

EDUCAÇÃO FÍSICA

TAHÍSA PEREZ PENATTI

**IMAGEM CORPORAL E GINASTAS: PESQUISAS E
PUBLICAÇÕES NO BRASIL**



Rio Claro
2014

Tahisa Perez Penatti

Imagem Corporal e ginastas: pesquisas e publicações no Brasil

Orientadora: Profa. Dra. Laurita Marconi Schiavon

Co-orientadora: Profa. Dra. Marcela Rodrigues de Castro

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau de Bacharela em Educação Física.

Rio Claro
2014

796.41 Penatti, Tahisa
P397i Imagem corporal e ginastas : pesquisas e publicações no
Brasil / Tahisa Penatti. - Rio Claro, 2014
27 f. : il., gráfs., quadros

Trabalho de conclusão de curso (bacharelado - Educação
física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de
Biociências de Rio Claro

Orientador: Laurita Marconi Schiavon

Coorientador: Marcela Rodrigues de Castro

1. Ginástica. 2. Ginástica rítmica. 3. Ginástica artística. I.
Título.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todas as pessoas que, de alguma forma, fizeram parte da minha graduação e que contribuíram para minha formação.

Aos meus amigos da UNESP, obrigada por todos os momentos vividos. Vocês fizeram minha faculdade valer a pena e, com certeza, lembrarei de todos vocês com muito carinho.

Aos meus professores, cada um foi muito importante na minha vida acadêmica e na contribuição para minha vida profissional.

A todos os alunos que tive durante a faculdade, em especial os idosos do PROFIT e meus pequenos do Projeto de extensão “Atividades Ginásticas”, a experiência que tive com vocês me fez perceber que estava no caminho certo. Mostraram-me que com força de vontade, amor e carinho se alcança qualquer objetivo. Foi muito gratificante ver a melhora e o aprendizado de todos vocês.

À minha orientadora, pelos inúmeros ensinamentos, pelas oportunidades que me proporcionou e por sempre me manter em contato com a ginástica (artística, rítmica, acrobática, de trampolim e geral) que é uma prática corporal que sempre me encantou. Obrigada também pela paciência, compreensão e incentivo que tornaram possível a conclusão desse trabalho. À minha co-orientadora e a Letícia Queiroz, obrigada pela atenção de sempre e por me ajudarem a finalizar o meu trabalho.

Aos meus amigos de Piracicaba, sempre me ouvindo com muita paciência e torcendo pelo meu sucesso. A amizade de vocês é muito importante para mim. Quero vocês para sempre ao meu lado.

Ao meu namorado, muito paciente e compreensivo, sempre me deu forças e apoio para eu conseguir concluir tudo o que sempre sonhei. Obrigada por ser essa pessoa especial.

À minha família, sempre me apoiando, acompanhando meus passos e contribuindo para o meu crescimento. Obrigada de coração pelo suporte, pelo aprendizado, pelo amor e preocupação que sempre tiveram comigo e pela confiança depositada em mim. Eu não sou nada sem vocês!

A todos que participaram dessa etapa da minha vida, muito obrigada!

RESUMO

O presente trabalho de conclusão de curso originou-se a partir de discussões do Grupo de Estudos e Pesquisas Pedagógicas em Ginástica (GEPPEGIN) da Unesp/RC e teve o propósito de conhecer e analisar a existência e as discussões sobre "Imagem Corporal e Ginastas" em pesquisas e publicações na última década (2003-2013) no Brasil. A imagem corporal refere-se à representação mental do corpo, estruturada de acordo com o mundo. É sabido que pressões culturais e sociais vêm impondo um modelo de corpo ideal e gerando consequências como a insatisfação corporal. Assim, este estudo tem o propósito de discutir a imagem corporal de atletas de Ginástica Artística e Rítmica. A escolha por estas modalidades justifica-se pelo fato destas relacionarem-se diretamente com a Imagem Corporal, principalmente pela questão da necessidade do baixo peso corporal, além da relação de movimentos complexos e da necessidade de uma boa percepção corporal (BERRY; HOWE, 2000; KERR et al., 2006). Para o desenvolvimento deste estudo qualitativo foi realizada uma pesquisa documental da última década (2003-2013) sobre o tema "Imagem Corporal e Ginastas", com foco em pesquisas oriundas de programas de pós-graduação stricto sensu, reconhecidos pela Capes e, artigos científicos, publicados em periódicos indexados no Brasil e classificados no Qualis da Educação Física. Para categorização das informações relacionadas à temática utilizou-se a organização por unidades de análise proposta por Laville e Dionne (1999). Com base nos estudos analisados, percebe-se uma insatisfação com a imagem corporal com a maioria das participantes de todos os estudos, sendo atleta ou não atleta. Vieira e colaboradores (2009) supõem que o padrão corporal exigido para o desempenho no ambiente da ginástica competitiva esteja próximo da estética delineada de "corpo magro" veiculado como o padrão corporal da menina/adolescente.

Palavras-chave: Imagem Corporal. Ginástica Rítmica. Ginástica Artística.

ABSTRACT

The present study emerged from discussions of the “Grupo de Estudos e Pesquisas Pedagógicas em Ginástica” (GEPPEGIN), from UNESP/RC, and had the intention to understand and analyze the existence and discussions on "Body Image and Gymnasts" in researches and publications over the last decade (2003-2013) in Brazil. Body image refers to the mental representation of the body, structured according to the world. It is known that cultural and social pressures have been imposing an ideal body model and generating consequences as body dissatisfaction. Therefore, this study aims discuss the body image of Artistic and Rhythmic gymnastics' athletes. The choice of these modalities is justified by the fact that they are directly related to body image, especially the issue of the necessity of low body weight, beyond the relationship of complex movements and the need of good body awareness (BERRY; HOWE, 2000; KERR et al., 2006). For the development of this qualitative research, a documentary survey were conducted over the last decade (2003-2013) on "Body Image and Gymnasts", focusing on researches of *strictosensu* postgraduate programs, recognized by CAPES, and scientific papers published in journals indexed in Brazil and classified in Physical Education Qualis. For categorization of information related to the theme, was used the organization by the units of analysis proposed by Laille and Dionne (1999). Based on the studies analyzed, perceive a dissatisfaction with body image to most participants from all studies, being athlete or nonathlete. Vieira and colleagues (2009) assume that the body pattern required for performance on competitive Gymnastics is close to the aesthetics of “slim body” served as body pattern for girls/teenager.

