

CAMINHOS ESTÉTICOS TRAÇADOS POR ALUNOS DO CURSO DE FARMÁCIA DA FACULDADE DE MEDICINA DE CAMPOS DOS GOYTACAZES-RJ

AESTHETICAL PATHS TRACED BY STUDENTS OF THE PHARMACY COURSE OF THE FACULTY OF MEDICINE OF CAMPOS DOS GOYTACAZES-RJ

Adriana Correa do Nascimento¹, Gilmar Francisco Lopes Júnior²

¹ Aluna do Curso de Graduação em Farmácia da Faculdade de Medicina de Campos (FMC)

² Orientador, Coordenador e Professor do Curso de Graduação em Farmácia da FMC

RESUMO

O conceito de corpo ideal ou corpo bonito vendido pela mídia faz com que a busca pela magreza seja cada vez maior. Nesta perspectiva, o presente trabalho visa investigar o método estético mais adotado pelos alunos do curso de Farmácia da Faculdade de Medicina de Campos dos Goytacazes, e se o fazem com acompanhamento profissional. Este estudo é do tipo observacional transversal, tendo sido distribuído um questionário para 77 alunos no primeiro semestre de 2017 do curso de Farmácia. As variáveis foram gênero, período do curso, se frequenta academia de ginástica, uso de suplementos alimentares, se já fez cirurgia plástica estética, grau de satisfação com o corpo, se faz uso de medicamento para fins estéticos e se sim, como o faz, e se já fez algum tipo de dieta. Verificou-se que o método mais adotado pelos respondentes é a dieta, que o grau de satisfação com o próprio corpo é razoável. A metade dos participantes que fazem uso de medicamento o faz por meio de acompanhamento profissional.

PALAVRAS-CHAVE: Corpo Ideal. Estética. Acompanhamento Profissional.

ABSTRACT

The concept of ideal body or handsome body sold by the media makes the pursuit of thinness more and more. In this perspective, the present work aims to investigate the aesthetic method most adopted by the students of the Pharmacy course of the Faculty of Medicine of Campos dos Goytacazes, and if they do it with professional accompaniment. This study is cross-sectional observational, and a questionnaire was distributed to 77 students in the first semester of 2017 of the Pharmacy course. The variables were gender, period of the course, if you attend gym, use of dietary supplements, if you have done cosmetic plastic surgery, degree of satisfaction with the body, if you use medicine for aesthetic purposes and if yes, as you do, and if you have already done any type of diet. It was verified that the method most adopted by respondents is diet, that the degree of satisfaction with the body itself is reasonable. Half of the participants who take medication use it through professional follow-up.

KEYWORDS: Ideal Body. Aesthetics. Professional Monitoring.

(Footnotes)

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento e um corpo fora do padrão estipulado, principalmente pela mídia não são percebidos como uma fase da vida ou uma pluralidade, respectivamente, mas sim como doenças e sintomas a serem consertados por meio dos avanços tecnológicos, o que estimula o intenso consumo de produtos cosméticos, cirurgias plásticas e tudo que gira entorno da indústria do embelezamento e rejuvenescimento (LEAL *et al.*, 2007).

À medida que a cultura midiática foi se difundindo e ganhando espaço em todas as camadas da população, sobretudo a partir da segunda metade do século XX, o corpo, bem como a sua aparência, tornou-se protagonistas dos processos de sociabilidade em nossa cultura e referencial de comportamento e imagem. Este é um dado relevante na consolidação do valor que a imagem e a aparência passaram a desempenhar na sociedade moderna (LEAL, 2010).

