

FACULDADE NOVA ESPERANÇA DE MOSSORÓ – FACENE/RN
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TEREZINHA RAYLA SILVA DE FRANÇA

**A IMAGEM CORPORAL COMO FATOR DETERMINANTE PARA A
CONTRATAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM ESTUDO
REALIZADO NA CIDADE DE MOSSORÓ-RN**

MOSSORÓ/RN
2021

TEREZINHA RAYLA SILVA DE FRANÇA

**A IMAGEM CORPORAL COMO FATOR DETERMINANTE PARA A
CONTRATAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM ESTUDO
REALIZADO NA CIDADE DE MOSSORÓ-RN**

Monografia apresentada à Faculdade Nova
Esperança de Mossoró – FACENE/RN – como
requisito obrigatório para obtenção do título/do
grau de bacharel em Educação Física.

ORIENTADOR: José Garcia de Brito Neto

MOSSORÓ/RN
2021

Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró/RN – FACENE/RN.
Catalogação da Publicação na Fonte. FACENE/RN – Biblioteca Sant'Ana.

F814i França, Terezinha Rayla Silva de.

A imagem corporal como fator determinante para a contratação do profissional de educação física: um estudo realizado na cidade de Mossoró-RN / Terezinha Rayla Silva de França. – Mossoró, 2021.

30 f. : il.

Orientador: Prof. Me. José Garcia de Brito Neto.

Monografia (Graduação em Educação Física) – Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró.

1. Imagem corporal. 2. Exercício resistido. 3. Personal trainer. I. Brito Neto, José Garcia de. II. Título.

CDU 796(813.2)

TEREZINHA RAYLA SILVA DE FRANÇA

**A IMAGEM CORPORAL COMO FATOR DETERMINANTE PARA A
CONTRATAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UM ESTUDO
REALIZADO NA CIDADE DE MOSSORÓ-RN**

Monografia apresentada à Faculdade Nova
Esperança de Mossoró – FACENE/RN – como
requisito obrigatório para obtenção do título/do
grau de bacharel em Educação Física.

Aprovado em 03/12/2021, tendo obtido o conceito 9,4.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. José Garcia de Brito Neto
Faculdade Nova Esperança De Mossoró – Facene/RN

Prof. Me. Hykaroo Vyctor Silva Mendonça
Faculdade Nova Esperança De Mossoró – Facene/RN

Prof. Esp. Alberto Assis Magalhães
Faculdade Nova Esperança De Mossoró – Facene/RN

AGRADECIMENTOS

A Deus, por me conceder saúde e me permitir viver e realizar esse sonho. A minha vizinha Maria, e ao meu noivo Daniel, por todo o suporte, auxílio, paciência e amor demonstrados durante esses 04 anos de muita correria e luta, sem eles, com certeza eu não teria conseguido. A todos os meus companheiros de trabalho das empresas por onde passei ao longo dessa jornada. Em especial a Patrícia Moura, que me disse palavras lindas de motivação quando eu estava prestes a desistir, a toda equipe do salão de musculação da Selfit Academias (Luana, Ezequiel, Brenda e Márcio) por todos os ensinamentos na minha primeira experiência em uma academia. Ao líder Fábio Ventura, pela oportunidade e parceria. A minha querida amiga Marry, que me permitiu assistir às aulas remotas durante o horário de expediente. E a toda equipe da Forma Fitness, Marcão e Aninha pela oportunidade e credibilidade, Bheatriz, Suelany, Amâncio, Kelly e Anielly, obrigada por fazerem eu me sentir em casa e pela amizade que construímos.

A todos os meus colegas turma que não me deixaram desistir, foi maravilhoso dividir essa experiência ao lado de vocês. Aos professores e funcionários da Facene, e ao meu orientador Garcia, por ensinar com amor e paciência tudo o que sabe, por transmitir de forma clara e objetiva todos os conhecimentos, e principalmente pela paciência e tranquilidade ao orientar este projeto.

Aos voluntários que participaram da pesquisa, por contribuir para este trabalho e para a ciência. E por fim, a todos os alunos que tive a honra de acompanhar e conhecer um pouco da história de vida até aqui. Obrigada por confiarem a saúde de vocês em minhas mãos e acreditar no meu trabalho.

RESUMO

A insatisfação com o próprio corpo é um dos principais motivos que impulsionam as pessoas a se exercitarem, seja por saúde ou estética, as pessoas estão sempre buscando modificar algo em sua aparência. Este trabalho visa discutir a influência da imagem corporal sobre a sociedade, e como isso reflete nas expectativas que os praticantes de exercício resistido depositam nos profissionais de educação física. E além disso, investigar se o corpo destes profissionais pesa mais que o conhecimento no momento da sua contratação. Trata-se de uma pesquisa descritiva, de temporalidade transversal e abordagem quantitativa, realizada por meio de formulário eletrônico e escala de silhuetas, com 91 indivíduos sendo homens e mulheres da cidade de Mossoró/RN. Observa-se uma correlação significativa entre o nível de escolaridade e a imagem corporal do profissional de educação física contratado, indicando que quanto maior o nível de escolaridade, menos a necessidade de ser um profissional com aparente grande volume muscular existe ($p=0,046$) e $R=0,210$). Concluindo que quanto maior o nível de ensino do contratante, mais ele parece levar em consideração o conhecimento técnico do profissional e não a aparência física.

Palavras-chave: imagem corporal; exercício resistido; personal trainer.

ABSTRACT

Dissatisfaction with their own body is one of the main reasons that drive people to exercise, whether for health or aesthetics, people are always looking to change something in their appearance. This work aims to discuss the influence of body image on society, and how this reflects on the expectations that practitioners of resistance exercise place on physical education professionals. And also, investigate whether the body of these professionals weighs more than knowledge at the time of their hiring. This is descriptive research, with a transversal temporality and a quantitative approach, carried out through an electronic form and a silhouette scale, with 91 individuals, men and women from the city of Mossoró/RN. There is a significant correlation between the level of education and the body image of the physical education professional hired, indicating that the higher the level of education, the less there is a need to be a professional with apparently large muscle volume ($p=0.046$) and $R=0.210$). Concluding that the higher the contractor's education level, the more he seems to take into account the professional's technical knowledge and not the physical appearance.

