE UBERLÂNDIA, MINAS GERAIS.** *v. 5, n. 1 (2015)*
9. SKOPINSKI, Fabiane; RESENDE, Thais de Lima; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. **IMAGEM CORPORAL, HUMOR E QUALIDADE DE VIDA.** *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, Rio de Janeiro, 2015; 18(1):95-105.
10. Santana Pereira, Déborah; Devidé Nogueira, Júlia Aparecida; da Silva, Carlos Antonio Bruno. **QUALIDADE DE VIDA E SITUAÇÃO DE SAÚDE DE IDOSOS: UM ESTUDO DE BASE POPULACIONAL NO SERTÃO CENTRAL DO CEARÁ.** *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, vol. 18, núm. 4, outubro-diciembre, 2015, pp. 893-908 Universidade do Estado do Rio de Janeiro Rio de Janeiro, Brasil.