



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

RENÊ ALVES LIMA

**CULTO AO CORPO: REFLEXÕES SOBRE PADRÕES ESTÉTICOS E VIGOREXIA
NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA**

ICÓ – CEARÁ

2023

RENÊ ALVES LIMA

**CULTO AO CORPO: REFLEXÕES SOBRE PADRÕES ESTÉTICOS E VIGOREXIA
NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de graduação em Educação Física do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientador: Prof. Me. Evandro Nogueira de Oliveira

ICÓ – CEARÁ

2023

RENÊ ALVES LIMA

**CULTO AO CORPO: REFLEXÕES SOBRE PADRÕES ESTÉTICOS E VIGOREXIA
NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de graduação em Educação Física do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.

Aprovado em 06 / 12 / 2023

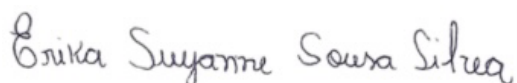
BANCA EXAMINADORA



Prof. Me. Evandro Nogueira de Oliveira

Centro Universitário Vale do Salgado

Orientador



Prof. Me. Érika Suyanne de Sousa Silva

Centro Universitário Vale do Salgado

1º examinador



Prof. Andreza de Sousa Oliveira

Centro Universitário Vale do Salgado

2º examinador

CULTO AO CORPO: REFLEXÕES SOBRE PADRÕES ESTÉTICOS E VIGOREXIA NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA

**CULT OF THE BODY: REFLECTIONS ON AESTHETIC STANDARDS AND VIGOREXIA IN
CONTEMPORARY SOCIETY**

Renê Alves Lima

Evandro Nogueira de Oliveira

Resumo:

O estudo aborda o corpo como um elemento central para nossa existência no mundo, explorando suas influências históricas, culturais e sociais na formação da percepção corporal. Destaca a vigorexia como um transtorno em ascensão, originado pela busca incessante por padrões estéticos, especialmente nas mídias sociais, e examina os impactos dessa busca na saúde física e mental. O objetivo central é analisar a relação entre a imposição contemporânea de padrões de beleza, em particular nas mídias sociais, e o surgimento da vigorexia como um transtorno dismórfico corporal. Utilizando uma abordagem qualitativa, conduzimos uma revisão narrativa da literatura, coletando dados de diversas fontes sem restrição temporal, para uma análise abrangente das influências sociais, culturais e midiáticas. Ao longo do tempo, o corpo foi moldado por diversas perspectivas filosóficas e sociais. A imposição contemporânea de padrões de beleza, intensificada pelas mídias sociais, desencadeia uma busca desenfreada pela supervalorização do corpo, culminando na vigorexia. A cultura fitness moderna acentuou essa busca, levando a práticas extremas, como o uso de esteroides anabolizantes. A constante imposição de padrões de beleza nas mídias sociais desempenha um papel crucial nesse processo, contribuindo para a intensificação da busca pela supervalorização do corpo. A cultura fitness também promove a exclusão daqueles que não se enquadram nos padrões predominantes, aumentando os riscos, como o uso de esteroides anabolizantes. A pesquisa destaca a necessidade de mais estudos para orientar intervenções específicas por profissionais de saúde e promover conscientização. A reflexão crítica sobre os padrões estéticos impostos é essencial para enfrentar esse fenômeno complexo, destacando a importância de uma abordagem abrangente na compreensão e mitigação da vigorexia.

Palavras-chave: Vigorexia; Corpo; Padrões de Beleza.

Abstract:

The study addresses the body as a central element for our existence in the world, exploring its historical, cultural, and social influences on the formation of body perception. It highlights vigorexia as a rising disorder, originating from the relentless pursuit of aesthetic standards, especially on social media, and examines the impacts of this pursuit on physical and mental health. The main objective is to analyze the relationship between the contemporary imposition of beauty standards, particularly on social media, and the emergence of vigorexia as a body dysmorphic disorder. Employing a qualitative approach, we conducted a narrative literature

review, collecting data from various sources without temporal restrictions, for a comprehensive analysis of social, cultural, and media influences. Over time, the body has been shaped by various philosophical and social perspectives. The contemporary imposition of beauty standards, intensified by social media, triggers an unrestrained pursuit of body overvaluation, culminating in vigorexia. Modern fitness culture has accentuated this pursuit, leading to extreme practices such as the use of anabolic steroids. The constant imposition of beauty standards on social media plays a crucial role in this process, contributing to the intensification of the pursuit of body overvaluation. Fitness culture also promotes the exclusion of those who do not fit prevailing standards, increasing risks such as the use of anabolic steroids. The research emphasizes the need for further studies to guide specific interventions by healthcare professionals and promote awareness. Critical reflection on imposed aesthetic standards is essential to address this complex phenomenon, highlighting the importance of a comprehensive approach in understanding and mitigating vigorexia.

Keywords: Vigorexia; Body; Beauty Standards.