Keywords: body image; resistance exercise; personal trainer.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	REVISÃO DE LITERATURA	9
3	METODOLOGIA	11
4	RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	12
5	CONCLUSÕES.....	16
	REFERÊNCIAS.....	17
	APÊNDICE A.....	20
	APÊNDICE B.....	22
	APÊNDICE C.....	24

1 INTRODUÇÃO

A história da humanidade mostra que o homem passou por muitas mudanças no decorrer dos séculos. Ao longo do tempo, o surgimento e os avanços da tecnologia contribuíram para o seu conforto, o que, conseqüentemente, tornou a população mais sedentária. O sedentarismo é um fator de risco para várias comorbidades, como a obesidade que pode gerar distúrbios alimentares e problemas psicológicos relacionados a insatisfação com a imagem corporal. Damasceno *et. al* (2005 *apud* SAUR; PASIAN 2008) defendem que a insatisfação está intimamente ligada aos corpos esbeltos propagados pela mídia, fazendo com que as pessoas busquem alcançar esse padrão que determina magreza como aceitável e obesidade como deplorável (LEITE; FERREIRA, 2002).

A insatisfação com o próprio corpo é um dos principais motivos que impulsionam as pessoas a se exercitarem, seja por saúde ou estética, as pessoas estão sempre buscando modificar algo em sua aparência. (DAMASCENO *et. al*, 2006). Sabe-se que os homens geralmente almejam uma estrutura física com mais músculos. De forma oposta o sexo feminino, em sua maioria deseja um corpo com menor percentual de gordura e mais longilíneo. (RECH; ARAÚJO; VANAT, 2010).

Grande parte da sociedade busca formas imediatistas de conseguir o corpo idealizado pela mídia, como cirurgias plásticas, procedimentos estéticos, medicamentos, hormônios e dietas com alta restrição alimentar, tais medidas podem acarretar frustrações e distorções de percepção corporal como anorexia e vigorexia, entre outras. (SECCHI; CAMARGO; BERTOLDO, 2009). Academias de ginástica também são muito procuradas por pessoas que estão insatisfeitas com o corpo. Em busca de um melhor rendimento e resultados mais rápidos alguns praticantes optam por um programa de treinamento individualizado com acompanhamento de um personal trainer. Os padrões corporais impostos pela sociedade podem refletir até na atuação destes profissionais, se tornando um quesito determinante para a sua contratação. (RODRIGUES *et. al*, 2020). É comum que os alunos se espelhem em seus professores, e nesta área não é diferente, por estarem a frente dessa profissão e representarem um exemplo a ser seguido pelos seus alunos acabam sendo alvos de projeções corporais destes. (RODRIGUES *et. al*, 2020).

Embora a estética seja relevante, não deve ser o único requisito a ser levado em consideração pelos alunos, um personal trainer deve ter conhecimento técnico em diversas áreas como fisiologia humana, biomecânica, bioquímica etc. para atender os

objetivos de seus clientes. No que diz respeito ao corpo desta classe profissional, ainda existe muita cobrança por parte da sociedade, chegando até a mensurar a capacidade profissional pela imagem corporal. A construção de um corpo hipertrofiado, exige tempo e dedicação, o que pode conflitar com uma rotina de estudos e trabalho.

Os profissionais de educação física por vezes precisam abdicar da prática de exercícios para investir em conhecimento. Entretanto a vivência prática é primordial para consolidar o conhecimento teórico. Além disto, o contato visual é a primeira impressão que temos de algo, ou alguém, sob essa ótica o corpo do personal trainer se configura como um cartão postal para os seus clientes. É necessário que haja um autocuidado, para fins de marketing visual. (RODRIGUES *et al.*, 2020). Desta forma considera-se que os alunos esperam que os profissionais de educação física possuam um estereótipo equiparado a imagem corporal que estes almejam conquistar através do exercício. (RODRIGUES *et al.*, 2020).

Tentando combater a cultura de supervalorização da magreza, os profissionais de educação física devem conscientizar a sociedade que cada pessoa tem seu biotipo e que nem sempre o que funciona para um, funcionará da mesma forma para outro, é importante aceitar e respeitar a individualidade biológica de cada indivíduo. Incentivando-as a buscarem uma vida saudável sem “neuras”, prezando sempre pelo equilíbrio, pois medidas extremistas podem trazer consequências graves.

Muitas pessoas projetam suas expectativas relacionadas ao corpo nos profissionais de educação física, esperando que estes possuam um estereótipo considerado ideal para a profissão exercida e algumas vezes até estimando o nível de conhecimento baseando-se na imagem corporal.

Tendo em vista que esta temática é pouco abordada, esta pesquisa servirá como base para estudos futuros e para que profissionais de educação física possam entender a representação da sua imagem corporal perante a percepção dos seus alunos. Diante disso, este estudo objetivou analisar se a imagem corporal dos profissionais de educação física é um fator determinante para a sua contratação.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Em toda a base teórica utilizada para construir esta pesquisa, a percepção da imagem corporal aparece como objeto que sofre grande influência da mídia e dos padrões de magreza estabelecidos pela sociedade, que na maioria dos casos é almejado, mas não conquistado, o que gera frustração e sensação de impotência. (KAKESHITA *et al.*, 2006).

A sociedade exige muito do corpo da mulher, é preciso ser sexy, bonita e esbelta, decorrente disto, as mulheres acabam buscando corpos com peso corporal abaixo do normal estabelecido pela OMS. (SECCHI; CAMARGO; BERTOLDO, 2009).

Uma pesquisa realizada com objetivo de analisar a satisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários dos sexos masculino e feminino, identificou que estudantes categorizados com Índice de Massa Corporal (IMC) diferentes, desejam conquistar a aparência venerada pela sociedade contemporânea. (MARTINS *et. al*, 2012).

Em estudo que compara a imagem corporal de idosas, praticantes e não praticantes de exercício físico (MATSUO *et. al*, 2007) notou-se que as idosas não praticantes de exercício físico se mostraram descontentes com a aparência atual, e gostariam de emagrecer. O estudo também indica que essas senhoras estão mais suscetíveis tanto aos aspectos socioculturais da imagem corporal, como aos aspectos biológicos do envelhecimento.

Bailarinas(as) de grupos diferentes participaram de um estudo relacionado a imagem corporal, e os dados coletados identificaram níveis de insatisfação e distorção da imagem corporal mostrando que em todas as esferas da dança artística a preocupação com a aparência e a busca por corpos esguios estão presentes. (HAAS; GARCIA; BERTOLETTI, 2010).

As percepções da imagem corporal ultrapassam a autoimagem, e alcançam outros sujeitos, quando há comparação entre um corpo e outro, ou quando ocorre avaliação se aquele corpo se encaixa no “padrão”. Em algumas áreas de atuação profissional, como nutrição e educação física, a sociedade idealiza estereótipos como cita este estudo utilizando escala de silhuetas (DAMASCENO *et al.*, 2011), em que se notou uma relação entre o corpo almejado por vários praticantes de exercício físico e o corpo que caracterizaria um personal trainer. (RODRIGUES *et al.*, 2020).

