

UNIVERSIDADE DO VALE DO RIO DOS SINOS - UNISINOS
UNIDADE ACADÊMICA DE GRADUAÇÃO
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

GEISEBEL DIOGO

**IMAGEM CORPORAL COMO INDICADOR DE COMPETÊNCIA PROFISSIONAL
NO ÂMBITO DA EDUCAÇÃO FÍSICA**
Uma revisão bibliográfica

São Leopoldo/RS
2020

GEISEBEL DIOGO

**IMAGEM CORPORAL COMO INDICADOR DE COMPETÊNCIA PROFISSIONAL
NO ÂMBITO DA EDUCAÇÃO FÍSICA**
Uma revisão bibliográfica

Artigo apresentado para a obtenção do Título de Bacharel em Educação Física pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS.

Orientadora: Prof.^a Ms. Suzana Schuch Santos

São Leopoldo/RS

2020

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, Darci e Nelci, que sempre me apoiaram e me deram todo o suporte para estudar e ser o que eu quisesse, serei eternamente grata por todo amor e paciência.

Ao meu noivo, Cláudio Henrique, obrigada por ler e reler todas as vezes, mesmo com a modificação de uma única palavra. Por ter tido paciência e empatia de quem já passou por isso, por tentar me acalmar todas as vezes que a ansiedade veio forte e por sempre me apoiar e incentivar em tudo e fazer com que eu enxergue o meu melhor, eu te amo.

À minha amiga, Makiele, que me ajudou a enxergar o assunto que eu teimava em não ver com clareza e por ler todas as vezes que mandava um parágrafo.

À minha orientadora, Suzana Schuch, que, mesmo com a pandemia impedindo a orientação presencial, não mediu esforços para dar o melhor como orientadora, agradeço cada minuto que falamos e nos vimos online fazendo com que a experiência fosse a melhor possível.

IMAGEM CORPORAL COMO INDICADOR DE COMPETÊNCIA PROFISSIONAL NO ÂMBITO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Uma revisão bibliográfica

Geisebel Diogo¹

RESUMO: Este artigo é resultado de uma revisão de literatura com objetivo de analisar artigos e trabalhos científicos sobre o corpo, disponíveis na literatura em português, a fim de identificar aqueles que abordem, direta ou indiretamente, a imagem corporal do profissional em Educação Física associada a indicadores de competência profissional. Para tanto, foi feita a leitura de publicações científicas que abordem competência profissional em Educação Física e imagem corporal. Os artigos selecionados permitem estabelecer associações entre a imagem corporal e o desempenho no trabalho ou a competência para exercer a carreira profissional na Educação Física, tanto em academias quanto em escolas. Foi possível identificar uma carência em pesquisas que abordem claramente o profissional já formado em Educação Física e as pressões que ele sofre por trabalhar com o corpo e o movimento e como estas pressões podem afetar a qualidade e a sua confiança no trabalho.

PALAVRAS-CHAVE: Imagem Corporal; Competência Profissional; Educação Física.

1 INTRODUÇÃO

O profissional de Educação Física é um agente promotor de saúde e de qualidade de vida. Ao longo de sua formação acadêmica ele adquire conhecimentos teóricos e práticos para lidar com o corpo e o movimento de um modo amplo e abrangente, aprendendo a lidar com a complexidade de aspectos sociais, culturais e psicológicos que englobam a saúde do indivíduo.

Há diversos estudos sobre Imagem Corporal e Educação Física, muitos abordando a insatisfação com a imagem corporal e suas causas, porém, em sua maioria, estes têm como foco os acadêmicos do curso de Educação Física e não profissionais já formados.

A partir disso, surge a questão sobre a imagem corporal do profissional de Educação Física, aquele professor de Educação Física escolar, o *personal trainer* na academia, ou atuante em outros campos. Como ele se sente a respeito de seu próprio

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS, São Leopoldo/RS.

corpo e o que isso representa para ele dentro do exercício da sua profissão? Será que ele sente necessidade de passar uma imagem de 'saúde ideal'? E de um 'corpo perfeito', dentro de padrões culturalmente determinados para validar seus conhecimentos na área? A sua forma física interfere na confiança no seu trabalho? Como os estudos feitos no decorrer dos últimos 20 anos associam a competência do profissional de Educação Física com a imagem corporal?

Com o atual crescimento da internet, o corpo está ainda mais em evidência, muitas vezes ligada ao sucesso profissional. Ao longo dos anos o papel do profissional de Educação Física tem sido pensado em relação aos padrões de beleza estabelecidos pela sociedade, em suas diferentes épocas. Mas apesar de todo o conhecimento adquirido na formação e em experiências profissionais, o próprio educador acaba por ser influenciado por estes padrões. Neste contexto é importante pensar no profissional de Educação Física, um profissional da saúde que enfrenta questões com seu próprio corpo e têm de lidar com as questões dos alunos ao mesmo tempo.

A fim de responder ao problema investigativo, "Como estudos científicos sobre corpo associam a imagem corporal e a competência profissional no âmbito da Educação Física?", foi feita uma revisão bibliográfica de publicações científicas que abordam Competência Profissional em Educação Física e Imagem Corporal.

O objetivo foi analisar estudos científicos sobre o corpo e como estes estudos abordam a imagem corporal do profissional de Educação Física associada a competência profissional. O caminho traçado para responder ao problema iniciou pela contextualização do corpo na sociedade contemporânea; descrição das competências de um profissional de Educação Física; abordagem das características e conceituações sobre imagem corporal; e, por fim, a problematização sobre imagem corporal como indicador de competência na literatura científica em português.