1.INTRODUÇÃO

O corpo, ao longo da história, tem sido permeado por significados moldados pelos contextos históricos, culturais e sociais. Desde a antiguidade até a contemporaneidade é marcado pela imposição de padrões de beleza quer seja na arte ou nas mídias sociais, o corpo foi e é constantemente modelado por diferentes perspectivas. Diante desse panorama, surge a necessidade de compreender a complexidade dessas influências, especialmente no contexto da vigorexia, um transtorno dismórfico corporal em ascensão que afeta a imagem corporal.

Nesse sentido, entendemos a imagem corporal como um construto de representação multifacetada e dinâmica da identidade corporal, abrangendo simbolizações, sentimentos, sensações, autopercepção, crenças e atitudes em relação ao próprio corpo. Nesse contexto, evidencia-se um aumento significativo no número de indivíduos confrontando diversos problemas relacionados à imagem corporal (Andrade et al., 2023). Essas pessoas manifestam insatisfação e recorrem a estratégias extremas para atingir o corpo desejado, como a busca intensiva por academias, dietas rigorosas e, em alguns casos, métodos ilícitos prejudiciais apresentados como soluções rápidas para alcançar o ideal corporal.

Essa incessante busca por um corpo que atenda as demandas da sociedade atravessa gerações e está profundamente entrelaçada a fatores culturais e influências midiáticas. Essa busca incessante tem gerado consequências prejudiciais para a saúde física e mental de homens e mulheres, levando ao desenvolvimento de problemas psicopatológicos, como a dismorfia muscular (Vigorexia) e outros Transtornos Dismórficos Corporais (TDC) (Dornelas et al., 2018).

A Vigorexia é um transtorno psicológico de imagem no qual as pessoas buscam obsessivamente um corpo com massa muscular desenvolvida. Elas têm dificuldades em perceber qualquer evolução, independente do progresso real, enxergando-se sempre com pouco volume muscular, mesmo quando são fortes e musculosas. Isso resulta no que é conhecido como autoimagem distorcida (Morais, 2019).

Assim sendo, a relevância acadêmica desse estudo reside na compreensão aprofundada da relação entre a sociedade contemporânea, mídias sociais e a busca obsessiva pela supervalorização do corpo, culminando na vigorexia. Socialmente, a investigação contribui para a conscientização sobre os impactos dessa obsessão corporal, promovendo uma reflexão sobre os padrões estéticos impostos. Além de fornecer elementos para profissionais da saúde no reconhecimento e tratamento da vigorexia, visando melhorar a qualidade de vida física e mental dos indivíduos afetados.

Diante do incessante culto ao corpo na contemporaneidade, surge a pergunta: Como a imposição de padrões de beleza nas mídias sociais influencia a busca desenfreada pela supervalorização do corpo, levando ao surgimento da vigorexia? Essa questão propõe uma análise crítica dos fatores sociais, culturais e midiáticos que alimentam a obsessão pelo corpo "perfeito" e seus desdobramentos na saúde mental e física dos indivíduos.

Deste modo, temos como objetivo geral analisar a relação entre a imposição de padrões de beleza na sociedade contemporânea, especialmente nas mídias sociais, e o surgimento da vigorexia como um transtorno dismórfico corporal. Para isso, nos propomos investigar as influências históricas e culturais na formação dos padrões de beleza contemporâneos; Compreender o papel das mídias sociais na perpetuação e intensificação dos padrões estéticos corporais; e compreender os impactos da vigorexia na saúde mental e física dos indivíduos afetados;

O presente estudo adotou uma abordagem qualitativa, caracterizando-se como uma revisão narrativa da literatura. Embasando-se na concepção de Flick (2009), a metodologia qualitativa selecionada implica na apreensão de dados originários de um coletivo, permeados pela subjetividade, e se destina a análise do intersubjetivo das interações sociais humanas. Essa modalidade metodológica viabiliza uma apreciação aprofundada das reflexões dos preeminentes autores sobre a temática em questão, mediante minuciosas incursões nas malhas da literatura especializada.

O delineamento da revisão narrativa da literatura englobou de maneira abrangente diversas bases de dados, periódicos científicos, livros e teses, proporcionando uma abordagem abrangente, conferindo amplitude e profundidade. Ressalta-se que não houve um recorte

temporal restritivo, permitindo que a análise se estendesse ao longo da linha temporal da historicidade. Essa abordagem visa proporcionar uma compreensão holística e evolutiva das influências sociais, culturais e midiáticas que moldam a percepção corporal ao longo do tempo.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1. O CORPO NA HISTÓRIA

Explorar os significados atribuídos ao corpo ao longo da história implica compreendê-lo em suas diversas facetas. Nóbrega (2001), em seus estudos, revela que o corpo foi permeado por características variadas, moldadas pelos contextos históricos, culturais e sociais. O contexto histórico-social emerge como um fator crucial para a compreensão do corpo, no qual são atribuídos "valores como corpo-objeto, corpo-mercadoria, corpo-pecado, corpo-sujeito, corpo-prótese" (Nóbrega, 2001, p. 1).