Em estudo realizado com estudantes do curso de Educação Física, observou-se que o fato de se sentirem exigidos a ter uma boa forma física diante da sua atuação

profissional, pode estar diretamente relacionado com a preocupação com a autoimagem. (RECH; ARAÚJO; VANAT, 2010).

Estudantes de nutrição, do sexo feminino, sem níveis de obesidade demonstraram interesse em modificar a imagem corporal, como forma de se encaixarem no modelo imposto pela sociedade. (BOSI *et. al*, 2006).

Em sua grande maioria as evidências apontavam que os níveis de satisfação com a imagem corporal estavam relacionados a biotipos mais magros para as mulheres e mais hipertrofiados para os homens. (DAMASCENO *et al.*, 2005).

A busca pelo “corpo ideal”, por muitas vezes ocasiona distorção na percepção da própria imagem corporal dos indivíduos, alguns estudos que buscaram averiguar essa percepção utilizaram escalas de silhuetas como método de avaliação e comprovaram a eficácia do instrumento. (KAKESHITA *et al.*, 2006).

Outros métodos também foram bastante utilizados como o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) (ALVARENGA *et al.*, 2010) e estimativa do percentual de gordura corporal através da aferição de dobras cutâneas (DAMASCENO *et al.*, 2005).

Considerando as informações citadas anteriormente, e sabendo do alcance que a mídia possui, atenta-se para o surgimento de transtornos alimentares, anabolismo e prática de exercícios em excesso como formas de conseguir se atingir o corpo idealizado pelas indústrias de beleza e veículos de comunicação social. (MARTINS *et. al*, 2012).

Entretanto, sabe-se que a prática regular e bem orientada de exercícios físicos apresenta inúmeros benefícios para a saúde e o bem estar. Idosas praticantes de atividade física se mostraram mais satisfeitas com a imagem corporal, quando comparado a idosas não praticantes de atividade física. Estes dados comprovam os aspectos positivos da atividade física na autopercepção da imagem corporal, idosos que se exercitam se percebem como capazes e independentes para realizar suas tarefas diárias. (MATSUO *et. al*, 2007).

Sob essa ótica, torna-se imprescindível que os profissionais de educação física percebam a importância dos aspectos socioculturais relacionados a imagem corporal e ao exercício físico, afim de manter um equilíbrio entre os fatores negativos e positivos que ocorrem nessa interação, e além disto conscientizar os seus alunos que é possível atingir resultados satisfatórios mantendo o equilíbrio e o bem estar. (ADAMI *et. al*, 2005).

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa descritiva, de temporalidade transversal e abordagem quantitativa. A investigação quantitativa envolve níveis de realidade tendo como campo de práticas e objetivos, descrever fenômenos, indicadores e tendências observáveis. Ela é utilizada, portanto, para a compreensão de fenômenos caracterizados por um alto grau de complexidade interna (MINAYO e SANCHES, 1993).

A pesquisa foi realizada por meio de formulário eletrônico (Apêndice A) e escala de silhuetas (DAMASCENO et al., 2011) para mensurar a percepção da imagem corporal dos profissionais de educação física sob a ótica dos praticantes de exercício resistido da cidade de Mossoró-RN.

A amostra foi composta por conveniência, onde participaram 91 voluntários, entre homens e mulheres com mais de 16 anos, praticantes de treinamento resistido (musculação) na cidade de Mossoró/RN. Foram excluídos da pesquisa, voluntários que não residiam na cidade de Mossoró-RN e que informaram os graus de escolaridade fundamental incompleto e completo. O estudo foi submetido à aprovação pelo Comitê de Ética para pesquisas em seres humanos, os voluntários foram informados sobre os objetivos do estudo e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice B), conforme os Aspectos Éticos preconizados pela Resolução CNS 466/2012 e aprovado pelo parecer nº 5.038.212 (CAAE 52079321.6.0000.5179).

Os dados foram expressos em sua maioria em valores percentuais e os participantes foram alocados em diferentes grupos em detrimento de suas respostas. A averiguação da normalidade da distribuição dos dados foi obtida por meio do teste Shapiro-Wilk, apresentando distribuição não-normal em todos os elementos investigados ($p > 0,05$).

As análises de correlações foram realizadas através do teste de correlação de Spearman. Foram considerados estatisticamente significativos valores de $p < 0,05$, isto é, 95% de probabilidade para as afirmativas e/ou negativas.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Participaram deste estudo 91 voluntários, sendo 68 do sexo feminino e 23 do sexo masculino, todos residentes na cidade de Mossoró-RN. Um dos pontos abordados foi quanto ao tempo de experiência de treino, essas informações podem ser visualizadas na tabela 1:

Tabela 1 - Tempo de experiência de treino

Classificação	Grupo	N	Percentual
0 a 06 meses	1	35	38,5%
06 meses a 01 ano	2	10	11%
01 a 02 anos	3	9	9,9%
Há mais de 02 anos	4	37	40,7%
Total		91	100%

Fonte: Elaboração própria (2020).

Após inferência estatística, não foi encontrada correlação significativa entre o tempo de experiência e a imagem corporal do profissional contratado ($p=0,475$ e $R=0,076$). Em discordância disto, a pesquisa realizada por Ribeiro (2020), entrevistou 13 indivíduos do sexo masculino, que treinavam musculação acompanhados por personal trainer há pelo menos 3 anos, constatou que todos os participantes consideram que a imagem corporal deste profissional contribui para a contratação do mesmo, além de relatarem que o personal trainer não deve estar com a massa corporal elevada, mas apresentar um corpo com musculatura aparente.

