

SATISFAÇÃO COM IMAGEM CORPORAL: PERSPECTIVA DE IDOSOS INSERIDOS EM UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA

Henrique Monteiro Gomes²²
Ludmila Barbosa Oliveira²³
Danillo Teixeira Vilas Boas²⁴
Adriana Lira Rufino de Lucena²⁵
Kay Francis Leal Vieira²⁶
Fabiana Ferraz Queiroga Freitas²⁷

RESUMO

O crescente número populacional de idosos implica na necessidade de políticas de saúde a fim de alcançar um estilo de vida ativo com satisfação pelas mudanças corporais decorrentes da idade, a partir do incentivo ao contentamento com a imagem corporal. Objetivou-se, com esta pesquisa, conhecer a satisfação de idosos frequentadores de um projeto de extensão universitária com sua imagem corporal. Estudo exploratório e descritivo com abordagem quantitativa, desenvolvido com idosos participantes do Projeto de Extensão da Faculdade de Enfermagem e Medicina Nova Esperança (FACENE/FAMENE), durante o período de agosto a dezembro de 2013, com amostra constituída por 88 idosos. Para a coleta de dados foi utilizado um formulário dividido em duas partes, sendo a primeira destinada aos dados sociodemográficos e a segunda composta por 10 itens acerca da satisfação com a imagem corporal, que fazem parte da Escala de Satisfação com a Imagem Corporal elaborada por Ferreira e Leite. O desenvolvimento do estudo norteou-se pelas normas da Resolução 466/12 após aprovação pelo Comitê de Ética da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança sob protocolo nº 53/2013. Os dados evidenciaram supremacia do sexo feminino (89,8%) com média de 68,2 anos de idade, e estado civil viúvos (40,9%). Quanto à imagem corporal, prevaleceram as maiores médias para “As outras pessoas acham que eu tenho boa aparência” (4,59) e “Sinto-me feliz com minha aparência física” (4,92), o que sugere que a maneira pela qual o indivíduo percebe seu corpo reflete na sua qualidade de vida, bem como a participação em grupos de convivência possibilita a interação com pessoas da mesma geração, substituindo o período de solidão e/ou abandono. Os resultados demonstraram que os participantes encontram-se satisfeitos com sua imagem

²²Graduando em Medicina da Faculdade de Medicina Nova Esperança - FAMENE. End.: Rua Francisco Timóteo de Sousa, 570, apto. 604, Anatólia. João Pessoa-PB. CEP: 58052-130. E-mail: henrique.mg@outlook.com. Tel.: (83) 9604-8949.

²³Graduanda em Medicina da Faculdade de Medicina Nova Esperança - FAMENE. João Pessoa – PB – Brasil. E-mail: milaboliveira@hotmail.com

²⁴Graduando em Medicina da Faculdade de Medicina Nova Esperança - FAMENE. João Pessoa – PB – Brasil. E-mail: dan.vilasboas@hotmail.com

²⁵Enfermeira. Especialista em Saúde da Família pela Faculdade Integradas de Patos (FIP). Mestranda em Ciências da Educação pelo Centro Integrado de Tecnologia e Pesquisa (Cintep). Docente da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE), João Pessoa – PB – Brasil. E-mail: adriana.lira.rufino@hotmail.com

²⁶Psicóloga. Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba, docente da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE) e do Centro Universitário de João Pessoa - UNIPE, João Pessoa – PB – Brasil. E-mail: kayvieira@yahoo.com.br

²⁷ Enfermeira. Mestra em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba, docente da Faculdade de Enfermagem e Medicina Nova Esperança (FACENE/FAMENE), João Pessoa – PB – Brasil. E-mail: fabianafq@hotmail.com

corporal, indicando que aceitam bem o processo de envelhecimento e as mudanças corporais por ele ocasionadas.

Palavras-chave: Envelhecimento. Imagem corporal. Idoso.

