



**PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
 FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS**

**PREVALENCE OF VIGOREXIA IN YOUNG MALE ADULTS WHO GO TO GYM AND  
 BODYBUILDERS**

**PREVALENCIA DE VIGOREXIA EN ADULTOS HOMBRES JÓVENES QUE ASISTEN A GIMNASIO  
 Y CULTURISTAS**

Italo Ramon Queiroz Duarte Lima<sup>1</sup>, Renato Lopes da Silva Filho<sup>2</sup>, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho<sup>3</sup>

e4114284

<https://doi.org/10.47820/recima21.v4i11.4284>

PUBLICADO: 11/2023

**RESUMO**

**Introdução:** A vigorexia é cientificamente conhecida como um transtorno dismórfico muscular. Esse transtorno se caracteriza por pessoas que são suficientemente fortes e musculosas, mas se veem magros e fracos e buscam a qualquer custo o corpo perfeito. **Objetivo:** Verificar a prevalência da vigorexia em adultos jovens do sexo masculino frequentadores de academias e fisiculturistas. **Métodos:** Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica do tipo integrativa, que foi desenvolvido por meio de buscas, nas bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e Pubmed, publicados por meio de artigos científicos utilizando de forma isolada ou conjugada os seguintes descritores: imagem corporal, fisiculturistas, vigorexia, complexo de Adônis, dismorfia muscular, jovens, musculação, treinamento resistido e de força, produzidos no Brasil nos últimos 10 anos. **Resultados:** De um total de 55 publicações analisadas, 08 artigos atenderam à finalidade do estudo proposto. Os resultados sugerem prevalência de vigorexia tanto nos fisiculturistas quanto nos frequentadores de academias, sendo essa correlação prevalente em fisiculturistas isso é consequência da cobrança social pela estética corporal e devido à exigência da modalidade que institui um padrão de corpo extremista, para que sua permanência como atleta desta modalidade seja mantida. **Considerações:** o corpo masculino tem sido bastante explorado pela mídia, entretanto, é essencial deixar claro que a tais padrões não devem ser parâmetros para avaliar a autoestima, homens e mulheres devem se sentir confortáveis diante de seus corpos e devem ser aceitos e valorizados independentemente dos padrões impostos pela sociedade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Exercício Físico. Fisiculturista. Imagem corporal. Vigorexia.

**ABSTRACT**

**Introduction:** Vigorexia is scientifically known as a muscular dysmorphic disorder. This disorder is characterized by people who are strong and muscular enough but see themselves as thin and weak and seek at any cost the perfect body. **Objective:** To verify the prevalence of vigorexia in young male adults who attend gyms and bodybuilders. **Methods:** This is an integrative literature review study, which was developed through searches in the following databases: Virtual Health Library (VHL), Scientific Electronic Library Online (SciELO) and Pubmed, published through scientific articles using alone or in conjunction the following descriptors: body image, bodybuilders, vigorexia, Adonis complex, muscular dysmorphia, young, bodybuilding, resistance and strength training, produced in Brazil in the last 10 years. **Results:** Of a total of 55 publications analyzed, 08 articles met the purpose of the proposed study. The results suggest the prevalence of vigorexia in both bodybuilders and gym goers, and this correlation is prevalent in bodybuilders this is a consequence of the social charge for body aesthetics and due to the requirement of the modality that establishes an extremist body standard, so that its permanence as an athlete of this modality is maintained. **Considerations:** the male body has been widely explored by the media; however, it is essential to make it clear that such

<sup>1</sup> Estudante de bacharelado em Educação Física na Instituição UNIFSA.

<sup>2</sup> Centro Universitário Santo Agostinho, UNIFSA, Brasil.

<sup>3</sup> Doutora pela Universidade Católica de Brasília e Professora de Centro Universitário Santo Agostinho - UNIFSA.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

*standards should not be parameters to assess self-esteem, men and women should feel comfortable with their bodies and should be accepted and valued regardless of the standards imposed by society.*

**KEYWORDS:** *Physical Exercise. Bodybuilder. Body image. Vigorexia.*

### RESUMEN

*Introducción: La vigorexia se conoce científicamente como un trastorno dismórfico muscular. Este trastorno se caracteriza por personas que son lo suficientemente fuertes y musculosas, pero se ven a sí mismas como delgadas y débiles y buscan a toda costa el cuerpo perfecto. Objetivo: Verificar la prevalencia de vigorexia en adultos varones jóvenes que asisten a gimnasios y culturistas. Métodos: Se trata de un estudio integrador de revisión bibliográfica, que se desarrolló a través de búsquedas en las siguientes bases de datos: Biblioteca Virtual en Salud (BVS), Biblioteca Científica Electrónica en Línea (SciELO) y Pubmed, publicado a través de artículos científicos utilizando solos o en conjunto los siguientes descriptores: imagen corporal, culturistas, vigorexia, complejo de Adonis, dismorfia muscular, joven, musculación, entrenamiento de resistencia y fuerza, producido en Brasil en los últimos 10 años. Resultados: De un total de 55 publicaciones analizadas, 08 artículos cumplieron con el propósito del estudio propuesto. Los resultados sugieren la prevalencia de vigorexia tanto en culturistas como en asistentes al gimnasio, y esta correlación prevalece en los culturistas esto es consecuencia de la carga social por la estética corporal y debido a la exigencia de la modalidad que establece un estándar corporal extremista, para que se mantenga su permanencia como deportista de esta modalidad. Consideraciones: el cuerpo masculino ha sido ampliamente explorado por los medios de comunicación, sin embargo, es esencial dejar claro que tales estándares no deben ser parámetros para evaluar la autoestima, los hombres y las mujeres deben sentirse cómodos con sus cuerpos y deben ser aceptados y valorados independientemente de los estándares impuestos por la sociedad.*

