

Reflexão sobre Dismorfia Muscular e Vigorexia: um estudo bibliográfico

Thiago Braga de Oliveira
Anamaria de Souza Cardoso
Mariana de Jesus Leite

Palavras-chaves: Dismorfia Muscular. Psicologia. Vigorexia.

INTRODUÇÃO

No contexto atual do capitalismo, formas midiáticas de comunicação vêm difundindo um culto ao corpo perfeito, contribuindo para criação de novas necessidades (Wieczorek, 2016). A preocupação dos indivíduos com a aparência física, a juventude do corpo e a possibilidade de sua modelação tem engendrado novos “cuidados de si” (Feitosa Filho, 2014).

Na rotina das academias, tais exigências narcísicas, levam ao investimento na prática da atividade física para o aumento da musculatura e definição corporal (Feitosa Filho, 2014). No entanto, estudos evidenciam a crescente insatisfação das pessoas com seus corpos (Damasceno et al., 2012).

Essa insatisfação pode levar a comportamentos e pensamentos obsessivos relacionados à imagem corporal como Transtorno Dismórfico Corporal (TDC) (APA DSM-V, 2014). Quando direcionado à musculatura, é caracterizado um subtipo denominado Dismorfia Muscular (DM) ou vigorexia, mais frequente em homens, e que pode levar à prática de atividades físicas exageradas, à utilização de esteroides anabolizantes, dietas específicas, dentre outras práticas (APA DSM-V, 2014; Camargo et al., 2008). Os problemas vão muito além da prática excessiva de exercícios e especificamente da musculação, pois o indivíduo se enxerga magro e fraco quando na verdade já está, muitas vezes, demasiadamente musculoso (Utiyama, 2011).

Uma forma de elucidar a obsessão das sociedades contemporâneas com o corpo são as imagens produzidas dentro da dinâmica da cultura de consumo. As imagens de corpos são utilizadas com fins mercadológicos de modo aparentemente indiscriminado nesse contexto, as grandes redes sociais, atuam como poderosas ferramentas na propagação e consolidação do discurso dominante, propagando “corpos ideais” (Bunn et al., 2018).

Diante disso, a Psicologia deve estar diligente à sua contemporaneidade, novos “cuidados de si”, culto ao belo, juventude corporal, cultura do corpo, produzida pelas novas formas de subjetividades que perpassam a atualidade (Feitosa Filho, 2014).

OBJETIVOS

Considerando que este sintoma está cada vez mais presente na contemporaneidade, afetando no desempenho do indivíduo e causando sofrimento psíquico, o objetivo deste estudo foi pesquisar sobre os termos “vigorexia” e “dismorfia muscular”, uma vez que este último foi inicialmente usado, entretanto, o termo “vigorexia” se encontra cada vez mais presente nos estudos, também sendo usado como termo científico correto para o mesmo transtorno.

MÉTODOS

Trata-se de revisão bibliográfica, a partir da literatura acerca do tema, com abordagem quantitativa. Os dados oriundos da pesquisa foram coletados em ambiente virtual. As palavras chaves utilizadas foram “vigorexia” e “dismorfia muscular”.

O local virtual selecionado foi a Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e as bases integradas a ela. Os critérios de inclusão foram: estar disponível para consulta pública na íntegra, com versão em português, não repetidos em bancas diferentes dentro plataforma BVS

e relacionados a Psicologia e estudos vigentes do século XXI. Foram excluídos os que apresentavam apenas resumo ou necessitavam da compra do material. A coleta de dados foi realizada em Julho de 2021.

RESULTADOS

Utilizando a palavra chave “vigorexia”, chegou-se a 42 artigos, 8 foram selecionados, por encontrarem-se dentro dos critérios de inclusão. A partir da leitura na íntegra, dos estudos referentes, os selecionados foram: da base do IBECs, das bases LILACS e Index Psicologia - Periódicos.

Desses 8, o primeiro está na Revista Nutrição Clínica e Dieta Hospitalar, dos autores Bezerra et al. (2018), da Faculdade de Ciência e Tecnologia do Maranhão. Considerou a importância da prática de exercício físico, acatando que pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos. O segundo está na Revista Aletheia, de Wieczorek (2016), no Rio Grande do Sul, e objetivou investigar a relação do narcisismo com manifestações atuais de sofrimento relacionados com a identidade e a vigorexia.