INTRODUÇÃO

O número de pessoas idosas tem crescido exponencialmente. A sociedade brasileira torna-se cada vez mais velha. Atualmente, estima-se que existam cerca de 17,6 milhões de idosos no país,¹ fazendo-se necessário readequar as políticas de saúde voltadas para essa população, vislumbrando um estilo de vida ativo, com vistas a retardar as mudanças oriundas do envelhecimento, bem como adicionar ações que estimulem a busca por estratégias que incentivem a satisfação com a imagem corporal, componente valorizado pelo idoso, que gera satisfação e confiança em sua vida.²

A velhice está associada ao declínio e deterioração progressiva das funções psicológicas, comportamentais, biológicas e motoras, que, aliado aos problemas socioeconômicos e estilo de vida, acarretam alterações no estado de saúde do idoso.³

O envelhecimento não é um processo unitário, não acontece de modo simultâneo em todo o organismo nem está associado à existência de uma doença. Envolve fatores endógenos e exógenos que levam o indivíduo a sofrer mudanças no seu cotidiano, necessitando ser avaliado de forma integrada. As alterações físicas próprias do envelhecimento defrontam-se com uma sociedade que discrimina indivíduos tidos como não atraentes. Estas pessoas estão sujeitas a encontrar ambientes sociais que os rejeitam, desencorajando-os a se envolverem com habilidades

sociais, como também de se ter um auto conceito favorável.⁴

O imaginário social sobre o processo de envelhecimento pode ser marcado e retratado pelo desgaste, limitações, perdas físicas e sociais.⁵ As mudanças corporais decorrentes deste processo podem se tornar uma barreira psicológica a ser superada, pois a valorização da aparência corpórea pela sociedade, que privilegia a juventude e circunscreve-se à beleza jovem, faz surgir insatisfação física nos idosos, remetendo à antevisão da senilidade, perdas e proximidade da morte. Dessa forma, a imagem corporal, durante essa fase, pode sofrer distorções devido à visão negativa em relação à velhice, baseada na falsa ideia de que envelhecer gera insatisfação com o corpo.⁶

Imagem corporal é definida como a experiência psicológica de alguém sobre a sua aparência e o funcionamento do seu corpo, ou seja, é a apresentação mental do próprio corpo.⁵ Trata-se de um percepção que integra os níveis físico, emocional e mental, intimamente ligados à estruturação da identidade no seio de um grupo social.⁷

A imagem corporal envolve, além da percepção e dos sentidos, as figurações e representações mentais que a pessoa tem em relação aos outros e a si mesma, além de emoções e ações advindas da experiência do próprio corpo e do contato com a imagem corporal experienciada por outras pessoas. Dessa forma, a imagem corporal é uma construção dinâmica e

intercambiável.⁸

A sociedade tem caracterizado o corpo como fonte de identidade, tendo como padrão de beleza à magreza e a juventude, ressaltando os aspectos relacionados com a forma, desconsiderando a heterogeneidade da estrutura física, das condições de saúde presentes na população.

A imagem corporal abarca fatores psicológicos, sociais, culturais e biológicos que determinam, subjetivamente, como os indivíduos se veem, acham que são vistos e veem os outros, podendo ser definida como uma construção psicológica complexa, referindo-se à autopercepção do corpo/aparência, gerando uma representação mental que reflete nas emoções, pensamentos e condutas associadas.⁹

A representação da imagem corporal para o idoso é uma experiência subjetiva, que aguça a capacidade dos sentidos, concebendo sua identidade e pensamentos, aludindo percepções de sentimentos sobre si, mas que sofre interferência do meio social, do processamento de informações, influenciando no comportamento, particularmente nas relações interpessoais. Afinal, a construção social e cultural do corpo favorece a adaptação do indivíduo ao meio que está inserido.¹⁰ Partindo desse pressuposto, a pesquisa objetivou conhecer a satisfação de idosos frequentadores de um projeto de extensão universitária com sua imagem corporal.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo exploratório e descritivo com abordagem quantitativa, desenvolvido com idosos participantes do Projeto de Extensão “Envelhecimento Saudável: integração ensino comunidade na promoção à saúde e prevenção de

doenças na população idosa” da Faculdade de Enfermagem e Medicina Nova Esperança (FACENE/FAMENE), durante o período de agosto a dezembro de 2013 na cidade de João Pessoa, Paraíba, Brasil. Os idosos, de ambos os sexos, foram selecionados para a entrevista de forma intencional. Os critérios de inclusão foram ter idade igual ou superior a 60 anos de idade; residir no Bairro do Valentina de Figueiredo e estar cadastrado no Projeto de Extensão supracitado no mínimo há um ano.