As informações foram coletadas em estudos e artigos científicos selecionados sobre o tema, dando origem ao surgimento de categorias que foram analisadas com base no referencial teórico.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Este capítulo é composto por três tópicos, os quais apresentam uma contextualização do Corpo na Sociedade Contemporânea, a descrição das

Competências do Profissional de Educação Física e os conceitos e características da Imagem Corporal.

2.1 Corpo na sociedade contemporânea

Pensar sobre a imagem corporal nos remete ao processo de transformação social do corpo ao longo da história até chegarmos ao padrão de nossa sociedade atual e, conseqüentemente, seu impacto sobre como cada indivíduo se vê.

Na Grécia Antiga, entre os séculos V a.C. e IV a.C., mesmo que a política e a ética fossem assuntos mais relevantes para os pensadores da época, o corpo era muito discutido; existia uma visão integral do homem. Para Aristóteles e Sócrates, corpo e alma eram um conjunto num processo contínuo de realização (CASSIMIRO, GALDINO e SÁ, 2012).

Na Idade Média, século XII, o culto ao corpo, que era visto apenas como a vestimenta da alma, era considerado um pecado; renunciar ao próprio corpo significava salvar a alma. Mais adiante, no século XVII, o corpo foi considerado pelas Ciências Biológicas como uma máquina cheia de engrenagens (CASSIMIRO, GALDINO e SÁ, 2012).

E finalmente, mais próximo do corpo ideal atual, no século XX, o corpo ganhou evidência através das novas tecnologias e comportamentos, principalmente pelo uso dos meios de comunicação. O estilo de vida e o desejo de obter a perfeição física levaram o homem da sociedade industrial a buscar, excessivamente, um novo padrão de beleza, satisfazendo um desejo que não é próprio de sua natureza, mas, sim, de uma exigência para a sua inclusão na sociedade, onde tudo pode virar mercadoria (CASSIMIRO, GALDINO e SÁ, 2012).

Entre os diferentes períodos históricos é possível perceber a moral e os costumes manipulando a compreensão do corpo. Esse corpo sofre mudanças de concepção e adequação conforme os interesses religiosos, políticos e, principalmente, econômicos.

Na sociedade contemporânea, o corpo entra em evidência através do *marketing* de produtos e de estilos de vida, os quais despertam o desejo pela perfeição física. Pode-se dizer que a partir do século XX o corpo passou a ser um produto comercializado.

Os padrões de beleza sempre estiveram presentes na sociedade independente do período histórico, por exemplo, as mulheres ao longo da história, principalmente a partir do século XV, deveriam usar *corset* por baixo dos vestidos para “controlar” as formas do corpo: afinar a cintura, aumentar o decote ou mesmo diminuir os seios avantajados demais para determinada época, aumentar ou diminuir o quadril, sempre tentando se adequar ao que a sociedade da época entendia como beleza; e este padrão de beleza era, quase sempre, associado ao status social.

Atualmente, a mídia é um dos meios de difusão e capitalização do culto ao corpo, consolidando tendências de comportamento. A indústria da beleza, através do *marketing*, influencia as atitudes das pessoas, fazendo com que elas busquem esse padrão de beleza vigente a qualquer custo (SANTAELLA, 2008 apud CASSIMIRO, GALDINO e SÁ, 2012).

Como exemplo desta influência, vemos nas redes sociais cada vez mais perfis *fitness*, que cultuam como estilo de vida dietas e exercícios. Conseqüentemente esses perfis mostram pessoas magras, músculos definidos, passando a ideia de saúde plena. Geralmente estes perfis estão associados a determinadas grifes, são patrocinados por marcas de suplementos, roupas de ginástica e outros artigos relacionados à conquista do corpo perfeito.

Curiosamente os perfis *fitness*, de redes sociais como o Instagram, que fazem mais sucesso entre o público comum são aqueles de mulheres em boa situação de vida e que, se não são ricas, estão muito perto de tal estágio socioeconômico (JACOB, 2014, p. 99), novamente reforçando o vínculo da beleza ao status social.

Também os homens passaram a utilizar e a serem mais influenciados pelas redes sociais nos últimos anos. Molinari (2018) concluiu que os homens que treinam em academia e que utilizam alguma rede social da internet, são influenciados de maneira motivacional e a partir da motivação gerada pelo conteúdo compartilhado em rede, cultuam seus corpos em academia, onde a busca pelo corpo ideal é constante.

Tanto homens quanto mulheres vivem uma busca constante pelo corpo perfeito, acreditando melhorar sua imagem corporal. Porém deve-se admitir que os padrões estéticos e as pressões sociais são diferentes em se tratando de sexo masculino e feminino, mas, neste início de milênio, a exigência de percentual de gordura baixo é comum para ambos.

2.2 Competências do profissional de Educação Física

Para iniciar esta abordagem, necessitamos conceituar o que é a competência profissional de forma geral e o que torna um profissional competente dentro de sua área de trabalho. No dicionário, a palavra “competência” significa uma capacidade decorrente de um profundo conhecimento que alguém tem sobre um determinado assunto, é a qualidade que uma pessoa tem de resolver ou realizar determinada tarefa.

O que torna um profissional competente, são as suas qualificações, como habilidade em resolver problemas e o conhecimento na área em que trabalha, assim como sua formação acadêmica, graduação, cursos e especializações. A noção de hierarquia de postos de trabalho é estabelecida a partir de uma escala de qualificações profissionais, associadas, por sua vez, a níveis também hierárquicos de escolaridade, ou melhor, a um credenciamento escolar oficial que legitima a representação de quem os comanda e possuem uma posição mais elevada na hierarquia de especialização (e, por conseguinte, de mando e decisão) são os mais *competentes*, estabelecendo-se uma relação mecanicista entre teoria/prática e competência (MANFREDI, 1999).