**PALABRAS CLAVE:** *Ejercicio físico. Carrocer. Imagen corporal. Vigorexia.*

### INTRODUÇÃO

Segundo Cash e Smolack (2011) a imagem corporal é uma construção representacional e multifacetada da identidade corporal, envolvendo simbolizações, sentimentos, autopercepções, crenças e atitudes sobre o próprio corpo.

O desenvolvimento da imagem corporal começa na infância e se expressa com mais força na adolescência e flui por toda a vida com intensidade variável. De acordo com pesquisas executadas pelo Ministério da Saúde (2021), nos últimos anos, o número de pessoas que estão insatisfeitas com seus corpos e sua aparência, seja ela qual for, têm aumentado muito em todo o mundo, especialmente nos países ocidentais, como é o caso do Brasil.

Como resultado, a demanda por procedimentos estéticos para alterar a aparência física também aumentou o que muitas vezes traz sérias consequências para esses indivíduos. E isso vem afetando pessoas cada vez mais jovens. De acordo com a última Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (IBGE, 2015), 7,0% dos estudantes do 9º ano do ensino fundamental, 8,4% dos estudantes com idade entre 13 e 15 anos e 5,7% em idade entre 16 e 17 anos, declararam ter induzido vômito ou tomado laxantes nos últimos 30 dias, para perder peso ou para evitar ganho de peso.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) (2018) tanto a atividade física e quanto o exercício físico trazem diversos benefícios para o corpo, a exemplo, a melhoria da capacidade



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

cardiorrespiratória, melhoria do metabolismo, redução dos riscos de doenças, mas quando utilizados de forma exagerada pode ser um fator de risco para acarretar transtornos relacionados à imagem corporal, a exemplo, a vigorexia, que é um distúrbio psicológico complexo incluso no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais DSM-5 (APA, 2013).

Segundo Velázquez-Comelli (2020) a vigorexia refere-se ao desejo exagerado de ganhar massa corporal magra, através do pensamento obsessivo e depreciativo sobre o corpo e uso compulsivo de exercícios, a identificação é essencial para encaminhamento a um profissional de saúde competente. A vigorexia ou Síndrome de Adônis segundo Serem Junior (2005) pode ser chamada de anorexia reversa ou mesmo de dismorfia muscular e trata-se de uma síndrome semelhante à anorexia nervosa, porém, é prevalente no público masculino geralmente nos praticantes de treinamento resistido e fisiculturistas.

A vigorexia pode ser entendida como uma insatisfação da imagem corporal que pode ser influenciada principalmente pela mídia e a sociedade, Ferraz (2009) afirma que pessoas que apresentam dismorfia muscular são extremamente preocupadas com a aparência física e por isso buscam a qualquer custo o tão sonhado corpo “perfeito”, fazendo uso exagerado de alguns suplementos, anabolizantes e extrapolando nos exercícios e dietas.

Esse transtorno, assim como as outras patologias, são doenças silenciosas e de difícil diagnóstico, principalmente no público masculino, uma vez que, os homens culturalmente são seres que têm dificuldades de demonstrar e expressar seus sentimentos e essas características dificultam ainda mais o processo de diagnóstico e prevenção (Falcão, 2008).

Esse transtorno se configura como uma síndrome com maior incidência no público masculino, principalmente em praticantes de treinamento de força, embora algumas pesquisas já vêm apontando o aumento de casos no sexo feminino, tem relação com a forma como o indivíduo se auto avalia corporalmente, isto é, apesar de encontrar-se forte e musculoso, a imagem que esse indivíduo tem de si é que está magro e fraco, diante desse quadro, ele submete-se a sobrecargas excessivas de exercícios e desenvolve características similares às de um transtorno obsessivo compulsivo (Botelho; Moreira, 2022).

É notório que, há uma cultura que supervaloriza a beleza, impondo padrões de beleza que já iniciam na adolescência, quando ocorrem transformações psicológicas, emocionais, somáticas e estão associadas à influência do padrão de beleza da sociedade, que erige a magreza como símbolo de sucesso e a obesidade como sinônimo de fracasso, essas transformações moldam representações que, somadas às pressões, constroem um ideal padrão de beleza socialmente determinado, constituindo um cenário propício para a ocorrência de insatisfação corporal (Araiza; Wellman, 2017).

Souza *et al* (2013) ressaltam que há necessidade de cuidados com a população masculina em relação ao seu o corpo, uma vez que, a constituição física da população brasileira tem se transformado consideravelmente, porém, as idealizações corporais continuam cada vez mais exigindo



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

destes homens empenhos redobrados para conquistar o que a sociedade determina corpo sendo o corpo ideal.