Diversos são os métodos utilizados pela população na busca pelo corpo ideal e, ao mesmo tempo, a busca pelo corpo saudável. Hoje não faltam opções práticas para atingir esse objetivo: academias de ginásticas multiplicam-se por toda parte, dietas que prometem verdadeiros milagres, intervenções cirúrgicas para cada insatisfação, suplementação alimentar para definição e ganho de massa muscular aos adeptos à musculação, entre outros. Mas, qual das opções a população moderna vem aderindo com maior facilidade? O acompanhamento de profissionais da área da saúde faz-se muito importante nesse contexto, uma vez que certas práticas estéticas envolvem o uso de medicamentos e substâncias que podem revelar-se prejudiciais à saúde, caso sejam utilizadas de maneira incorretas.

Considerando a vasta oferta de produtos e práticas estéticas na atualidade e seus possíveis riscos, dependendo do uso, este trabalho tem relevância para a conscientização da população acerca dos métodos oferecidos, propondo uma reflexão ao que tange à preservação da saúde e bem-estar individual e coletivo, na busca pelo corpo ideal. Nessa perspectiva, o presente trabalho teve como objetivo principal investigar o método mais adotado pelos alunos do curso de Farmácia da Faculdade de Medicina de Campos dos Goytacazes para alcançar o corpo ideal, por meio de um questionário e posterior análise do mesmo.

Para Meurer e Gesser (2008) as novas formas de subjetivação na atualidade estão cada vez mais pautadas com os modelos idealizados de corporeidade. Corpos obesos, que um dia foi inspiração das obras de

arte, como por exemplo, Rubens, Giotto, e Picasso são hoje inapropriados pelo contexto sociocultural e pela biomedicina, visto que a obesidade começa a ser conhecida como uma doença que prejudica o sistema cardiovascular. O culto à pessoa magra e a rejeição dos corpos fora dos padrões dominantes se engajam aos discursos atuais de disciplinamento e controle dos corpos femininos e masculinos como forma de reafirmar as relações de poder.

Obsessão pela forma física e os transtornos alimentares

O transtorno do comportamento alimentar refere-se a toda e qualquer circunstância que suponha uma disfunção no comportamento alimentar do indivíduo (DOMÍNGUEZ e RODRÍGUEZ, 2005). De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – DSM (APA, 2003) os transtornos da alimentação se caracterizam por perturbações no comportamento alimentar, podendo ser estes: anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno da alimentação sem outra especificação. Os portadores de transtornos alimentares, dos quais a anorexia e a bulimia são as mais conhecidas, desenvolvem uma obsessão pela forma física e distorcem a autoimagem a tal ponto que se sentem gordos mesmo estando muito abaixo do peso considerado saudável. O resultado é uma paulatina deterioração física e mental, que começa com sintomas leves como queda dos cabelos até complicações cardiovasculares, renais e endócrinas graves que podem levar a morte.

Recursos estéticos mais procurados na atualidade

Relacionada ao novo estereótipo de corpo esbelto, a área da estética corporal cresce trazendo novidades, sobretudo em relação a tratamentos faciais e corporais, com ênfase ao remodelamento do corpo através de academias, atividades físicas, fisioterapia Dermato-Funcional e cirurgias plásticas com o intuito de oferecer um equilíbrio do bem-estar físico e social (LEAL *et al.*, 2007).

Cirurgias Plásticas

A lipoaspiração é vista como um meio rápido e eficaz de se obter o corpo ideal, e de grande aceitação, através de um procedimento para remoção de lipodistrofia, que possibilita o retorno rápido às atividades físicas e sociais (BORGES, 2006). No entanto, as gordurinhas removidas no procedimento reaparecem depois de um ano e voltam mais perigosas,

pois passam a se acumular nos órgãos internos, caso a pessoa não mude os hábitos alimentares (HERNADEZ et al 2011). Isso proporciona uma reflexão nas pacientes sobre a necessidade de cuidados com a saúde.

Academia (atividades físicas)

Diante da busca pelo corpo perfeito, musculoso e torneado, como padrões de beleza atuais, as academias de ginástica ganham visibilidade, pois passam a ser um dos locais privilegiados para a construção desse corpo tão desejado, contando ainda com o pretexto da busca concomitante pela saúde (BEPPU, 2012).