Key words: Body Image. Rhythmic Gymnastics. Artistic Gymnastics.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Ilustração 1 – Gráfico.....	14
Ilustração 2 – Quadro.....	16

LISTA DE ABREVIATURAS

IC	Imagem Corporal
GR	Ginástica Rítmica
GA	Ginástica Artística
BSQ	Body Shape Questionnaire
EAT-26	Transtorno de conduta alimentar (Eating Attitudes Test)
TMA	Tríade da mulher atleta
AIC	Autoimagem corporal

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	08
2 IMAGEM CORPORAL.....	09
2.1 Histórico e Conceito.....	09
2.2 Imagem corporal: relações com atividade física e esporte.....	12
3 MÉTODO.....	13
4 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	15
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
REFERÊNCIAS.....	24

1 INTRODUÇÃO

Imagem Corporal é uma temática que vem sendo amplamente investigada por diferentes profissionais (psicólogos, médicos, nutricionistas, educadores físicos, entre outros) nos mais variados grupos. É sabido que pressões culturais e sociais vem impondo um modelo de corpo ideal e gerando consequências como a insatisfação corporal e possíveis distúrbios alimentares.

Segundo Schilder (1994), imagem corporal é a representação mental do próprio corpo e do modo como ele é percebido pelo indivíduo, de modo que a imagem envolve os sentidos, as ideias e sentimentos referentes ao corpo. Ademais, Tavares (2003) conceitua a imagem corporal como a forma pela qual cada indivíduo idealiza seu corpo, representado por fases de sua história, que sofreu alterações constantes pela procura do corpo ideal, a qual é ditada pela mídia e pela cultura social a que está inserida, representada em todas as sociedades.

Assim, o presente trabalho de conclusão de curso originou-se a partir de discussões do Grupo de Estudos e Pesquisas Pedagógicas em Ginástica (GEPPEGIN) da Unesp/RC e teve como objetivo conhecer e analisar a existência e as discussões acerca da Imagem corporal de ginastas em pesquisas e publicações na última década (2003-2013) no Brasil.

A escolha de associar a Ginástica Artística e Rítmica de alta competição justifica-se pelo fato dessas modalidades relacionarem-se diretamente com a Imagem Corporal, principalmente pela questão da necessidade do baixo peso corporal, além da relação de movimentos complexos e da necessidade de uma boa percepção corporal (BERRY; HOWE, 2000; KERR et al., 2006).

No contexto competitivo, o perfil corpóreo necessário vai muito além das ideologias implantadas pela sociedade (REIJONEN; PRATT; PATEL; GREYDANUS, 2003; THOME; ESPELAJE, 2004). Os atletas de alto rendimento estão submetidos a processos intensos de treinamento e competição que geram a necessidade de controlar a alimentação e o peso corporal na tentativa de aperfeiçoar sua *performance* (PATEL; GRYDANUS; PRATT; PHILLIPS, 2003). Além disso, este contexto exerce pressões mais fortes (por parte dos treinadores, dos pais, da exigência do contexto) para a manutenção do peso e formas corporais como meio de ganhar vantagem competitiva, tendo subjacente a crença de que um peso

específico resultará num melhor desempenho atlético (DAVIS, 2002; SMOLAK, MURREN; RUBLE, 2000). Fortes e Ferreira (2014) indicaram que a insatisfação com a imagem corporal e o percentual de gordura foram associados aos comportamentos de risco para transtorno alimentar em atletas de ambos os sexos.

Esta conjuntura está presente na maioria das modalidades esportivas, mas em especial se evidencia em modalidades que exigem baixo peso corporal e que envolvem atletas do sexo feminino, como as modalidades esportivas ginásticas, e mais especificamente a Ginástica Artística e a Ginástica Rítmica.

Assim, para alcançar o objetivo proposto neste trabalho de conclusão de curso (TCC) foi realizada uma pesquisa documental sobre estudos relacionados à imagem corporal, Ginástica Artística e Ginástica Rítmica, relacionando os temas com foco em pesquisas oriundas de programas de pós-graduação *stricto sensu*, reconhecidos pela Capes e, artigos científicos, publicados em periódicos indexados no Brasil e classificados no Qualis da Educação Física, realizados na última década (2003–2013).

Como embasamento teórico o trabalho foi dividido nas seguintes partes: o primeiro capítulo aborda a Imagem corporal nos seguintes aspectos: histórico, conceitual, na adolescência e no esporte. Em um segundo momento será tratado sobre as ginásticas de alto rendimento, abordando especificamente a Ginástica Artística e a Ginástica Rítmica.

2 IMAGEM CORPORAL

2.1 Histórico e Conceito

A imagem corporal é um importante componente da nossa identidade. É uma construção multidimensional, que corresponde à figura mental que temos do nosso corpo; e dos sentimentos relacionados a essas características bem como as partes que o constituem, ou seja, é a forma como o indivíduo se percebe e se sente em relação ao seu próprio corpo (ALMEIDA et al., 2005; DAMASCENO et al., 2005; KAKESHITA et al., 2009; TAVARES, 2003).

A temática imagem corporal começou a ser estudada no início do século XX devido à necessidade e ao interesse de alguns neurologistas compreenderem a

organização e o funcionamento da estrutura cerebral, os quais investigavam o que uma determinada lesão acarretava à percepção do indivíduo em relação a seu próprio corpo e ao espaço que este ocupava (RIBEIRO; TAVARES, 2011). Segundo Fisher (1990), a ideia da existência de uma imagem corporal proporcionava um melhor entendimento das formas neuropatológicas de experiências corporais, incluindo fenômenos como o do membro fantasma e a anosognosia¹. Partiram, então, do pressuposto de que existe um esquema central da imagem corporal capaz de registrar as percepções corporais e integrá-las, e as distorções dessas percepções estariam relacionadas a danos cerebrais específicos.

De acordo com os estudos de Ribeiro e Tavares (2011), os primeiros pesquisadores foram os neurologistas Henry Head, que propôs o termo esquema corporal, explicando que cada indivíduo constrói um modelo de si, que constitui um padrão no qual, posturas e movimentos vão se compondo de maneira coerente com este padrão; e Paul Schilder, que abordou a imagem corporal de forma sistêmica, considerando existir, além dos fatores neurológicos e fisiológicos, o papel fundamental dos aspectos psicológicos e socioculturais na construção da imagem corporal. Schilder (1999 apud FISHER, 1990), propôs também, que a imagem corporal é um fenômeno multifacetado, complexo, dinâmico e experienciado por todo e qualquer indivíduo. Para ele, a imagem corporal de um indivíduo é a figuração do seu corpo formada em sua mente, ou seja, é o modo pelo qual o corpo a ele se apresenta (FISHER, 1990).

