



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA**

Hugo Augusto Alvares da Silva Lira

**O ESTADO DE HUMOR E A INSATISFAÇÃO CORPORAL POSSUEM RELAÇÃO
COM OS COMPORTAMENTOS DE RISCO PARA TRANSTORNOS
ALIMENTARES EM ATLETAS DE ESPORTES COLETIVOS DO SEXO
MASCULINO?**

**VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
2016**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
NÚCLEO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE**

Hugo Augusto Alvares da Silva Lira

**O ESTADO DE HUMOR E A INSATISFAÇÃO CORPORAL POSSUEM RELAÇÃO
COM OS COMPORTAMENTOS DE RISCO PARA TRANSTORNOS
ALIMENTARES EM ATLETAS DE ESPORTES COLETIVOS DO SEXO
MASCULINO?**

Trabalho referente à disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco – Centro Acadêmico de Vitória, como requisito de obtenção de nota.

Orientador: Dr. Leonardo de Sousa Fortes

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2016

Catálogo na Fonte
Sistema de Bibliotecas da UFPE. Biblioteca Setorial do CAV.
Bibliotecária Jaciane Freire Santana, CRB4: 2018

- L768e Lira, Hugo Augusto Alvares da Silva
O estado de humor e a insatisfação corporal possuem relação com os comportamentos de risco para transtornos alimentares em atletas de esportes coletivos do sexo masculino? / Hugo Augusto Alvares da Silva Lira. Vitória de Santo Antão, 2016.
33 folhas: tab.
- Orientador: Leonardo de Sousa Fortes
TCC (Graduação) – Universidade Federal de Pernambuco, CAV, Bacharelado em Educação Física, 2016.
Inclui referências e anexo.
1. Transtornos alimentar. 2. Atletas – Humor. 3. Atletas – esportes coletivos. I. Fortes, Leonardo de Souza. (Orientador). II. Título.

616.8526 CDD (23.ed.)

BIBCAV/UFPE-131/2016

HUGO AUGUSTO ALVARES DA SILVA LIRA

**O ESTADO DE HUMOR E A INSATISFAÇÃO CORPORAL POSSUEM RELAÇÃO
COM OS COMPORTAMENTOS DE RISCO PARA TRANSTORNOS
ALIMENTARES EM ATLETAS DE ESPORTES COLETIVOS DO SEXO
MASCULINO?**

Trabalho referente à disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II do Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco – Centro Acadêmico de Vitória, como requisito de obtenção de nota.

Aprovado em: 02/12/2016.

BANCA EXAMINADORA

Profº. Dr. Leonardo de Sousa Fortes (Orientador)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Me. Saulo Fernandes Melo de Oliveira (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Dr. Ary Gomes Filho (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Dr. Pedro Pinheiro Paes Neto (Examinador Suplente)
Universidade Federal de Pernambuco

Dedico este trabalho ao meu filho, Daniel, à minha namorada, aos meus pais e irmãos, pelo apoio, motivação e incentivo que me deram ao longo de minha vida.

AGRADECIMENTOS

Ao meu filho, que apesar de tão novo, me motivou em cada momento desde que soube de sua existência.

A minha namorada e companheira de curso, que me ajudou e deu forças em cada etapa de minha vida pessoal e acadêmica.

Aos meus pais, que sempre se empenharam a cuidar e criar da melhor forma que podiam de mim e meus irmãos, sempre nos apoiando nos estudos e na vida.

Aos meus irmãos e demais familiares, por todo o apoio e interação nos momentos de lazer.

Ao meu orientador, pelos valiosos conselhos, incentivo, sugestões e trocas de conhecimento, que me ajudaram a crescer como pessoa e acadêmico.

Aos grupos de pesquisa GEPAAE, GEPARE e GEPPHS, pelas trocas de conhecimento, convívio, apoio e experiências únicas proporcionadas através de seus encontros.

Aos companheiros de treino no karatê, onde surgiram grandes amizades, valiosas conversas e um local de relaxamento físico e mental.

Aos companheiros de curso, por todos os momentos vividos dentro e fora da Universidade.

E a todos que, de alguma forma, contribuíram para a construção de meu conhecimento e formação, o meu muito obrigado!

RESUMO

Os comportamentos de risco para desenvolver transtornos alimentares (TA) dizem respeito a atitudes patogênicas voltadas para a manutenção ou alteração da massa corporal. Tais comportamentos podem acarretar desidratação, hiponatremia, e redução da potência anaeróbia e consumo de oxigênio, considerados efeitos prejudiciais para o rendimento esportivo. Algumas variáveis psicológicas podem estar associadas com os CRTA, dentre elas: o estado de humo e IC. Avaliar a relação entre o estado de humor e a IC direcionada à muscularidade com os comportamentos de risco para TA em atletas de esportes coletivos do sexo masculino. A amostra deste estudo constou de atletas de esportes coletivos do sexo masculino. As EAAE, EICCE e BRUMS foram utilizadas para avaliar os CRTA, IC e estado de humor, respectivamente. Conduziu-se a correlação de Pearson para relacionar as variáveis da pesquisa. Os achados não revelaram relações estatisticamente significantes entre o escore da EAAE e as demais variáveis ($p > 0,05$). Os resultados do presente estudo mostraram que os escores da EICCE e BRUMS não estiveram correlacionados aos da EAAE, indicando que, em atletas de esportes coletivos do sexo masculino, os CRTA não são influenciados pelo humor e IC.

Palavras chave: Transtornos alimentares. Estado de humor. Insatisfação corporal. Atletas. Esportes coletivos.

ABSTRACT

The disordered eating (DE) concern pathogenic attitudes aimed at the maintenance or alteration of body mass. Such behavior may lead to dehydration, hyponatremia, and reduction of anaerobic power and oxygen consumption, considered harmful to the sport performance. Some psychological variables may be associated with the CRTA, among them: the mood state and body dissatisfaction (BD). Evaluate the relationship between mood state and BD driven at muscularity with DE in male team sports athletes. The sample of this study consisted of male team sports athletes. The DES, EICCE and BRUMS were used to evaluate the DE, BD and mood state, respectively. Pearson's correlation was conducted to relate the variables of the research. The findings revealed no statistically significant relationship between the score of the DES and the other variables ($p > 0.05$). The results of this study showed that the scores of EICCE and BRUMS were not correlated to the DES, indicating that in male team sports athletes, the DE are not influenced by mood and BD.