Outro artigo selecionado encontra-se na Revista Subjetiva (Feitosa Filho, 2014), da Universidade Federal do Ceará. Utiliza os termos vigorexia e dismorfia muscular, discutindo sua etiologia por meio da teoria psicanalítica freudo-lacaniana. O quarto estudo está na Revista Brasileira de Medicina do Esporte, de Soler et al. (2013), em Campo Grande-MS. Teve como propósito comparar os níveis de vigorexia e de dependência ao exercício entre frequentadores de academias e fisiculturistas.

O quinto, o sexto e o sétimo artigos, foram, respectivamente: estudo publicado na Revista Psicologia Hospitalar, de Santo et al. (2012), no Centro de Estudos/Faculdade/Hospital, SP e teve como objetivo descrever a experiência do Centro de Estudos em Psicologia da Saúde (CEPSIC) e da divisão de Psicologia do ICHC/FMUSP na realização de programa que assiste indivíduos com vigorexia e usuários de anabolizantes. O artigo da Revista Mal-estar e subjetividade, de Severiano et al. (2012), na Universidade Federal do Ceará, refletiu criticamente sobre as diversas facetas na atual modalidade de “bem-estar”/“mal-estar”, com ênfase em seus “excessos”, acerca dos distúrbios de autoimagem; e o artigo da Revista Acta Sci Health Sci, de Vieira et al. (2013), na Universidade Estadual de Maringá, investigou a ocorrência de dependência por exercícios físicos quanto às características de praticantes de musculação e ginástica em academias, e o desenvolvimento de distúrbios emocionais como vigorexia.

O último estudo está presente na Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, autores Camargo et al. (2008), na Universidade de São Paulo, e o objetivo foi realizar uma revisão da literatura sobre vigorexia. Percebe-se que o termo “vigorexia” se tornou um termo cientificamente aceito e já está sendo utilizado em vários estudos científicos de forma técnica e formal.

Em relação ao termo “dismorfia muscular”, na mesma plataforma foram encontrados 70 artigos. Dentro dos critérios de inclusão supracitados, foram encontrados 8 estudos, sendo 3 artigos que já haviam aparecido na pesquisa anterior, o que já demonstra que os termos aqui pesquisados têm sido intercambiáveis. Dessa forma, foram 5 estudos selecionados, sendo 1 monografia, do Index Psicologia - Periódico, 3 artigos do LILACS e 1 do IBECs.

Dos outros 5 artigos, um está na Revista Cuad. de Psico del Deporte, de Martins et al. (2019), na Escola de Educação Física do Exército. Outro artigo está na Revista Brasileira de Medicina do Esporte, de Lima et al. (2010), no Centro Universitário Franciscano. Na mesma revista foi encontrado o artigo de Sardinha et al. (2008), produzido no IPUB/UFRJ (Instituto de Psiquiatria da Universidade Federal do Rio de Janeiro). O estudo de Oliveira Araújo (2004) encontra-se na Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, Falcão (2008), monografia publicada na mesma revista pelo ISS (Instituto Sedes Sapientiae).

O artigo de Martins et al. (2019), discute a compulsão relacionada à prática de exercícios. Investigou a associação e dissimilaridade de tal dependência com traços de imagens corporais. O estudo de Lima et al. (2010) define dismorfia muscular como um transtorno de imagem corporal, com maior porcentagem em homens, e verificou a presença da dismorfia em frequentadores de academia.

O estudo de Sardinha et al. (2008) trata da DM relacionada a distorção da autoimagem corporal, acarretando sofrimentos e danos físicos e psíquicos. Condição praticamente exclusiva em homens, que apesar da visível hipertrofia, precisam aumentar a quantidade de músculos.

No seu estudo Falcão (2008), relata sobre a DM, considerada um transtorno de imagem corporal, prevalente em homens. Oliveira e Araújo (2004) discutem a preponderância da distorção de imagem corporal em homens, que se consideram pequenos, mesmo sendo fortes e musculosos.

Portanto, observa-se através dos resultados obtidos, que os dois termos são utilizados e bem aceitos para se referir ao mesmo transtorno dismórfico, sendo vistos na prática como sinônimos.

CONCLUSÕES

O estudo é relevante para o entendimento popular sobre a conceituação dos termos “vigorexia” e “dismorfia muscular”, propondo que a diferença entre eles não se faz por um ser o termo casual e o outro ser o termo correto, mas sim por afinidade do autor, sendo que os dois termos são cientificamente aceitos e denominam corretamente a mesma condição aqui discutida.

