Anais do Congresso Brasileiro de Iniciação Científica
(https://periodicos.unisanta.br/COB)

ISSN 2317-1316

A INFLUÊNCIA MIDIÁTICA NA INSATISFAÇÃO CORPORAL E COMPARAÇÃO DE JOVENS ATLETAS

MEDIA INFLUENCE ON BODY DISSATISFACTION AND COMPARISON AMONG YOUNG ATHLETES

Sabrina Macedo Soares, Guilherme Santos da Silva

ETEC Drª Ruth Cardoso - Ensino Médio Com Itinerário Em Linguagem e Suas Tecnologias.
E-mail para contato: macedosoaressabrina@gmail.com

RESUMO – Esse trabalho tem como foco central a análise da mídia e de seus recursos, buscando compreender de forma aprofundada a influência negativa que ela exerce sobre a percepção corporal, especificamente entre jovens atletas de alto rendimento, que são suscetíveis a obter problemas de imagem, por serem adolescentes e estarem firmemente presentes nos meios de comunicação atual. O artigo relata, sobretudo, as motivações da mídia e as redes sociais para promover e incentivar padrões estéticos idealizados e inatingíveis, por meio de uma pesquisa qualitativa com perguntas dissertativas distribuídas por um formulário online entre 20 indivíduos praticantes de esportes variados, com faixa etária entre 10 e 19 anos. O presente artigo visa propor reflexões sobre o papel da mídia na formação da autoestima e da saúde mental, e como sua influência molda a percepção corporal dos jovens indivíduos que a consome, seja como fonte de inspiração, ou forma de comparação. Ela se faz presente como forma de impulsionamento a possíveis insatisfações e problemas corporais.

Palavras-chave: Mídia, Influência, Corporal, Atletas.

ABSTRACT – This work focuses on analyzing the media and its resources, seeking to gain an in-depth understanding of the negative influence it has on body image, specifically among young high-performance athletes, who are susceptible to image problems because they are adolescents and are heavily featured in today's media. The article reports, above all, on the motivations of the media and social networks to promote and encourage idealized and unattainable aesthetic standards, through qualitative research with essay questions distributed via an online form among 20 individuals practicing various sports, aged between 10 and 19 years. This article aims to propose reflections on the role of the media in the formation of self-esteem and mental health, and how its influence shapes the body perception of young individuals who consume it, whether as a source of inspiration or a form of comparison. It is present as a way of driving possible dissatisfaction and body issues.

Keywords: Media, Influence, Body, Athletes.

ISSN 2317-1316

1 INTRODUÇÃO

A prática esportiva é um ótimo recurso para o desenvolvimento de habilidades positivas para a evolução do indivíduo, como a disciplina, saúde física e mental e na melhoria da qualidade de vida.

> Ao longo dos anos, vem se comprovando a importância da atividade física na vida do ser humano, pois a mesma vem nos proporcionar melhor qualidade de vida, diminuindo o risco do surgimento de doenças crônicas e ajudando no tratamento de doenças já adquiridas. Ao contrário disso, o sedentarismo é cada vez mais associado a problemas de saúde. (Gomes, 2023, p.18).

Apesar dos pontos positivos, o esporte está diretamente ligado a transtornos comportamentais e atitudes negativas, quando praticado em maior demanda. Isso é comum em atletas de alto rendimento, que exercem seu esporte focado para o lado competitivo, e consequentemente, são alvos de autocobrança ou cobrança de externos, problemas com autoestima, cansaço mental e corporal. Atletas de alto nível são mais vulneráveis a adquirirem transtornos mentais, e "é possível que o meio competitivo e a exigência da performance em atletas de alto rendimento influenciem mais fortemente os sentimentos negativos direcionados ao corpo desses atletas" (Mockdece et al, 2016, p. 89).

Entre os adolescentes praticantes de esportes, especificamente, os jovens atletas de auto rendimento, tais problemas estão intensificamente presentes, pois, a adolescência é uma fase de transição entre a infância e a vida adulta, marcada por grandes transformações físicas, psicológicas e sociais, os tornando naturalmente vulneráveis. E nos tempos contemporâneos, com o avanço das tecnologias e redes sociais, a mídia promove ideais de corpos inatingíveis, que impacta a percepção que os jovens atletas possuem de sua própria imagem, estimulando aspectos que agravam os efeitos psicológicos, somados as mudanças hormonais que ocorrem na adolescência. Em conclusão, a pesquisa apresenta o lado negativo dos meios midiáticos, que ocasionam na existência de problemas de imagem, insatisfação corporal e auto comparação, em jovens praticantes de esportes de grande rendimento, no contexto de manipulação.