Com toda essa preocupação e empenho para o estudo das descobertas da neurociência, muitas pesquisas foram realizadas isoladamente. Um dos primeiros psicólogos a investigar sobre essa temática, Seymour Fisher, desenvolveu escalas de avaliação para facilitar a compreensão de fatos comuns na nossa sociedade, como a busca crescente por tratamentos médicos e cirúrgicos, o processo de adaptação a deficiências e os distúrbios de comportamento (RIBEIRO; TAVARES, 2011). Além disso, ele se dedicou em agrupar, organizar e disponibilizar estes estudos através de publicações de livros, incluindo em seu trabalho investigações acerca da percepção corporal, compreendida como uma das dimensões da imagem corporal (RIBEIRO; TAVARES; CAETANO, 2012).

¹ Anosognosia: estado neurológico caracterizado pela falta de consciência de uma pessoa com a sua própria doença.

O processo de formação da imagem corporal pode ser influenciado pelo sexo, idade, meios de comunicação, bem como pela relação do corpo com os processos cognitivos como crença, valores e atitudes inseridos em uma cultura (BLOWERS et al., 2003).

Ao longo do tempo, a sociedade vem construindo diversas concepções do corpo, impondo um modelo de beleza, na tentativa de padronizar corpos belos e torneados, mais especificamente um corpo magro e esbelto para as mulheres e, delineados e musculosos para os homens. Por influência, principalmente, da mídia, é despertada uma busca pelo corpo perfeito, levando as pessoas a acreditarem que para serem aceitas, é necessário estarem de acordo com os padrões estabelecidos, podendo ocasionar insatisfação corporal. A busca insistente por um corpo ideal pode estar entre as principais causas de distorções da imagem corporal, em especial no gênero feminino (CONTI et al., 2005; FOWLER, 1989).

A adolescência é a fase crítica no desenvolvimento da imagem corporal, uma vez que é nesse período que ocorrem alterações corporais marcantes. Além disso, nessa fase da vida, o jovem busca mecanismos de identidade que irão inseri-los em determinados contextos socioculturais. Dessa forma, tais alterações somadas à pressão por atingir determinados padrões corporais o torna vulnerável a influências tanto da mídia como da sociedade em que ele está inserido (SILVA; ALVES, 2007).

Segundo Gallahue e Ozmun (2005) é evidente a preocupação do adolescente em relação a sua imagem corporal, principalmente na fase da puberdade, onde ocorre um desenvolvimento estrutural mais acelerado, e a mídia pressiona, para um padrão cultural de beleza física, muito longe de ser o mais saudável. É evidente uma supervalorização do modelo perfeito, imposto pelos meios de comunicação, principalmente pelos adolescentes, pela nova fase que seu corpo começa a passar, devido aos processos de mudança, podendo acontecer a não aceitação da sua “nova” imagem corporal, recorrendo ao uso de produtos ou substâncias que prometem alterações milagrosas, mas que podem prejudicar seu desenvolvimento, por não ser um meio saudável.

Essa insatisfação com o próprio corpo, mais especificamente, com a imagem que se tem dele, talvez seja um dos principais motivos que levam as pessoas a iniciarem um programa de atividade física (LOLAND, 2000; HART, 2003).

2.2 Imagem Corporal: relações com atividade física e esporte

A literatura ainda é inconclusiva a esse respeito. Se por um lado existem autores que afirmam que atividade física pode reduzir incidência de insatisfação corporal (ROSENDAHL et al., 2009), por outro lado existe uma vertente que pontua que, especialmente no contexto esportivo de alto rendimento os indivíduos mais prontos a desenvolverem distúrbios de imagem corporal (DE BRUIN; OUDEJANS; BAKKER, 2007; SWAMI; STEADMAN; TOVEÉ, 2009).

Tal desenvolvimento pode implicar em: desenvolver a percepção de partes do corpo, reconhecer e valorizar as sensações corporais, gostar mais do corpo, ter maior satisfação com o corpo, reconhecer o corpo como ele realmente é, ou descobrir as possibilidades do corpo ampliando suas possibilidades de ação. Isto significa que o desenvolvimento da Imagem Corporal depende da experiência de sensações. Assim, a atividade física, vem contribuir com vivências corporais positivas individuais ou em grupo que, através de melhorias físicas e fisiológicas, aumentam a autoestima e o bem-estar de pessoas que necessitam conectar-se com seu corpo (TAVARES, 2003).

As modalidades ginásticas de alto rendimento esportivo possuem características de orientação estética e controle de peso rígido, que interferem direta e indiretamente na avaliação das séries em competições. Assim, este contexto pode ser um potencial fator de risco para a insatisfação com a imagem corporal (DAVIS, 2002; KERR, BERMAN, SOUZA, 2006; LEVINE, SMOLAK, 2002; SMOLAK, MURREN, RUBLE, 2000).

Tanto a Ginástica Artística, quanto a Rítmica são modalidades que têm como requisito o baixo peso e têm como características a alta coordenação de movimentos, o desenvolvimento da consciência corporal e o estímulo à percepção do corpo em movimentos cada vez mais complexos e com uma aprendizagem motora incessante e cada vez mais refinada de movimentos e partes do corpo (VIEIRA et al., 2009).

Segundo Schiavon (2009, p.88):

Outro estudo com ginastas femininas colegiais (PETRIE, 1993), destacado por Kerr et al (2006), apresenta dados de que 50% das ginastas estudadas gostariam de ser mais leves e 61% delas apresentam indicações de desordem alimentar segundo médias de testes (Bulimia Test-Revised). Em outro estudo

(KERR; DACYSHYN, 2000), apontado por Kerr et al (2006), abordando também ginastas de elite já aposentadas, muitas relataram uma constante preocupação com o peso e imagem corporal em suas carreiras.

Vieira e colaboradores (2009), concluíram que o peso corporal é um requisito fundamental para que a ginasta pratique esse esporte, que é caracterizado pela leveza e coordenação dos movimentos, pelo desenvolvimento da consciência corporal, pela arte do equilíbrio, pela flexibilidade e pelo domínio do corpo e, devido a isso, preconiza-se que as ginastas sejam mais magras do que outras meninas da mesma idade. Em contrapartida, os autores apontam que atletas de Ginástica Rítmica apresentaram menores índices de distorção da imagem corporal que estudantes não atletas, ou seja, a distorção da imagem corporal no ambiente esportivo competitivo parece ter probabilidade similar à de qualquer outro contexto social, no qual a exigência pela estética corporal seja o principal fator de referência. Cada adolescente, seja atleta ou não, estará sujeito ao desenvolvimento desses tipos de transtornos ou distorções, sendo que a percepção comportamental e cognitiva individual das adolescentes sobre as demandas e exigências do ambiente parece ser o fator crucial nesse processo.