A população foi estimada em 100 idosos, entretanto devido à recusa em participar do estudo por alguns, a amostra foi composta por 88 destes. Para a coleta de dados foi utilizado um formulário dividido em duas partes, sendo a primeira destinada aos dados sociodemográficos e a segunda composta por 10 itens acerca da satisfação com a imagem corporal. Esses itens fazem parte da Escala de Satisfação com a Imagem Corporal elaborada por Ferreira e Leite¹¹, que em sua versão original é composta por 25 itens. Optou-se pela redução da escala, aplicando-se apenas 10 dos 25 itens devido a baixa escolaridade dos participantes, o que acarretou dificuldade de compreensão e, conseqüente emissão das respostas. Os itens escolhidos foram: 2, 6, 7, 14, 15, 17, 18, 20, 26 e 27. Os referidos itens continham cinco possibilidades de respostas, onde o 1 significava discordo totalmente; 2 discordo parcialmente; 3 era nem discordo nem concordo; 4 concordo parcialmente e 5 significava concordo totalmente. Quatro desses itens foram elaborados de maneira inversa, ou seja, ao concordarem com as afirmações os idosos indicam insatisfação com sua imagem corporal. Suas pontuações foram, portanto, invertidas no momento da tabulação dos dados. Para a análise dos dados utilizou-se o

pacote estatístico SPSS em sua versão 20.0, utilizando-se da estatística descritiva (percentual, média e desvio padrão).

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Enfermagem e Medicina Nova Esperança – FACENE/FAMENE, Protocolo de nº 53/2013, CAAE: 14472013.3.00005179. Para a condução do estudo, foram contempladas todas as normas da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa foi realizada com 88 participantes do projeto, sendo 79 (89,8%) entrevistados do sexo feminino e 9 (10,2%) do sexo masculino. A idade dos participantes variou de 60 a 79 anos, com média de 68,2 anos. Quanto ao estado civil, a amostra foi composta por 34 (38,6%) casados, 36 (40,9%) viúvos, 7 (7,9%) divorciados e 10 (11,4%) solteiros.

Constatou-se uma maior predominância de mulheres, que pode ser justificada pelo fato de que elas vivem mais do que os homens devido a fatores biológicos, a diferença de exposição aos fatores de risco de morbimortalidade e por estas procurarem mais acentuadamente os serviços de saúde, como também as mesmas procuram participar de grupos de convivência, que estimulam mudanças dos hábitos de vida, favorecendo maior expectativa de vida¹¹

Em relação à avaliação dos idosos acerca da sua imagem corporal, verificou-se que as maiores médias de respostas concentraram-se os itens 15 e 14, respectivamente. Já os com menores médias foram os itens 18 e 20, conforme pode ser verificado na Tabela 1. Além das médias, a referida tabela apresenta os valores do desvio padrão, que corresponde a uma medida de dispersão que avalia a variabilidade dos valores em torno da média.

Tabela 1- Avaliação da satisfação dos idosos(n=88) com sua imagem corporal.

ITEM	MÉDIA	DESVIO PADRÃO
2. Tenho uma aparência tão boa quanto à maioria das pessoas	3,93	1,45
6. Gosto do que vejo quando me olho no espelho	4,41	1,21
7. Se eu pudesse, mudaria muita coisa na minha aparência	3,30	1,83
14. As outras pessoas acham que eu tenho boa aparência	4,59	0,83
15. Sinto-me feliz com minha aparência física	4,92	0,46
17. Sinto vergonha da minha aparência física	4,25	1,45
18. Estar acima do meu peso me deprime	2,94	1,77
20. Minha aparência contribui para que eu seja paquerado	3,27	1,81
26. Tenho orgulho do meu corpo	4,56	1,16

27. Sou uma pessoa sem atrativos físicos	3,45	1,75
--	------	------

Fonte: pesquisa direta, João Pessoa – PB, 2013.

A afirmação *Sinto-me feliz com minha aparência física* apresentou maior representatividade, sendo possível inferir que os participantes apresentam uma avaliação positiva de sua imagem corporal. Considera-se esse dado extremamente significativo, haja vista que a maneira pela qual o indivíduo percebe seu corpo reflete na sua autoestima, e conseqüentemente na sua qualidade de vida. Esta percepção da aparência consiste em como o indivíduo julga o seu aspecto. Pode até existir incongruência entre a realidade física e a percepção da aparência, porém, a importância da aparência é o grau de estima que a imagem corporal tem em relação à própria autoestima.⁵

Esses resultados apontam que, diferente da visão negativa do envelhecer construída pela sociedade moderna, a amostra pesquisada demonstra vivenciar a velhice de forma satisfatória, não sendo encontrados sentimentos negativos face às mudanças físicas do envelhecimento.