Pode-se afirmar que, a vigorexia vem se tornando um transtorno dismórfico corporal com grande relevância em jovens e adultos do sexo masculino prejudicando sua saúde física, mental e afetivo social, portanto, esta pesquisa tem como objetivo, verificar a prevalência de dismorfia em adultos jovens do sexo masculino frequentadores de academias e fisiculturistas.

### MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa realizada foi do tipo bibliográfica integrativa, método esse que segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008) têm como intento resumir resultados obtidos em pesquisas sobre uma temática ou questão, de maneira sistemática, classificada e abrangente buscando ilustrar uma problema, empregando o conhecimento disponível em artigos científicos publicados nas bases de dados científicas.

Para a realização desta pesquisa, foram coletados dados de fontes confiáveis de artigos e revistas científicas, publicados nas bases de dados que possam fornecer informações relevantes e atualizadas sobre o tema em questão. A escolha dessas fontes se deve à sua reputação no meio acadêmico e à qualidade dos artigos publicados nessas plataformas. Dessa forma, busca-se garantir a credibilidade e a confiabilidade dos dados coletados, a fim de produzir um trabalho consistente e fundamentado.

As bases de dados consultadas foram: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Pubmed, utilizando de forma isolada e/ou conjugada os seguintes descritores: complexo de Adônis, dismorfia muscular, imagem corporal, fisiculturistas, jovens, musculação, treinamento resistido e treinamento de força.

Os critérios de inclusão foram todos e quaisquer descritores de forma conjugada e ou isolada já mencionados acima, publicados no Brasil nos últimos 10 anos, enquanto os critérios de exclusão foram os descritores que não fazem parte deste estudo como: imagem corporal em crianças, imagem corporal em adolescentes, imagem corporal no sexo feminino, imagem corporal em idosos e/ou outra faixa etária e ou grupo não ajustados com a finalidade desta pesquisa. Foram excluídos também quaisquer publicações e artigos publicados anteriores ao ano de 2013, assim como: artigos de revisão, monografias, dissertações, teses e livros.

O critério de seleção dos estudos evidenciados na pesquisa foram somente estes, que tratam do conhecimento sobre a prevalência de jovens fisiculturistas que apresentam quadro de vigorexia, os quais foram publicados nos últimos 10 anos compreendidos entre os anos de 2013 e 2023.

Os dados foram organizados por meio de análise de conteúdo, em categorias de acordo com a similaridade da temática em questão, as categorias foram concentradas para se instituir, classificar e reunir elementos, ideias ou expressões em torno de um conceito capaz de abranger uma totalidade, priorizando a ordem cronológica das publicações.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

A pesquisa foi conduzida em cima da seguinte questão norteadora: Qual a prevalência da vigorexia em adultos jovens do sexo masculino frequentadores de academias e fisiculturistas?

Para o estudo, foi executada uma leitura efetivamente minuciosa de cada artigo selecionado para analisar o ajustamento ao tema, sua relevância, autenticidade e profundidade, por meio de análise de conteúdo e foram categorizados e organizados cronologicamente, confrontando os dados encontrados na análise com intuito de atender aos objetivos propostos do estudo.