Keywords: Disordered eating. Mood state. Body dissatisfaction. Athletes. Team sports.

LISTA DE ABREVIACOES

Comportamentos de risco para transtornos alimentares.....	CRTA
Consumo de oxigenio.....	VO ₂
Escala de Atitudes Alimentares nos Esportes.....	EAAE
Escala de Humor de Brunel.....	BRUMS
Escala de Insatisfação e Checagem Corporal nos Esportes.....	EICCE
Insatisfação corporal.....	IC
Termo de consentimento livre e esclarecido.....	TCLE
Transtornos alimentares.....	TA

Sumário

1 Introdução.....	9
2 Revisão da Literatura.....	12
2.1 Caracterização dos esportes coletivos	12
2.2 Estado de humor	12
2.3 Insatisfação corporal.....	12
2.4 Comportamentos de risco para Transtornos alimentares (CRTA)	13
2.5 CRTA nos esportes.....	13
3 Objetivos.....	14
Objetivo geral	14
4 Materiais e Métodos.....	15
Delineamento do estudo.....	15
Participantes.....	15
Instrumentos.....	15
Dados demográficos	17
Procedimentos.....	17
Análise dos dados	17
5 Resultados.....	19
6 Discussão	21
7 Conclusão	23
REFERÊNCIAS	24
ANEXO A – Escala de Atitudes Alimentares nos Esportes.....	28
ANEXO B – Escala de Insatisfação e Checagem Corporal nos Esportes	29
ANEXO C – Escala de Humor de Brunel	31
APÊNDICE A – Dados demográficos.....	33

1 Introdução

Os comportamentos de risco para desenvolver transtornos alimentares (TA) dizem respeito a atitudes patogênicas voltadas para a manutenção ou alteração da massa corporal (HOLM-DENOMA *et al.*, 2009). Alguns exemplos desses comportamentos são a autoindução de vômitos, a restrição alimentar por longos períodos, o uso de diurético-laxativos para a redução de massa corporal, dentre outros (FORTES & FERREIRA, 2011; TORSTVEIT, ROSENVINGE & SUNDGOT-BORGEN, 2008). Estudos sugerem elevada prevalência desses comportamentos em atletas (BRITO *et al.*, 2012; ROSENDAHL *et al.*, 2009), e parece que esta realidade pode estar associada às peculiaridades do ambiente esportivo (FORTES & FERREIRA 2011).

Os atletas são frequentemente cobrados a obterem um melhor desempenho esportivo, o que os induz a adotarem os comportamentos de risco para TA em prol de atingirem uma morfologia considerada compatível com sua modalidade, a fim de melhorar sua *performance* esportiva (FORTES & FERREIRA, 2013). Segundo Holm-Denoma *et al.* (2009), modalidades que exigem do atleta leveza de movimentos, baixo percentual de gordura corporal, baixa massa corporal, modalidades que são divididas por categoria de massa corporal ou as que dependem de avaliações feitas por juízes são consideradas de risco para o desencadeamento de TA. Contudo, atletas de esportes coletivos não estão imunes ao risco para TA, como no estudo de Sundgot-Borgen e Torstveit (2007), no qual atletas de futebol e handebol possuíam prevalência dos TA de 5,9% e 22,4%, respectivamente, através de autorrelatos. Salienta-se que o estudo fora realizado apenas em mulheres.

Além disso, o nível competitivo também possui uma forte associação com os comportamentos de risco para desenvolver TA (GOMES & SILVA, 2010), sendo maior o risco em atletas que competem em alto nível (BAUM, 2006; HOLM-DENOMA *et al.*, 2009). Vale ressaltar que tais comportamentos podem acarretar desidratação, hiponatremia, e redução da potência anaeróbia e consumo de oxigênio (VO_2 ; SUNDGOT-BORGEN & TORSTVEIT, 2010) considerados efeitos prejudiciais para o rendimento esportivo, sendo de grande impacto em modalidades intermitentes [como futebol, basquete, handebol, etc., as quais são caracterizadas por esforços em alta intensidade intercalados por pequenos períodos em menor intensidade (BAKER *et al.*, 2015), ao longo de um tempo relativamente longo (em torno de 1 a 2 hora)], e que muito são influenciadas pela potência anaeróbia e potência aeróbia máxima ($VO_{2MÁX}$). Outro estudo apontou a rápida redução de massa corporal antes de competições

como um fator deletério à saúde, podendo ser evitada por intermédio de orientação adequada e cautela dos profissionais no momento de estabelecer estratégias para redução da massa corporal (BRITO *et al.*, 2012).

Outros fatores também podem se relacionar com os comportamentos de risco para TA no âmbito esportivo, tais como: baixa autoestima, comentários negativos do treinador, etnia, maturação biológica, entre outros (FORTES, ALMEIDA & FERREIRA, 2012). Tratando-se dos comportamentos de risco para desenvolver TA e seus possíveis fatores associados, a maioria das pesquisas tem se voltado a atletas do sexo feminino, estando estas mais susceptíveis ao desenvolvimento de tais síndromes (DURME, GOOSENS & BRAET, 2012). Por outro lado, atletas do sexo masculino têm sido pouco estudados, ainda havendo lacunas no que diz respeito ao avanço do conhecimento na área da psicologia do esporte. Além disso, mais estudos devem ser realizados utilizando um instrumento para avaliar o risco para TA que seja específico para atletas, como a *Escala de Atitudes Alimentares nos Esportes* (EAAE; FORTES *et al.*, 2016). Dado este fato, são necessárias mais pesquisas no que diz respeito aos comportamentos de risco para o desenvolvimento de TA em atletas do sexo masculino, visando esclarecer aspectos que possam levar à tais comportamentos deletérios a saúde, podendo evitar agravos psicológicos e queda de desempenho esportivo nesta população.