Manfredi (1999), num dos estudos pioneiros sobre a avaliação da competência profissional, toma o termo competência como grau de racionalidade, entendendo como Mannheim "a percepção inteligente dos fins", mas, também, "a adequação funcional dos meios aos fins" (...) "Portanto, avaliar competência profissional é sinônimo do processo de determinação do grau de racionalidade, ou seja, de eficácia e eficiência no desempenho de certa profissão" (apud GOLDBERG, 1974).

Tendo em vista essa conceituação, vamos apresentar as competências profissionais do profissional de Educação Física. No estatuto do CONFEF – Conselho Federal de Educação Física, conforme o Art. 8:

Compete exclusivamente ao Profissional de Educação Física, coordenar, planejar, programar, prescrever, supervisionar, dinamizar, dirigir, organizar, orientar, ensinar, conduzir, treinar, administrar, implantar, implementar, ministrar, analisar, avaliar e executar trabalhos, programas, planos e projetos, bem como, prestar serviços de auditoria, consultoria e assessoria, realizar treinamentos especializados, participar de equipes multidisciplinares e interdisciplinares e elaborar informes técnicos, científicos e pedagógicos, todos nas áreas de atividades físicas, desportivas e similares.

E mais especificamente, conforme o Art. 10:

O Profissional de Educação Física intervém segundo propósitos de prevenção, promoção, proteção, manutenção e reabilitação da saúde, da formação cultural e da reeducação motora, do rendimento físico-esportivo, do lazer e da gestão de empreendimentos relacionados às atividades físicas, recreativas e esportivas.

Conforme esses artigos, o profissional de Educação Física, a partir do momento de sua formação acadêmica, tem a competência necessária para trabalhar em prol da saúde, do lazer e da reeducação motora de indivíduos. O profissional de Educação Física, seja ele *personal trainer* em uma academia ou professor da disciplina de educação física em escolas/universidades, é capacitado através de suas qualificações acadêmicas, cursos e demais atividades complementares que realizou, para lidar com pessoas, seus corpos e o movimento destes.

E, lidando com alunos ou clientes, o profissional de Educação Física irá se deparar com a questão da imagem corporal, usando de seus conhecimentos a respeito para auxiliar o aluno/cliente da melhor forma, na busca pela saúde e o bem estar.

2.3 Conceitos e características da imagem corporal

Basicamente a imagem corporal é a percepção que cada indivíduo possui de si mesmo, é como cada pessoa se enxerga e os pensamentos e sentimentos resultantes dessa autopercepção.

Historicamente, o neurologista Henry Head, do London Hospital, foi o primeiro a usar o termo 'esquema corporal' e, também, o primeiro a construir uma teoria na qual "cada indivíduo constrói um modelo ou figura de si mesmo que constitui um padrão contra os julgamentos da postura e dos movimentos corporais" (FISHER, 1990, p. 5, apud BARROS, 2005).

Estudos sobre a construção de percepções sobre o corpo e o movimento, trazem os conceitos de 'esquema corporal' e 'imagem corporal' de forma mais clara; segundo Olivier (1995), observa-se a tendência de uso do termo 'esquema' na Neurologia, enquanto a Psiquiatria e a Psicologia parecem preferir o emprego de 'imagem'.

Paim e Kruehl (2012), citam

Le Boulch (2000) compreende a imagem corporal como a conjunção da etapa do corpo vivido, [...] com a etapa do corpo percebido, que corresponde à

organização do esquema corporal resultante das sensações corpóreas, da noção espacial do corpo e do domínio dos movimentos. O autor, portanto, compreende que o esquema corporal surge, então, da união da imagem visual do corpo com as sensações táteis e cinestésicas correspondentes.

Mas foi Paul Schilder quem deu a maior contribuição para a conceituação da imagem corporal, pois trouxe contribuições para a neurologia, psiquiatria e psicologia. Schilder (1999), citado por Paim e Kruehl, (2012), define o esquema corporal como uma imagem tridimensional que todo ser humano tem de si mesmo e, também, denomina essa imagem de imagem corporal. Dessa forma, o autor não diferencia o esquema e a imagem corporal, ressaltando que esse conceito surge da convergência das sensações corpóreas e da imagem postural e espacial do corpo.

Schilder considera a imagem corporal um fenômeno multifacetado, em sua definição de imagem corporal, diz que “a imagem corporal não é só uma construção cognitiva, mas também uma reflexão dos desejos, atitudes emocionais e interação com os outros”. Mas uma de suas mais importantes reflexões consistiu na introdução da ideia de que a imagem do corpo não possui apenas fatores patológicos ou mesmo psicológicos, os eventos diários também contribuem para sua construção (BARROS, 2005).

Com isto, é possível afirmar que a cultura e a sociedade em que cada indivíduo está inserido tem influência direta na forma como este se vê e como pensa que os outros o veem.

A imagem corporal é construída ao longo da vida, por isso a construímos e desconstruímos constantemente, de acordo com cada fase que vivemos e as experiências que passamos. Acaba, muitas vezes, sendo reflexo dos desejos que temos, exemplo disso é o padrão de beleza estabelecido pela sociedade e a busca por este padrão afeta a forma como nos vemos.

Schilder (1999, p.311) fala que “nossa imagem corporal só adquire suas possibilidades e existência porque nosso corpo não é isolado. Um corpo é, necessariamente, um corpo entre corpos. Precisamos ter outros à nossa volta”.

O corpo que somos para nós mesmos, nossa imagem corporal, e o mundo que vemos fora de nós, nossa imagem do mundo, convergem uma vez que se constroem juntos e não existem em separado (TAVARES, 2003).