### RESULTADOS

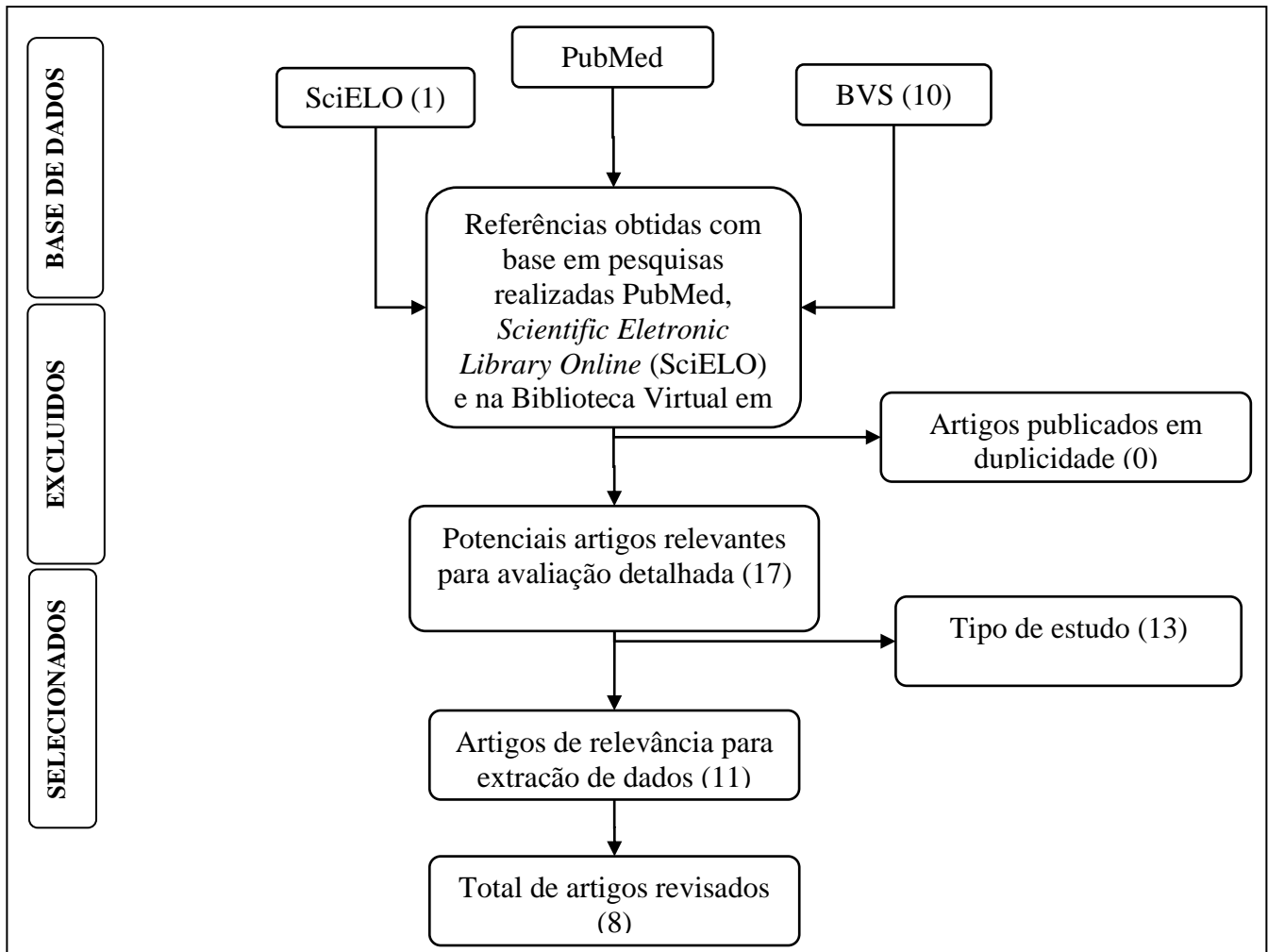
No que se diz respeito aos resultados, foram utilizadas as seguintes bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Pubmed, obtendo um total de 55 artigos. Estão inclusos na pesquisa somente artigos originais que abordam a temática proposta, como artigos relevantes para a avaliação detalhada (17) e artigos de relevância para extração de dados (11). Assim, foram excluídos artigos publicados em duplicidade ( $n=0$ ) e tipo de estudo (13). No tocante ao resultado final, foram obtidas as análises dos 08 artigos selecionados de acordo com o conteúdo objetivado, dividindo-os em grupos de similaridade. Os artigos elencados através do levantamento nas bases de dados estão representados no Quadro 01.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

**Figura 01:** Fluxograma analítico do levantamento bibliográfico



**Fonte:** Elaborado pelos autores (2023)

O Fluxograma abaixo apresenta os dados relativos à pesquisa, atendendo aos critérios de inclusão e exclusão, com a proposta fundamental de atender o objetivo do estudo. As informações estão claramente classificadas por ordem cronológica e pelos seguintes critérios: autor, ano, título, objetivo, metodologia, resultados e conclusão. No referente aos resultados, foram realizadas as análises dos 06 artigos selecionados de acordo com eixos temáticos, dividindo-os em categorias de similaridade.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

**Quadro 1** - Sínteses dos resultados da dominância de vigorexia em jovens frequentadores de academia e fisiculturistas

AUTOR	TÍTULO	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Soler <i>et al.</i> (2013)	Vigorexia e níveis de dependência de exercício em frequentadores de academias e fisiculturistas	Comparar os níveis de vigorexia e de dependência ao exercício entre frequentadores de academias e fisiculturistas.	Participaram do estudo 151 frequentadores de academia ( $27,66 \pm 6,54$ anos e $27,56 \pm 5,03$ de IMC) e 25 fisiculturistas ( $30,80 \pm 5,54$ anos e $26,72 \pm 4,24$ de IMC), todos do sexo masculino. Trata-se de uma pesquisa quantitativa descritiva. O instrumento utilizado foi a Escala de Dependência ao Exercício e ao Inventário de Dismorfia Muscular.	Os resultados evidenciaram não existe diferenças entre frequentadores de academias e fisiculturistas quanto aos níveis de vigorexia e de dependência ao exercício; quanto à duração da sessão de treino houve correlação positiva com a maioria das dimensões da dependência ao exercício; quanto ao grupo classificado como dependente ou em risco sugere níveis médios superiores de vigorexia.	A pesquisa sugere que, quanto maior o nível de vigorexia, maior o nível de dependência ao exercício, sendo essa correlação prevalente nos fisiculturistas.
Motter; Bellini; Almeida (2017)	Incidência de vigorexia em praticantes de Musculação	Avaliar a incidência de vigorexia em praticantes de musculação na cidade de Caxias do Sul/RS.	Participaram do estudo 58 sujeitos do sexo masculino praticantes de musculação com idade entre 18 e 40 anos. Trata-se de um estudo quantitativo transversal que teve como instrumentos de coleta de dados o Questionário do Complexo de Adônis ou QCA e a escala de	Os resultados evidenciaram que os indivíduos prevalentemente idealizam corpos mais musculoso em relação ao corpo real, resultando em prevalência de vigorexia (63.8%).	A pesquisa sugere que a vigorexia é prevalente em jovens adultos praticantes de musculação da cidade de Caxias do Sul.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQÜENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