Na antiguidade, as filosofias de Platão e Aristóteles exerceram forte influência no conceito de corpo. Para esses filósofos, o corpo consistia em duas partes: a sensível (corpo) e a inteligível (mente). A mente era considerada o centro, comandando as atividades intelectuais, enquanto o corpo era percebido como um mero objeto para abrigar ou aprisionar a mente (Nobrega, 2005).

Essa dualidade filosófica ressurgiria posteriormente nos conceitos de René Descartes, que via o corpo como uma máquina, reduzindo-o a um aspecto meramente mecânico, desconsiderando sua condição existencial (Gonçalves e Azevedo, 2007, p. 206). A tradição cartesiana influenciou abordagens científicas, limitando-se a considerar o corpo como objeto ou consciência, fragmentando o conhecimento e restringindo a compreensão do corpo como sujeito da existência (Nóbrega, 2010, p. 49).

Na Idade Média, sob a forte influência do cristianismo, o corpo foi percebido como o cárcere da alma, culpado, pecaminoso e profano. A Igreja detinha um grande poder hegemônico, determinando castigos corporais como meio de redenção da alma. Essa visão mística associava a morte à libertação da alma do corpo, então considerado uma prisão (Braunstein e Pépin, 1999).

Na Idade Moderna, com o advento das máquinas durante a Revolução Industrial, o corpo tornou-se um instrumento de trabalho, disciplinado para servir à produção de capital. Foucault (1986) apud Gonçalves e Azevedo (2007) descreve essa visão do corpo como uma

máquina disciplinada para o trabalho, evidenciando a exploração da força de trabalho (Bezerra, 2012).

Na contemporaneidade, o corpo transformou-se em um potencial mercadológico, dissociado das subjetividades do sujeito. A busca pelo corpo "perfeito" reflete os ideais estéticos ditados pela sociedade capitalista. Nesse cenário, o corpo assume um caráter padronizado, obediente a modelos fornecidos pela sociedade, tornando-se uma simples mercadoria (Foucault, 2004). Isto é, o modelo corporal contemporâneo, que valoriza a aparência física além da moral, está intrinsecamente ligado a sentimentos como felicidade, poder, sucesso e saúde (Kowalski e Ferreira, 2007, p. 94). Essa sociedade passiva, permeada por sujeitos acríticos, disciplina o corpo e o incorpora às características da docilidade, concentrando no corpo social o poder e o domínio (Freire, 1996).

2.2. O CULTO E A OBJETIVAÇÃO DO CORPO

A imposição estratégica dos padrões de beleza nas mídias sociais tem conduzido a uma busca obsessiva e desenfreada pela supervalorização do corpo. A frequência absurda com que indivíduos buscam alcançar um padrão corporal vendido pela sociedade moderna e pelos meios midiáticos reflete o desenfreado capitalismo que coloca o corpo como objeto de consumo (Franco et al., 2022). Este fenômeno é evidenciado na televisão, capas de revistas e, mais acessivelmente, na internet, através das redes sociais, onde a busca incessante por audiência e venda de produtos impulsiona a evolução constante desse padrão corporal, inclusive por meio de transformações corporais (Bragança, 2016).

A intensificação desse cenário, conforme Bragança (2016), resulta em casos extremos, nos quais as pessoas arriscam suas vidas em procedimentos cirúrgicos estéticos, utilizam medicamentos para emagrecimento sem orientação médica e recorrem a recursos ergogênicos, como os Esteróides Anabolizantes Androgênicos (EAA), todos visando atingir o ideal esteticamente estabelecido. Homens e mulheres tornam-se cobaias de novos procedimentos estéticos, em uma busca incessante por correções, modelagem e transformação corporal para se encaixarem no padrão estético predominante e alcançarem aceitação social (Bragança, 2016).

Medeiros (2019) destaca a presença da cultura do culto ao corpo, conhecida como cultura fitness, que propaga a ideia utópica de que o indivíduo deve alcançar um corpo considerado belo, a imagem corporal na sociedade contemporânea reflete a busca por aprovação através do corpo, orientada pelos padrões estabelecidos pela sociedade em termos de beleza, imagem e aceitação (Franco et al., 2022). Essa cultura tornou-se o centro da vida de muitas

pessoas, reforçando a visão de que todos os meios para atingir esse objetivo devem ser priorizados. A sociedade moderna, assim, estabelece padrões corporais que excluem aqueles que não se enquadram, alimentando a dismorfia corporal.

A influência da cultura de massa e da figura do corpo como um objeto a ser idealizado e padronizado na sociedade é cada vez mais notável, quer seja na tv, nos jornais, na propaganda. A pressão para seguir o padrão estabelecido leva à categorização de indivíduos fora desse padrão como diferentes (Franco et al., 2022). Surge, então, a indagação sobre a influência da cultura como um dos principais fatores para a dismorfia corporal, refletindo na busca incessante pelo corpo "perfeito" e na exclusão daqueles que fogem a esse ideal.