Quanto a questão econômica os 91 participantes foram estratificados em 4 grupos como estão dispostos na tabela 2:

Tabela 2 - Renda mensal média

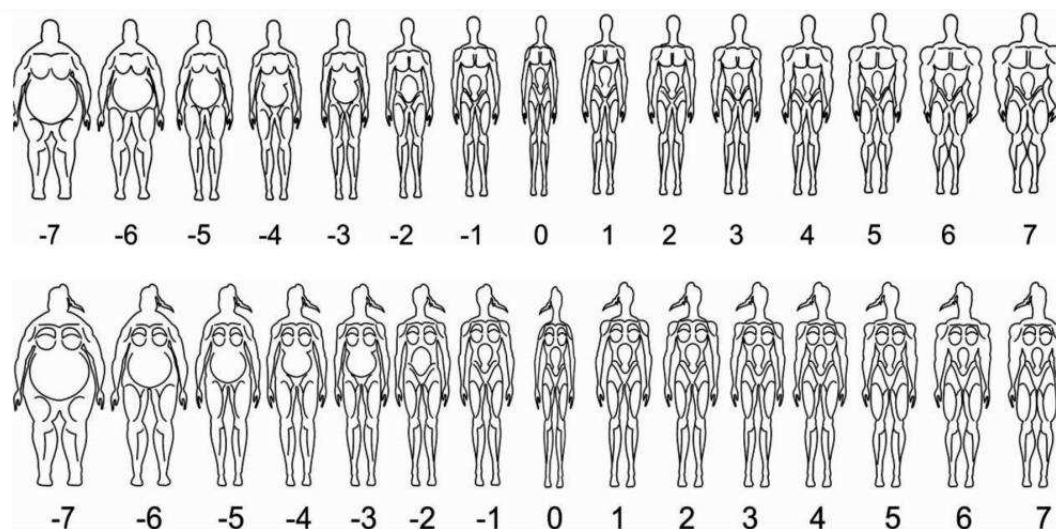
Classificação	Grupo	N	Percentual
Até um salário mínimo	1	26	28,6%
De um a três salários mínimos	2	35	38,5%
De três a cinco salários mínimos	3	17	18,7%
Acima de cinco salários mínimos	4	13	14,3%
Total		91	100%

Fonte: Elaboração própria (2020).

Após inferência estatística, não foi encontrada correlação significativa entre a renda mensal média e a imagem corporal do profissional contratado ($p=0,161$ e $R=0,148$).

No que se refere a imagem corporal do profissional, utilizamos a escala de silhuetas (DAMASCENO *et al.*, 2011) que pode ser visualizada na figura 1:

Figura 1 - Escala de Silhuetas (DAMASCENO *et al.*, 2011)



Fonte: DAMASCENO *et al.*, 2011.

Considerando esta escala, nenhum participante informou treinar com personal score -7, 2 participantes apresentaram treinar com personal score -6 (2,2%), 1 participante apresentou treinar com personal score -5 (1,1%), 5 participantes apresentaram treinar com personal score -4 (5,5%), 5 participantes apresentaram treinar com personal score -3 (5,5%), 5 participantes apresentaram treinar com personal score -2 (5,5%), 4 participantes apresentaram treinar com personal score -1 (4,4%), 5 participantes apresentaram treinar com personal score 0 (5,5%), 4 participantes apresentaram treinar com personal score 1 (4,4%), 11 participantes apresentaram treinar com personal score 2 (12,1%), 18 participantes apresentaram treinar com personal score 3 (19,8%), 12 participantes apresentaram treinar com personal score 4 (13,2%), 7 participantes apresentaram treinar com personal score 5 (7,7%), 6 participantes apresentaram treinar com personal score 6 (6,6%), 6 participantes apresentaram treinar com personal score 7 (6,6%).

Os dados que relacionam a opinião do grupo e o padrão corporal do personal trainer, foram estratificados em 2 grupos como observa-se na tabela 3:

Tabela 3 – Opinião do grupo

Classificação	Grupo	N	Percentual
Físico	1	24	26,4%

Conhecimento	2	67	73,6%
Total	91	100%	

Fonte: Elaboração própria (2020).

A opinião do grupo não apresentou correlação significativa com nenhum dos fatores, indicando que, pelas respostas da amostra o físico não faz diferença, embora 70,4% treinam com personal que tem silhueta marcada como positiva. Os dados divergem do apresentado por eles. Sendo que o percentual de pessoas que treinam com esses pessoais, é bem maior do que os pessoais que tem uma silhueta negativa ($p=0,169$ e $R=0,145$).

Cardoso e Rocha (2019) corroboram com esses dados em estudo realizado por eles, cujo objetivo foi investigar os critérios considerados relevantes por mulheres ao se contratar um personal trainer, constatou que 35 participantes do sexo feminino, com tempo de experiência de treino acompanhado com personal trainer de 3 a 48 meses, avaliaram os quesitos para contratação deste profissional, e no quesito conhecimento profissional o maior número de voluntárias (51%) definiu este como extremamente importante para a contratação.

No tocante ao grau de escolaridade a estratificação foi composta por 5 grupos, claramente tendendo para os grupos com nível de escolaridade iniciais, com relação aos participantes. O mesmo pode ser visto na tabela 4:

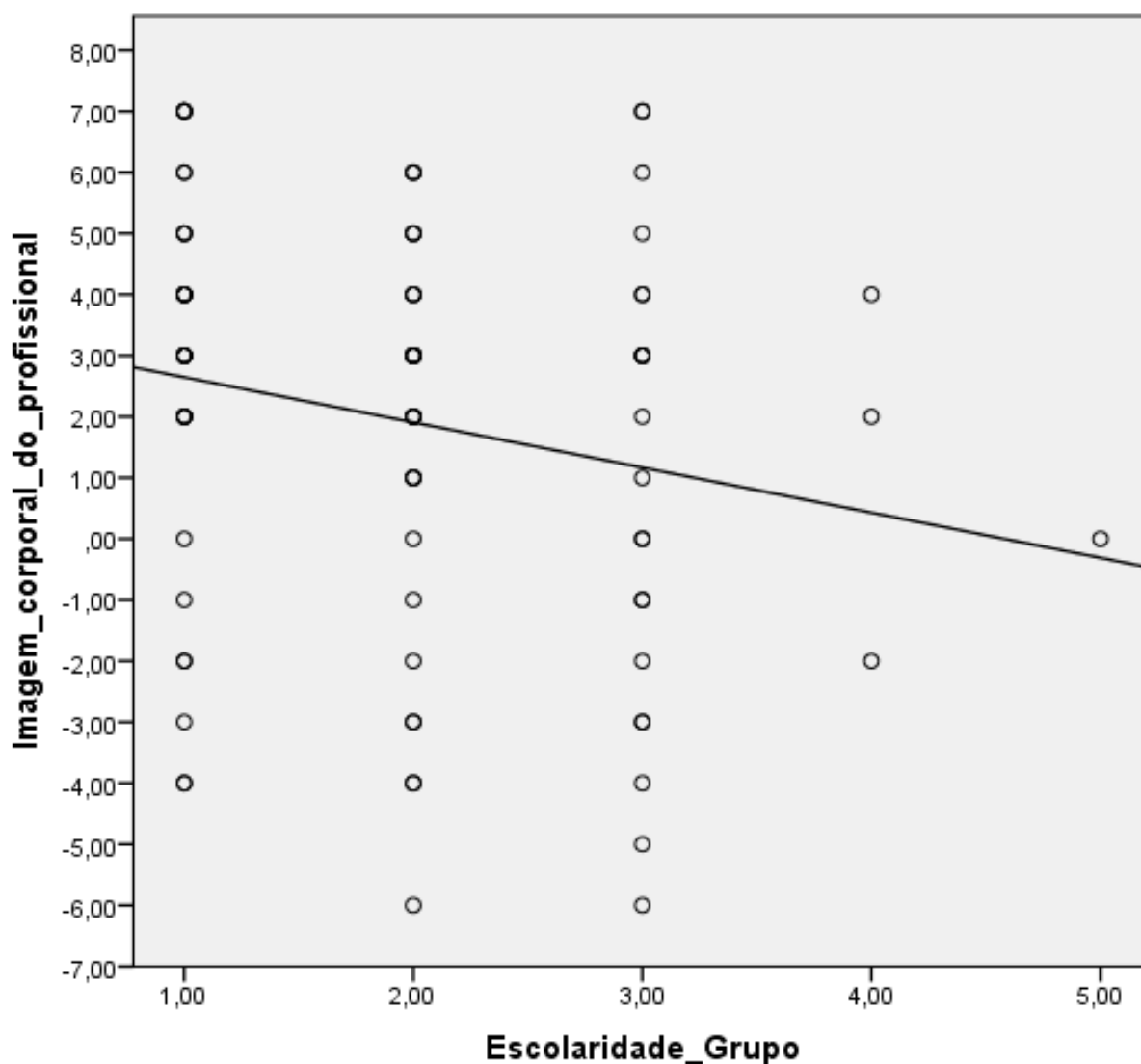
Tabela 4 - Grau de escolaridade

Classificação	Grupo	N	Percentual
Ensino médio completo	1	33	36,3%
Ensino superior completo	2	32	35,2%
Pós-graduação especialização completa	3	22	24,2%
Pós-graduação mestrado completo	4	3	3,3%
Pós-graduação doutorado completo	5	1	1,1%
Total	91	100%	

Fonte: Elaboração própria (2020).

Após a análise dos dados, observou-se uma correlação significativa entre o nível de escolaridade e a imagem corporal do profissional de educação física contratado, indicando que quanto maior o nível de escolaridade, menos a necessidade de ser um profissional com aparente grande volume muscular existe ($p=0,046$ e $R=0,210$). Como mostra o gráfico (figura 2) a seguir:

Figura 2 – Gráfico de Correlação de Spearman: Grau de Escolaridade x Imagem Corporal do Profissional



Os dados informados anteriormente mostram que 73% da amostra apresentou o argumento de que o conhecimento do profissional contratado é mais importante que o físico, isso se fortalece estatisticamente com um maior grau de escolaridade. Pois houve uma correlação significativa de que quanto maior o grau de escolaridade do praticante, menor a preocupação com a imagem corporal do profissional contratado. Contrapondo os dados obtidos no presente estudo, Rodrigues *et al.* (2020) analisaram a importância da imagem corporal do personal trainer para a sua contratação nas cidades de João Pessoa e Patos (PB), e observaram que participantes de ambas as cidades consideraram que o personal trainer deve apresentar uma silhueta com musculatura aparente, entretanto esta afirmação teve um peso maior na cidade de João Pessoa, retratando a diferença de costumes entre interior e capital.

5 CONCLUSÕES

Ao investigarmos a relação entre a percepção dos praticantes do treinamento resistido quanto a imagem corporal e o conhecimento percebido dos profissionais de educação física não identificamos correlação significativa.

Não observamos existir projeção dos praticantes de treino resistido com o corpo dos profissionais, pois de acordo com a amostra estudada, independentemente do nível de treinamento do praticante, a imagem corporal do personal trainer pareceu não ser importante para a sua contratação.

Quando comparamos qual critério influencia mais na hora da contratação de um personal trainer, o conhecimento técnico ou o porte físico para a amostra estudada foi apresentada correlação significativa entre o grau de escolaridade dos participantes e a imagem corporal deste profissional, indicando que quanto maior o nível de ensino do contratante, maiores as chances de ser considerado o conhecimento técnico do profissional antes da aparência física.

De acordo com o que levantamos, a imagem corporal dos profissionais de educação física não pareceu ser um fator determinante para a sua contratação, visto que, não ocorreu correlação significativa entre a imagem corporal do personal trainer e a opinião do grupo, onde 73,6% dos participantes relataram considerar que o conhecimento deste profissional proporciona melhores resultados para os seus alunos, enquanto apenas 26,4% acreditam que o físico gera resultados mais satisfatórios.

REFERÊNCIAS

- ADAMI, Fernando et al. Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física. **Efdeportes.com**, Buenos Aires, v. 10, n. 83, abr. 2005. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd83/imagem.htm> Acesso em: 15 mar. 2021.
- ALVARENGA, Marle dos Santos et al. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **J. bras. psiquiatr.** Rio de Janeiro, v. 59, n. 1, p. 44-51, mar. 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852010000100007&lng=en&nrm=iso Acesso em: 15 mar. 2021.
- BOSI, Maria Lúcia Magalhães et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **J. bras. psiquiatr.** Rio de Janeiro, v. 55, n. 2, p. 108-113, jun. 2006. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0047-20852006000200003&script=sci_arttext Acesso em: 15 mar. 2021.
- CARDOSO, Nayara Araújo. ROCHA, Renan Rhonalty. **Ciências da Saúde**. v. 3. Ponta Grossa (PR): Atena Editora, 2019. Disponível em: <https://sistema.atenaeditora.com.br/index.php/admin/api/artigoPDF/8648> Acesso em: 29 nov. 2021.
- DAMASCENO, Vinicius Oliveira et al. Imagem corporal e corpo ideal. **R. bras. Ci e Mov**, Brasília, v. 14(1), p. 81-94, jun. 2006. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/691/696> Acesso em: 15 mar. 2021
- DAMASCENO, Vinicius Oliveira et al. Relationship between anthropometric variables and body image dissatisfaction among fitness center users. **Revista de Psicologia del Deporte**, Palma de Mallorca, v. 20, n. 2, p. 367-382, fev. 2011. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235122167009> Acesso em: 12 abr. 2021.
- DAMASCENO, Vinicius Oliveira et al. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v. 11, n. 3, p. 181-186, abr. 2005. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922005000300006&lng=en&nrm=iso Acesso em: 15 mar. 2021.
- FERREIRA, Maria Cristina; LEITE, Neíse Gonçalves de Magalhães. Adaptação e validação de um instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal. **Avaliação Psicológica**, Campinas, v. 1, n. 2, p. 141-149, set. 2002. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v1n2/v1n2a07.pdf> Acesso em: 16 mai. 2021.
- HAAS, Aline Nogueira; GARCIA, Anelise Cristina Dias; BERTOLETTI, Juliana. Imagem corporal e bailarinas profissionais. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v. 16, n. 3, p. 182-185, mai./jun. 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922010000300005&lng=en&nrm=iso Acesso em: 15 mar. 2021.