Os objetivos desse artigo se resumem a analisar a mídia e seus meios como grande causador de problemas de imagem, e auto comparação negativa em jovens atletas de auto rendimento. A pesquisa será exercida a partir de etapas que alimentam e comprovam a hipótese do artigo que acredita na mídia como fonte de manipulação e influência, que utiliza de seus recursos para impulsionar, propositalmente, os problemas de imagem de jovens atletas. Identifica-se os atletas de auto rendimento, e os fatores que os fazem ser a elite de sua prática, sua

ISSN 2317-1316

vulnerabilidade as práticas negativas dentro do esporte e como a adolescência se torna uma agravadora para esses problemas comportamentais. Posteriormente, entra-se no tópico principal do artigo, a influência midiática dos meios de comunicação mais utilizados e consequentemente mais acessíveis para os jovens, apresenta-se uma busca constante por validação externa sobre os usuários, e a mídia, ciente dessa situação, exibe apenas informações convenientes para ela, e que comprometam com o mental dos indivíduos que as consomem.

Este trabalho tem como problemática o empecilho que as redes comunicativas causam, por utilizar seu recurso de influência, para incentivar a má comparação de jovens atletas. Essa problematização é traduzida para o questionamento seguinte: O que impulsiona a mídia atual, a promover problemas psicológicos, como consequência de auto comparação e insatisfação corporal? Como resposta, o artigo presume que, a mídia usa de seus recursos de manipulação e influência, para impulsionar propositalmente, a auto comparação de jovens atletas.

A seguinte pesquisa busca explorar como a mídia, ao promover padrões corporais idealizados e muitas vezes inatingíveis, impacta a percepção que jovens atletas possuem de seus próprios corpos e exalta a necessidade de entender o mental de jovens praticantes de esportes no contexto de problemas de imagem, e apontar a mídia como grande agravadora de todo esse contexto.

Em conclusão, aponta-se os meios de comunicação como fonte de informação e conteúdo, que é apresentado propositalmente pelas redes, e se adequa como a presente confirmação da influência midiática como a agravadora do impacto negativo a percepção dos corpos individuais. Ou seja, ela não se encontra como a provedora desses problemas, mas sim uma impulsionadora.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

No presente artigo encontra-se uma pesquisa de campo qualitativa juntamente com a parte pratica de coletar informações entre adolescentes praticantes dos seguintes esportes: ballet, muay thai, musculação, dança contemporânea, vôlei, futsal, jazz e ginástica rítmica, através de um formulário online, colhendo informações sobre sua ligação midiática em relação a problemas de imagem, analisando os dados coletados e buscando do porquê a mídia está diretamente ligada a problemas de imagem entre jovens atletas.

ISSN 2317-1316

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Atletas de auto rendimento são aqueles que se dedicam de forma intensa a prática esportiva com objetivo competitivo, aqueles "que treinam com regularidade e buscam objetivos específicos como a superação dos próprios limites e tempos ou a conquista de algum resultado próprio" (Rubio & Godoy Moreira, 2007), eles visam alcançar a perfeição, ou o mais próximo disso, melhorando suas habilidades e performances, sacrificando seus princípios e vida social, aprimorando técnica e seus aspectos com treinos rigorosos, alinhando exercícios, alimentação e preparo físico para uma evolução constante. Eles são considerados a elite do esporte, pois conseguem aumentar e aperfeiçoar seus recursos e técnica.