Investigações científicas conduzidas com atletas têm indicado relação entre comportamentos de risco para TA e insatisfação corporal (IC; FORTES & FERREIRA, 2013; SUNDGOT-BORGEN & TORSTVEIT, 2010), considerada um dos constructos da dimensão atitudinal da imagem corporal, que refere-se à sentimentos depreciativos em relação à massa e forma corporal (FORTES, ALMEIDA & FERREIRA, 2012). De acordo com Fortes, Almeida e Ferreira (2012), a IC possui duas vertentes: a) direcionada à magreza e; b) direcionada a muscularidade. A IC direcionada à magreza diz respeito à depreciação a gordura corporal (RODGERS, CABROL & PAXTON, 2011). Enquanto que a IC direcionada a muscularidade refere-se à preocupação com o tamanho e volume muscular, desejando um aumento destes (RAUDENBUSH & MEYER, 2003; CAMPANA *et al.*, 2013). A relação entre esta e o comportamento de risco para TA, entretanto, ainda não foi investigado em atletas. Em contrapartida, Fortes, Almeida e Ferreira (2013) revelaram que atletas com maior magnitude de IC direcionada à magreza possuem maiores riscos para desenvolverem TA. Outros estudos (FORTES, ALMEIDA & FERREIRA, 2012; FILAIRE *et al.*, 2007) corroboram com a associação supracitada, indicando que existe relação entre a IC direcionada à magreza e os comportamentos de risco para TA.

Ademais, outros fatores podem associar-se aos comportamentos de risco para TA, dentre eles o estado de humor (NEVES *et al.*, 2013). De acordo com Werneck e Navarro (2011), este pode ser entendido como um conjunto de sentimentos, divididos em duas categorias, compreendendo seis dimensões do humor: positiva (vigor) e negativa (tensão, depressão, raiva, fadiga e confusão mental). Segundo estes mesmos autores, um perfil de humor com altos escores de vigor e baixos escores nas dimensões negativas caracterizam o “*perfil iceberg*”, representando uma saúde mental positiva. Ao que parece, a categoria do esporte praticado pelo atleta pode influenciar no seu estado de humor, uma vez que em um estudo realizado com velejadores, os que competiam em categoria individual demonstraram maiores níveis de tensão, depressão e confusão mental, comparados aos de classe com dois tripulantes (BRANDT *et al.*, 2010).

O interesse em pesquisar acerca deste tema dá-se ao fato de poucos estudos que relacionem a IC e o estado de humor aos comportamentos de risco para TA em atletas de esportes coletivos do sexo masculino, juntamente com poucos estudos que utilizaram um instrumento específico para avaliar o risco para TA em atletas, além do fato dos estudos acerca da psicologia do esporte serem mais voltadas ao sexo feminino, havendo assim muitas dúvidas sobre quais fatores podem desencadear tais síndromes em populações específicas (no caso, em atletas de esportes coletivos do sexo masculino).

Com isso, a hipótese formulada foi que o estado de humor negativo e a IC direcionada à muscularidade se relacionam positivamente com os comportamentos de risco para os TA em atletas de esportes coletivos do sexo masculino. Sendo assim, esta pesquisa pretende auxiliar treinadores a estabelecerem melhores estratégias mentais para seus atletas, com a premissa de se atenuar os riscos para os TA nestes indivíduos.

2 Revisão da Literatura

2.1 Caracterização dos esportes coletivos

Os esportes coletivos, mais especificamente os com bola, são caracterizados por incluírem um implemento nas ações de jogo (a bola), um espaço onde é realizada a partida, companheiros de equipe, adversários, um alvo a atacar/defender (baliza, cesta, etc.) e regras específicas (DAOLIO, 2002), as quais são impostas por uma determinada entidade. Por sua vez, os esportes coletivos de invasão utilizam das características supracitadas, além do fato de uma equipe “invadir” o espaço da equipe adversária em busca de sua meta (ex.: o gol, a cesta, etc.), utilizando várias habilidades motoras e intensidades durante a partida (PINNO & GONZÁLEZ, 2005), tais como mudanças de direção, deslocamentos laterais e gestos técnicos específicos da modalidade.

2.2 Estado de humor

O humor é entendido como um estado emocional que varia conforme as circunstâncias e pode influenciar na percepção das situações no ambiente o qual uma pessoa é envolvida (VIEIRA *et al.*, 2010; VIEIRA *et al.*, 2008). O humor é composto por seis dimensões, sendo estas: fadiga, confusão mental, raiva, depressão, tensão e vigor (WERNECK & NAVARRO, 2011). Salienta-se que o vigor é considerado positivo, enquanto as demais são ditas como negativas (BRANDT *et al.*, 2010). Escores que apresentem altos níveis na dimensão positiva e baixos níveis nas negativas é dito como *perfil iceberg* (WERNECK & NAVARRO, 2011) e relaciona-se à um bom desempenho competitivo para os atletas (BRANDT *et al.*, 2010).

2.3 Insatisfação corporal

A IC diz respeito à uma depreciação da imagem que um indivíduo possui do próprio corpo, geralmente tendo a gordura como principal fator contribuindo negativamente (FORTES, ALMEIDA & FERREIRA, 2013). Esta variável pode ser influenciada por diversos fatores, tais como: índice de massa corporal (PELEGRINI & PETROSKI, 2010), mídia (MORGADO *et al.*, 2009), cultura (RICCIARDELLI & McCABE, 2000), idade (CONTI, FRUTUOSO & GAMBARDELLA, 2005), sexo (PETROSKI, PELEGRINI & GLANER, 2009) e prática de exercícios físicos (HAUSENBLAS & DOWNS, 2001), possuindo duas vertentes: direcionada à magreza e busca pela muscularidade (FORTES, ALMEIDA & FERREIRA, 2012).