Nesta perspectiva, pesquisas têm demonstrado que a atividade física, de uma forma geral, contribui para a autoestima e melhoria da imagem corporal das pessoas. Assim, cabe aqui lembrar a importância dos profissionais de Saúde e da necessidade de uma atuação que considere os significados atribuídos ao corpo e às práticas corporais, construídos culturalmente.

Suplementação alimentar/Dietas de emagrecimento

O ambiente das academias favorece a disseminação de padrões estéticos estereotipados, como o corpo magro, com baixa quantidade de gordura ou com elevado volume e hipertrofia muscular (HIRSCHBRUCH, 2008). Ainda que a preocupação com a saúde e estética tenha aumentado notavelmente, existe muita falta de informação e orientação em relação à nutrição ideal e, assim, o praticante de exercícios físicos pode vir a desenvolver e/ou manter hábitos alimentares inadequados, ou consumir erroneamente suplementos alimentares, prejudicando o alcance de seus objetivos com a prática de exercícios físicos (DURAN, 2004). Dentro desse grupo de suplementos alimentares, encontra-se ainda os chamados *shakes* ou redutores de gordura, e apesar da sua grande oferta em vários pontos de venda, tais suplementos nem sempre representam uma saída eficaz, visto que, boa parte da literatura científica ainda levanta dúvidas quanto aos seus benefícios termogênicos, colocando assim em dúvida a eficiência dessas substâncias (COSTA, 2012).

MATERIAL E MÉTODO

A técnica de coleta de dados adotada neste trabalho foi um questionário. A abordagem aos alunos durante o turno noturno da Faculdade de Medicina de

Campos (FMC) se deu solicitando aos alunos presentes que respondessem ao questionário, após lerem e assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. As variáveis deste estudo compreendem gênero, período do curso, se frequenta academia de ginástica, uso de suplementos alimentares (*shakes*, proteínas concentradas), se já fez alguma cirurgia plástica estética, grau de satisfação com o próprio corpo, se faz uso de algum tipo de medicamento para fins estéticos e se sim, como faz esse uso, e se já fez algum tipo de dieta. Em seguida foram distribuídas cópias para todos os alunos presentes nas turmas do curso de Farmácia e recolhido para análise das respostas. A aplicação do questionário ocorreu nos dias 14 e 15 de março de 2017, durante o intervalo entre aulas. O grupo amostral compreendeu setenta e sete (77) alunos que estavam presentes nos dois dias de aplicação do questionário.