Com tamanha responsabilidade diante de seu desempenho esportivo, muitos estímulos podem causar aspectos positivos e negativos, que influenciam os atletas de auto rendimento no seu modo de exercer seu esporte diante de uma zona competitiva, suscetível a vitórias e derrotas (Vieira, 2008). Como consequência, jovens atletas praticantes de esportes competitivos, são vulneráveis a desenvolverem algum aspecto problemático que limitam seu crescimento no esporte, como por exemplo, a insatisfação corporal, que em resumo, "consiste na avaliação subjetiva negativa do próprio corpo" (Mockdece et al, 2016, p. 83), ou seja, uma imagem distorcida de sua própria imagem, que resulta na necessidade de validação e mudanças como perda de peso, redução de gordura corporal e outros aspectos prejudiciais à saúde do indivíduo, afim de suprir o desejo de melhora dentro do meio esportivo e recuperar sua auto aceitação. Com esses fatores, boa parte dos jovens praticantes de esportes, buscam soluções rápidas para sua imagem, sem supervisão médica e psicológicas, e sem o apoio e autorização de professores e técnicos, e com isso "os atletas adolescentes têm utilizado métodos considerados patológicos para o controle de peso corporal, como a indução de vômitos, a restrição alimentar, o uso de laxantes e Diuréticos" (Fortes at el, 2013, p. 668). Tais "soluções" não são funcionais e podem ser alarmantes, pois indicam possíveis sinais de doenças psicológicas graves e fatais em grande escala, como a bulimia, transtorno alimentar marcado por compulsão, seguido de métodos para evitar o ganho de peso, e a anorexia, distúrbio alimentar que leva a pessoa a ter uma visão distorcida de seu corpo, que se torna uma obsessão por seu peso e aquilo que come.

> Os adolescentes, especialmente as meninas, tendem a apresentar preocupações com o peso corporal por desejarem um corpo magro e pelo receio de rejeição, constituindo

ISSN 2317-1316

> um grupo mais vulnerável às influências socioculturais e à mídia. (GALHARDI, 2017, p. 1650)

Transtornos comportamentais alinhados a insatisfação corporal dá-se principalmente na adolescência, pois esta fase é marcada por mudanças em seus corpos e pensamentos, comprometendo sua saúde mental, e os tornando frágeis e influenciáveis.

Dentro do contexto contemporâneo, as redes sociais se tornam o maior meio de interação e comunicação interpessoal entre o mundo todo, atuando de maneira crucial na propagação de informações, formação de opinião, pontos de vista e entretenimento, se tornando o maior meio de comunicação midiática global.

> Por vivemos na era da informatização, somos diariamente bombardeados por milhares de imagens, expressões e sons produzidos pelas mídias. A mídia está em toda parte. Outdoor, rádio, jornal, videocassete, revista, TV aberta e por assinatura, internet, CD-ROM (BETTI, 1991 p.1).

Com tamanho poder, a mídia atual utiliza de suas plataformas, da autopromoção e da busca constante por validação externa, para manipular seus usuários, exibindo apenas informações convenientes para ela, e que comprometam com o mental dos indivíduos que as consomem, utilizando de armadilhas virtuais representadas pelas curtidas, comentários e compartilhamentos, que influencia muitas pessoas, que diretamente criam versões idealizadas de si mesmas, editando imagens e destacando apenas características mais atraentes de suas vidas, pois se sente na necessidade de se encaixar em um padrão implantado nas redes sociais, pois "essas novas mídias reforçam o narcisismo e os padrões de beleza vigentes" (GALHARDI, 2017, p. 165). Esses aspectos ocorrem propositalmente com pessoas naturalmente vulneráveis, os jovens, que utilizam da mídia como meio de inspiração, e indiretamente como uma fonte de idealização para o físico “ideal”, e sabendo-se disso, a mídia estimula esses fatores ao extremo, para comandar e manipular o psicológico e os sentimentos dos adolescentes, que ao acreditarem que necessitam de mudança em seus físicos, procuram métodos diversos para isso, consequentemente alimentando o capital da sociedade e da mídia. Este ciclo beneficia unicamente a mídia e seus poderes, que lucram a todo momento.

> Por meio dos veículos de mídia, que conduz propagandas com imagens de corpos irreais, direcionando suas atenções principalmente para os adolescentes, começa a

ISSN 2317-1316

> existir uma busca por uma figura aparentemente perfeita, o que induz as pessoas a se distanciarem cada vez mais do seu corpo real (SILVA et al, 2023, p. 4)

Diante do cenário esportivo, a mídia é presente como meio de influência negativa para os atletas, por meio do impulsionamento da insatisfação corporal atitudinal, "que envolve pensamentos, sentimentos e comportamentos relacionados ao corpo" (NEVES et al, 2016, p.131), ou seja, a comparação e problemas de imagem vindo de aspectos externos, que atuam com o objetivo de prejudicar o mental de suas vítimas.

