

# FREQUÊNCIA DE DISMORFIA MUSCULAR EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO DO SUDOESTE DO PARANÁ DURANTE O PERÍODO DE PANDEMIA DE COVID-19

Eloiza Kern<sup>1</sup>

Romário Ribeiro de Oliveira<sup>2</sup>

Eloá Angélica Koehnlein<sup>3</sup>

A Dismorfia Muscular (DM) é uma forma de transtorno dismórfico corporal, em que o indivíduo se preocupa de forma obsessiva pelo físico e apresenta distorção da imagem corporal, caracterizada pela sensação de insuficiência muscular, estrutura corporal pequena e fraca. A DM é frequentemente observada em homens, mas recentemente tem atingido também mulheres. O objetivo deste estudo foi avaliar a frequência de DM em praticantes de musculação do sudoeste do Paraná durante a pandemia da COVID-19. Foi realizada uma pesquisa de natureza observacional do tipo transversal de caráter descritivo, em setembro de 2021 em dois estúdios de *personal trainer* e doze academias de ginástica dos municípios da microrregião de Capanema, sudoeste do Paraná, que possuíam registro ativo no Conselho Regional de Educação Física (CREF). Foram recrutados praticantes de musculação com idade entre 19 e 50 anos, de ambos os sexos, com tempo de prática de pelo menos 6 meses e frequência mínima de duas vezes na semana, selecionados por amostragem não probabilística. As gestantes foram excluídas da pesquisa. Foram aplicados de forma online: um questionário para caracterização sociodemográfica, clínica e relativa à prática de musculação, e a escala *Muscle Appearance Satisfaction Scale* (MASS), adaptada de Silva Junior, Souza e Silva (2008). A avaliação da DM foi realizada de acordo com Floriano e D'Almeida (2016). Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos. Avaliou-se 115 participantes, sendo a maioria do sexo feminino 71,3% (n= 82). A amostra apresentou-se predominantemente jovem, com idade entre 19 a 30 anos 60% (n=69), solteiros 55,7% (n= 64), cursando ensino superior 46,1% (n= 53) e com renda acima de 2 a 5 salários mínimos 46,1% (n= 53). De acordo com o tempo de prática prevaleceu de 6 a 24 meses com 41,7% (n= 48), frequência semanal de 3 vezes na semana com 33% (n= 38) e quando questionados sobre o objetivo da prática, 36,5% (n= 42) responderam desejo em aumentar massa muscular. A partir da classificação do MASS, foi possível perceber que 11,3% (n= 13) apresentaram indicativo para DM, destes 38,46% (n= 5) eram mulheres e 61,54% (n= 8) homens. Foi possível perceber que a frequência de DM necessita monitoramento neste grupo, visto que a DM trás diversos efeitos deletérios à saúde dos indivíduos. Apesar de ter sido observada maior frequência entre os homens na amostra estudada, as mulheres merecem atenção especial.

**Palavras-chaves:** Exercício físico. Saúde. Imagem corporal.

---

<sup>1</sup> Acadêmica de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Realeza/PR. Email: eloiza.kern@hotmail.com

<sup>2</sup> Graduado em Nutrição pela Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Realeza/PR. Email: romriboliver@gmail.com

<sup>3</sup> Professora Doutora, curso de Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Campus Realeza. Email: elo.koehnlein@uffs.edu.br

## REFERÊNCIAS

BONFIM, Grazielle Willian; NASCIMENTO, Isabela Peres Cordeiro; BORGES, Nicodemos Batista. Transtorno Dismórfico Corporal: revisão da literatura. **Contextos Clínicos**, v. 9, n. 2, p. 240-252, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cclin/v9n2/v9n2a10.pdf>. Acesso em: 08 nov. 2022.

FLORIANO, Jassana Moreira; D'ALMEIDA, Karina Sanches. Prevalência de transtorno dismórfico muscular em homens adultos residentes na fronteira oeste do Rio Grande do Sul. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 10, n.58, p. 448-457, ago. 2016. Disponível em: <http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/671/568>. Acesso em: 08 nov. 2022.

NÉRI, Rafael Rocha et al. Avaliação do consumo de proteínas e lipídios por homens jovens praticantes de musculação com tendência à dismorfia muscular. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 5, p. e2710514501-e2710514501, 2021.

SILVA JUNIOR, Sérgio Henrique Almeida da; SOUZA, Marcos Aguiar de; SILVA, Jonas Henrique Almeida da. Tradução, adaptação e validação da escala de satisfação com a aparência muscular (MASS): translation, adaptation, and validation of the muscle appearance satisfaction scale (mass). **Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v. 13, n. 120, p. 130-146, mai, 2008. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd120/traducao-adaptacao-e-validacao-da-escala-de-satisfacao-com-a-aparencia-muscular.htm>. Acesso em: 08 nov. 2022.