Citando Adami et al. (2005),

o entendimento de aspectos da construção da imagem corporal envolve a interação de conhecimentos sobre a formação de imagens/representações na mente humana, sobre o tônus/postura/organização espacial do corpo humano e também sobre a realidade existencial do indivíduo, envolvendo percepção, memória, sentimentos e aspectos simbólicos da interação com o ambiente.

A imagem corporal é construída desde a infância, sofrendo modificações conforme crescemos e somos expostos a experiências, segundo Tavares (2003), a atitude dos pais, as conversas familiares e as observações dos outros sobre o corpo incrementam a descoberta e o interesse da criança pelo seu próprio corpo. A figura dos professores, que acabam por se tornar um exemplo para seus alunos, assim como qualquer pessoa com quem a criança venha a ter algum relacionamento afetivo significativo, muitas vezes criando idealizações. Uma descoberta no próprio corpo pode levar a uma atenção especial para partes correspondentes dos corpos dos outros.

Com isto podemos ver o fator da comparação, ao criarmos nossa própria imagem corporal acabamos por utilizar padrões a nossa volta para nos comparar e assim nos enxergar como possuidores de corpos belos ou não. Nesse contexto pode-se refletir sobre a indústria, padrões de beleza vistos em mídias sociais e todos os métodos disponíveis para se atingir o “corpo perfeito”, que geralmente é magro e forte.

Ainda na construção da imagem corporal, tem o papel do profissional de Educação Física, a importância da intervenção pedagógica através da educação física, aliando o desenvolvimento motor aos sentimentos, Schilder apud Tavares (2003, p. 73),

[...] as primeiras experiências infantis são fundamentais no processo de desenvolvimento da imagem corporal, mas nunca paramos de ter experiências e de explorar o nosso corpo. Essa concepção [...] aponta para o significado de nossas experiências corporais por toda nossa vida. Isso evidencia também a importância de intervenções corporais no processo de desenvolvimento das pessoas, do nascimento à velhice.

Aspectos perceptivos, dependentes de estímulos e memória, vão interagindo com influências afetivas, motoras, comportamentais e culturais no processo de construção e desenvolvimento da própria imagem (ADAMI et al. 2005).

Existe uma relação direta entre a psique, imagem corporal e atividade física. A beleza corporal atual interfere no conceito de imagem corporal de tal forma que a busca por um corpo belo, faz com que a relação das práticas de atividade física e a

imagem corporal acabam por perderem as relações positivas, fazendo com que o indivíduo veja somente os aspectos negativos destas práticas. O que quer que ocorra no corpo tem significado e importância psicológicos específicos, tendo seus reflexos na psiquê e na estrutura somática entre corpo e emoções (SILVA, JÚNIOR e MILLER, 2004).

Exemplos de aspectos negativos, para o aluno, a dor durante o exercício físico, o mesmo busca por bem estar, mas para isso tem de passar pela dor muscular; quanto ao profissional de Educação Física, cabe a ele incentivar o aluno, mostrando que vale a pena um pequeno desconforto físico em prol da saúde; e para provar que o exercício físico levará a algum benefício, muitas vezes, o próprio corpo tem de estampar esta imagem.

Assim o profissional de Educação Física se faz uma autocrítica exacerbada quanto a sua imagem corporal, pois precisa ser uma referência para seu aluno. O que muitas vezes faz com que busque referências inatingíveis, e nisso, pode se encontrar uma visão deturpada de sua imagem, podendo refletir em sua percepção quanto ao desempenho profissional.

3 METODOLOGIA

A investigação consistiu em uma revisão de bibliografia, que segundo Macedo (1994, p. 13),

[...] consiste numa espécie de “varredura” do que existe sobre o assunto e o conhecimento dos autores que tratam esse assunto. É a busca de informações bibliográficas, seleção de documentos que se relacionem com o problema de pesquisa (livros, verbetes de enciclopédia, artigos de revistas, trabalhos de congressos, teses, etc.) e o respectivo fichamento das referências para que sejam posteriormente utilizadas.

Foi feita a leitura de publicações científicas que abordem competência profissional de Educação Física e imagem corporal. Os dados foram reunidos a partir de três bases: Scielo, CAPES e Google Acadêmico. Nas três bases foram combinadas as palavras-chave *imagem corporal*, *educação física* e *competência profissional*.

Como critério de inclusão foi adotada a seleção de: (a) artigos em português; (b) publicados entre os anos 2000 e 2020; (c) estudos de natureza qualitativa e quantitativa. Foram desconsiderados estudos fora do período estipulado, revisões de

literatura e estudos que não levaram em consideração a relação imagem corporal x competência profissional.

Inicialmente foi identificado mais de 15 mil artigos publicados sobre o assunto, destes foram selecionados 150 a partir das palavras-chave.

Depois de selecionados pelos títulos, foi realizada a leitura, num primeiro momento dos resumos, e apenas os estudos que contemplaram todos os critérios de inclusão foram lidos na íntegra. Dos 20 artigos lidos minuciosamente, foram identificados 6 artigos, considerados os mais relevantes para responder ao problema investigativo. Os demais artigos foram excluídos por se repetirem quanto ao assunto e não trazerem uma contribuição relevante a respeito da competência profissional de Educação Física relacionado à imagem corporal. Além de que não foi encontrado nenhum artigo que tratasse diretamente do tema.

4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

Todos os artigos selecionados (apêndice A) permitem estabelecer associações entre a imagem corporal e o desempenho no trabalho ou a competência para exercer a carreira profissional na Educação Física, tanto em academias quanto em escolas.

A partir das publicações selecionadas surgiram categorias para serem analisadas e discutidas no sentido de buscar responder ao problema investigativo: satisfação corporal entre homens e mulheres, o lugar do profissional em Educação Física e sua imagem corporal e a estética como indicador de competência profissional.