3 MÉTODO

Este trabalho baseou-se em uma pesquisa do tipo bibliográfica acerca de estudos relacionados à “Imagem Corporal de ginastas”. Tal temática foi relacionada ao foco em pesquisas oriundas de programas de pós-graduação *Stricto sensu*, reconhecidos pela Capes e, artigos científicos, publicados em periódicos indexados no Brasil e classificados no Qualis/Capes da Educação Física, ambos na última década (2003-2013). A priori, foram selecionados somente artigos com classificação A1, A2, B1 e B2, mas, devido a pequena quantidade de artigos relacionados ao tema, a pesquisa foi ampliada e os artigos com classificação B3 e B4 também foram incluídos.

Dissertações de mestrado e teses de doutorado provenientes das bases de dados online Athena/ Universidade Estadual Paulista (UNESP),

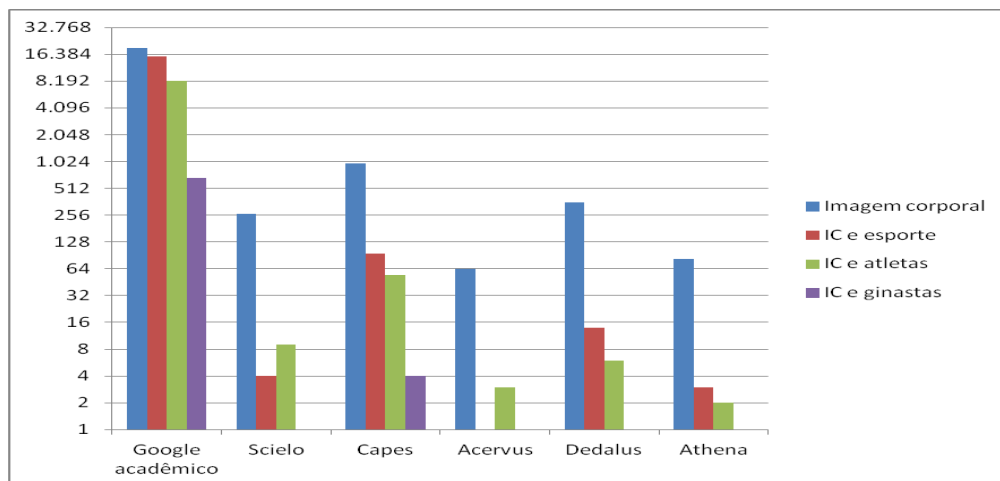
Acervus/Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Dedalus/Universidade de São Paulo (USP), Portal da Capes e Google Acadêmico e; os artigos científicos de periódicos nacionais nas bases de dados online da Capes, Scielo e Google Acadêmico.

Para o levantamento dos estudos foram utilizadas as seguintes palavras-chave: Imagem corporal, Imagem corporal e esporte, imagem corporal e atletas, Imagem corporal e ginastas.

3.1 Amostra

Inicialmente, foram encontrados 20.827 trabalhos com a palavra-chave “Imagem Corporal” nas bases de dados selecionadas. Para melhor direcionamento da pesquisa com o tema aqui abordado, filtrou-se a busca utilizando as palavras-chave “Imagem Corporal e Esporte”, “Imagem Corporal e Atletas” e “Imagem Corporal e Ginastas”, onde foram encontrados 15.400, 8.280 e 674 trabalhos respectivamente (Gráfico 1).

Gráfico 1: Quantidade de trabalhos encontrados a partir das palavras-chave IC, IC e esporte, IC e atletas, IC e ginastas nas bases de dados analisadas.



Posteriormente, foram selecionados apenas os estudos que abordavam a temática, a partir da leitura do título e/ou do resumo, mesmo este não sendo seu assunto principal. Assim, dos estudos levantados através da palavra-chave “Imagem Corporal e Atletas”, foram obtidos 17 artigos e 1 tese de doutorado, sendo 13 no Google Acadêmico, 11 no Scielo, 8 na Capes e 5 no Dedalus, onde os estudos

apareceram em mais de uma base de dados. Analisando os artigos selecionados, em sua maioria, era abordado a imagem corporal relacionando-a com atletas de esportes diversos, com distúrbios de atitudes alimentares e também, associando com problemas de saúde. Devido a isso, para atingir os objetivos do presente trabalho, a pesquisa foi filtrada com a palavra-chave “Imagem Corporal e Ginastas” e o resultado obtido foi de 679 estudos.

Destes 679 estudos sobre Imagem corporal e ginastas, foram selecionadas somente as referências que, a partir da leitura do título e/ou do resumo tratavam especificamente do tema. Além de muitas publicações não estarem dentro da classificação estipulada para esse trabalho, muitas delas traziam a imagem corporal apenas com outras modalidades esportivas, sem ser GA e GR, ou até mesmo relacionando-a com algumas doenças fisiológicas, como a obesidade e também, psicológicas. Devido a isso, o número final foi de quatro estudos, sendo três artigos e uma tese de doutorado.

3.2 Análise dos dados

Para a análise dos dados, o conteúdo das pesquisas selecionadas foi classificado em “unidades de análise”. Para tanto, “recortes que agrupam em função de sua significação, que cumpre que esses sejam portadores de sentido em relação ao material analisado e às intenções da pesquisa” (LAVILLE; DIONNE, 1999, p.216).

4 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados quatro estudos pertinentes à temática, sendo três artigos e uma tese de doutorado (Quadro 1). Observou-se uma predominância de estudos voltados para a Ginástica Rítmica, onde a mesma foi utilizada como critério de inclusão em todos os estudos analisados. Além disso, constatou-se a presença de estudos somente a partir de 2009, fato que pode estar relacionado com uma maior preocupação com a temática nos últimos dez anos.

Quadro 1: Características dos estudos encontrados pertinentes a temática da pesquisa.