KAKESHITA, I. **Adaptação e validação de Escala de Silhuetas para crianças e adultos brasileiros**. Tese (Doutorado em Ciências) – Universidade de São Paulo, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras, Ribeirão Preto, p. 118. 2008. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59134/tde-25052008-170240/publico/TESE.pdf> Acesso em: 05 mar. 2021.

KAKESHITA, Idalina Shiraishi; ALMEIDA, Sebastião de Sousa. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 40, n. 3, p. 497-504, jun. 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102006000300019&lng=en&nrm=iso Acesso em: 15 mar. 2021.

MARTINS, Cilene Rebolho et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. **Estud. psicol. (Natal)**, Natal, v. 17, n. 2, p. 241-246, mai./ago. 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2012000200007&lng=en&nrm=iso Acesso em: 15 mar. 2021.

MATSUO, Renata Frazão et al. Imagem corporal de idosas e atividade física. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 6, n. 1, p. 37-43, mai. 2007. Disponível em: https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-6-1-2007/art03_edfis6n1.pdf Acesso em: 15 mar. 2021.

MINAYO, M. C. de; SANCHES, O. Quantitativo-qualitativo: oposição ou complementaridade? Cad. **Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, 1993.

RECH, Cassiano Ricardo; ARAÚJO, Eliane Denise da Silveira; VANAT, Joyce Do Rocio. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 2, p. 285-292, São Paulo, abr./jun. 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1807-55092010000200011&script=sci_arttext Acesso em: 15 mar. 2021.

RIBEIRO, J. **Os significados da relação aluno-personal trainer: aspectos para uma relação duradoura**. Dissertação (Mestrado Profissional em Comportamento do Consumidor) – Escola Superior de Propaganda e Marketing, São Paulo, p. 109. 2020. Disponível em: <https://tede2.espm.br/bitstream/tede/5111/2/JOSE%20ROBERTO%20RIBEIRO.pdf> Acesso em: 01 dez. 2021

RODRIGUES, André Wagner Dantas et al. Imagem corporal do personal trainer relacionada à credibilidade profissional. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 23, abr. 2020. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/feff/article/view/59595/35772> Acesso em: 18 fev. 2021

SAUR, Adriana Martins; PASIAN, Sonia Regina. Satisfação com a imagem corporal em adultos de diferentes pesos corporais. **Avaliação Psicológica**, Ribeirão Preto, v.

7, n.2, p. 199-209, ago. 2008. Disponível em:
<https://www.redalyc.org/pdf/3350/335027184011.pdf> Acesso em: 15 mar. 2021.

SECCHI, Kenny; CAMARGO, Brígido Vizeu; BERTOLDO, Raquel Bohn. Percepção da imagem corporal e representações sociais do corpo. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 25, n. 2, p. 229-236, abr./jun. 2009. Disponível em:
https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722009000200011&script=sci_arttext&tIng=pt Acesso em: 15 mar. 2021.

APÊNDICE A

FORMULÁRIO DE PESQUISA

1. Qual seu gênero sexual?

- a) Masculino
- b) Feminino
- c) Outro

2 Você reside na cidade de Mossoró/RN?

- a) Sim
- b) Não

3. A quanto tempo você pratica exercício físico orientado em academia?

- a) De 0 a 6 meses
- b) De 6 meses a 1 ano
- c) De 1 ano a 2 anos
- d) Há mais de 2 anos

4. Qual a sua renda mensal média?

- a) Até um salário mínimo
- b) De um a três salários mínimos
- c) De três a cinco salários mínimos
- d) Acima de cinco salários mínimos

4. Qual seu nível de escolaridade?

- a) Ensino fundamental incompleto
- b) Ensino fundamental completo
- c) Ensino médio completo
- d) Ensino superior completo
- e) Pós-graduação especialização completa
- f) Pós-graduação mestrado completo
- g) Pós-graduação doutorado completo

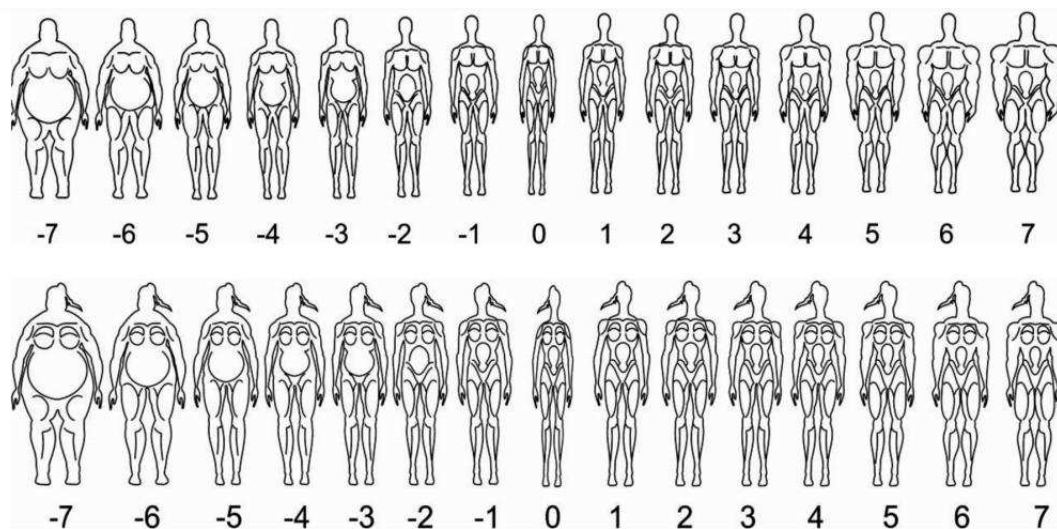
5. Você prefere treinar sob a orientação de profissional:

- a) Masculino
- b) Feminino
- c) Não tenho preferência

6. Qual o nível de formação do profissional de Educação Física que acompanha os seus treinos?

- a) Estagiário(a)
- b) Graduação
- c) Pós-graduação
- d) Mestrado
- e) Doutorado
- f) Não sei

7. De acordo com a escala abaixo, assinale a alternativa que representa o porte físico do profissional de Educação Física que acompanha os seus treinos:



8. Você considera que o padrão corporal do profissional que orienta o seu treino está associado a qualidade do serviço prestado?