Como consequência, a influência midiática promove o foco exagerado em aspectos pessoais dos indivíduos, atacando diretamente o emocional, principalmente em aparência física, escolhas sobre a vida esportiva, e expõe os atletas a ataques pessoais em relação com seu desempenho esportivo. Além dos impactos emocionais, a influência negativa da mídia também pode gerar efeitos físicos. Atletas sob intensa pressão podem recorrer a treinos excessivos, que por necessitarem de uma grande demanda, resultam em uma possível desistência do próprio atleta, que não consegue manter seus treinos tensos, e recorrem a vida fora do esporte, esses fatores vão completamente contra aos ideais do meio esportivo saudável. Em resumo, é inegável a influência que o meio midiático tem sobre todos os atletas que se propõem a darem seu máximo independente do modo.

Esta seção tem o objetivo prático de coletar informações entre jovens praticantes de esportes variados, afim de obter o conhecimento popular sobre o assunto tratado, por meio do estudo denominado pesquisa de campo qualitativa, classe que visa recolher dados padronizados, e os utilizar para se aprofundar no comportamento e interpretação dos participantes, em busca de um padrão entre suas respostas, "o pesquisador vai a campo buscando 'captar' o fenômeno em estudo a partir da perspectiva das pessoas nele envolvidas, considerando todos os pontos de vista relevantes" (SCHMIDT, 1995, p. 21). Para a presente pesquisa, foram elaboradas 4 perguntas objetivas, distribuídas para 20 indivíduos de ambos os sexos, em um formulário online, acerca da influência midiática na insatisfação corporal de jovens atletas, estabelecidos e compreendidos entre 10 e 19 anos, faixa etária definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), como o período da adolescência e juventude. O formulário online foi dividido ao todo em 2 seções, a primeira contendo perguntas como: nome, idade, esporte praticado, a fim de estabelecer uma divisão entre cada jovem avaliado e sua identificação, e a segunda com as perguntas dissertativas voltadas para o tema do artigo. Em resposta, 75% dos avaliados tinham

ISSN 2317-1316

entre 15 e 19 anos, faixa etária final da adolescência e sua formação, enquanto 25% tinham entre 10 e 15 anos. Foram-se identificadas 8 práticas esportivas no formulário, sendo elas: ballet, muay thai, musculação, dança contemporânea, vôlei, futsal, jazz e ginástica rítmica, todas exercidas em alta demanda e rendimento, mas apenas 40% entravam na categoria esporte competitivo.

Foi-se apresentada as seguintes perguntas objetivas, que foram respondidas livremente pelos participantes, podendo ser estendida com justificativa em relação a sua resposta, ou não. E para uma concreta avaliação e identificação, para este estudo, elas são subdivididas e chamadas como: questão 1, questão 2, questão 3 e questão 4:

1. A mídia já te fez sentir inseguro(a) com o seu corpo?

2. Você tenta mudar seu corpo por conta do que vê nas redes sociais?

3. Como você lida quando vê atletas com “corpos perfeitos” na internet?

4. Você já deixou de compartilhar algo nas redes sociais por medo de críticas ao seu corpo?

O formulário foi distribuído para 20 pessoas do sexo masculino e feminino, que se encontram na condição de jovens praticantes de esporte, categoria pré-estabelecida por este estudo, e limitada na faixa etária de 10 até 19 anos, a seleção desse grupo teve como objetivo garantir uma amostra representativa da juventude esportiva, possibilitando uma análise mais precisa dos dados coletados dentro dos parâmetros propostos pela pesquisa. Com isso, avalia-se cada questão individualmente, e sua repercussão entre os indivíduos.

A questão 1 apresenta uma abordagem precisa, questionando a função da mídia sobre a vida esportiva dos participantes, como resposta, 85% dos indivíduos afirmam que já se sentiram inseguros por conta da mídia, os outros 15% afirmam que a mídia não tem nenhuma relação com sua insatisfação corporal. Observa-se uma quantidade excessiva de respostas afirmando a questão 1, ou seja, há uma influência midiática sobre o olhar individual, mesmo que não intencional. Relacionamos isso a grande repercussão das redes sociais, principal meio de transmissão midiático, que nos apresentam uma imagem unicamente positiva sobre tudo o que se consome dentro dela. Como consequência, nota-se adolescentes influenciáveis e incertos sobre sua verdadeira aparência e identidade esportiva.