			silhuetas.		
Cortez <i>et al.</i> (2020)	Incidência de dismorfia muscular em praticantes de musculação em academias de uma capital no Nordeste do Brasil	Averiguar a incidência de dismorfia muscular em praticantes de musculação em academias de uma capital do Nordeste do Brasil.	Participaram do estudo 306 praticantes de musculação entre 18 e 50 anos. Trata-se de um estudo do tipo descritivo, transversal de caráter quantitativo. Para avaliar a dismorfia muscular foi utilizado o Questionário do Complexo de Adônis. Foram realizadas medidas de associação entre o sexo, idade e uso de drogas legais e/ou ilegais e o Questionário do Complexo de Adônis.	Os resultados evidenciaram no sexo masculino escore de 0 a 9 (58.5%) sugerindo neste contexto preocupações não tão graves acerca da imagem corporal, provavelmente não afetando seu cotidiano. Nesta pesquisa as mulheres resultaram em prevalências medianas de transtornos com escores de 10-19 (49.6%) resultando na busca de um corpo mais hipertrofiado. Houve correlação significativa entre os sexos ( $p= 0.02$ ).	A pesquisa sugere prevalência de dismorfia muscular nas mulheres quanto aos scores de dismorfia muscular em relação aos homens e foi encontrada correlação significativa entre o uso de drogas legais e/ou ilegais e a dismorfia muscular
Baum <i>et al.</i> (2020)	A correlação entre dismorfia muscular, dependência de exercício e <i>overtraining</i> em praticantes de musculação	Verificar se há correlação entre dismorfia muscular, dependência de exercício e <i>overtraining</i> em praticantes de musculação.	Participaram do estudo 320 sujeitos, acima de 18 anos praticantes de musculação há, pelo menos, três meses, com frequência mínima de três treinos semanais. Trata-se de um estudo quantitativo transversal que teve como instrumentos avaliação do Questionário do <i>Overtraining</i> (QOT) composta por 29 itens que avalia os sinais	Os resultados evidenciaram correlação moderada entre dismorfia muscular e dependência de exercício e correlação fraca entre dependência de exercício e <i>overtraining</i> .	A pesquisa sugere que indivíduos com risco para dismorfia muscular tendem a apresentar maior risco para o desenvolvimento também da dependência do exercício





**RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR**  
**ISSN 2675-6218**

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
 FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
 Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

			e sintomas da síndrome do excesso de treinamento e Escala de Dependência de Exercício (EDE), composta por de 21 itens, dividindo os sujeitos em três categorias: risco para dependência de exercício; não dependente sintomático; não dependente assintomático.		
Velázquez-Comelli (2020)	Práticas alimentares e recursos da vigorexia na ginástica da cidade de Assunção	Descrever as práticas alimentares e frequência de vigorexia em usuários de academias na cidade de Assunção em julho de 2019	Participaram do estudo 74 sujeitos que frequentam academia, com 27±6 de idade. Estudo transversal descritivo que teve como instrumentos: Escala de Satisfação Muscular validada em espanhol e aplicada para o diagnóstico de vigorexia.	Os resultados evidenciaram que houve prevalência de vigorexia (51.35%). O suplemento mais consumido semanalmente e com doses diárias foi a proteína em pó (76.47%). Os usuários também fazem uso de dietas (70.27%) e utilizam algum tipo de suplemento nutricional (68.92%), recomendadas por um nutricionista, tendo em vista que, consideram a importante a presença do nutricionista nas academias a fim de orientarem para dietas com diretrizes saudáveis e seguras.	A pesquisa sugere prevalência de vigorexia acompanhada da prática de dietas e do consumo de suplementos nutricionais, favorecendo alterações nutricionais e no quadro da saúde em geral.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQÜENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

<p>Bashir; Rehman; Zahra (2021)</p>	<p>Impulso para a muscularidade e tendências de dismorfia muscular entre fisiculturistas paquistaneses: Um estudo de prevalência</p>	<p>Avaliar a relação entre o desejo por um corpo musculoso e tendências dismórficas musculares em fisiculturistas paquistaneses.</p>	<p>Participaram do estudo 211 sujeitos fisiculturista do sexo masculino com idade média de 26,25±5 de idade. Estudo transversal que teve como instrumento o inventário Indígena, o <i>Drive for Muscularity</i> e dos fatores do Transtorno Dismórfico Corporal e Escala Obsessiva Compulsiva de Yale-Brown.</p>	<p>Os resultados evidenciaram que houve relação positiva entre desejo por músculos e tendências de dismorfia muscular (<math>p&lt;0,05</math>). Do total, dos fisiculturistas (62.0%) ansiavam moderadamente por níveis de musculatura avantajada, porém os fisiculturistas solteiros com idade entre 18 e 25 anos tiveram mais anseios por musculatura mais avantajadas em comparação aos fisiculturistas casados com idade igual ou superior a 26 anos (<math>p&lt;0,001</math>).</p>	<p>A pesquisa sugere prevalência pelo desejo exagerado por músculos e tendências dismórficas musculares.</p>
<p>Freire et al. (2021)</p>	<p>Ortorexia, dismorfia muscular e dependência ao exercício: comparação entre atletas amadores de corrida de rua, funcional <i>fitness</i> e <i>bodybuilding</i></p>	<p>Comparar o grau de dependência de exercícios (DE), dismorfia muscular e sinais de ortorexia de acordo com o tipo de exercício, idade, tempo de prática e frequência semanal de treinamento.</p>	<p>Participaram do estudo 159 sujeitos atletas amadores do sexo masculino e feminino com idade acima de 18 anos e com pelo menos 03 meses de prática no exercício. sendo: corredores (n=38), <i>fitness</i> funcional (n=85) e <i>bodybuilding</i> (n=35), Estudo transversal, que teve como instrumentos Escala de Dedicação ao</p>	<p>Os resultados evidenciaram que os indivíduos que praticavam exercícios mais de cinco vezes por semana apresentaram maior pontuação total de na dismorfia muscular e ortorexia (<math>p&lt;0,05</math>). No entanto, não foram observadas diferenças no escore total entre os sexos e tipo de exercício.</p>	<p>A pesquisa sugere que atletas recreativos que se exercitam mais de cinco vezes por semana apresentaram prevalência tanto na ortorexia quanto na dismorfia muscular.</p>