A cultura contemporânea, em confluência com a mídia, promove a idealização do corpo como um objeto a ser seguido. A disseminação desse ideal influencia toda a sociedade, mobilizando indivíduos na busca pelo padrão corporal aceitável, resultando em sérios problemas de autoaceitação. A cultura e a mídia, ao dizerem às pessoas que seus corpos definem quem são, impactam a vida de muitos, contribuindo para problemas de imagem e psicopatologias, como a dismorfia muscular (Medeiros, 2019).

Diante da imposição incessante dos padrões de beleza pelas mídias sociais e pela sociedade contemporânea, observamos uma busca desenfreada pela supervalorização do corpo, impulsionada pelo capitalismo voraz que o transforma em objeto de consumo. A intensificação desse cenário leva indivíduos a extremos, arriscando suas vidas em procedimentos estéticos e recorrendo a substâncias perigosas na busca incessante pelo corpo ideal. A cultura do culto ao corpo, propagada pela sociedade moderna, estabelece padrões que, quando não atendidos, levam à exclusão e alimentam a dismorfia corporal.

Nesse contexto, a influência da cultura de massa e da mídia na objetivação do corpo é cada vez mais perceptível, mobilizando a sociedade na busca incessante pelo padrão corporal aceitável. Essa pressão constante contribui para sérios problemas de autoaceitação e psicopatologias, destacando a vigorexia como um transtorno dismórfico corporal em ascensão. A vigorexia, também conhecida como dismorfia muscular ou Síndrome de Adônis, representa uma manifestação epidêmica na sociedade contemporânea, onde a insatisfação persistente com a autoimagem e a busca obsessiva por um físico musculoso têm impactos significativos na saúde mental (Alves et al., 2023; Medeiros, 2019).

Ao considerarmos o fenômeno da vigorexia, é fundamental compreender a complexidade desse transtorno e seus desdobramentos na vida dos indivíduos. O próximo tópico fornecerá uma introdução aprofundada sobre a vigorexia, explorando suas características, impactos e abordagens possíveis.

2.3. VIGOREXIA: UM ESTUDO ACERCA DO TRANSTORNO

A vigorexia, associada a uma autoimagem distorcida, conduz os indivíduos a uma prática desenfreada de exercícios físicos, muitas vezes utilizando cargas excessivamente altas. Este comportamento resulta em uma dedicação extrema às atividades de musculação, com adaptações constantes nas rotinas, gerando, por vezes, afastamento social e familiar, conforme observado por Bragança (2016). A busca incessante pelo corpo perfeito nesse contexto pode desencadear sentimentos de sofrimento, frustração e baixa autoestima a médio ou longo prazo, contrariando os princípios fundamentais da prática de exercícios para a promoção da saúde e bem-estar. O estudo de Oliveira (2019) destaca a transformação desse comportamento em uma prática descontrolada com potenciais sequelas.

A abordagem direta da vigorexia revela-se desafiadora, especialmente ao tratar com praticantes de musculação que resistem em reconhecer o transtorno, recusando orientação ou ajuda profissional. Esta resistência complica a atuação dos profissionais nesse cenário complexo. Reconhecida como Dismorfia Corporal, subtipo Dismorfia Muscular, Anorexia Nervosa Reversa e Complexo de Adônis, a vigorexia é descrita como uma variação da desordem dismórfica corporal, enquadrando-se como um dos TDCs (Transtornos Dismórficos Corporais), conforme Camargo et al. (2008). Ao contrário dos TDCs típicos, nos quais as preocupações são específicas, na vigorexia, os indivíduos se sentem fracos e com pouco volume muscular em todas as partes do corpo. Essa condição os leva a dedicar grande parte do dia a atividades intensas na academia, acompanhadas de dietas rigorosamente restritivas para alcançar a hipertrofia desejada (Assunção, 2002).

O Manual Diagnóstico de Transtornos Mentais (DSM-5) classifica a dismorfia corporal como uma psicopatologia (F 45.22), definida por Dalgarrondo (2008) como o conjunto de conhecimentos referentes ao adoecimento mental do ser humano. A patologia, de caráter etiológico biopsicossocial, gera nos indivíduos que a possuem preocupações com a percepção de falhas, defeitos e/ou assimetrias na aparência física. Comportamentos repetitivos, dependência excessiva de espelhos e comparações com outras pessoas são características desse transtorno (Associação Americana de Psiquiatria, 2014; Medeiros, 2019).

A dismorfia muscular caracteriza-se como uma distorção de imagem, pois as pessoas acometidas por esse distúrbio estão constantemente preocupadas em não parecerem "fracas e pequenas", mesmo que estejam visivelmente fortes e/ou com musculatura acima da média. Em busca do corpo idealizado, submetem-se a treinos com sobrecargas extremamente altas e

adotam uma alimentação que pode acarretar problemas de saúde, incluindo o uso de suplementos alimentares e substâncias ilícitas como esteroides anabolizantes e hormônio do crescimento (Freitas et al., 2019; Guarin, 2002; Cafri, Van Den Berg e Thomson, 2006; Grieve, 2007; Hildebrand et al., 2006; Pope et al., 1997).