4.1 O corpo e a satisfação corporal em homens e mulheres

Vilhena et al. (2012) focou seu estudo no mundo *fitness*, onde o investimento na estética e a importância de mostrar um corpo belo aos clientes, está acima dos futuros problemas de saúde que o uso de substâncias ergogênicas pode trazer, além da satisfação com a imagem corporal adquirida de forma distorcida, para o profissional de Educação Física. Dentro das academias, o profissional de Educação Física, sofre maior pressão estética sobre seu corpo, já que ele representa o ideal de saúde. Como conclusão de seu estudo, Vilhena et al. (2012) verificou que há diferenças entre professores de Educação Física do sexo masculino e do sexo feminino, com relação a insatisfação com a imagem corporal; os homens se arriscam mais no consumo de

substâncias que os ajudam a manter uma aparência idealizada, enquanto as mulheres se preocupam mais em manter a silhueta fina de forma mais natural. Mas, novamente, há relação entre imagem corporal e trabalho, pois o profissional acaba por ter uma imagem corporal distorcida, por vezes insatisfação com esta, mesmo estando dentro do seu peso normal, em prol do que imagina ser idealizado por seus clientes.

Frank et al. (2016) e Holzschuh, Daronco e Balsan (2014) têm como participantes de suas pesquisas, acadêmicos do curso de Educação Física. Frank et al. (2016) chegou ao resultado da grande maioria dos estudos relacionados ao tema, a maioria dos estudantes do curso de Educação Física são insatisfeitos com a imagem corporal, isto sendo superior nas mulheres. Frank et al. (2016) chega a mencionar Claumann et al. em seu estudo, para relacionar essa elevada quantidade de acadêmicos insatisfeitos às exigências intrínsecas à profissão de Educador Físico e ao curso; já que esta pressão inerente ao curso de Educação Física aliada à perspectiva do corpo saudável e belo acaba por favorecer comportamentos inadequados na alimentação e na atividade física.

Holzschuh, Daronco e Balsan (2014) realizou um estudo que levou em consideração vários fatores que podem interferir na capacidade de trabalho do futuro educador físico, mas principalmente fez uma relação mais direta entre a imagem corporal do estudante e o índice de capacidade para o trabalho, concluindo que a capacidade para desempenhar de forma satisfatória suas tarefas está ligada a satisfação com a imagem corporal.

A questão da imagem corporal é diferente entre os gêneros masculino e feminino. O corpo idealizado pelo homem e pela mulher não é o mesmo, os homens querem volume e definição muscular, mas principalmente volume muscular; já a mulher, quer uma cintura fina, braços finos e pernas torneadas, além da preocupação com celulite e estrias, comum para ambos é o desejo pelo baixo percentual de gordura.

Segundo Damasceno et al. (2006), diversos autores concordam que as pressões culturais e os valores idealizados são os mesmos, ou seja, os homens buscam seu ideal corporal ganhando peso, desenvolvendo ombros, braços e peitoral e evitando tornarem-se gordos, flácidos ou “fora de forma”.

Na década de 1990, a preocupação com a imagem corporal era eminentemente feminina, relacionada à anorexia e à bulimia. Atualmente, estas preocupações corporais afetam ambos os sexos, e de forma crescente os homens, sendo

denominadas de dismorfia muscular ou vigorexia (HILDELBRANDT, LANGENBUCHER & SCHLUNDT, 2004, apud AZEVEDO et al., 2012).

A integração dos meios de comunicação cria o desejo e reforçam imagens padronizadas de ideais de beleza associados à juventude. O homem contemporâneo, diferente dos homens das décadas de 60 e 70, é vaidoso, se preocupa mais com a beleza, seja para agradar a si ou para exibição estética (SHUBERT apud SOUZA e ARAUJO, 2009).

O padrão de beleza feminino, passou de mulheres mais robustas para mulheres cada vez mais magras, seguindo o padrão europeu. Até os dias atuais, onde corpos como os de “panicats”, exibidos nos principais meios de comunicação, um corpo forte e musculoso, passou a ser o desejado por uma grande parcela feminina da população (GARRINI, 2007, apud GUIMARÃES, 2013).

Mesmo que os padrões físicos tenham mudado nos últimos anos, os homens sempre buscaram ganhar músculos e as mulheres, em quem o volume dos seios e dos glúteos pode mudar de acordo com o padrão cultural, a cintura fina sempre é desejada. E como profissionais da Educação Física, além de representar saúde e qualidade de vida, a mulher acaba por representar um modelo de corpo bem torneado e o homem representando a força.

4.2 O lugar do profissional em Educação Física e sua imagem corporal

Claumann et al. (2019) e Castelo-Branco (2001), realizaram seus trabalhos com professores já formados, atuantes em escolas, sendo que Castelo-Branco (2001) realizou o estudo com docentes de diversas disciplinas, não especificando-as. É importante destacar esta diferença nestes dois artigos pois, o resultado que Castelo-Branco obteve com seu estudo, deixa claro que os professores que tinham motivação maior pela profissão docente em si e assim menos receio com seus corpos, apresentaram maior satisfação com a imagem corporal.

Já no estudo de Claumann et al. (2019), a maioria dos professores de Educação Física, apresentaram insatisfação com a imagem corporal, independentemente de estarem dentro do peso normal ou acima dele, o que indica que a insatisfação com o corpo está fortemente relacionada à profissão. Claumann et al. (2019), usando da literatura, aponta que esta relação de peso e insatisfação com a imagem corporal acomete adultos com excesso de peso, o que também é observado em acadêmicos

do curso de Educação Física, o que reforça que as preocupações com a forma física são inerentes à profissão.