Análise dos dados

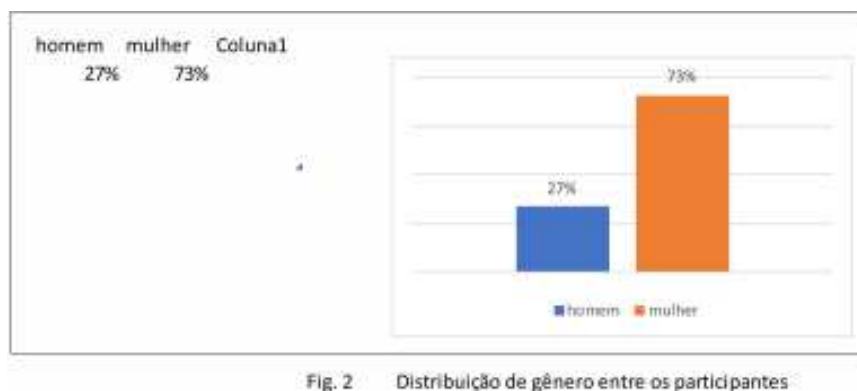
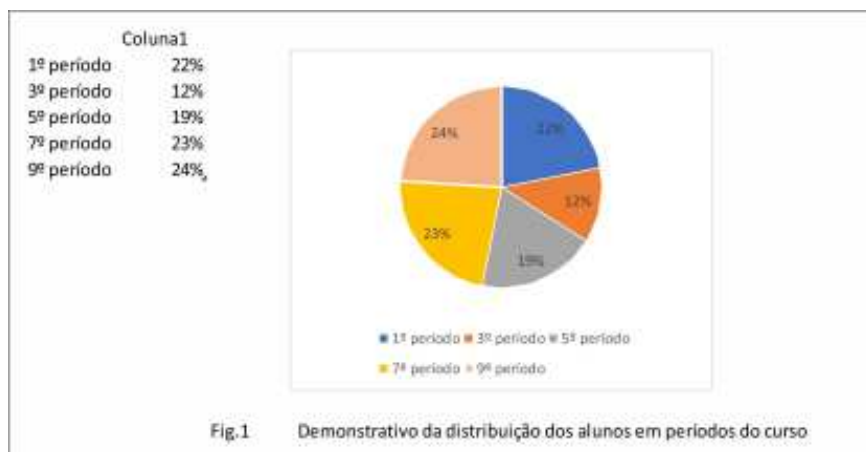
Após o recolhimento dos questionários, os dados obtidos foram transferidos para o programa Excel, gerando-se os resultados estatísticos por meio de gráficos e tabelas, sendo feitas as análises das sete (7) questões contidas no questionário.

RESULTADOS

Conforme dados apurados na aplicação do questionário, obteve-se os seguintes resultados e perfil do grupo estudado: A maioria dos alunos são do 7º e 9º períodos (18 alunos cada – 24%), seguido do 1º período (17 – 22%), 5º (15 – 19%) e 3º (9 – 12%) – Figura 1. Dos 77 alunos que responderam ao questionário, 56 eram mulheres (73%) e 21 homens (27%) – Figura 2, e destes, 8 (38%) frequentam academia de ginástica, sendo sua finalidade majoritariamente para a manutenção da saúde e, 2 (9%) destes também admitem que, além da saúde, o fazem também para fins estéticos. Dos 21 homens que responderam, 7 (33%) fazem uso de suplementos alimentares e 1 (5%) já fez cirurgia plástica para fins estéticos.

Quando perguntados sobre o grau de satisfação com o próprio corpo, a maioria (10 - 48%) disse estar “razoavelmente satisfeito”, outros 8 dividiram opinião entre “pouco satisfeito” (4 – 19%) e “muito satisfeito” (4 – 19%). Os que se dizem “insatisfeitos” foram 3 (14%) – Tabela 2.

Ao serem questionados se fazem uso de medicamentos para fins estéticos, a maioria dos homens responderam que não (17 – 81%). Os outros 4 que admitiram fazer uso desse recurso, metade (2 –



50%) diz ter acompanhamento de profissional da saúde e a outra metade usa por conta própria. Os medicamentos mais citados por quem utiliza é a Sibutramina. Também foi citado o “*Tribullus*” e *Minoxidil* solução capilar. Sobre as dietas alimentares, 9 (43%) dos 21 homens participantes disseram que já fizeram algum tipo de dieta, sendo as mais comuns a “dieta da proteína”, “*Low carb*”, “sopas” e “zero carbo” (dados Tabela 1).

Entre as mulheres, 25% (14) frequentam academia de ginástica e, dessas, 64% afirmam que a finalidade é para manutenção da saúde. Em 42% (6), a atividade física é praticada para fins estéticos. Outras 16% (14), admitem fazer uso de suplementação alimentar, enquanto que 9% (5) afirmam já terem feito cirurgia plástica com fins estéticos. Apenas 12% (7) das mulheres participantes da pesquisa admitem usar medicamentos para fins estéticos e destas, 57% (32) afirmam fazer acompanhamento com profissional. As drogas mais frequentemente relatadas foram a Sibutramina e a Fluoxetina. Das 56 mulheres participantes, 55% (31) já fizeram algum tipo de dieta alimentar, sendo a maioria “reeducação alimentar”,

“dieta da proteína”, “*Low carb*”, “*Shakes* emagrecedores” e “*Herbalife*” (dados Tabela 1). A maioria (63%) se diz razoavelmente satisfeita com o próprio corpo (Tabela 2).