A vigorexia resulta em diversas comorbidades, conforme destacado por Freitas et al. (2019), que baseia suas conclusões em estudos anteriores de Alonso (2002). Essas comorbidades incluem depressão, ansiedade, isolamento social, mudanças metabólicas, distúrbios nos níveis de colesterol, diminuição do centro respiratório, disfunção erétil, hipertrofia prostática, hipogonadismo e ginecomastia. Além disso, os vigoréxicos podem apresentar falta de sono, falta de apetite, mudanças de humor, desinteresse sexual, fadiga constante e dificuldade de concentração. Problemas físicos e relacionados à estética corporal, como displasia, desproporção entre corpo e cabeça, problemas articulares e ósseos, são manifestações adicionais do transtorno (Freitas et al., 2019).

Em relação à prática de exercícios físicos, os indivíduos com vigorexia evitam ou relutam em realizar atividades aeróbicas, temendo a perda da massa muscular já adquirida. Preferem exercícios anaeróbicos e têm dificuldade em expor seus corpos em público, utilizando roupas que cubram suas formas, perpetuando a insatisfação consigo mesmos (Assunção, 2002).

As consequências da dismorfia muscular são vastas, impactando negativamente a vida social e o bem-estar físico e mental dos indivíduos. Grieve (2007) identifica variáveis associadas à vigorexia, como influência da mídia, internalização do ideal de forma corporal, baixa autoestima, insatisfação com o corpo, falta de controle da própria saúde, perfeccionismo e distorção corporal.

A escassez de estudos sobre a vigorexia, especialmente no que se refere à caracterização e identificação do transtorno, contribui para que muitos indivíduos passem despercebidos, aumentando os riscos de desenvolverem ou já conviverem com a condição. Portanto, os profissionais da saúde, incluindo nutricionistas, psicólogos, médicos e profissionais de educação física, devem possuir uma abordagem abrangente para reconhecer e mitigar essa situação. Pesquisas na área são essenciais para criar ferramentas de conscientização, visando auxiliar aqueles que enfrentam ou podem enfrentar a vigorexia. Essas ferramentas incluem orientações sobre dietas equilibradas, tratamento médico especializado, práticas de treino moderadas e diretrizes disciplinares, entre outros fatores cruciais para a promoção da saúde (Freitas et al., 2019).

2.4. RELAÇÃO ENTRE VIGOREXIA E O USO DE ESTEROIDES ANABOLIZANTES

Os Esteróides Anabolizantes Androgênicos (EAA) são moléculas resultantes ou sintéticas compatíveis do hormônio testosterona. O consumo destes, produz o que muitos têm buscado atualmente, o chamado efeito anabólico com o aumento da massa muscular, e também efeitos androgênicos, que seriam a alteração ou ampliação das características secundárias masculinas, como mudança no tom de voz e aparecimentos de pelos, por exemplo. O uso de esteróides anabolizantes aumentou muito no mundo ocidental, e não para fins terapêuticos, como esperava-se, o aumento significativo está voltado na sociedade moderna para fins estéticos e esportivos, onde os usuários estão utilizando essas substâncias de forma indiscriminada, buscando atingir uma composição corporal perfeita, o que é subjetivo, além também de um bom rendimento atlético (Castilho et al., 2021).

Castilho et al. (2021) ainda relata em sua pesquisa sobre a importância dos EAA para a medicina, uma vez que estes são utilizados de forma predominantemente nesse meio com fins terapêuticos, para tratar de pacientes com HIV, doenças crônico-degenerativas (sarcopenias, osteoporose, hipotrofia muscular e falência renal ou hepática), hipogonadismo, câncer de mama, alteração das características sexuais secundárias na puberdade e alterações de neonatal do aparelho reprodutor. Ainda, pode ser benéfico com efeito anabólico em casos de queimaduras, politraumatismos e na recuperação de pacientes em períodos pós-operatório.

No entanto, a preocupação volta-se para o uso indiscriminado destas substâncias, uma vez que está em alta, tanto no meio atlético e esportivo, quanto em praticantes de musculação, o que preocupa. Há meios racionais dos quais algumas pessoas tem acompanhamento clínico, o que é mais confiável e seguro. No entanto, o contrário é mais presente na sociedade moderna, pode ocasionar problemas reversíveis ou até irreversíveis, como infertilidade, cardiomiopatias e hepatotoxicidade, levando em casos mais extremos, a morte (Castilho et al., 2021).

Segundo Macedo (2019), o maior índice de uso dos EAA, está presente popularmente na vida de muitos praticantes de musculação ou de alguma modalidade esportiva, e tal uso demasiado está relacionado a algum tipo de transtorno psicopatológico. Dentre esses, na musculação, por exemplo, encontramos indivíduos com características e/ou comprovação de dismorfia muscular, comumente conhecida como vigorexia.