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

			Exercício, Questionário Orto-15 e o Questionário de Complexo em Adônis.		
--	--	--	--	--	--

Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

### DISCUSSÃO

Em referência aos resultados desta pesquisa, vale ressaltar que o corpo masculino tem sido cada vez mais explorado na sociedade e na mídia, seguindo padrões idealizados de estética corporal, podendo levar a problemas de saúde e transtornos alimentares.

No primeiro estudo do quadro, de Soler *et al.*, (2013), os resultados sugerem que tanto fisiculturistas quanto frequentadores de academias apresentam níveis significativos de vigorexia e dependência ao exercício, além disso, a intensidade e a duração do exercício parecem estar relacionadas a esses transtornos, especialmente em fisiculturistas.

A insatisfação com a imagem corporal está associada a transtornos alimentares e dismorfia muscular, o que pode ter consequências graves para a saúde mental e física das pessoas (Devrim; Bilgic; Hongu, 2018), posto que, a insatisfação com o corpo é um fenômeno psicossocial, que segundo Feitosa Filho (2008), a cultura por meio da construção de ideais de beleza, às vezes inalcançáveis, pode levar a tais transtornos.

Por outro lado, no segundo estudo Motter, Bellini e Almeida (2017), os resultados mostraram que os indivíduos idealizavam principalmente um corpo com mais músculos em relação ao corpo real, levando a uma maior incidência de anorexia reversa (63.8%), evidenciando que, os homens têm sido incentivados a buscar cirurgias plásticas, uso de suplementos e treinamento árduo para alcançar o padrão corporal arquitetado pela sociedade (Camargo, 2023).

Além disso, segundo dados da Ipsos (2022), apontam que, a crescente busca do sexo masculino pela beleza tem levado ao aumento do mercado de produtos de beleza exclusivos para este público, como: cremes anti-idade, shampoos específicos, loções bronzeadoras, dentre outros. Esse fenômeno reflete uma mudança nos padrões de beleza masculina, que antes eram menos enfatizados na mídia e na sociedade em geral.

Ademais, a estética, composta por elementos que incluem aparência física, comportamento e relacionamentos, é uma das principais fontes de imagem e autoestima. Segundo Rentz-Fernandes, Silveira-Viana e Andrade (2017) adolescentes com sobrepeso e obesidade manifestam baixa autoestima, maiores insatisfação com a imagem corporal e maiores níveis de depressão em comparação aos adolescentes de peso normal e baixo peso, assim, faz-se necessário fornecer intervenção precoce e apoio emocional para adolescentes com sobrepeso e obesidade.

Entretanto no terceiro estudo, Cortez *et al.*, (2020), revelam que os homens apresentaram pontuação entre 0 e 9 pontos (58.5%), manifestando preocupações leves com a imagem corporal,



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

que podem não afetar seu cotidiano, entretanto, as mulheres apresentaram prevalência média de distúrbios com pontuações entre 10 e 19 (49.6%) levando à busca por um corpo mais hipertrofiado evidenciando uma correlação significativa entre os dois sexos ( $p=0,02$ ). A investigação mostra que as mulheres têm uma maior vulnerabilidade para desenvolver distúrbios em relação aos homens e foram encontradas correlação significativa quanto ao uso de drogas legais e/ou ilegais para o alcance de resultados mais rápidos.

O corpo feminino é mais explorado na mídia num contexto sexualizado, com ênfase nas partes corporais consideradas mais atraentes, como: seios, nádegas e coxas, esse tipo de exploração corporal tem sido associado à objetificação sexual da mulher, na qual, ela é vista apenas como um objeto de desejo sexual, ademais, a ênfase na aparência física tem levado muitas mulheres a desenvolverem transtornos alimentares e a buscar cirurgias plásticas para atingir um padrão irreal e às vezes inalcançável de beleza (Prado, 2019).