ISSN 2317-1316

A questão 2 se aprofunda no modo em que cada participante age sobre seu corpo após consumir conteúdos midiáticos de esporte. Nesse questionário, houve uma divisão exata sobre as respostas, onde 50% afirmam já modificar algum aspecto corporal, após ver algum conteúdo das redes sociais, e 50% afirma manter suas características, mesmo se comparando.

A questão 3 funciona como uma pergunta dissertativa, estruturada para respostas por extenso, com o propósito de entender a visão de cada participante, e seu agir em momentos de vulnerabilidade, após ver corpos irreais na internet. Como resposta, 50% lidam positivamente, entende o conceito que "corpos perfeitos" são inatingíveis, alguns se inspiram na imagem vista nas redes sociais, e 50% dos participantes lida negativamente, usando os corpos midiáticos como forma de comparação.

A questão 4 aborda a insatisfação corporal e problemas de imagem por meio da insegurança, uma das consequências da interação midiática em relação a estética esportiva, e como essa percepção do próprio corpo pode ser influenciada por comentários externos e pela comparação constante em ambientes digitais. Ela questiona se a mídia já influenciou o participante a deixar de postar algo por medo de críticas, e como resposta, 65% dos indivíduos já deixaram de compartilhar algo nas redes por insegurança, enquanto 35% não deixam de expor nada em suas redes.

Observa-se na presente pesquisa de campo, respostas que compactuam com o principal objetivo do artigo, avaliar a mídia como causadora de problemas de autoimagem sobre seus usuários, e como sua influência se faz presente no cotidiano virtual de atletas. Os meios midiáticos, por sua grandeza e globalização, estão inseridos na rotina dos jovens atletas, e seus conteúdos dominam o olhar sobre eles e suas práticas, ou seja, promove comparação e impulsiona a insatisfação corporal esportiva. Em conclusão, houve a confirmação da hipótese principal da pesquisa, mas com um viés alternativo, ao esperado, pois entende-se a mídia como agravadora de problemas psicológicos voltados para o corpo, mas não a principal fonte, desse sentimento.

4 CONCLUSÃO

Após as várias etapas deste artigo, e principalmente a pesquisa ativa e prática, que almejava encontrar respostas e entender a função da mídia diante dos jovens atletas, encontra-se ela como

ISSN 2317-1316

uma agravadora do impacto negativo a percepção que jovens atletas possuem de seus próprios corpos. O artigo conclui que a mídia usa de seus recursos de manipulação e influência, para impulsionar propositalmente, a auto comparação de jovens atletas, mas essa ação é bem sucedida apenas quando o próprio atleta consome os conteúdos como forma de impulsionamento para seu esporte, que ao invés de auxiliar e o motivar, acaba fazendo o contrário, pois o meio midiático, por meio de fotos e vídeos, enviados propositalmente, pelo algoritmo, que não encontra limitação sobre seu conteúdo, faz o indivíduo se sentir insatisfeito com seu próprio corpo. Conclui-se que o meio midiático se encontra como impulsionador, mas não provedor de sentimentos de insatisfação corporal sobre atletas, que necessitam de outros fatores para se concretizar, como baixa autoestima, ou apenas a simples prática de esportes de auto rendimento.

5 DECLARAÇÃO DE USO DE IA

Não foram utilizadas ferramentas de IA no desenvolvimento desse artigo.

6 REFERÊNCIAS

GALHARDI, Ariana. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/?format=pdf&lang=pt

MARTINS, Elisa. A dor entre atletas de alto rendimento. Revista Brasileira de Psicologia do Esporte. 2010. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbpe/v3n1/v3n1a06.pdf

MOCKDECE, Clara. Insatisfação corporal de adolescentes atletas e não atletas de ginástica artística. Universidade Federal de Juiz de Fora. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbcdh/a/v4mzBYy7MVcNmgvBpYVKM8b/?lang=pt

SCHMIDT, Arilda. Pesquisa qualitativa. Tipos fundamentais. Revista de Administração de Empresas. 1995. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rae/a/ZX4cTGrqYfVhr7LvVyDBgdb/?format=pdf&lang=pt

ISSN 2317-1316

SILVA ,Eduardo da. A influência da mídia com a autoimagem de adolescentes. 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Osni-Silva/publication/374416164_A_influencia_da_midia_com_a_autoimagem_de_adolescentes/links/651c8bdfb0df2f20a20aeb05/A-influencia-da-midia-com-a-autoimagem-de-adolescentes.pdf