A segunda afirmação com maiores escores foi a 14 (*As outras pessoas acham que eu tenho boa aparência*), que retrata a avaliação que as demais pessoas fazem a respeito da imagem corporal do idoso. A felicidade com a aparência física, também pode estar intimamente atrelada ao convívio com outras pessoas, ao não isolamento do convívio social.

O ingresso do indivíduo em grupo de convivência permite a interação com pessoas da mesma geração, substituindo o período de solidão e/ou abandono por construção de novas amizades, encontros, tornando esse convívio um marco em suas vidas. Essa convivência favorece

os idosos a melhorarem sua imagem corporal, valorizarem o autocuidado, acreditarem em si próprios, possibilitando o desenvolvimento em novos interesses, oportunidades e o desejo de continuar aprendendo e experimentando situações inovadoras.¹²

O modo como cada indivíduo se discerne e a forma como o processo de formação da imagem corporal é vista, pode ter influência de diversos fatores, como sexo, idade, bem como a relação com o corpo, com os processos cognitivos, a crença, valores e atitudes inseridos em uma cultura.²

A avaliação positiva da aparência pode estar relacionada aos benefícios da prática de atividades físicas, pois esta auxilia na compreensão das individualidades fisiológicas, psicológicas e sociais dos idosos, e favorece a experiência com o corpo para uma imagem corporal íntegra.¹³

Assim, conhecer a relação que o idoso mantém com seu corpo e as implicações desta na sua autoestima são fundamentais para que os profissionais de saúde considerem, em suas práticas, as avaliações e intervenções necessárias, observando todos os aspectos que envolvam a saúde do indivíduo, sejam eles físicos, psicológicos, emocionais, mentais, entre outros, objetivando entender e estimular o idoso holisticamente.

Uma das mais evidentes alterações que acontecem com o aumento da idade cronológica é a mudança nas dimensões corporais. O processo de envelhecimento oportuniza alterações principalmente na estatura, peso e composição corporal. Apesar do alto componente

genético destes, fatores como dieta, atividade física, condições psicológicas e sociais são marcadores influenciáveis nessas alterações corporais.¹⁴

O item com menor média foi o 18 (*Estar acima do meu peso me deprime*), que se refere, especificamente, à satisfação do indivíduo com o seu peso corporal. Dessa forma, percebe-se que o fator que mais contribuiu para a insatisfação dos idosos foi o peso, que pode influenciar negativamente a vida destas pessoas, no seu desempenho profissional e no relacionamento interpessoal.

O ganho de peso e o acúmulo da gordura corporal parecem resultar de um padrão programado geneticamente, de mudanças na dieta e no nível de atividade física relacionados com a idade ou de uma interação entre esses fatores. A distribuição da gordura corporal se acentua no tronco e nos membros. Dessa forma, a gordura abdominal eleva o risco para doenças metabólicas, e declínio de funções.¹⁴

O estado nutricional fora dos padrões de normalidade remete a uma grande pressão social por determinados padrões de corpo e até mesmo problemas para identificar e aceitar sua própria imagem corporal, ocasionando, em alguns casos, uma extrema preocupação capaz de fazer com que alguns idosos passem a se preocupar apenas com a estética, deixando de lado à saúde.

A corporeidade foi ganhando evidência cada vez maior por ter sido influenciada pela imagem cinematográfica. Ao final da década de 1920, as mulheres, sob o impacto provocado pelas indústrias de cosméticos, da moda, da publicidade, incorporaram, em seu cotidiano, o uso da maquiagem, passaram a valorizar corpos esbeltos, magros e esguios. A

combinação dessas foi fundamental para a vitória do corpo magro sobre o gordo no decorrer do século, consequência inevitável na velhice, devido ao acúmulo gordura corpórea. Essa valorização em excesso, aliada à perda física, funcional, pode ocasionar insegurança, incapacidade e perda de autoestima, influenciando no desejo do idoso a uma mudança na aparência.⁵