Título	Autor	Base de dados	Classificação
Distúrbios de atitudes alimentares e distorção da imagem corporal no contexto competitivo da ginástica rítmica (2009).	José Luiz Lopes Vieira; Helenice Zotto Amorim; Lenamar Fiorese Vieira; Adolpho Cardoso Amorim; Priscila Garcia Marques da Rocha.	Capes Scielo Google acadêmico	Artigo - A2
Investigação dos componentes da tríade da mulher atleta em ginastas (2009).	Talita Adão Perini; Glauber Lameira de Oliveira; Paulo Moreira Silva Dantas; Paula Roquetti Fernandes; José Fernandes Filho.	Google acadêmico	Artigo - B1
Relação entre composição corporal, consumo dietético e tendência a transtornos alimentares em atletas da seleção paranaense de ginástica rítmica (2013).	Andressa Madalozo Laffitte; Mariana Zap; Patrícia Pinheiro Leandro; Paula Gracia Koppe Colleon.	Google acadêmico	Artigo - B4
Composição corporal, gasto energético, ingestão e comportamento alimentar em adolescentes atletas de ginástica rítmica da cidade de Ribeirão Preto – SP (2012).	Carlos Alberto Simeao Junior.	Athena/UNESP	Tese

No primeiro estudo citado (VIEIRA et al., 2009), a pesquisa realizada teve a participação de 48 atletas federadas de Ginástica Rítmica, das categorias: infantil (22), juvenil (21) e adulta (5), com idade entre 10 e 18 anos. Para participarem do mesmo, elas deveriam ter praticado a modalidade de forma intensiva durante, no mínimo, dois anos consecutivos, e ter participado de pelo menos duas competições esportivas em nível estadual, nacional ou internacional. O grupo controle foi composto por 48 estudantes do ensino fundamental e médio que estivessem dentro

de alguns critérios como: idade, estar matriculada em uma instituição de ensino público ou privado, na mesma proporção das frequentadas pelas atletas de GR e não estar envolvidas em programa de esporte competitivo.

As principais características do perfil antropométrico identificadas neste artigo foram peso e estatura e, para determinar a insatisfação com a imagem corporal, foi utilizado o *Body Shape Questionnaire* (BSQ). Foi realizado também o teste EAT (transtorno de conduta alimentar) para verificar a existência de comportamentos sugestivos de transtornos de conduta alimentar.

Observou-se a existência de uma diferença estatisticamente significativa na comparação entre as médias do peso corporal entre o grupo de atletas de GR e o grupo controle. Na análise, o grupo controle apresentou peso corporal maior em todas as idades, numa média de 10 kg de diferença em cada faixa etária. No entanto, a estatura do grupo controle foi superior em todas as faixas etária a do grupo de atletas de Ginástica Rítmica.

Todas as ginastas de GR que foram identificadas com comportamento sugestivo de transtorno de conduta alimentar também apresentaram distorção de imagem corporal (leve, moderada ou grave); por outro lado, retirando esse grupo, as demais ginastas que apresentam distorção de imagem corporal não apresentaram comportamento sugestivo de transtorno de conduta alimentar.

Nota-se que nos resultados englobando todas as adolescentes, tanto as atletas de GR quanto as estudantes não atletas, em 62% delas foi identificada ausência de distorção de autoimagem. No entanto, os dois grupos de faixa etária acima de 15 anos, apresentaram índice de distorção da imagem corporal, classificada em graus "leve", "moderado" e "grave". Mais especificamente 16 atletas (33,3%) e 25 estudantes (52,1%). Vieira e colaboradores (2009) supõem que o padrão corporal exigido para o desempenho no ambiente da Ginástica Rítmica competitiva esteja próximo da estética delineada de "corpo magro" veiculado como o padrão corporal da menina/adolescente.

Os resultados deste estudo sugerem que o peso corporal seja um requisito fundamental para que a ginasta pratique esse esporte, por ser caracterizado pela leveza dos movimentos, pela arte do equilíbrio, flexibilidade e pelo domínio do corpo (GEORGOPOULOS et al., 2001) e, devido a isso, preconiza-se que as ginastas sejam mais magras do que outras meninas da mesma faixa etária para terem um melhor desempenho em suas competições.

Sendo assim, os autores desse estudo (VIEIRA et al., 2009) concluem que a pressão social diária pelo corpo magro parece ter tanto impacto para surgimento de distorção de imagem corporal nas adolescentes de forma geral, quanto o ambiente esportivo competitivo nas ginastas de GR.

O segundo estudo (Quadro 1), intitulado “Investigação dos componentes da tríade da mulher atleta em ginastas”, contou com 29 atletas federadas do sexo feminino, com idade entre 15 e 20 anos, praticantes da modalidade esportiva Ginástica Rítmica de alto rendimento e que competiam na categoria nacional e/ou internacional há pelo menos dois anos. O grupo controle foi composto por 32 adolescentes estudantes e não atletas que não usassem contraceptivo oral e/ou drogas, e que não fossem tabagistas, já que estas características poderiam influenciar as variáveis coletadas (PERINI et al., 2009).

O objetivo deste estudo foi investigar a presença dos componentes que caracterizam a síndrome da tríade da mulher atleta (TMA), mas também verificar a satisfação com a autoimagem corporal em atletas de Ginástica Rítmica, comparando-as com adolescentes não atletas, já que é comum o desenvolvimento desta síndrome em atletas participantes de esportes em que o desempenho ótimo é dependente, fisiológica e/ou esteticamente, de um baixo percentual de gordura corporal (TORSTVEIT; SUNDGOTBORG, 2002).

Neste estudo foram adotados três questionários de autorrelato, validados nacional e internacionalmente. O primeiro foi a anamnese, composta de quatro itens: informações gerais e nutricionais, rotina de treinamento e histórico menstrual, para fins de investigação das questões referentes às alterações no ciclo menstrual e da saúde óssea. Para avaliar a presença de comportamentos alimentares inadequados utilizou-se o EAT-26 e para avaliar o grau de distorção da autoimagem corporal (AIC), foi aplicado o BSQ. Além desses instrumentos, as atletas foram submetidas à avaliação antropométrica (espessura de dobras e massa corporal total), de modo a obter os parâmetros atuais para composição corporal e compará-los com a autopercepção da atleta.

Esta análise permitiu constatar que ambos os grupos diferiram entre si na maioria das variáveis antropométricas e apresentaram distorção da imagem corporal nos graus leve e moderado entre não atletas, e leve, moderado e grave entre atletas, mesmo apresentando-se dentro dos padrões considerados saudáveis em

relação à composição corporal para seu grupo, idade e sexo (JACKSON et al., 1980).

Os resultados da investigação da presença de distúrbios menstruais e ósseos (diagnosticada por exame e lesões ósseas recentes) nos últimos dois anos indicam uma expressiva presença (n=9, 31%) de lesões ósseas provocadas por estresse (impacto) entre as ginastas.