DISCUSSÃO

A partir da análise dos resultados obtidos neste estudo, observa-se na Tabela 1 que os homens e mulheres participantes da pesquisa demonstram perfis diferentes na adoção de métodos que, de alguma forma, interferem na estética e saúde do corpo. Enquanto que uma boa parcela dos homens frequenta a academia de ginástica e afirmam que tal atitude possui como finalidade a manutenção da saúde, fazem também uso de suplementação alimentar (que pode ser explicada pela ação complementar que a suplementação tem concomitante à prática exercício físico). As mulheres, apenas 1/4 delas adotam esta prática. Em contrapartida, verificou-se que mais mulheres aderem a cirurgia plástica estética, enquanto que nos homens, essa adesão ainda é modesta. Tal comportamento pode estar relacionado ao grande apelo midiático que circunda a prática da intervenção cirúrgica.

Tabela 1: Distribuição dos métodos estéticos adotados por homens e mulheres participantes da pesquisa

	<i>Frequente academia</i>	<i>Faz uso de suplemento</i>	<i>Já fez cirurgia plástica</i>	<i>Faz uso de medicamento para fins estéticos</i>	<i>Já fez algum tipo de dieta</i>	<i>Nº de participantes</i>
<i>Homens</i>	38%	33%	5%	19%	43%	21
<i>Mulheres</i>	25%	16%	9%	12%	55%	56
<i>Total</i>						77

Tabela 2: Distribuição do grau de satisfação com o próprio corpo entre os participantes da pesquisa

Grau I= insatisfeito; grau II= pouco satisfeito; grau III= razoavelmente satisfeito; grau IV= muito satisfeito

	<i>Grau I</i>	<i>Grau II</i>	<i>Grau III</i>	<i>Grau IV</i>
<i>Homens</i>	14%	19%	48%	19%
<i>Mulheres</i>	7%	23%	63%	7%

Com relação ao uso de medicação, constatou-se que os homens participantes o adotam com maior prevalência, mesmo que em uma quantidade levemente superior ao constatado nas mulheres do grupo analisado. Tal fato pode ter relação com a facilidade de acesso aos medicamentos, ou mesmo à intenção de se alcançar resultados mais rapidamente, pois muitas pessoas depositam na medicação toda a esperança e expectativa do emagrecimento, fazendo desta o elemento principal do tratamento, corrobora com os resultados de Busse (2004).

As dietas alimentares aparecem com bastante aceitação pelos participantes, pois mais da metade dos que responderam ao questionário (considerando o total de respondentes) já praticaram algum tipo de dieta. A vasta oferta no mercado de produtos relacionados a dietas de reeducação alimentar, além do advento da internet que permite qualquer um a qualquer momento pesquisar meios alimentares de alcançar o peso/corpo ideal, a prática das dietas mostra-se como a mais aderida entre os participantes do grupo estudado, assim como observado no trabalho de Souto & Bucher (2006), onde afirmam que a adoção sistemática de dietas e emagrecimento representa um risco aumentado para o desenvolvimento de transtornos alimentares (TA), conduta esta que não deveria ser estimulada indiscriminadamente.

Quando questionados sobre o grau de satisfação com o próprio corpo, apesar de uma parcela considerável dos participantes aderirem a um ou vários métodos para atingir os resultados estéticos e/ou de saúde, a maioria respondeu que é razoavelmente satisfeito com o próprio corpo, tendo os graus I e IV as menores prevalências de respostas. Os graus de satisfação com o próprio corpo foram categorizados em *grau I* como sendo insatisfeito; *grau II* pouco satisfeito; *grau III* satisfeito; *grau IV* muito satisfeito.