REFERÊNCIAS

- American Psychiatric Association - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: **DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- Bezerra, D. F., Sampaio, L. V. A & Landim, L. A. S. R. (2018) Diagnóstico de vigorexia e dismorfia muscular em universitários da área da saúde. *Rev. Nutr. Clín. Diet. Hosp.*, 38(4), 179-182. doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-180168>
- Camargo, T. P. P., Costa, S. P. V., Uzunian, L. G. & Viebig, R. F. (2008) Vigorexia: revisão dos aspectos atuais deste distúrbio de imagem corporal. *Rev. Bras. Psicol. Esporte*, 2, (1), 01-15. doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psi-58100>
- Damasceno, V. O., Lima, J. R. P., Vianna, J. M., Vianna, V. R. A. & Novaes, J. S. (2005). *Rev. bras. med. esporte*. 11(3), 181-186, doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/enfermeria/resource/pt/lil-411839>
- Falcão, R. S.. Interfaces entre dismorfia muscular e psicologia esportiva. (2008). *Rev. Bras. Psicol. Esporte*, (2), 1, 01-21, doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psi-58098>
- FEITOSA FILHO, O. A. (2014). Um olhar psicanalítico sobre a vigorexia. *Rev. Subj., Fortaleza*, 14(1), 162-171, doi: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2359-07692014000100015&lng=pt&nrm=iso
- Junior, J. M. S., Lobo, F. A. S. & Bunn M. C. (2018). O corpo do consumidor. *Indústria Criativa em Revista*, 6(1), 4-31, recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/327108952_O_corpo_do_consumidor
- Lima, L. D., Moraes, C. M. B. & Kirsten, V. R. (2010). Dismorfia muscular e o uso de suplementos ergogênicos em desportistas. *Rev. bras. med. esporte*, 16(6), 427-430, doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-606725>

Martins, Y. M., Oliveira, G. M. L., Silveira, A. S., Farias, E. S., Melo, S. R. M., Cardoso J. W. A. & Neves, A. N. (2019) *Cuad. psicol. deporte*, 19(2), 39-51. doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-183268>

Oliveira, A. J., Araújo, C. G. S. (2004). Proposição de um critério antropométrico para suspeita diagnóstica de dismorfia muscular. *Rev. Bras. Med. Esporte*. 10(3). 187-194, doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-363973>.

Santos, N. O., Marques, V. G., Santos, A. M., Benute, G. R. G. & Lucia, M. C. S. (2012). Vigorexia, uso de anabolizantes e a (não) procura por tratamento psicológico: relato de experiência. *Psicologia Hospitalar*, 10(1), 02-15. Recuperado em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092012000100002&lng=pt&tlng=pt .

Sardinha, A., Oliveira, A. J. & Araújo, C. G. S. (2008) Dismorfia muscular: análise comparativa entre um critério antropométrico e um instrumento psicológico. *Rev. bras. med. esporte*, 14(4), 387-392, doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-493161>

Severiano, M. F. V., Rêgo, M. O. & Montefusco, E. V. R. (2010). O corpo idealizado de consumo: paradoxos da hipermodernidade. *Rev. mal-estar subj*, 10(1), 137-165. doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psi-48054>

Soler, P. T., Fernandes, H. M., Damasceno, V. O. & Novaes, J. S. (2013) Vigorexia e níveis de dependência de exercício em frequentadores de academias e fisiculturistas. *Rev. bras. med. esporte*, 19(5), 343-348. doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-696050>

Trabbold, V. L. (2010) Os significados do corpo para os adolescentes masculinos que frequentam academias de ginástica. *Polêm!ca*, 9(3), 89-97, recuperado em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/ECJS-7SFN9D>

Utiyama, A. H. B. (2011). Vigorexia: conceitos e problematização. (Trabalho de Conclusão de Curso), Instituto de Biociências - Universidade Estadual Paulista, São Paulo.

Vieira, J. L. L., Rocha, P. G. M., Ferrarezzi, R. A. (2010). A dependência pela prática de exercícios físicos e o uso de recursos ergogênicos. *Acta sci., Health sci*, 32(1), 35-41. doi: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-538870>

Wieczorek, R. T. (2016). Da academia para o divã: reflexões sobre o narcisismo. *Aletheia* 49(2), 20-29. doi: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942016000200003&lng=pt&nrm=iso