Embora 100% da amostra de atletas tenham apresentado ausência da TMA, em uma ginasta (3,4%) foi observada a presença simultânea de dois destes componentes, e em quinze delas (51,7%), de um único componente, seja ele transtorno alimentar, distúrbio menstrual ou osteoporose. A presença de um ou a associação entre dois componentes não caracterizam a TMA, mas podem sinalizar sua instalação por completo no futuro, sendo fundamental uma intervenção imediata.

Segundo os autores desse estudo, embora o grupo de adolescentes tenha apresentado resultados semelhantes aos das atletas na maioria dos componentes da TMA, é necessário ressaltar que o grupo de atletas conta com uma preocupação adicional, pois elas geralmente sofrem pressões externas, por parte de técnicos, treinadores e patrocinadores, para a redução do percentual de gordura corporal. O agravante é que elas são submetidas a elevado número de horas de treino, por isso necessitam de uma carga energética compatível com o treinamento físico intenso e manutenção do equilíbrio energético e de sua saúde.

Por fim, os resultados da análise da autopercepção da massa corporal total da amostra identificam a insatisfação com a atual massa corporal total, retratada por maior presença do desejo de emagrecer, entre atletas (52%) e não atletas (73%).

O terceiro estudo (Quadro 1), “Relação entre composição corporal, consumo dietético e tendência a transtornos alimentares em atletas da seleção paranaense de ginástica rítmica”, teve como objetivo relacionar a composição corporal com o consumo dietético e a tendência a transtornos alimentares em atletas do sexo feminino da Seleção Paranaense de Ginástica Rítmica. A amostra foi composta por 11 atletas, entre 12 e 14 anos de idade (LAFFITTE et al., 2013).

Para a coleta de dados antropométricos foi utilizado uma balança para mensuração de massa, um estadiômetro para medida de estatura e um adipômetro para aferição das dobras cutâneas (tricipital, abdominal, supra-iliaca e coxa média). Foram utilizados também testes como EAT, EBITE (Bulimic Investigatory Test Edimburgh) para avaliar a presença de comportamentos alimentares inadequados, e

o BSQ, usado para avaliar a preocupação com a forma do corpo com maior relevância para o trabalho.

Neste estudo, 81,8% das atletas atingiram o percentual de gordura médio de atletas desta modalidade (10,8%), sendo que 100% das atletas não atingiram o mínimo da recomendação para meninas de 12 anos segundo o British Journal of Nutrition, mas com base em Carvalho e colaboradores (2010), ginastas bem sucedidas têm baixos valores de porcentagem de gordura corporal.

De acordo com o EAT, o qual esta relacionada ao risco de desenvolver anorexia, 72,7% das meninas encontram-se fora da zona de risco. Porém, de acordo com o BITE, que avalia o risco de desenvolvimento de bulimia, 54,5% possui risco moderado, sendo que os mesmos resultados foram encontrados no teste BSQ, em que também 54,5% das atletas estão levemente insatisfeitas com a imagem corporal e 9% estão moderadamente insatisfeitas.

De maneira geral, as atletas da Seleção Paranaense de Ginástica Rítmica apresentaram um perfil antropométrico específico para o desenvolvimento eficiente associado ao desempenho nesse esporte, incluindo características como peso corporal inferior a valores aceitos como normais, e citados pela literatura como mais magros (GONÇALVES, BARROS, GONÇALVES, 2010).

Por fim, Simeão Junior (2012), desenvolveu sua tese de doutorado sobre a Ginástica Rítmica, por ser muito comum nessa modalidade a prevalência de transtornos alimentares e a percepção distorcida da imagem corporal, devido aos processos de treinamento e competição que geram a necessidade de manipular a alimentação e o peso corporal na tentativa de aperfeiçoar a performance. Assim, seu trabalho teve como objetivo avaliar a composição corporal, o gasto energético em repouso, a atividade física habitual, a imagem corporal e a ingestão e o comportamento alimentar de adolescentes atletas de Ginástica Rítmica na cidade de Ribeirão Preto. A amostra foi composta por 12 atletas do sexo feminino, com idades entre 10 e 19 anos, que atendiam aos critérios propostos para a composição da amostra que, além do gênero e da idade, elas deveriam estar participando, no momento da coleta, de algum torneio de abrangência no mínimo regional. Essas atletas foram submetidas à análise de medidas antropométricas, gasto energético, atividade física, ingestão e comportamento alimentar.

Segundo a classificação proposta por Lohman (1987) em relação à quantidade de gordura corporal, 75% das adolescentes encontraram-se com baixo

percentual e 25% dentro do recomendado, apontando uma quantidade elevada de massa magra nas avaliadas, fato este mencionado por Thompson e Manore (1996) devido à tendência existente de adolescentes atletas apresentarem quantidade maior de massa livre de gordura.

Os resultados obtidos com a aplicação do BSQ mostraram que dos 12 indivíduos avaliados, sete indivíduos, ou seja, 58,33% da população estudada apresentaram insatisfação quanto à imagem corporal, sendo que 16,67% eram portadores de distúrbio leve, 33,33% eram portadores de distúrbio moderado, e 8,33% de distúrbio grave. Já nos resultados do teste EAT, somente três adolescentes (25%) obtiveram resultado positivo, inclusive essas mesmas três também estavam insatisfeitas com a imagem corporal, apresentaram assim resultados positivos em ambos os testes.

Ao final desse estudo verificaram-se características antropométricas específicas para essa modalidade como: ginastas com estatura mediana; baixo percentual de gordura; elevada quantidade de massa livre de gordura; elevado número de horas na semana dedicadas ao treinamento e gasto energético diário em repouso similar aos trabalhos existentes na literatura. Essas características se dão aos processos de treinamento e competição que geram a necessidade de manipular a alimentação e o peso corporal na tentativa de aperfeiçoar o desempenho da atleta. A imposição por um corpo magro e as restrições alimentares impostas a elas, fazem com que elas tenham a sensação de nunca estarem magras o suficiente. As restrições alimentares são comuns entre elas, pois a composição corporal e a estética são fatores determinantes para o sucesso, neste caso (VIEIRA et al., 2009).

Diante dos estudos apresentados, observou-se uma diferença significativa entre as médias do peso corporal e da estatura, comparando atletas e não atletas de GR. A redução em ambas as medidas, por parte das ginastas, pode estar relacionada com o treinamento intenso e a baixa ingestão dietética das atletas, para que elas consigam manter uma imagem corporal adequada tanto para a estética quanto para a performance desse esporte.