Nos mais variados centros de treinamento (CT), muitos indivíduos fazem uso ilegal dos EAA, atletas e não atletas, com o objetivo de aumentar a massa muscular e a força, afim de desenvolver um desempenho físico perfeito, por acreditarem que o uso desses recursos androgênicos ajudam o usuário a manter sessões de atividades físicas mais intensas, uma vez que retarda a fadiga, aumenta a resistência e a motivação, e também aumenta o crescimento do

tecido muscular, e então fazem o uso ilícitamente e de forma descontrolada, gerando riscos à saúde (Assunção, 2002).

A definição inicial de dismorfia muscular partiu de uma amostra de levantadores de peso a qual perceberam uma correlação positiva entre indivíduos que apresentam o transtorno e fazem uso de EAA, daí a forte relação inicial (Assunção, 2002). Segundo Olivardia et. al. (2000) indivíduos levantadores de peso, que tinham dismorfia muscular apresentavam maior prevalência de uso de esteróides anabolizantes do que indivíduos nas mesmas condições sem o transtorno. Um outro fator importante de ser observado, é que indivíduos que fazem uso dos EAA tem distorção de imagem em alto grau, se comparado a indivíduos que não fazem uso destes.

O uso indiscriminado de esteróides anabolizantes está associado a uma série de fatores físicos e psicológicos. Dentre os problemas físicos podemos citar o acometimento de doenças coronarianas, hipertensão arterial, tumores hepáticos, e também, por elevar ou fazer alteração dos níveis dos hormônios sexuais, hipertrofia prostática, atrofia testicular, atrofia mamária, distrofia reflexa simpática, alteração da voz e hipertrofia de clítoris do público feminino. Dentre as alterações psiquiátricas que os estudos evidenciam com forte relação dos EAA's temos a psicose, mudança no humor, depressão e agressividade, as quais podemos enxergar bem presentes em indivíduos que possuem dismorfia muscular. Há ainda fatores associados à criminalidade e o uso de esteróides anabolizantes, os quais conhecemos hoje como a venda ilegal dessas substâncias por fornecedores farmacêuticos ou não, o que vem facilitando ou ampliando o número de usuários, e conseqüentemente aumento de casos de vigorexia (Bezerra, 2022; Assunção, 2002).

Conclui-se então, que há uma forte ligação entre a vigorexia e o uso de esteróides anabolizantes, uma vez que a objetivação primária do uso destes, é o imediatismo na busca do corpo desejado (Iriart, 2009). Fator preponderante para que usuários continuem aderindo em alta escala e de forma indiscriminada os EAA, levando em conta a finalidade com que indivíduos vigoréxicos fazem tal uso indiscriminado, não dando importância a todos os malefícios, sintomas e até risco de morte, que esta substância pode ocasionar se administrada de forma incorreta e/ou sem prescrição médica.

5. CONCLUSÃO

Diante da imposição incessante dos padrões de beleza nas mídias sociais e na sociedade contemporânea, este estudo buscou analisar criticamente a relação entre esses padrões estéticos

e o surgimento da vigorexia como um transtorno dismórfico corporal. Ao longo da pesquisa, exploramos influências históricas, culturais e midiáticas na formação desses padrões, destacando a transformação do corpo ao longo do tempo e sua objetivação na sociedade moderna.

O culto ao corpo, propagado pela cultura fitness, intensifica a busca pelo corpo "perfeito", mostrou-se como um dos elementos centrais que tem levado muitos indivíduos a adotarem práticas extremas, como o uso indiscriminado de esteroides anabolizantes. A disseminação desses padrões corporais por meio das mídias sociais contribui para a exclusão daqueles que não se enquadram, alimentando a dismorfia corporal. Nesse contexto, a vigorexia emerge como um transtorno psicológico no qual a busca obsessiva por um corpo musculoso gera sérios impactos na saúde mental e física.

A vigorexia, caracterizada por uma autoimagem distorcida, leva a uma prática desenfreada de exercícios físicos, muitas vezes associada ao uso de substâncias prejudiciais. Essa condição resulta em comorbidades diversas, afetando a vida social, o bem-estar físico e mental dos indivíduos. A resistência dos praticantes de musculação em reconhecerem o transtorno complica a intervenção dos profissionais de saúde.

O estudo também destacou a relação entre vigorexia e o uso de esteroides anabolizantes, evidenciando que a busca pelo corpo idealizado muitas vezes está ligada ao consumo dessas substâncias. O uso indiscriminado desses esteroides está associado a diversos problemas físicos e psicológicos, ampliando os riscos para aqueles que já enfrentam a vigorexia.

A escassez de estudos sobre a vigorexia ressalta a necessidade de pesquisas adicionais para caracterização e identificação do transtorno, visando uma abordagem mais abrangente por parte dos profissionais de saúde. Ferramentas de conscientização, orientações sobre dietas equilibradas, tratamento médico especializado e práticas de treino moderadas são cruciais para mitigar os impactos da vigorexia.

Em última análise, a imposição de padrões de beleza nas mídias sociais desempenha um papel significativo na intensificação da busca desenfreada pela supervalorização do corpo, culminando no surgimento da vigorexia. Para enfrentar esse fenômeno complexo, é imperativo que a sociedade promova uma reflexão crítica sobre os padrões estéticos impostos, enquanto os profissionais de saúde desenvolvem estratégias abrangentes de reconhecimento e tratamento. A conscientização coletiva e o cuidado individual são peças fundamentais para superar os desafios decorrentes da incessante busca pelo corpo "perfeito".