Outro item que apresentou baixa média foi o 20 (*Minha aparência contribui para que eu seja paquerado*). Acredita-se que isso se deva à timidez e ao retraimento dos idosos, haja vista que, nesse item, percebeu-se bastante constrangimento ao respondê-lo. Nesse contexto, ressalta-se que os grupos de convivência são importantes para elevar a autoestima dos idosos. Muitos deles, por causa da viuvez ou da separação/divórcio, sentem-se necessitados de novas experiências de relacionamentos, que imaginam poder encontrar no projeto e em festas. Sua autoestima ganha com isso, sua vida passa a ter uma motivação a mais: a espera de novos parceiros.^{15,16}

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A imagem corporal é um fenômeno multidimensional que envolve fatores de ordem fisiológica, psicológica e social. Especialmente entre pessoas idosas, a investigação desse construto é algo relevante, uma vez que vivemos em uma sociedade onde se valoriza o jovem e o belo e, sendo assim, um corpo que envelhece não oferece atrativos.

Entretanto, os resultados deste estudo demonstraram que os participantes encontram-se satisfeitos com sua imagem corporal, indicando que aceitam bem o processo de envelhecimento e as mudanças corporais por ele ocasionadas. Constatou-se, porém, certa

insatisfação com o peso corporal, o que pode ser reflexo da pressão social e midiática para existência de um corpo sempre esbelto.

Foi possível perceber, durante a pesquisa, uma preocupação maior do grupo feminino com relação aos homens, e isso pode estar relacionado ao fato de que boa parte da indústria da beleza está voltada àquele público, possivelmente, fazendo com que os modelos de beleza considerados pela mulher tornem-se ainda mais difíceis de serem atingidos.

No entanto, os dados nos mostram que os sujeitos da pesquisa, em sua maioria, encaram o processo de envelhecimento de uma forma prazerosa e sem grandes conflitos, e isso pode ser explicado, em grande parte, pela participação dos idosos em grupos de convivência para sua faixa etária.

SATISFACTION WITH BODY IMAGE: PERSPECTIVE OF ELDERLY ENTERED INTO A GROUP OF COEXISTENCE

ABSTRACT

The growing number of elderly, implies the need of health policies in order to achieve an active lifestyle with satisfaction by the body changes arising from age, from the incentive to contentment with the body image. The aim of this study was to know the satisfaction of elderly patrons of a university extension project with their body image. An exploratory and descriptive study with a quantitative approach, developed with elderly participants of an Extension Project of the Faculty of Nursing and Medicine New Hope (FACENE/FAMENE), during the period from August to December 2013, with a sample consisting of 88 elderly. The instrument used for data collection was a form divided into two parts, the first being for the socio-demographic data and the second consists of 10 items about the satisfaction with body image, that are part of the Scale of Satisfaction with Body Image prepared by Ferreira and Leite. The development of the study was guided by the standards of Resolution 466/12 after approval by the Ethics Committee of the Faculty of Nursing New Hope under protocol no. 53/2013. The data evidenced supremacy of females (89.8 %) with an average of 68.2 years of age, and marital status widowed (40.9 %). As the body image prevailed the highest averages for "other people think that I have good appearance" (4.59) and "I am happy with my physical appearance" (4.92), which suggests that the way in which the individual realizes his body reflects in its quality of life, as well as participation in groups of coexistence enables the interaction with people of the same generation, replacing the period of loneliness and/or abandonment. The results showed that the participants were satisfied with their body image, indicating that they accept as well the process of aging and the body changes as it occasioned.

Key-words: Aging. Body image. Elderly.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento. Brasília, 2010. [acesso em 20 July 2014]. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/volume12.pdf>.
2. Silva LWS, Santos RG, Squarcini CFR, Souza AL, Azevedo MP, Barbosa FNM. Perfil do estilo de vida e autoestima da pessoa idosa - perspectivas de um Programa de Treinamento Físico. Revista Temática Kairós Gerontologia [periódico na internet] São Paulo June 2011 [acesso em 10 July 2014];14(3):145-66. Disponível em: <file:///C:/Users/Fabiana/Downloads/6497-15840-2-PB.pdf>
3. Mantello EB, Moriguti JC, Rodrigues-Júnior AL, Ferrioli E. Efeito da reabilitação vestibular sobre a qualidade de vida de idosos labirintopatas. RevBrasOtorrinolaringol [periódico na internet] São Paulo Mar/Apr 2008 [acesso em 23 June 2014];74(2):172-80. Disponível em: http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/BDPI/7543/art_MORIGUTI_Efeito_da_reabilit

[acao vestibular sobre a qualidade 2008.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