Em ambos os estudos, os autores concordam que a satisfação pessoal e profissional é resultado da interação trabalho e lazer. Indo ao encontro da ideia de que por conta da alta carga horária de trabalho, além de exercerem alguma outra função remunerada para complementar a renda, há uma sobrecarga tanto física quanto mental, o que reflete na imagem corporal e, também, no bem-estar do docente, principalmente dos professores de Educação Física, que apontam a baixa remuneração como fator de preocupação.

O profissional de Educação Física está presente em diversas áreas da saúde, principalmente em academias, e da educação, como nas escolas. E dependendo do lugar em que esse profissional atua, as pressões estéticas se mostram em maior ou menor grau relacionadas à sua competência profissional.

O homem enquanto unidade corpo e espírito possui o poder transcendental da reflexão, e a Educação Física é a disciplina que o envolve como conjunto em sua relação com a realidade social. O educador físico não deve se formar como amestrador de alunos, mas sim ser formado para ensiná-los a pensar, a sentir o porquê de cada movimento que lhes é passado. Mostrar os benefícios de cada movimento para o seu corpo e mente (GONÇALVES, 1997, apud REIS, 2009).

O corpo do educador físico que atua em academias de ginástica funciona como uma espécie de “currículo”, pelo qual é possível associar a boa forma corporal à qualidade profissional. Outra questão interessante refere-se ao entendimento de que há necessidade desse profissional ter uma boa forma física, sendo que precisaria suportar, por vezes, o esforço das várias aulas (ROCHA et al., 2010). Esse “currículo” impresso no corpo, também atinge o professor de educação física escolar, estar acima do peso pode gerar dúvidas quanto às suas aulas, por parte dos alunos.

Segundo Mendes e Azevedo (2014), sua atuação profissional, pulverizada em diferentes empregos, parece deixá-los cansados e assoberbados de afazeres, gerando déficit de tempo para capacitar-se, para o lazer, autocuidado com a saúde, convívio em família, dedicação a projetos pessoais, entre outros, conduzindo-os assim a comprometer sua qualidade de vida bem como a qualidade de seu trabalho.

Esta é uma situação que atinge tanto os profissionais de educação física atuantes em academias quanto em escolas, a carga horária excessiva é um fator que acaba por prejudicar o profissional de Educação Física, impedindo que o mesmo se

dedique ao cuidado com seu corpo, podendo, assim, gerar inseguranças que acabam refletidas em seu desempenho profissional.

O entendimento do conceito de imagem corporal e tudo que ela abrange, a defesa do bem-estar e satisfação corporal independente de padrões estéticos é um importante papel do profissional de Educação Física, pois o mesmo lida diretamente com o corpo do outro, assim tendo influência nos sentimentos e emoções ligadas a como o indivíduo se vê.

Assim, tanto o profissional que atua em escolas quanto o que trabalha em academias, no momento que se forma está habilitado a lidar com essas questões e saber como incentivar e fazer seu aluno ver com prazer todo o processo de evolução, seja ensinando algum esporte ou prescrevendo treinos de musculação. Estando seguro de sua imagem corporal e de seu empenho profissional, a mesma confiança é passada para seu aluno.

4.3 Estética como indicador de competência profissional

Com o estudo de Silva e Rech (2019), é possível ter uma visão por outro ângulo quanto a imagem corporal do profissional de Educação Física. Silva e Rech (2019) acabam fazendo uma relação entre o conceito de imagem corporal, que é a visão que o indivíduo tem de si mesmo, com a visão dos clientes sobre a imagem corporal de seu *personal trainer* e como isso implica para a escolha do profissional a ser contratado por esse cliente. Silva e Rech (2019) citam autores que defendem que o profissional de Educação Física tem como uma de suas responsabilidades, estampar no corpo evidências de saúde, mostrando um corpo magro e dentro de um padrão, idealizado. Após cruzar os dados de coleta do profissional de Educação Física com os dados coletados dos clientes, o autor conclui que a imagem corporal e a aparência do profissional estão diretamente ligadas à capacidade profissional, já que os alunos demonstraram importar-se com a imagem corporal e a aparência estética ao contratar o serviço de *personal trainer*.

O mais interessante deste estudo foi a verificação da diferença entre como o profissional se vê e como o cliente enxerga, fazendo com que a preocupação do profissional de Educação Física com a estética corporal e conseqüentemente com a imagem corporal seja determinante no tratamento com seu próprio corpo, para alcançar o corpo idealizado por seu cliente.

5 CONCLUSÃO

Foi possível identificar uma carência em pesquisas que abordem claramente o profissional já formado em Educação Física e as pressões que ele sofre por trabalhar com o corpo e o movimento e como estas pressões podem afetar a qualidade e a confiança no seu trabalho.

A partir dos estudos apresentados neste artigo conclui-se que a percepção da imagem corporal, principalmente a insatisfação, está fortemente relacionada à profissão. Durante o curso de Educação Física os acadêmicos já mostram grande preocupação com o excesso de peso e insatisfação com a imagem corporal.

Outro ponto a ser destacado é que a insatisfação com a imagem corporal independe do lugar em que atua o profissional de Educação Física, tanto em escolas quanto em academias essa percepção de si mesmo se faz presente, afetando diretamente sua satisfação pessoal e profissional. Pois eles relacionam a sobrecarga física e mental das várias horas trabalhadas, somado a baixa remuneração na área, com o bem-estar docente e a imagem corporal.

Também é possível afirmar que a insatisfação com a imagem corporal é superior nas mulheres, pois a pressão sobre o corpo feminino diferente da pressão sobre o homem. Ao longo dos anos o padrão corporal da mulher sofreu alterações, ora um corpo magro com traços mais “delicados”, sem músculos muito aparentes, ora um corpo com baixo percentual de gordura e músculos bem definidos; já o homem, sempre teve um padrão corporal onde se busca a definição e, principalmente, o volume muscular.