REFERÊNCIAS:

- ALONSO, Angela Maria. **Idéias em Movimento: A geração 70 na crise do Brasil**. 2002.
- Andrade, Lorena Rocha et al. **Imagem corporal está associada com estado antropométrico em adolescentes, mas não com estilo de vida**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 28, p. 71-82, 2023.
- ASSUNÇÃO, S. S. M. **Dismorfia Muscular** (2002) *Revista Brasileira Psiquiatria: São Paulo*. V. 24, supl. III, p. 80-84.
- ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. (2014). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. (Trad. Maria Inês Corrêa Nascimento et al., Rev. Aristides Volpato Cordioli et al., 5a ed.). Porto Alegre, Brasil: Artmed.
- BARBOSA, T. P., COSTA, F. B. P. D., RAMOS, A. C. V., BERRA, T. Z., ARROYO, L. H., ALVES, Y. M., ... & ARCÊNCIO, R. A. (2023). **Morbimortalidade por COVID-19 associada a condições crônicas, serviços de saúde e iniquidades: evidências de síndrome**. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 46, e6.
- BENEDICT, R. (2014). **O Crisântemo e a Espada: Padrões da cultura japonesa**. (4a ed.). São Paulo, Brasil: Perspectiva.
- BEZERRA, A. S. **Riscos relacionados ao uso de Anabolizantes Esteróides para fins estéticos**. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 7, e18811729983, (2022).
- BRAGANÇA, V. (2016). **Vigorexia: A patologia do culto ao corpo**. *RENEFARA*, 9, 319-330.
- BRAUNSTEIN, Florence; PÉPIN, Jean-François; SILVA, João Duarte. **O lugar do corpo na cultura ocidental**. 1999.
- CAFRI, G., VAN DEN BERG, P., THOMPSON, J. K. (2006) **Pursuit of muscularity in adolescent boys: relations among biopsychosocial variables and clinical outcomes**. *J Clin Child Adolesc Psychol*.
- CAMARGO, T. P. P. et al. **Vigorexia: revisão dos aspectos atuais deste distúrbio de imagem corporal**. *Rev Bras Med Esporte*, v.2, n.1, p. (2008).
- COURTINE, J. J. (2005). **Os Stakhanovistas do narcisismo: Body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo**. In D. B. Sant'Anna (Org.), *Políticas do corpo: Elementos para uma história das práticas corporais* (pp. 81–114). (2a ed.). São Paulo, Brasil: Estação Liberdade.
- CASTILHO, B. V. ., RUELA, L. P. ., GRASSELLI, L. M. ., NUNES, Y. T. ., CERDEIRA, C. D., SANTOS, G. B. ., & PONCIANO, A. . (2021). **Esteroides anabolizantes androgênicos: conscientização sobre uso indiscriminado, utilização na terapêutica e relação risco-benefício**. *VITTALLE - Revista De Ciências Da Saúde*, 33(3), 89–95. <https://doi.org/10.14295/vittalle.v33i3.12726>.
- DRYER, R., FARR, M., HIRAMATSU, I., & QUINTON, S. (2016). **The role of sociocultural influences on symptoms of muscle dysmorphia and eating disorders in men, and the mediating effects of perfectionism**. *Behavioral Medicine*, 42, 174-182.
- DORNELAS et al. **Vigorexia: uma visão geral do transtorno**. *Revista eletrônica de trabalhos acadêmicos - universo/Goiânia*. v. 3, n. 5. (2018).
- DEL CONT, V. (2008). **Francis Galton: Eugenia e hereditariedade**. *Scientiae Studia*, 6, 201-218.
- DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. Porto Alegre: Artmed (2008).
- FREITAS, et al. **Vigorexia: Influência dos padrões estéticos culturais e obsessão pelo corpo ideal**. *Revista Inova Saúde*. 9(2): 176-189, (2019).