2.4 Comportamentos de risco para Transtornos alimentares (CRTA)

Os CRTA são referidos a atitudes ou comportamentos patogênicos voltados para a alteração da composição corporal, mais comumente, para a redução da gordura corporal (FORTES & FERREIRA, 2011). Tais comportamentos incluem: autoindução de vômito, restrição alimentar por longos períodos, uso de diuréticos/laxantes visando perda de massa corporal, uso de anabolizantes, entre outros (FORTES & FERREIRA, 2011; TORSTVEIT, ROSENVINGE & SUNDGOT-BORGEN, 2008).

2.5 CRTA nos esportes

Os CRTA têm sido amplamente evidenciados no âmbito esportivo (BRITO *et al.*, 2012; ROSENDAHL *et al.*, 2009), atingindo principalmente esportes estéticos e os que possuem categorias divididas de acordo com a massa corporal (HOLM-DENOMA *et al.*, 2009), sendo poucos os estudos com atletas de esportes coletivos (SUNDGOT-BORGEN & TORSTVEIT 2007). Na prática, tais comportamentos podem acarretar em desidratação, hiponatremia e reduções na potência anaeróbia, força, consumo de oxigênio e resistência aeróbia (SUNDGOT-BORGEN & TORSTVEIT, 2010), efeitos que irão contribuir para uma piora no desempenho competitivo.

3 Objetivos

Objetivo geral

Avaliar a relação entre o estado de humor e a IC direcionada à muscularidade com os comportamentos de risco para TA em atletas de esportes coletivos do sexo masculino.

4 Materiais e Métodos

Delineamento do estudo

Trata-se de uma investigação transversal com características correlacionais que foi desenvolvida com atletas de esportes coletivos do sexo masculino.

Participantes

Atletas de esportes coletivos do sexo masculino que treinavam no Estado de Pernambuco e possuíam entre 12 e 35 anos de idade, com no mínimo de seis meses de prática na sua respectiva modalidade. Foram adotados como critérios de inclusão: a) participar de competição no ano de 2016, b) ter regime semanal de treino de pelo menos 6 horas e, c) ter disponibilidade para responder aos questionários. O número de participantes foi de 71 atletas (basquete, handebol e futebol).

O presente estudo foi aprovado pelo comitê de ética local de acordo com o seguinte código: CAAE - 47010115.9.0000.5208.

Instrumentos

- Escala de Atitudes Alimentares nos Esportes (EAAE)

Foi utilizada a EAAE para avaliar os comportamentos de risco para os TA. Consta de uma ferramenta auto reportada constituída por 21 itens em escala do tipo Likert de 5 pontos (0 = nunca; 1 = quase nunca; 2 = às vezes; 3 = muitas vezes; 4 = sempre). Os itens da EAAE buscam avaliar a frequência de restrição alimentar por longos períodos, compulsão alimentar, pressão ambiental percebida e métodos para ganho de músculos/redução de massa corporal, além do uso de substâncias no âmbito esportivo. As questões da versão masculina enfatizam o aumento dos músculos, embora também existam itens direcionados a redução de massa corporal. A EAAE apresentou ótimas propriedades psicométricas em atletas brasileiros do sexo masculino (FORTES *et al.*, 2016) e sua análise fatorial indicou a existência de 5 subescalas, a saber: 1) Compulsão alimentar no âmbito esportivo, 2) Restrição alimentar e redução de peso corporal, 3) Comportamento alimentar saudável no contexto esportivo [todos os itens apresentam escore invertido (4 = nunca, 3 = raramente, 2 = às vezes, 1 = quase sempre, 0 = sempre)], 4) Utilização de substâncias/fármacos e saciedade alimentar no esporte [todos os itens apresentam escore invertido (4 = nunca, 3 = raramente, 2 = às vezes, 1 = quase sempre, 0 = sempre)] e, 5) Comportamentos e cognições direcionados ao aumento de massa

muscular/desempenho. Foi encontrada consistência interna equivalente a 0,76 para o presente estudo, avaliada pelo alpha de Cronbach.

- Escala de Insatisfação e Checagem Corporal nos Esportes (EICCE)

As subescalas “satisfação corporal no âmbito esportivo”, “insatisfação corporal e desempenho esportivo” e “insatisfação com o peso corporal no esporte” da versão masculina da EICCE foram utilizadas para avaliar a IC direcionada à muscularidade. Consta de subescalas autoaplicáveis constituídas por 15 itens em escala do tipo *Likert* de 5 pontos (nunca = 0; raramente = 1; às vezes = 2; quase sempre = 3; sempre = 4) que buscam avaliar sentimentos e pensamentos direcionados ao corpo que ocorrem no âmbito esportivo. As questões da versão masculina são relacionadas à musculabilidade, porém esta versão também contém itens direcionados a magreza. Quanto maior o escore, maior a magnitude de IC. A EICCE demonstrou boas propriedades psicométricas para atletas brasileiros do sexo masculino e sua extração fatorial indicou 5 subescalas: 1) Satisfação corporal no âmbito esportivo [todos os itens deste fator possuem escore invertido (4 = Nunca, 3 = Raramente, 2 = Às Vezes, 1 = Quase Sempre, 0 = Sempre)], 2) Checagem muscular no esporte, 3) Insatisfação corporal e desempenho esportivo, 4) Insatisfação com o peso corporal no esporte e, 5) Evitação corporal no esporte. Para o presente estudo foram revelados valores de 0,68, 0,70 e 0,72 para as subescalas “insatisfação corporal e desempenho esportivo” e “insatisfação com o peso corporal no esporte”, respectivamente.

- Escala de Humor de Brunel (BRUMS)

A BRUMS é um questionário autoaplicável que foi desenvolvido para permitir uma rápida mensuração do estado de humor de populações compostas por adultos e adolescentes. Adaptado do “Profile of Mood States (POMS)”, a BRUMS contém 24 indicadores simples de humor, tais como as sensações de raiva, disposição, nervosismo e insatisfação que são perceptíveis pelo indivíduo que está sendo avaliado. O questionário apresenta a pergunta “Como você se sente agora?”, cabendo aos avaliados responderem como se situam em relação à cada sensação dos 24 indicadores, de acordo com a escala do tipo *Likert* de 5 pontos (nada = 0; um pouco = 1; moderadamente = 2; bastante = 3; extremamente = 4). Os 24 itens da escala compõem seis subescalas: raiva, confusão mental, depressão, fadiga, tensão e vigor. Cada subescala contém quatro itens, obtendo-se um escore que pode variar de 0 à 16 para cada subescala. Para a presente investigação foi identificada consistência interna de 0,78 para a BRUMS e superior a 0,70 para todas as subescalas.