- a) Sim, um profissional com melhor físico gera melhores resultados.
- b) Não, o nível de conhecimento influencia mais nos resultados.

APÊNDICE B

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Convidamos a (o) Sr. (a) para participar da Pesquisa “A PERCEPÇÃO DOS PRATICANTES DE TREINAMENTO RESISTIDO EM RELAÇÃO A IMAGEM CORPORAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA”, sob a responsabilidade dos pesquisadores Terezinha Rayla Silva de França e José Garcia de Brito-Neto (orientador) a qual tem o objetivo de analisar se a imagem corporal dos profissionais de educação física é determinante para a sua contratação.

Sua participação é voluntária e se dará por meio de um formulário online por meio do google forms contendo perguntas objetivas de caráter socioeconômico, experiência na prática de exercícios e percepção subjetiva da imagem corporal. Os procedimentos utilizados nesta pesquisa obedecem aos Critérios da Ética na Pesquisa com Seres Humanos conforme resolução n. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

A pesquisa apresenta benefícios, ao passo que proporcionará mais luz sob os critérios que pesam sob a contratação profissional. Este tema se faz importante visto que por vezes, profissionais não qualificados se tornam responsáveis pela saúde da população exclusivamente baseado em sua estética, e não pelo nível de conhecimento. Portanto, à medida que contribui para o entendimento da realidade, são gerados caminhos para uma melhor compreensão dos fenômenos que tangem a contratação profissional.

O risco envolvido é a quebra da privacidade e confiabilidade, que será amenizado pelo contato de maneira privada a partir do formulário preenchido, além do que existirá um rigor no momento de responder o formulário, bem como os questionários e os downloads de TCLE levando em consideração que as coletas das respostas não serão feitas de formas sincronizada a fim de não gerar uma identificação, sendo totalmente anônimo.

Se você aceitar participar, estará contribuindo para ter um entendimento sobre identificação de fatores relevantes à sociedade para contratação de um profissional de Educação Física. O (a) Sr. (a) não terá nenhuma despesa e também não receberá nenhuma remuneração. Todas as informações coletadas no estudo serão mantidas confidencialmente.

Os seus dados serão armazenados em um computador e seu nome não aparecerá em nenhuma publicação, apresentação ou documento. Para qualquer outra informação, o (a) Sr. (a) poderá entrar em contato com o chefe da pesquisa através do e-mail jgarcia@facenemossoro.com.br. Tendo também, plena liberdade de recusar-se a participar da pesquisa ou retirar seu consentimento em qualquer fase da mesma, sem penalização. Em caso de dúvidas entrar em contato com o e-mail informado a cima, com a pesquisador responsável, professor Mestre José Garcia de Brito Neto telefone: (84)988728752, endereço: Av. Pres. Dutra, 701 - Alto de São Manoel, Mossoró - RN, 59628-000. Ou com o Comitê de Ética em Pesquisa da FACENE/FAMENE através do e-mail cep@facene.com.br; TELEFONE/FAX: +55 (83) 2106-4777; endereço: Avenida Frei Galvão, n 12, Gramame - João Pessoa/PB, CEP:58067-695.

Consentimento

Fui devidamente esclarecido(a) sobre a pesquisa, seus riscos e benefícios, os dados que serão coletados e procedimentos que serão realizados além da garantia de sigilo e de esclarecimentos sempre que necessário. Aceito participar voluntariamente e estou ciente que poderei retirar meu consentimento a qualquer momento sem prejuízos de qualquer natureza.

Receberei, por meio digital, uma via deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e outra via ficará com pesquisador responsável.

Assinatura do pesquisador responsável

Assinatura do participante da pesquisa

APÊNDICE C

ESCOLA DE ENFERMAGEM
NOVA ESPERANÇA LTDA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: A PERCEPÇÃO DOS PRATICANTES DE TREINAMENTO RESISTIDO EM RELAÇÃO A IMAGEM CORPORAL DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Pesquisador: José Garcia de Brito Neto

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 52079321.6.0000.5179

Instituição Proponente: ESCOLA DE ENFERMAGEM NOVA ESPERANCA LTDA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.038.212

Apresentação do Projeto:

Protocolo do CEP de número133/21. Na 8ª reunião Ordinária de 14 de outubro de 2021.

Trata-se de Monografia apresentada à Faculdade Nova Esperança de Mossoró – FACENE/RN – como requisito obrigatório para obtenção do título/do grau de bacharel em Educação Física. A insatisfação com o próprio corpo é um dos principais motivos que impulsionam as pessoas a se exercitarem, seja por saúde ou estética, as pessoas estão sempre buscando modificar algo em sua aparência. Sabe-se que os homens geralmente almejam uma estrutura física com mais músculos. De forma oposta o sexo feminino, em sua maioria deseja um corpo com menor percentual de gordura e mais longilíneo. Este trabalho visa discutir a influência da imagem corporal sobre a sociedade, e como isso reflete nas expectativas que os praticantes de exercício resistido depositam nos profissionais de educação física. E além disso, investigar se o corpo destes profissionais pesa mais que o conhecimento no momento da sua contratação. Trata-se de uma pesquisa descritiva, de temporalidade transversal e abordagem quantitativa. A pesquisa será realizada por meio de formulário eletrônico e escala de silhuetas para mensurar a percepção da imagem corporal dos profissionais de educação física sob a ótica dos praticantes de exercício resistido da cidade de Mossoró-RN. A amostra será composta por conveniência, entre homens e mulheres com mais de 16 anos que pratiquem treinamento resistido (musculação) na cidade de Mossoró/RN. A estatística inferencial que irá compor o teste de hipóteses será realizada por meio

Endereço: Avenida Frei Galvão, 12

Bairro: Gramame

CEP: 58.067-695

UF: PB

Município: JOAO PESSOA

Telefone: (83)2106-4790

Fax: (83)2106-4777

E-mail: cep@facene.com.br

ESCOLA DE ENFERMAGEM
NOVA ESPERANÇA LTDA



Continuação do Parecer: 5.038.212

dos testes comparativos adequados a distribuição dos dados com o propósito de manter-se a cientificidade da pesquisa em que será considerado o nível de significância de $p < 0,05$, isto é, 95% de probabilidade para as afirmativas e/ou negativas.

Objetivo da Pesquisa:

A pesquisa apresenta como Objetivo Geral: Analisar se a imagem corporal dos profissionais de educação física é determinante para a sua contratação. E como Objetivos Específicos: Investigar a relação entre a percepção dos praticantes do treinamento resistido quanto a imagem corporal e o conhecimento percebido dos profissionais de educação física; Identificar se há projeção dos praticantes de treino de resistido com o corpo dos profissionais; Comparar qual critério influencia mais na hora da contratação de um personal trainer, o conhecimento técnico ou o porte físico.