CONCLUSÃO

Por meio da observação dos resultados do presente estudo, conclui-se que o método mais utilizado pelos participantes da pesquisa foi a dieta, seguido da prática de atividade física (academia de ginástica). Sob um olhar reflexivo acerca do tema em questão, este estudo pôde trazer questionamentos relevantes sobre como as pessoas estão buscando uma qualidade de vida que proporcione bem-estar e satisfação pessoal. As muitas cobranças sociais para uma aparência física que atenda aos padrões impostos, principalmente, pelos veículos midiáticos, faz com que muitos busquem alternativas extremas que podem se revelar verdadeiras armadilhas, causando, por vezes, um efeito inverso ao esperado. De acordo com o observado no grupo estudado, podemos concluir que algumas pessoas

ainda fazem uso de medicamentos controlados sem acompanhamento de um profissional da área de saúde, mesmo tendo um esclarecimento prévio sobre seus efeitos adversos.

Nessa perspectiva, o profissional farmacêutico pode contribuir na orientação e conscientização no uso

de tais medicamentos e alternativas, pois possui uma formação profissional capaz de direcionar pessoas ao caminho mais adequado para alcançar seus objetivos estético e/ou de saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and statistical manual of mental disorders *DSMIVTR*. Washington DC: APA, 2003.

Beppu, SRG. et al. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo. vol. 6, 31:25-32, 2012.

Borges, FS. Dermato-Funcional: Modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. São Paulo: *Phorte*, 2006.

Busse, SR. (Org.). Anorexia, Bulimia e Obesidade. Barueri, São Paulo: *Manole*, 2004.

Costa, N. M. Suplementos alimentares para o emagrecimento: eficácia questionável. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, São Paulo, vol.6, 31:25-32, 2012.

Domínguez, SM, Rodríguez, S. V.. Características clínicas e tratamento dos transtornos do comportamento alimentar, In Caballo V.E & Simón, MA. Manual de psicologia clínica infantil e do adolescente: transtornos gerais. São Paulo: Ed. Santos, cap. 9:262289, 2005.

Duran ACFL. et al. Correlação entre consumo alimentar e nível de atividade física habitual de praticantes de exercícios físicos em academia. *Rev Bras Ciênc Mov*, vol.12, 5:15, 2004.

Gesser M, Meurer, B. O corpo como locus de poder: articulações sobre gênero e obesidade na contemporaneidade.

Fazendo Gênero 8 - Corpo, Violência e Poder. Florianópolis, de 25 a 28 de agosto de 2008.

Hernandez, TL. et al. Fat redistribution following suction lipectomy: defense of body fat and patterns of restoration. *Obesity*, vol.19, 7:1388-1395, 2011.

Disponível em: <<http://www.nature.com/oby/journal/v19/n7/pdf/oby201164a.pdf>>

Hirschbruch MD, Fisberg M, Mochizuki L. Consumo de Suplementos por Jovens Freqüentadores de Academias de Ginástica em São Paulo. *Rev Bras Med Esporte*. vol.14, 9:539-43, 2008.

Leal, VCLV. et al. Cultura da beleza: corpo ideal, cirurgia estética e a promoção da saúde de jovens universitários. Fortaleza, 2007. 87 p. Dissertação (Mestrado) - Universidade de Fortaleza 2007. Disponível em: <http://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UFOR_d55a8280da43ba82b0b846c93b716139/Cite>. Acesso em: 22 mar. 2017.

Leal, V. C. L.V. et al. O corpo, a cirurgia estética e a Saúde Coletiva: um estudo de caso. *Ciência & Saúde Coletiva*, vol.15, 1:77-86, 2010.

Souto, S, Bucher, JSNF. Práticas indiscriminadas de dietas de emagrecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil, 2006.