Dados demográficos

Dados demográficos [modalidade esportiva, sexo, idade, etnia (branco, negro, amarelo ou pardo), nível competitivo (regional, estadual, nacional ou internacional), regime de treinamento semanal (frequência semanal e horas diária) e nível de escolaridade] foram coletados por intermédio de um questionário criado pelos próprios pesquisadores.

Procedimentos

Inicialmente foram agendadas reuniões com os diretores e treinadores de equipes e/ou clubes esportivos do estado de Pernambuco. Em seguida os objetivos e os procedimentos do estudo foram apresentados e esclarecidos. Sendo assim, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi entregue aos treinadores, pedindo-lhes que fosse distribuído aos atletas. Por fim, o termo fora assinado pelos atletas, caso concordassem com os termos, e devolvido aos pesquisadores. Caso o atleta fosse menor de idade, o TCLE seria encaminhado ao seu responsável, o qual deveria ser assinado e entregue, caso houvesse concordância.

Após esta primeira etapa, fora marcado um encontro com os atletas a fim de explicar todos os procedimentos necessários para integrá-los na pesquisa. Para os que decidissem participar, foi entregue o TCLE (versão adulta ou adolescente), o qual deveriam devolver devidamente assinado pelo responsável, ou pelo próprio atleta, caso este fosse maior de idade.

Dessa forma, o preenchimento dos questionários (BRUMS, EICCE e EAAE), os quais continham cabeçalhos de identificação possuindo nome, sexo, idade, tipo de esporte, nível competitivo, horas de treino semanal e etnia, foi conduzido no próprio local de treinamento dos atletas. Os atletas não tinham limite de tempo para responder aos questionários.

Análise dos dados

Conduziu-se o teste Shapiro Wilk para avaliar a distribuição dos dados. Em razão da não violação paramétrica do escore da EAAE, optou-se pela utilização de técnicas paramétricas. Média e desvio-padrão foram utilizados para descrever as variáveis (subescalas dos questionários, idade e regime semanal de treino). Utilizou-se a correlação produto-momento de Pearson para relacionar as subescalas dos três questionários (EAAE, EICCE e

BRUMS). Todos os dados foram tratados no software SPSS 21.0, adotando-se nível de significância de 5%.

5 Resultados

Tabela 1 - Características demográficas dos participantes

Variáveis	Média	Desvio Padrão
EAAE	33,78	9,73
EICCE	32,77	9,83
BRUMS	-3,18	7,16
Idade (anos)	17,38	5,01
Regime de treinamento semanal (horas)	11,86	4,35

Nota. EAAE = Escala de Atitudes Alimentares no Esporte; EICCE = Escala de Insatisfação e Checagem Corporal nos Esportes; BRUMS = Escala de Humor de Brunel.

Fonte: LIRA, Hugo, 2016.

Os escores obtidos nas três escalas (EAAE, EICCE e BRUMS), assim como dados demográficos são expressos na Tabela 1, através da média \pm desvio padrão. A Tabela 2 indica as magnitudes das correlações entre as variáveis da investigação. Os achados não relevaram relações estatisticamente significantes entre o escore da EAAE e as demais variáveis.

Tabela 2 - Relação entre as subescalas da EICCE e BRUMS com o escore total da EAAE.

	EAA	SCAE	CCE	ICD	ICP	ECE	DEP	TEN	FAD	RAI	VIG	CM
EAA	-	-0,17	0,14	0,01	0,04	0,07	0,14	0,13	0,14	-0,02	-0,12	0,09
SCAE		-	-,21	-0,05	0,03	0,14	0,02	0,12	0,14	0,04	0,05	0,12
CCE			-	0,25*	0,08	0,18	0,02	-0,15	0,09	0,01	-0,01	0,06
ICD				-	-0,01	0,01	-0,11	-0,29*	0,04	-0,07	-0,05	-0,12
ICP					-	0,52	0,20	0,07	0,17	0,33*	-0,19	0,09
ECE						-	0,03	0,04	0,35*	0,24*	-0,25	0,12
DEP							-	0,24*	0,24*	0,48*	-0,06	0,53*
TEN								-	0,27	0,20	0,11	0,50*
FAD									-	0,48*	0,03	0,46*
RAI										-	-0,23*	0,34*
VIG											-	-0,01

Nota. EAA = Escala de Atitudes Alimentares no Esporte; SCAE = satisfação corporal no âmbito esportivo; CCE = checagem corporal no esporte; ICD = insatisfação corporal e desempenho esportivo; ICP = insatisfação com o peso corporal no esporte; ECE = evitação corporal no esporte; DEP = depressão; TEN = tensão; FAD = fadiga; RAI = raiva; VIG = vigor; CM = confusão mental; *p<0,05.

Fonte: LIRA, Hugo, 2016.

6 Discussão

Este trabalho teve o intuito de apontar uma possível relação entre o estado de humor e/ou IC com os CRTA. Por sua vez, os resultados não mostraram relação significativa entre os escores da EAAE e demais variáveis, indicando a ausência de associação. As comparações destes achados, contudo, tornam-se difíceis, uma vez que a EAAE foi recentemente criada e validada, não havendo estudos que correlacione os escores da mesma com o estado de humor e IC. Porém, alguns estudos foram feitos utilizando outras escalas [ex.: EAT-26 (FILAIRE *et al.*, 2007; TORSTVEIT, ROSENVINGE & SUNDGOT-BORGEN, 2008)].

No presente estudo, as subescalas da BRUMS não apresentaram relação significativa com os valores da EAAE. Tais resultados conflitem com os resultados encontrados por Neves, Filgueiras e Fortes (2013), os quais demonstraram que a fadiga explicou 5% da variância dos CRTA, não havendo influência das demais dimensões ou humor geral. Porém, o estudo supracitado foi conduzido com atletas de ginástica do sexo feminino, podendo possuir diferenças com as características dos participantes do presente estudo.