No entanto, Porto Lins (2009) reforça que, a satisfação com a aparência corporal é uma questão importante para homens e mulheres, os homens também estão preocupados com sua imagem física e estão cada vez mais conscientes de sua aparência e também idealizam padrões de beleza impostos pelo meio social, posto que, fatores como: mídia, cultura e as pressões sociais são apontadas como influências importantes para esse ideal de beleza (Silva, N; Silva, J., 2019).

Além disso, a busca por esse ideal pode levar a consequências negativas, como transtornos alimentares, depressão e baixa autoestima. A insatisfação corporal pode levar a comportamentos prejudiciais à saúde, como: dietas extremistas, uso de esteróides anabolizantes e até mesmo pensamentos suicidas (Souza, 2014).

Contudo, no quarto estudo, Baum *et al.*, (2020) afirmam que, há uma correlação moderada entre distúrbios musculares e dependência de exercício e uma correlação fraca entre dependência de exercício e *overtraining*. A pesquisa mostra que as pessoas em risco de desenvolver distúrbios musculares também tendem a ter maior risco de desenvolver dependência de exercícios.

Na concepção de Tavares (2015), a dismorfia muscular e a dependência de exercício são exemplos de transtornos psicológicos que estão relacionados à imagem corporal, considerando a sua complexidade. Segundo o estudo "Diagnóstico de vigorexia e dismorfia muscular em universitários da área da saúde" de Bezerra, Sampaio e Landim (2018), a vigorexia ou dismorfia muscular é um transtorno psicológico caracterizado pela preocupação excessiva com a aparência física e o desejo de ter um corpo musculoso e definido.

Mitchison *et al.*, (2022) em seus resultados encontraram prevalência da dismorfia muscular em homens 2.5% e em mulheres 0.5%. Esse desfecho destaca a importância de se diagnosticar e intervir precocemente, especialmente naqueles que podem estar mais vulneráveis para a condição de distúrbio.

Desta forma, enfatiza-se a importância da Educação Física que pode desempenhar um papel importante na construção e desenvolvimento da imagem corporal, por meio da promoção dos



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

exercícios e práticas desportivas que auxiliem o indivíduo a se sentir bem consigo mesmo e a desenvolverem um sentimento positivo em relação ao seu próprio corpo (Conti, 2008), vale ressaltar também, segundo Saur (2007) a importância dessa satisfação e da representação psíquica na avaliação da imagem corporal, ressaltando que a imagem que o indivíduo tem de si pode ser influenciada por suas emoções, pensamentos e crenças.

Bem como, no estudo a seguir do quadro, Velásquez (2020) sugere que houve prevalência de vigorexia (51.35%) na amostra do estudo. O suplemento alimentar mais consumido semanalmente e em dosagem diária foi a proteína em pó (76.47%), os usuários também adotavam dieta alimentar (70.27%) e faziam uso de alguns suplementos nutricionais (68.92%), os quais eram recomendados por nutricionistas por considerarem importante a presença deste profissional na academia para orientá-los no consumo de dietas saudáveis.

Neste contexto, Devrim; Bilgic; Hongu, (2018) afirmam que a insatisfação com a imagem corporal está associada a transtornos alimentares e dismorfia muscular em fisiculturistas masculinos, por meio do instrumento *Eating Attitude Test* (EAT-40), que avalia a presença de transtornos alimentares, os resultados apontaram que houve uma relação positiva entre os escores totais do EAT-40 e os sintomas de distúrbio de imagem corporal, indicando que os fisiculturistas com maior pontuação no teste tinham uma maior probabilidade de apresentar transtornos alimentares.

A preocupação excessiva com a aparência muscular e a busca compulsiva por exercícios e dietas restritivas são fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da dismorfia muscular (PHILLIPS *et al.*, 2010). Ferraz (2009) reforça ainda que, pessoas que apresentam dismorfia muscular são extremamente preocupadas com a aparência física e por isso buscam a qualquer custo esse corpo idealizado, fazendo uso exagerado de suplementos, anabolizantes e extrapolando nos exercícios e dietas.

Conforme o sexto estudo do quadro, Bashir; Rehman; Zahra (2021) houve relação positiva entre desejo por um corpo musculoso e tendência a distúrbios musculares ( $p < 0,05$ ). Os resultados apontaram prevalência de fisiculturistas por corpos mais musculosos (62.0%), para mais, foi mostrado que fisiculturistas solteiros com idade entre 18 e 25 anos tinham um desejo maior de ser forte em comparação aos fisiculturistas casados e com idade acima de 26 anos ( $p < 0,001$ ).

A Dismorfia Muscular (DM) tende a se manifestar em indivíduos entre 16 e 35 anos, sendo mais comum em homens (Orrit; Pablos; Guzmán, 2019), reforçando esta ideia, um estudo realizado por Imperatori *et al.*, (2022), no Canadá, com 721 adultos jovens, indicaram que os homens apresentaram uma sintomatologia geral de dismorfia muscular significativamente maior em comparação com as mulheres (25.7%), advertindo que, um quarto dos homens da amostra estava com risco de desenvolver o respectivo distúrbio.