Acredito que a cobrança que o profissional de Educação Física faz sobre si mesmo acaba por atingir seu desempenho profissional, pois faz com que se preocupe, e muitas vezes se sinta inseguro, com o que o aluno enxerga, conseqüentemente sua auto exigência aumenta, junto com a pressão quanto a ter um corpo que “represente o seu currículo”. Os estudos em Educação Física se preocupam com o acadêmico, mas deveriam se preocupar também com a saúde do profissional formado, sabendo que se a saúde deste profissional estiver boa, alinhando saúde mental e física, seu trabalho para com o cliente/aluno será mais bem desempenhado e a satisfação como profissional será maior.

Este estudo apresenta potencial para futura aplicação em pesquisa de campo, para que se possa dar maior atenção à saúde dos graduados em Educação Física e que trabalham na área, tendo responsabilidades para com as pessoas que atendem.

6 REFERÊNCIAS

ADAMI, Fernando; FERNANDES, Tony Charles; FRAINER, Deivis Elton Schilickmann; OLIVEIRA, Fernando Roberto de. **Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física**. EFDeports, Santa Catarina, v. 10, n. 83, abril, 2005.

AZEVEDO, Andréa Pires; FERREIRA, Alan Carvalho; SILVA, Priscila Pinto da; CAMINHA, Iraquitã de Oliveira; FREITAS, Clara Monteiro de. **Dismorfia muscular: A busca pelo corpo hiper musculoso**. Motricidade, v. 8, n. 1, p. 53-66, 2012.

BARROS, Daniela Dias. **Imagem corporal: a descoberta de si mesmo**. História, Ciências, Saúde – Manguinhos, Goiânia, v. 12, n. 2, p. 547-54, maio-ago, 2005.

BOMFIM, Rosa Amorim. **Competência profissional: uma revisão bibliográfica**. Revista Organização Sistêmica, v. 1, n. 1, p. 46-63, jan-jun, 2012.

CASSIMIRO, Érica Silva; GALDINO, Francisco Flávio Sales; SÁ, Geraldo Mateus de. **As concepções de corpo construídas ao longo da história ocidental: da Grécia Antiga à contemporaneidade**. Revista Eletrônica Print, Minas Gerais, n. 14, p. 61-79, 2012.

CASTELO-BRANCO, Maria do Céu A. S. Hall; PEREIRA, Anabela Maria de Sousa. **A auto-estima, a satisfação com a imagem corporal e o bem-estar docente**. Revista de Psicologia, Educação e Cultura, Portugal, v. 5, n. 2, p. 335 – 346, dez. 2001.

CLAUMANN, Gaia Salvador; PINTO, André de Araújo; COSTA, Andreina Medeiros; BIM, Mateus Augusto; PELEGRINI, Andreia. **Insatisfação com a imagem corporal em professores de Educação Física atuantes na Educação Infantil**. Revista Saúde (Sta. Maria), 45 (2), 2019.

DAMASCENO, Vinicius Oliveira; VIANNA, Jeferson Macedo; VIANNA, Viviane Ribeiro Ávila; LACIO, Marcio; LIMA, Jorge Roberto Perrou; NOVAES, Jefferson Silva. **Imagem corporal e corpo ideal**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 14, n. 2, p. 81-94, 2006.

DURGANTE, Graziela. **Comportamentos de acadêmicos de educação física que podem estar relacionados a vigorexia: um estudo de caso**. São Leopoldo, 2019.

ESPÍRITO-SANTO, Giannina do; MOURÃO, Ludmila. **A autorrepresentação da saúde dos professores de educação física de academias**. Revista Brasileira de Ciências e Esporte, v. 27, n. 3, p. 39-55, 2006.

Estatuto do Conselho Federal de Educação Física. **Conselho Federal de Educação Física**, dezembro, 2010. Disponível em: <https://www.confef.org.br/confef/conteudo/471>. Acesso em: 6 maio, 2020.

FRANK, Robson; CLAUMANN, Gaia Salvador; PINTO, André de Araújo; CORDEIRO, Paloma Cidade; FELDEN, Érico Pereira Gomes; PELEGRINI, Andreia. **Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física**. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 65, n. 1, jan-mar. 2016.

GUIMARÃES, Talissa Ribeiro. **Vigorexia como reflexo da contemporaneidade: interferências da preocupação exacerbada com o corpo na vida das pessoas**. Campinas, 2013.

HOLZSCHUH, André Luís; DARONCO, Luciane Sanchotene Etchepare; BALSAN, Laércio André Gassen. **Índice de capacidade para o trabalho e imagem corporal em formandos em educação física**. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, Umuarama, v. 18, n. 1, p. 9-17, jan./abr. 2014.

JACOB, Helena. **Redes sociais, mulheres e corpo: um estudo da linguagem fitness na rede social Instagram**. *Communicare – Dossiê Feminismo*, São Paulo, v. 14, n. 1, 1º semestre, 2014.

JUNIOR, Wilson do Carmo; GOBBI, Sebastião; TEIXEIRA, Camila Vieira Ligo. **Personal trainer: a profissão, o profissional e a estrutura de um novo mercado**. *Revista Pensar a Prática*, Goiânia, v. 16, n. 1, p. 1-319, jan./mar. 2013.

MACEDO, Neusa Dias de. **Iniciação à pesquisa bibliográfica**. 2. ed. São Paulo: 1996.

MANFREDI, Sílvia Maria. **Trabalho, qualificação e competência profissional – das dimensões conceituais e políticas**. *Educação & Sociedade*, São Paulo, n. 64, v. 19, set. 1999.