Em outro estudo (FILAIRE *et al.*, 2007), os escores de depressão correlacionaram-se com os escores de dieta (EAT-26) e EAT total, indicando a influência do humor sobre os CRTA. Contudo, mais uma vez há uma divergência nas características demográficas dos participantes, mais especificamente, no estudo anteriormente citado, foram utilizados atletas de judô e ciclismo, os quais podem ser considerados como esportes de combate e cíclico, respectivamente, além de ambos serem individuais, nos quais as naturezas dos esportes e ambiente os quais os atletas convivem no treino/competição podem ter ajudado nos resultados conflitantes aos do presente estudo.

Em relação à IC, os escores da EICCE também não foram significativamente correlacionados aos escores da EAAE. Em um estudo realizado com jovens universitárias, a IC influenciou nos escores de bulimia, busca pela magreza e autoestima (RODGERS, CHABROL & PAXTON, 2011), diferindo dos achados do presente estudo. Entretanto, o sexo da amostra no estudo supracitado foi diferente do presente estudo, além dos autores acima não terem avaliado a IC e CRTA em atletas. Outro estudo conduzido com atletas de ambos os sexos oriundos de diferentes esportes (26 modalidades esportivas), apontou que atletas que possuíam um “corpo ideal” mais fino do que o atual corpo deles (corpo real), possuíam 8 ou 5 vezes mais risco para TA (ROSENDAHL *et al.*, 2009), em garotas e garotos, respectivamente.

O presente estudo procurou explorar uma lacuna na literatura científica, uma vez que são escassas as investigações que avaliaram a influência da IC e estado de humor nos CRTA de

atletas masculinos engajados em esportes coletivos. Além disso, não existem publicações utilizando a EAAE e EICCE (excetuando-se a criação e validação das mesmas), sendo recentes instrumentos específicos para atletas. Apesar disso, o fato de serem utilizados questionários como principal instrumento da pesquisa pode ser considerada uma limitação (TORSTVEIT *et al.*, 2008), uma vez que depende muito da sinceridade e atenção dos sujeitos no ato do preenchimento, sendo fácil de ser burlado. Na outra mão, pesquisadores recomendam seu uso em grandes amostras (FORTES & FERREIRA, 2011; FORTES *et al.* 2012), sendo um instrumento fácil de ser aplicado e que possui baixo custo financeiro.

7 Conclusão

Os resultados do presente estudo mostraram que os escores da EICCE e BRUMS não estiveram correlacionados aos da EAAE, indicando que, em atletas de esportes coletivos do sexo masculino, os CRTA não são influenciados pelo humor e IC. Mais estudos, contudo, devem ser realizados averiguando tais achados, uma vez que os estudos relacionando tais variáveis são escassos. Com isto, recomenda-se que mais investigações sejam realizadas com atletas masculinos, avaliando as variáveis acima em outras modalidades coletivas.

REFERÊNCIAS

- BAUM, A. Eating disorders in the male athlete. **Sports Medicine**, v. 36, n. 1, p. 1-6, jan. 2006.
- BAKER, L. B. *et al.* Acute effects of carbohydrate supplementation on intermittent sports performance. **Nutrients**, v. 7, n. 5733-5763, jul. 2015.
- BRANDT, R.. *et al.* Estados de humor de velejadores durante o Pré-Panamericano. **Revista Motriz**, v. 16, n. 4, p. 834-840, Rio Claro, out/dez 2010.
- BRITO, C. J. *et al.* Methods of Body-Mass Reduction by Combat Sport Athletes. **International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism**, v. 22, p. 89-97, 2012.
- CAMPANA, A. N. N. B. *et al.* An Examination of the Psychometric Properties of Brazilian Portuguese Translations of the Drive for Muscularity Scale, the Swansea Muscularity Attitudes Questionnaire, and the Masculine Body Ideal Distress Scale. **American Psychological Association**, v. 14, n. 4, p.376-388, 2012.
- CONTI, M. A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 4, p. 491-497, 2005.
- DAOLIO, Jocimar. Jogos esportivos coletivos: dos princípios operacionais aos gestos técnicos-modelo pendular a partir das ideias de Claude Bayer. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 4, p. 99-104, outubro, 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**, v. 8, n. 4, p. 507-520, jul. 2007.
- DURME, K. V.; GOOSSENS, L.; BRAET, C. Adolescent aesthetic athletes: A group at risk for eating pathology? **Eating Behaviors**, v. 13, n. 2, p. 119-122, abr. 2012.
- FILAIRE, E. *et al.* Eating attitudes, perfectionism and body-esteem of elite male judoists and cyclists. **Journal of Sports Science and Medicine**, v. 6, p. 50-57, 2007.
- FORTES, L. S.; ALMEIDA, S. S.; FERREIRA, M. E. C. Insatisfação com a imagem corporal em modalidades esportivas do sexo masculino. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 62, n. 2, p. 101-107, 2013.