Esse fato pode estar também associado com a idade das meninas ao iniciar a prática dessa modalidade. Como visto no primeiro estudo citado, a GR é uma modalidade na qual a criança inicia a prática por volta dos cinco anos de idade e já é solicitada a apresentar padrões corporais específicos. Quando o corpo estético não é o adequado, se torna necessário um regime alimentar rigoroso com finalidades

competitivas. Assim, a idade e o processo de adaptação às demandas ambientais atuam com maior intensidade sobre as pré-adolescentes e adolescentes com baixa faixa etária. Portanto, profissionais como psicólogos esportivos e nutricionistas devem constituir a equipe esportiva visando a prevenção ou detecção precoce da presença de transtornos de conduta alimentar.

Por mais que o resultado dessa pesquisa tenha trazido artigos específicos de GR, na prática da GA não é diferente, a criança também inicia precocemente na modalidade, em torno dos cinco anos de idade, e para atingir resultados de nível internacional são necessários de oito a dez anos de treinamento para meninas e de 10 a 12 anos para meninos (ARKAEV; SUCHILIN, 2004).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de formação da imagem corporal pode ser influenciado por diversos fatores tais como sexo, idade, mídia, crença, valores e atitudes inseridos em uma cultura. A insatisfação com a imagem corporal aumenta à medida em que a mídia expõe e divulga padrões de corpo ideal e belo, aumentando assim o grau de insatisfação com a imagem corporal (DAMASCENO et al., 2006).

No contexto competitivo da Ginástica são frequentes alterações na imagem corporal. Isso devido à pressão sofrida por parte dos treinadores, dos pais e da exigência do contexto para a manutenção do peso e forma corporal como meio de ganhar vantagem competitiva, tendo subjacente a crença de que um peso específico resultará num melhor desempenho atlético (DAVIS, 2002; SMOLAK; MURREN; RUBLE, 2000).

Com base nisso e nos estudos analisados acima, conclui-se que a estatura, o peso corporal e o percentual de gordura menor que o de meninas não atletas é uma característica de ginastas. Talvez seja devido ao elevado tempo de treinamento e de uma dieta rigorosa ou até mesmo da existência de um transtorno alimentar para conseguir manter o peso e; por ser uma modalidade que é caracterizada pelo equilíbrio, pela flexibilidade e domínio do corpo e dos movimentos. Percebe-se também insatisfação com a imagem corporal com a maioria das participantes de todos os estudos, sendo atleta ou não atleta e, uma possível relação com os

resultados positivos de transtorno alimentar e distorção na imagem corporal, mas não vice-versa. Ou seja, a distorção da imagem corporal não estava associada à presença de transtorno na conduta alimentar, mas em todas as adolescentes avaliadas com presença de transtorno de conduta alimentar também se constatou distorção de imagem corporal.

Estudos como esse são importantes para que seja possível observar os caminhos das pesquisas relacionadas a essa temática, assim como a necessidade de outras pesquisas que apontem reflexões para que a cultura de cobrança de peso seja modificada para uma orientação para tal manutenção e que prevaleça a saúde da ginasta e não a cultura da modalidade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, G. A. N., SANTOS, J. E., PASIAN, S. R., LOUREIRO, S. R. Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. **Psicologia em estudo**, Paraná, v.10, n.1, p.27-35, jan./abr. 2005.

ARKAEV, L.; SUCHILIN, N. **Gymnastics: how to create champions**. Oxford: Meyer & Meyer Sport, 2004.

BERRY; T.R.; HOWE, B.L. Risks factors for disordered eating in female university athletes. **Journal of sport behavior**, vol.23, no.3, p.207-218, set. 2000.

BLOWERS, L. C.; LOXTON, N. J.; GRADY-FLESSER, M. G.; OCCHIPINTI, S.; DAWE, S. The relationship between sociocultural pressure to be thin and body dissatisfaction in preadolescent girls. *Eating Behaviors*, 4: 229-44, 2003.

CARVALHO, L. A.; KLENTOU, P.; PALOMERO, M. L.; LEBRE, E. Body composition profile of elite group rhythmic gymnasts. **Science of gymnastics Journal**, v.4, p.21-32, 2010.

CONTI, M. A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.18, n.4, p. 491-497, jul./ago. 2005.

DAMASCENO, V. O. et al. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Rev. Brasileira de Medicina do Esporte**, Minas Gerais, vol.11, n.3, mai./jun. 2005.

DAMASCENO, V. O.; VIANNA, V.R.A.; VIANNA, J.M.; LACIO, M.; LIMA, J.R.P.; NOVAES, J.S. Imagem corporal e corpo ideal. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 14, n.1, p. 87-96, 2006.

DAVIS, C. Body image and athleticism. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research & clinical practice*. **New York: The Guilford Press**, p.219-225, 2002.

DE BRUIN, A. P., OUDEJANS, R. R. D., & BAKKER, F. C. Dieting and body image in aesthetic sports: a comparison of dutch female gymnasts and non-aesthetic sport participants. **Psychology of Sport and Exercise**, 8(4), 507-520, 2007.

FISHER, S. The evolution of psychological concepts about the body. In T. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body images: Development, deviance and change*. **New York: The Guilford Press**, p.3-20, 1990.

FORTES, L.S .; FERREIRA, M. E. C. Comportamentos de risco para transtornos alimentares em atletas: associação com diversas características. **Avaliação Psicológica**, v. 13, n.1, p.11-18, 2014.

FOWLER, B. A. The relationship of body image perception and weight status to recent change in weight status of adolescent female. **Adolescence**, v.24, n. 95, p. 557-568, 1989.

GALLAHUE, D.L.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o Desenvolvimento Motor:** bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Ed. Phorte, 2005.

GEORGOPOULOS, N.A.; MARKOU, K. B.; THEODOROPOULOU, A.; VAGENAKIS, G. A.; BENARDOT, D.; LEGLISE, M. et al. Height velocity and skeletal maturation in elite female rhythmic gymnasts. **J Clin Endocrinol Metab.** 86:5159-64, 2001.

GONÇALVES, L. A.; BARROS, A. A.; GONÇALVES, H.R. Características antropométricas de atletas de ginástica rítmica. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**, v.14, n.1, p.17-23, 2010.

HART, E. A. Avaliando a imagem corporal. In: TRITSCHLER, K. **Medida e avaliação em Educação Física e esportes de Barrow & McGee.** 1. ed. Barueri: Manole, 2003. p. 457-488.