MENDES, Alessandra Dias; AZEVÊDO, Paulo Henrique. **O trabalho e a saúde do educador físico em academias: uma contradição no cerne da profissão**. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, 20. ed., out-dez. 2014.

MOLINARI, Manuel. **As redes sociais e o culto ao corpo em academia**. São Leopoldo, 2018.

OLIVIER, Giovanina Gomes de Freitas. **Um olhar sobre o esquema corpora, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Campinas, 1995.

PAIM, Fernando Free; KRUEL, Cristina Saling. **Interlocução entre Psicanálise e Fisioterapia: Conceito de Corpo, Imagem Corporal e Esquema Corporal**. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 32, n. 1, p. 158-173, 2012.

REIS, Renato Luz. **Percepção do educador físico sobre a escola pública**. *Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*, Campinas, v. 7, n.1, 2009.

ROCHA, Wanessa Alves da; COSTA, Eliane Torres da; DIONÍSIO, Tatiane do Socorro da Silva; TEIVE, Nayana de Jesus Vilhena. **Consumo de suplementos alimentares**

entre educadores físicos que atuam em academias de ginásticas na cidade de Teresina – PI. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo, v. 4, n. 19, p. 12-20, jan./fev. 2010.

SILVA, Rita de Fátima da; JÚNIOR, Rubens Venditti; MILLER, Jussara. **Imagem corporal na perspectiva de Paul Schilder: contribuições para trabalhos corporais nas áreas de educação física, dança e pedagogia.** Mal-estar na cultura, abr.-nov. 2010.

SILVA, Matheus Paim; RECH, Anderson. **Imagem corporal do *personal trainer* e sua influência na escolha por parte de contratantes do serviço na Serra Gaúcha.** Caxias do Sul, 2019.

SOUZA, Rafael Miranda de; ARAUJO, Joao Carlos de. **Uma abordagem sobre as necessidades estéticas masculinas.** Revista NBC – Periódico Científico do Núcleo de Biociências, v. 10, n. 19, jul. 2020.

TAVARES, Maria da Consolação G. Cunha F. **Imagem Corporal: Conceito e Desenvolvimento.** 1. ed. São Paulo: 2003.

VILHENA, Ms. Lígia Martins; SANTOS, Dr. Tony Meireles; PALMA, Dr. Alexandre; MURÃO, Dra. Ludmila Murão. **Avaliação da imagem corporal em professores de educação física atuantes no *fitness* na cidade do rio de janeiro.** Revista Brasileira de Ciências e Esporte, Florianópolis, v. 34, n. 2, p. 449-464, abr./jun. 2012.

APÊNDICE A – ARTIGOS SELECIONADOS.

Título/Autor/Ano	Participantes	Metodologia	Resultados
Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física Frank et. al. (2016)	299 acadêmicos do curso de Educação Física, bacharel e licenciatura.	Questionário auto aplicado, os acadêmicos responderam a questões sociodemográficas e sobre imagem corporal (escala de silhuetas) e referiram suas medidas de massa corporal e estatura para o cálculo do índice de massa corporal.	A prevalência de insatisfação com a imagem corporal foi de 76,6% (27,4% insatisfeitos pela magreza e 49,0% pelo excesso), sendo superior no sexo feminino (82,5%).
Insatisfação com a imagem corporal em professores de Educação Física atuantes na Educação Infantil Claumann et. al. (2019)	38 professores de Educação Física da rede municipal de ensino.	Foram coletadas informações demográficas, laborais, sobre imagem corporal (escala de silhuetas) e medidas antropométricas (massa corporal e estatura autorreferidas).	A insatisfação com a imagem corporal foi verificada em 68,4% dos professores.
Imagem corporal do <i>personal trainer</i> e sua influência na escolha por parte de contratantes do serviço na serra gaúcha Silva e Rech (2019)	24 alunos e 30 profissionais de Educação Física.	Os participantes responderam a um questionário com perguntas abertas e fechadas.	Os dados quanti e qualitativos obtidos mostraram que há uma discrepância entre como o <i>Personal Trainer</i> se reconhece e como os alunos o enxergam.
Avaliação da imagem corporal em professores de educação física atuantes no <i>fitness</i> na cidade do rio de janeiro Vilhena et. Al. (2012)	255 professores de Educação Física atuantes no <i>fitness</i> .	Para avaliação da IC foi utilizado o Body Shape Questionnaire (BSQ).	7,3% dos professores e 32,8% das professoras apresentaram leve ou moderada distorção. As mulheres apresentaram escores de BSQ estatisticamente superiores aos homens. Observou-se ainda uma crescente preocupação e cuidado com a construção de uma

			forma ideal de corpo entre os docentes.
Índice de capacidade para o trabalho e imagem corporal em formandos em educação física Holzschuh, Daronco e Balsan (2014)	20 estudantes de Educação Física.	Cinco questionários que objetivaram avaliar a dor, as lesões, a imagem corporal e a capacidade para o trabalho.	Os indivíduos têm boa capacidade para o trabalho, contudo o número de lesões sofridas e a incidência de dores é muito alta. Já os resultados da Imagem Corporal apontam que em geral os alunos do curso de Educação Física estão satisfeitos com seu corpo.
A auto-estima, a satisfação com a imagem corporal e o bem-estar docente Castelo-Branco (2001)	231 professores e educadores.	Utilizou-se um Instrumento para Avaliação dos Indicadores do Bem/Mal-Estar Docente, uma escala de Auto-estima Global (<i>Self-Esteem Scale-RSE</i>) e um Questionário de Satisfação com a Imagem Corporal (<i>Body Image Questionnaire-BIS</i>).	Os professores e os educadores que evidenciam maior motivação para a profissão docente e menos receios relativos ao corpo tendem a ter associada uma maior satisfação com a imagem corporal e uma mais elevada auto-estima.