- FORTES, L. S.; ALMEIDA, S. S.; FERREIRA, M. E. C. Processo maturacional, insatisfação corporal e comportamento alimentar inadequado em jovens atletas. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 25, n. 5, p.575-586, set/out., 2012.
- FORTES, L. S.; ALMEIDA, S. S.; FERREIRA, M. E. C. Psychometric analysis of disordered eating in sports (DES). **Paidéia (USP. Online)**, v. 26, p. 171-180, 2016.
- FORTES, L. S.; FERREIRA, M. E. C. Comparação da insatisfação corporal e do comportamento alimentar inadequado em atletas adolescentes de diferentes modalidades esportivas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, n. 4, p. 707-16, out./dez, 2011.
- FORTES, L. S.; FERREIRA, M.E.C. Comportamento alimentar inadequado: comparações em função do comprometimento ao exercício. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 65, n. 2, p. 230-242, 2013.
- FORTES, L. S. *et al.* Insatisfação corporal em adolescentes atletas e não atletas. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 60, n. 4, p. 309-314, 2011.
- FORTES, L. S. **Construção e validação da “Escala de Insatisfação e Checagem Corporal nos Esportes” para atletas brasileiros**. 2015. 117 folhas. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de Juiz de Fora – MG, Juiz de Fora, 2015.
- FORTES, L. S. *et al.* Body dissatisfaction and inappropriate eating behaviors of young swimmers according to economic and competitive status. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 61, n. 1, p. 20-24, 2012.
- GOMES, R.; SILVA, L. Desordens alimentares e perfeccionismo: um estudo com atletas portugueses. **Psicologia em Revista**, v. 16, n. 3, p. 469-489, Belo Horizonte, dez. 2010.
- HAUSENBLAS, H. A.; DOWNS, D. S. Comparison of body image between athletes and nonathletes– a meta-analytic review. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 13, n. 1, p. 323-329, 2001.
- HOLM-DENOMA, J. M. *et al.* Eating disorder symptoms among undergraduate Varsity athletes, club athletes, independent exercisers, and nonexercisers. **International Journal of Eating Disorders**, v. 42, n. 1, p. 47-53, jan. 2009.

LORENÇO-LIMA, L.; HIRABARA, S. M. Efeitos da perda rápida de peso em atletas de combate. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 35, n. 1, p. 245-260, Florianópolis, jan./mar. 2013.

MORGADO, F. F. R. *et al.* Análise dos instrumentos de avaliação da imagem corporal. **Fitness & Performance Journal**, v. 8, n. 3, p. 204-211, 2009.

NEVES, C. M. *et al.* Comportamentos alimentares em ginastas de elite: associação com o perfeccionismo e o estado de humor. **Revista de Educação Física/UEM**, v. 24, n. 3, p. 359-369, 2013.

PELEGRINI, A.; PETROSKI, E. L. The association between body dissatisfaction and nutritional status in adolescent. **Human Movement**, v. 11, n. 1, p. 51-57, 2010.

PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; GLANER, M. F. Insatisfação corporal em adolescentes rurais e urbanos. **Revista Motricidade**, v. 5, n. 4, p. 13-25, 2009.

PINNO, C. R.; GONZÁLEZ, F. J. A musculação e o desenvolvimento da potência muscular nos esportes coletivos de invasão: uma revisão bibliográfica na literatura brasileira. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 16, n. 2, p. 203-211, Maringá, 2005.

RAUDENBUSH, B.; MEYER, B. Muscular dissatisfaction and supplement use among male intercollegiate athletes. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, v. 25, p. 161-170, 2003.

RICCIARDELLI, L. A.; McCABE, M. P.; BANFIELD, S. Sociocultural influences on body image and body changes methods. **Journal of Adolescent Health**, v. 26, n. 1, p. 3-4, 2000.

RODGERS, R.; CHABROL, H.; PAXTON, S. J. An exploration of the tripartite influence model of body dissatisfaction and disordered eating among Australian and French college women. **Body Image**, v. 8, n. 3, p. 208-215, jun. 2011.

ROSENDAHL, J. *et al.* Dieting and disordered eating in German high school athletes and non-athletes. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 19, n. 5, p. 731-739, out. 2009.

SILVEIRA, M. K. S. *et al.* Perda de peso no período pré-competitivo de atletas de judô e jiu jitsu. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 7, n. 41, p. 256-262, São Paulo, set./out. 2013.

SUNDGOT-BORGEN, J.; TORSTVEIT, M. K. Aspects of disordered eating continuum in elite high-intensity sports. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 20, n. s2, p. 112-121, out. 2010.

SUNDGOT-BORGEN, J.; TORSTVEIT, M. K. The female football player, disordered eating, menstrual function and bone health. **British Journal of Sports Medicine**, v. 41, p. 68-72, 2007.

TORSTVEIT, M.K.; ROSENVINGE, J.H.; SUNDGOT-BORGEN, J. Prevalence of eating disorders and the predictive Power of risk models in female elite athletes: a controlled study. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 18, n. 1, p. 108-118, fev. 2008.

VIEIRA, L. F. *et al.* Estado de humor e desempenho motor: um estudo com atletas de voleibol de alto rendimento. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 10, n. 1, p. 62-68, 2008.

VIEIRA, L. F. *et al.* Estado de humor e periodização de treinamento: um estudo com atletas fundistas de alto rendimento. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 21, n. 4, p. 585-591, 2010.

WERNECK, F. Z.; NAVARRO, C. A. Nível de atividade física e estado de humor em adolescentes. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 27, n. 2, p. 189-193, abr/jun 2011.

ANEXO A – Escala de Atitudes Alimentares nos Esportes

Escala de Atitudes Alimentares nos Esportes – Sexo Masculino

Nome: _____
 Idade: _____ Peso (kg): _____ Estatura (m): _____
 Esporte: _____ Categoria: _____

Gostaríamos de saber com que frequência você se comporta em relação às questões abaixo. Por favor, leia cada item e marque a opção apropriada. Use a legenda abaixo:

0 = Nunca 1 = Quase Nunca 2 = Às Vezes 3 = Muitas Vezes 4 = Sempre

Itens	ITENS	0	1	2	3	4
1	Costumo não comer antes dos treinos					
2	Como qualquer tipo de alimento antes dos treinamentos					
3	Pratico exercício além do necessário pensando em queimar calorias					
4	Após as sessões de treino gosto de sentir meu estômago vazio					
5	Depois dos treinos ingiro a quantidade de alimento que me deixe saciado					
6	Durante os treinamentos, com intuito de perder peso, utilizo agasalhos/roupas plásticas					
7	Depois das sessões de treino como além do necessário					
8	Evito comer nas semanas que antecedem competições					
9	Após os treinamentos, como sempre que sinto fome					
10	Recuso utilizar anabolizantes quando os meus colegas de equipe me oferecem					
11	Em dias que antecedem competições como até não aguentar mais					
12	Depois das competições como alimentos que gosto					
13	Percebo que deveria mudar os meus hábitos alimentares em função das exigências de meu esporte					
14	Em véspera de competição consumo alimentos que fazem engordar					
15	Considero que utilizar substâncias para emagrecer, por exemplo, laxantes e diuréticos, diminuiria o meu rendimento esportivo					
16	Após competir, costumo não comer nada					
17	Gostaria de utilizar suplementos alimentares que possam melhorar o meu desempenho nos treinamentos					
18	Após as competições, como uma quantidade de alimento considerada normal para atletas do meu esporte					
19	Faço exercícios além do recomendado pelo meu treinador com objetivo de ganhar músculos					
20	Antes de competições, não como além do que meu estômago suporta					
21	Treino em dias que são destinados ao descanso visando aumentar a minha massa muscular					