4. Santos FH, Andrade VM, Bueno OFA. Envelhecimento: um processo multifatorial. *Psicologia em Estudo* [periódico na internet] Maringá Jan/Mar 2009 [acesso em 12 July 2014];14(1):3-10. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v14n1/a02v14n1.pdf>
5. Chaim J, Izzo H, Sera CTN. Cuidar em saúde: satisfação com imagem corporal e autoestima de idosos. *O Mundo da Saúde* [periódico na internet] São Paulo Apr/June 2009 [acesso em 21 June 2014];33(2):175-81. Disponível em: http://saocamilosp.br/pdf/mundo_saude/67/175a181.pdf
6. Gondim MR, Cunha SFS, Souza SG, Schmidt A, Barros DD. Percepção da imagem corporal de idosas praticantes de um programa de hidroginástica. *EFDeportes.com* [periódico na internet] Buenos Aires Feb 2011 [acesso em 01 June 2014];15(153). Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd153/imagem-corporal-de-idosas-de-hidroginastica.htm>
7. Secchi K, Camargo BV, Bertoldo RB. Percepção da imagem corporal e representações sociais do corpo. *Psic. Teor. e Pesq.* [periódico na internet] Brasília Apr/June 2009 [acesso em 24 July 2014];25(2):229-36. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n2/a11v25n2.pdf>
8. Santos DB, Vieira EM. Imagem corporal de mulheres com câncer de mama: uma revisão sistemática da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva* [periódico na internet] Rio de Janeiro May 2011 [acesso em 24 July 2014];16(5):2511-22. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v16n5/a21v16n5.pdf>
9. Andrade AC, Vernize A, Malysz KA, Oliva DRSD. Imagem Corporal: um comparativo entre idosos ativos e não ativos fisicamente. *Ágora: R. Divulg. Cient* [periódico na internet] Mafra Jan/June 2011 [acesso em 04 June 2014];18(1):141-152. Disponível em: <file:///C:/Users/Fabiana/Downloads/175-1443-1-PB.pdf>
10. Silva SED, Padilha MI, Rodrigues ILA, Vasconcelos EV, Santos LMS, Souza IRF, et al. Meu corpo dependente: representações sociais de pacientes diabéticos. *RevBrasEnferm* [periódico na internet] Brasília May/June 2010 [acesso em 24 June 2014];63(3): 404-9. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v63n3/a09v63n3.pdf>
11. Ferreira MC, Leite NGM. Adaptação e Validação de um Instrumento de Avaliação da Satisfação com a Imagem Corporal. *Avaliação Psicológica* [periódico na internet] Porto Alegre Nov 2002 [acesso em 12 July 2014];1(2):141-9. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v1n2/v1n2a07.pdf>
12. Moraes ONP. Grupos de idosos: atuação da psicogerontologia no enfoque preventivo. *Psicol. cienc. prof.* [periódico na internet] Brasília Oct/Dec2009 [acesso em 12 July 2014];29(4):846-55. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v29n4/v29n4a14.pdf>
13. Campana ANNB, Tavares MCGCF, Garcia Júnior C. Body Dissatisfaction and Concern, Body Checking and Avoidance Behavior in People with Eating Disorders.

Paidéia [periódico na internet] Ribeirão Preto Sept/Dec 2012 [acesso em 12 July 2014];22(53):375-81. Disponível em:
http://www.scielo.br/pdf/paideia/v22n53/en_09.pdf

14. Bevilacqua LA, Daronco LSE, Balsan LAG. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal e autoestima em mulheres ativas. Salusvita [periódico na internet] Bauru Jan/Apr 2012 [acesso em 13 July 2014]; 31(1):55-69. Disponível em:
http://www.usc.br/biblioteca/salusvita/salusvita_v31_n1_2012_art_05.pdf

15. Freitas MC, Queiroz TA, Sousa JAV. O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. Rev. esc. enferm. USP [periódico na internet] São Paulo June 2010 [acesso em 03 June 2014];44(2):407-12. Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v44n2/24.pdf>

16. Fujisawa GK. O identificar dos relacionamentos no baile da terceira idade. REVISTA PORTAL de Divulgação [periódico na internet], São Paulo Sepr 2010 [acesso em 03 June 2014];2:1-11. Disponível em:
<file:///C:/Users/Fabiana/Downloads/52-52-1-PB.pdf>

Recebido em: 01.08.14 Aceito em: 04.12.14
--