- FRANCO, M. A., SURDI, A. C., SOUZA JUNIOR, A. F. D., BEZERRA, J. C., & PINTO, J. C. B. D. L. (2022). **Corpo, Cultura e Educação Física: Volume 4**.
- FLICK, U. (2009). **Introdução à pesquisa qualitativa**. (Trad. Joice Elias Costa, 3a ed.). Porto Alegre, Brasil: Artemed.
- FOUCAULT, Michel; DREYFUS, Hubert. **Mental illness and psychology**. 1986.
- GONÇALVES, Andreia Santos; AZEVEDO, Aldo Antonio de. **A re-significação do corpo pela Educação Física Escolar, face ao estereótipo construído na contemporaneidade**. 2007.
- GRIEVE, F. G. A. (2007) **Conceptual model of factors contributing to the development of muscle dysmorphia**. *Eat Disord, USA*. V. 15, n. 1, p. 63-80.
- GUARIN, H. P. (2002) **Cómo problematizar la Educación Física desde la transición del concepto del cuerpo al de corporeidad**. *Revista de Buenos Aires: Buenos Aires*. N. 48. V. 35, n. 2, p. 283-291.
- HILDEBRAND, T., SCHLUNDT, D., LANGENBUCHER, J., CHUNG, T. (2006) **Presence of muscle dysmorphia symptomatology among male weightlifters**. *Compr Psychiatry*. V. 47, n. 2, p. 127-135.c.
- IRIART, J.A.B.; CHAVES, J.C.; ORLEANS, R.G. **Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação**. *Cad. Saude Publica*, v.25, n.4, p.773-82, 2009.
- KARAZSIA, B. T., & CROWTHER, J. H. (2009). **Social body comparison and internalization: Mediators of social influences on men's muscularity-oriented body dissatisfaction**. *Body Image*, 6, 105-112.
- KOWALSKI, Marizabel; FERREIRA, Maria Beatriz Rocha. **Estética, corpo e cultura**. *Conexões*, v. 5, n. 2, p. 89-112, 2007.
- LYNCH, S. M., & ZELLNER, D. A. (1999). **Figure preferences in two generations of men: The use of figure drawings illustrating differences in muscle mass**. *Sex Roles*, 40, 833-843.
- MEDEIROS, E. M. **Cultura de culto ao corpo e dismorfia muscular**. *Revista Psique*, 2019; 15(1): 76-97. 21.
- MACEDO, A. A. (2019). **Relação da vigorexia com o uso de esteroides anabolizantes em praticantes de treinamento de força**. *RBNE – Revista Brasileira De Nutrição Esportiva*, 13(81), 733-738.
- MORAIS, V. F. **Vigorexia: uma análise de artigos publicados nas bases de dados (SciELO, Lilacs, BVS e Redalyc) no período de 2014 a 2018**. (2019). 21 f.
- MCNEILL, L. S., & FIRMAN, J. L. (2014). **Ideal body image: A male perspective on self**. *Australasian Marketing Journal (AMJ)*, 22, 136-143.
- MISHKIND, M. E., RODIN, J., SILBERSTEIN, L. R., & STRIEGEL-MOORE, R. H. (1986). **The embodiment of masculinity: Cultural, psychological, and behavioral dimensions**. *American Behavioral Scientist*, 29, 545-562.
- MSOCSCI, J. M., & Phil, K. G. D. E. (2011). **Making muscle junkies: Investigating traditional masculine ideology, body image discrepancy, and the pursuit of muscularity in adolescent males**. *International Journal of Men's Health*, 10, 220-239.
- MARCHESE, D. M. A. (2002). **Descarte de recém-nascidos com deformidades: Relendo fontes primárias**. *Revista Estudos de Psicologia (Campinas)*, 19, 23-29.
- NÓBREGA, Terezinha Petrucia da. **Agenciamentos do corpo na sociedade contemporânea: uma abordagem estética do conhecimento da educação física**. *Motrivivência*, n. 16, 2001.

- NÓBREGA, Terezinha Petrucia da. **Qual o lugar do corpo na educação? Notas sobre conhecimento, processos cognitivos e currículo.** Educação & Sociedade, v. 26, p. 599-615, 2005.
- NÓBREGA, Terezinha Petrucia da. **Uma fenomenologia do corpo.** São Paulo: Editora Livraria da Física, 2010. (Coleção contextos da ciência).
- OLIVARDIA R, POPE HG-Jr, HUDSON JI. **Muscle dysmorphia in male weghtlifters: a case control study.** Am J Psychiatry 2000;157(8):1291-6.
- OLIVEIRA, F. O. **Vigorexia em praticantes masculinos do treinamento de força entre 18-35 anos.** Editora universitária Metodista IPA. V. 2, n. 42 (2019).
- POPE, H. G. Jr, GRUBER, A. J. , CHOI, P., OLIVARDIA, R. , PHILLIPS, K. A. (1997) **Muscle dysmorphia: an underrecognized form of body dysmorphic disorder.** Psychosomatics. V. 38, n. 6, p. 548-557.
- POPE, H. G., PHILLIPS, K. A., & OLIVARDIA, R. (2000). **O Complexo de Adônis: A obsessão masculina pelo corpo.** Rio de Janeiro, Brasil: Campus.
- PEREIRA, I. A. T. S. (2009). **A Vigorexia e os esteroides anabolizantes andróginos em levantadores de peso.** (Dissertação de licenciatura, Porto, Faculdade de Deporto, Universidade do Porto).
- SCHULTZ, S. E., & SCHULTZ, D. P. (1998). **História da Psicologia Moderna.** São Paulo, Brasil: Cultrix.
- TREKELS, J., & EGGERMONT, S. (2017). **Beauty is Good: The appearance culture, the internalization of appearance ideals, and dysfunctional appearance beliefs among tweens.** Human Communication Research, 43, 173-192.
- TORT, P. (2000). **Darwin lido e aprovado.** Crítica Marxista, 11, 109-122.