Fonte: FORTES, L. S.; ALMEIDA, S. S.; FERREIRA, M. E. C. Psychometric Analysis of Disordered Eating Scale (DES). *Paidéia*, v. 26, n. 64, 2016.

ANEXO B – Escala de Insatisfação e Checagem Corporal nos Esportes

Escala de (In)satisfação e Checagem Corporal nos Esportes – Sexo Masculino (Fortes et al.)

Nome: _____
 Idade: _____ Peso (kg): _____ Estatura (m): _____
 Esporte: _____ Categoria: _____

Gostaríamos de saber como você vem se sentindo em relação às questões abaixo. Por favor, leia cada item e marque a opção apropriada. Use a legenda abaixo:

0 = Nunca 1 = Raramente 2 = Às Vezes 3 = Quase Sempre 4 = Sempre

Itens	ITENS	0	1	2	3	4
1	Sinto-me bem quando percebo que outros atletas apreciam o meu corpo					
2	Acredito que o meu peso está adequado para atingir um bom desempenho no esporte que pratico					
3	Acho que os meus músculos são suficientemente volumosos para as exigências do meu esporte					
4	Aprecio minha aparência física após os treinamentos					
5	Durante os treinos, costumo checar o tamanho dos meus músculos					
6	Gosto quando noto que os meus músculos aumentaram					
7	Fico realizado quando diminuo o peso após os treinamentos					
8	Gostaria de ser mais musculoso para melhorar o meu rendimento nos treinos					
9	Gostaria de modificar o meu peso para melhorar o meu desempenho em competições					
10	Comparo o meu volume muscular com o dos meus adversários					
11	Fico satisfeito com a minha definição muscular durante as competições					
12	Aprecio o meu peso corporal após atingir resultados satisfatórios em competições					
13	Utilizo roupas largas para evitar que os meus colegas vejam o meu corpo durante os treinamentos					
14	Fico contente com a minha aparência física durante as competições					
15	Comparo o tamanho dos meus músculos com o dos meus colegas de equipe					
16	Acredito que a minha aparência muscular é valorizada em meu esporte					
17	Gosto quando reduzo o meu peso em véspera de competições					
18	Sinto inveja do corpo de outros atletas					

19	Fico insatisfeito quando não atinjo o peso considerado adequado para as competições					
20	Evito expor o meu corpo ao público durante as competições					
21	Antes dos treinamentos, costumo pensar que deveria reduzir o meu peso					
22	Gosto do meu corpo quando estou treinando					
23	Confiro o meu peso antes ou depois dos treinos					
24	Gostaria que a minha massa muscular fosse mais avantajada para melhorar o meu desempenho em competições					
25	Após os eventos competitivos, fico satisfeito com a minha aparência física					
26	Acho que outros atletas têm o corpo mais bonito do que o meu					
27	Gostaria de ganhar peso quando estou treinando					
28	Tenho vergonha de utilizar meu uniforme de competição					
29	Acho-me pouco musculoso quando meus resultados em competições não são satisfatórios					
30	Não gosto quando outros atletas olham para o meu corpo					
31	Fico satisfeito com o tamanho dos meus músculos após os treinamentos					

Fonte: FORTES, L. S. *et al.* Escala de Insatisfação e Checagem Corporal nos Esportes: uma nova medida para atletas. **Paidéia (USP. Online)**, 2017 (no Prelo).

ANEXO C – Escala de Humor de Brunel

Escala de Humor de BRUMS (Miranda et al., 2008)

Nome: _____

Idade: _____ Sexo: () F () M

Abaixo está uma lista de palavras que descrevem sentimentos. Por favor, leia tudo atenciosamente. Em seguida assinale, em cada linha, o quadrado que melhor descreve COMO VOCÊ SE SENTE AGORA. Tenha certeza de sua resposta para cada questão, antes de assinalar.

0 = Nada

1 = Um pouco

2 = Moderadamente

3 = Bastante

4 = Extremamente

		0	1	2	3	4
1	Apavorado					
2	Animado					
3	Confuso					
4	Esgotado					
5	Deprimido					
6	Desanimado					
7	Irritado					
8	Exausto					
9	Inseguro					
10	Sonolento					
11	Zangado					
12	Triste					
13	Ansioso					
14	Preocupado					
15	Com disposição					
16	Infeliz					
17	Desorientado					

18	Tenso					
19	Com Raiva					
20	Com Energia					
21	Cansado					
22	Mal Humorado					
23	Alerta					
24	Indeciso					

Fonte: TERRY, P. C.; LANE, A. M.; FOGARTY, G. J. Construct validity of the POMS-A for use with adults. *Psychology of Sport and Exercise*, **Psychology of Sport and Exercise**, v. 4, n. 2, p. 125-139, 2003.

APÊNDICE A – Dados demográficos**Dados demográficos – Sexo Masculino****Nome:** _____**Esporte:** _____**Modalidade (categoria):** _____ **Sexo:** M() F()**Clube:** _____**Idade (anos):** _____ **Peso (kg):** _____ **Altura (m):** _____**Tempo que pratica o esporte:** _____ (anos) e _____ (meses)**Horas de treino por dia:** _____**Frequência semanal de treino (dias/semana):** _____**Competição mais importante que participou:** _____ **Regional** **Estadual** **Nacional** **Internacional****Etnia (cor da pele):** **Branco** **Negro** **Amarelo** **Pardo/Latino**