JACKSON, A. S.; POLLOCK, M. L.; WARDA, A. Generalized equation for predicting body density of women. **Medicine Science in Sports Exercise**, Hagerstown, v.12, p.175-182, 1980.

KAKESHITA, I. S.; SILVA, A. I. P.; ZANATA, D. P.; & ALMEIDA, S. S. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 25(2), 263-270, 2009.

KERR, G.; BERMAN, E.; SOUZA, J. Disordered eating in women's gymnastics: perspectives of athletes, coaches, parents, and judges. **Journal of applied sport psychology**, v.18, p. 28-43, 2006.

LAUS, M. F.; COSTA, T. M. B.; ALMEIDA, S. S. Distorção da imagem corporal em adolescentes: um estudo de comparação entre dois instrumentos. **Rev. Medicina**, Ribeirão Preto, 42(3): 358-65, 2009.

LAFFITTE, A. M.; ZAP, M.; LEANDRO, P. P.; COLLEON, P. G. K. Relação entre composição corporal, consumo dietético e tendência a transtornos alimentares em atletas da seleção paranaense de ginástica rítmica. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 7, n. 38, p.99-107, mar/abr, 2013. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/375/366>>. Acesso em: 28 jul 2014.

LAVILLE, C.; DIONNE, J. **A construção do saber:** manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas. Porto Alegre: Artes médicas sul, 1999.

LEVINE, M. P.; SMOLAK, L. Body image development in adolescent. In: CASH, T.F.; PRUZINSKY, T. (Eds.). **Body image:** A handbook of theory, research and clinical practice. New York: The Guilford Press, 2002. p.74-81.

LOLAND N.W.; The aging body: attitudes toward bodily appearance among physically active and inactive women and men of different ages. **Journal of Aging and Physical Activity**, 8:197-213, 2000.

LOHMAN, T. G. The use of skinfold to estimate body fatness on children and youth. **JOPERD**, 58: 98-102, 1987.

PATEL, D.R.; GRYDANUS, D.E.; PRATT, H. D.; PHILLIPS, E. L. Eating disorders in adolescents athletes. **J Adolesc Res**.18:280-9, 2003.

PERINI, T.A.; OLIVEIRA, G.L.; DANTAS, P. M. S.; FERNANDES, P. R.; FILHO, J. F. Investigação dos componentes da tríade da mulher atleta em ginastas. **R. da Educação Física/UEM Maringá**, v. 20, n. 2, p. 225-233, 2. trim. 2009. Disponível em: <http://eduem.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/5677>.>. Acesso em 28 jul 2014.

REIJONEN, J. H.; PRATT, H. D.; PATEL, D. R.; GREYDANUS, D. E. Eating disorders in the adolescent population: an overview. **J Adolesc Res**.18:209-22, 2003.

RIBEIRO, P.R.L.; TAVARES, M.C.F.. As contribuições de Seymour Fisher para os estudos em imagem corporal. **Motriz**, Vila Real, v. 7, n. 4, out. 2011. Disponível em <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2011000400009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 31 jul 2014.

RIBEIRO, P. R. L.; TAVARES, M. C. F.; CAETANO, A. S. Contribuições de Fisher para a compreensão do desenvolvimento da percepção corporal. **Psico-USF**, Itatiba, v. 17, n. 3, dec. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712012000300004&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 31 jul 2014.

ROSENDAHL, J.; BORMANN, B.; ASCHENBRENNER, K.; ASCHENBRENNER, F., & STRAUSS, B. Dieting and disordered eating in German high school athletes and non-athletes. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, 19(4), 731-739, 2009.

SCHIAVON, L. M. **Ginástica Artística feminina e História Oral: a formação desportiva de atletas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos (1980-2004)**. 2009. Tese (Doutorado em Educação Física). Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009. Disponível em: <<http://cutter.unicamp.br/document/?code=000439200>> . Acesso em 14 de fev. 2014.

SCHILDER, P. **A imagem do corpo: as energias construtivas da psique**. Trad. Rosane Wertman. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

SCHILDER, P. **A imagem do corpo: As energias construtivas da psique**. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SILVA, F.S.; ALVES, J.F. **Drogas e considerações na imagem corporal na adolescência**: uma revisão de literatura. 2007. 127p. Trabalho de conclusão de curso em licenciatura plena. Instituto Adventista São Paulo – IASP, Hortolândia/SP, 2007.

SIMEÃO JUNIOR, C. A. **Composição corporal, gasto energético, ingestão e comportamento alimentar em adolescentes atletas de ginástica rítmica da cidade de Ribeirão Preto . SP**. 2012. Tese (Doutorado em Alimentos e Nutrição). Universidade Estadual Paulista - “Júlio de Mesquita Filho”, Araraquara, 2012. Disponível em: <http://www.athena.biblioteca.unesp.br/exlibris/bd/bfa/33004030055P6/2012/simeaojunior_ca_dr_arafcf.pdf>. Acesso em 28 jul. 2014.

SMOLAK, L., MURNEN, S. K., & RUBLE, A. E. Female athletes and eating problems: A meta-analysis. **International Journal of Eating Disorders**, 27, 371-380, 2000.

SWAMI, V.; STEADMAN, L.; TOVEÉ, M. A comparison of body size ideals, body dissatisfaction, and media influence between female track athletes, martial artists, and non-athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 10, n. 1, p. 609-614, 2009.

TAVARES, M.C.G.C.F. **Imagem corporal**: conceito e desenvolvimento. Barueri: Manole, 2003.

THOME, J.; ESPELAGE, D. L. Relations among exercise, coping, disordered eating and psychological health among college students. **Eat Behav.** 5:337-51, 2004.

THOMPSON J.; MANORE N. Predicted and measured resting metabolic rate of male and female endurance athletes. **Journal American Dietetic Association**, v.96, p. 30-34, 1996.

TORSTVEIT, M. K.; SUNDGOT-BORGEN, J. Age of menarche and prevalence of menstrual irregularities in norwegian female elite athletes and controls. **Medicine Science in Sports Exercise**, Hagerstown, v. 34, p. S118, 2002. Supplement.

VIEIRA, J. L. L.; AMORIM, H. Z.; VIEIRA, L. F.; AMORIM, A. C.; ROCHA, P. G. M. Distúrbios de atitudes alimentares e distorção da imagem corporal no contexto competitivo da ginástica rítmica. **Rev Bras Med Esporte [online]**, vol.15, n.6, p. 410-414, 2009. Disponível em : <<http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922009000700001>>. Acesso em 14 fev 2014.