Na avaliação dos objetivos apresentados os mesmos estão coerentes com o propósito do estudo.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: O risco envolvido é a quebra da privacidade e confiabilidade, que será amenizado pelo contato de maneira privada a partir do formulário preenchido, além do que existirá um rigor no momento de responder o formulário, bem como os questionários e os downloads de TCLE levando em consideração que as coletas das respostas não serão feitas de formas sincronizada a fim de não gerar uma identificação, sendo totalmente anônimo.

Benefícios: A pesquisa apresenta benefícios, ao passo que proporcionará mais luz sob os critérios que pesam sob a contratação profissional. Este tema se faz importante visto que por vezes, profissionais não qualificados se tornam responsáveis pela saúde da população exclusivamente baseado em sua estética, e não pelo nível de conhecimento. Portanto, à medida que contribui para o entendimento da realidade, são gerados caminhos para uma melhor compreensão dos fenômenos que tangem a contratação profissional.

Na avaliação dos riscos e benefícios apresentados estão coerentes com a Resolução 466/2012 CNS, item V "Toda pesquisa com seres humanos envolve risco em tipos e gradações variados. Quanto maiores e mais evidentes os riscos, maiores devem ser os cuidados para minimizá-los e a proteção oferecida pelo Sistema CEP/CONEP aos participantes. No item II.4 - benefícios da pesquisa - proveito direto ou indireto, imediato ou posterior, auferido pelo participante e/ou sua comunidade em decorrência de sua participação na pesquisa.

Endereço: Avenida Frei Galvão, 12
Bairro: Gramame **CEP:** 58.067-695
UF: PB **Município:** JOAO PESSOA
Telefone: (83)2106-4790 **Fax:** (83)2106-4777 **E-mail:** cep@facene.com.br

ESCOLA DE ENFERMAGEM
NOVA ESPERANÇA LTDA



Continuação do Parecer: 5.038.212

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto se apresenta bem estruturado e coerente cientificamente (Baseado na ABNT/NBR 15287 (NORMA PARA ELABORAÇÃO DE PROJETO), mostrando relevância para a pesquisa que é "Propiciar uma reflexão sobre as pressões sociais quanto ao corpo, desmistificar a cultura do corpo perfeito e conscientizar a sociedade que o conhecimento se sobressai em relação ao físico."

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Considerando os termos apresentados em anexos na Plataforma Brasil pelo/a pesquisador/a, estão em conformidade com a Res. 466/2012 CNS e o protocolo deste CEP:

- TCLE em PDF;
- Projeto detalhado PDF;
- Termo de Compromisso assinado pelo pesquisador responsável;
- Folha de rosto assinada pelo pesquisador responsável e direção da instituição proponente.

Recomendações:

Por ocasião da elaboração da MONOGRAFIA OU ARTIGO:

- Revisar a estrutura observando as normas da ABNT/NBR 14724;

Se for o caso, ARTIGO:

- Revisar a estrutura observando as normas da ABNT NOVA NBR 6022/2018;
- Revisar as Referências, observando as normas da ABNT/NBR 6023/2002;
- Especificar o Código de Ética dos pesquisadores responsáveis pela pesquisa.
- Rever o português de acordo com as regras gramaticais vigentes, inclusive com o Novo Acordo Ortográfico Brasileiro.

ATENÇÃO:

Em caso de alteração do conteúdo do projeto comunicar em tempo real, através da plataforma Brasil, via EMENDA.

Ao término da pesquisa enviar ao CEP até 12/2021 através da plataforma Brasil, via notificação, relatório final assinado pelo pesquisador + Monografia (se for o caso Artigo), como preconiza a Res. 466/2012 MS/CNS e a Norma Operacional N° 001/2013 MS/CNS.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

CONSIDERANDO que o projeto apresenta coerência científica.

CONSIDERANDO que o protocolo atende aos critérios exigidos pelo CEP baseado na Res. CNS

Endereço: Avenida Frei Galvão, 12
 Bairro: Gramame CEP: 58.067-695
 UF: PB Município: JOAO PESSOA
 Telefone: (83)2106-4790 Fax: (83)2106-4777 E-mail: cep@facene.com.br

ESCOLA DE ENFERMAGEM
NOVA ESPERANÇA LTDA



Continuação do Parecer: 5.038.212

466/2012, projeto aprovado, o mesmo pode ser executado no formato em que se encontra.

Somos de parecer favorável à aprovação do presente projeto, da forma como se apresenta, entretanto, existe uma NOTA TÉCNICA elaborada por este CEP que orienta quanto a estrutura dos trabalhos, em relação aos tópicos e itens que devem constar na elaboração de um trabalho científico, sugerimos que essa nota seja observada e seguida, principalmente no que se refere a metodologia de trabalho.

Considerações Finais a critério do CEP:

Considerando que o protocolo atende aos critérios exigidos pelo CEP baseado na Res. CNS 466/2012, considera-se o projeto aprovado, podendo ser executado no formato em que está aqui apresentado.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1825329.pdf	26/09/2021 15:44:57		Aceito
Outros	TERMO_DE_COMPROMISSO_DO_PESQUISADOR_RESPONSAVEL.pdf	26/09/2021 15:44:35	José Garcia de Brito Neto	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	A_PERCEPCAO_DOS_PRATICANTES_DE_TREINAMENTO_RESISTIDO_EM_RELACAO_A_IMAGEM_CORPORAL_DOS_PROFISSIONAIS_DE_EDUCACAO_FISICA_2.pdf	26/09/2021 15:43:00	José Garcia de Brito Neto	Aceito
Folha de Rosto	FolhaDeRosto.pdf	14/09/2021 18:49:46	José Garcia de Brito Neto	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	13/09/2021 14:51:36	José Garcia de Brito Neto	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Avenida Frei Galvão, 12
 Bairro: Gramame CEP: 58.067-695
 UF: PB Município: JOAO PESSOA
 Telefone: (83)2106-4790 Fax: (83)2106-4777 E-mail: cep@facene.com.br

ESCOLA DE ENFERMAGEM
NOVA ESPERANÇA LTDA



Continuação do Parecer: 5.038.212

JOAO PESSOA, 14 de Outubro de 2021

Assinado por:

**Maria do Socorro Gadelha Nóbrega
(Coordenador(a))**

Endereço: Avenida Frei Galvão, 12
Bairro: Gramame **CEP:** 58.067-695
UF: PB **Município:** JOAO PESSOA
Telefone: (83)2106-4790 **Fax:** (83)2106-4777 **E-mail:** cep@facene.com.br