Ademais, é notório que os jovens, em particular, sofrem de transtorno dismórfico corporal, a sua natureza multifatorial torna difícil decifrar a sua etiologia para adaptar o tratamento e fornecer apoio psicossocial direcionado à causa (Tinoco *et al.*, 2022). Vale advertir que, a imagem corporal é



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

formada ao longo da vida através das relações, seja no mundo real ou virtual, visto que, é essencial manter o tema em pauta, principalmente entre profissionais, pais e professores de educação física e demais área da saúde, isto se faz necessário a fim de minimizar os possíveis efeitos negativos da utilização desregulada, passiva e acrítica da mídia e principalmente das redes sociais pelos jovens (Barros *et al.*, 2023).

Na sequência, o estudo de Freire *et al.*, (2021) evidencia que os indivíduos que praticavam exercícios mais de 5 vezes por semana apresentaram maior pontuação total na dismorfia muscular e ortorexia ( $p < 0,05$ ), no entanto, não foram observadas diferenças nos escores totais entre os sexos e tipo de exercício. A pesquisa sugere que atletas recreativos que se exercitam mais de cinco vezes por semana apresentaram prevalência tanto na ortorexia quanto na dismorfia muscular.

Reforçando os dados acima mencionados, Freire *et al.*, (2022) investigaram o papel preditor dos sintomas de dismorfia muscular na dependência de exercícios e na ortorexia em 158 praticantes de exercícios. Os participantes foram divididos em diferentes grupos com base nos tipos de exercício que praticavam: corrida ( $n=38$ ), *crossfit* ( $n=85$ ) e musculação ( $n=35$ ). Tal estudo obteve resultados de que, a dismorfia muscular tinha um papel preditor positivo na dependência de exercícios, o que significa que sintomas de dismorfia muscular estavam relacionados a uma maior dependência de exercícios (Freire *et al.*, 2022).

No entanto, é estimado que a população com o maior risco de sofrer com esse distúrbio são os praticantes de treinamento resistido, ou seja, aqueles que levantam peso dentre estes (10.0%) sofrem com tal problema (Pope Júnior, *et al.*, 1997). Aqueles que apresentam quadro de dismorfia muscular, levantam peso em média de 3 a 7 dias por semana, e muitas vezes, abusam de dietas ricas em proteínas, além da suplementação e o uso de esteroides anabolizantes (Lopez-Cuautle; Vazquez-Arevalo; Mancilla-Diaz, 2016).

Um estudo realizado com 180 adultos jovens masculinos, com idade entre 18 e 33 anos, obteve resultados de que a internalização de ideal estético foi positivamente relacionada com sintomas de dismorfia muscular e transtornos alimentares, ou seja, homens que internalizaram esse ideal apresentaram níveis mais elevados de dismorfia muscular em relação àqueles que não internalizaram tais ideais estéticos (Klimek *et al.* 2018).

E para finalizar a discussão, destaca-se, que a vigorexia é mais comum em praticantes de musculação e fisiculturistas que buscam melhorias exacerbadas e em curto prazo, informando que, muitas vezes, os corpos expostos nos meios de comunicação de massa, sobretudo em revistas, TV, redes sociais, dentre outros são corpos muitas vezes impossíveis de serem alcançados (Hodecker *et al.*, 2016).

### CONSIDERAÇÕES

Diante do exposto, observou-se a prevalência de transtorno dismórfico muscular, tanto em fisiculturistas quanto em jovens frequentadores de academias. O corpo masculino tem sido bastante



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

explorado pela mídia na contemporaneidade, estabelecendo padrões de beleza, entretanto, é essencial esclarecer que tais padrões não devem ser parâmetro para avaliar a autoestima e nem tampouco como critério de valorização de uma pessoa, homens e mulheres devem se sentir confortáveis diante de seus corpos e devem ser aceitos e valorizados independentemente dos padrões impostos pela sociedade, assim sendo, a prática de exercícios e uma alimentação saudável devem ser enfrentados como uma forma de manter a saúde e o bem estar corporal e não como um desejo de seguir padrões estéticos impostos pela sociedade.

A investigação da vigorexia em adultos jovens do sexo masculino frequentadores de academias e fisiculturistas é bastante relevante e complexa, posto que, propõe uma análise no que pode ser modificado em relação a esse comportamento, contribuindo assim para a aquisição da saúde, portanto, em relação às limitações da pesquisa, enfatiza-se que a pesquisa de revisão bibliográfica permite muitas reflexões e discernimentos, porém não tem abrangência para atingir a complexidade que gira em torno desta temática, portanto sugere-se mais estudos acerca desta questão, comparando não só a vigorexia como os demais distúrbios, com a proposta de esclarecer e consequentemente prevenir por meio da prática de exercício físico esses distúrbios em jovens como também nas demais faixas etárias, espera-se que novos estudos nesta temática sejam efetivados como: avaliar e comparar os níveis de transtornos mostrando essas diferenças entre as variáveis sexo, idade, tipo de prática de exercício, buscando verificar essas diferenças na sua multidimensionalidade, com pesquisas mais complexas, envolvendo medidas de dobras cutâneas e com instrumentos devidamente validados a fim de que se possa oferecer um *feedback* mais apurado quanto ao diagnóstico destes distúrbios.

### REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (Brasil). **Manual of mental disorders**, 5th. Edition (DSM-5). Washington, DC.: American Psychiatric Association (APA), 2013.

ARAIZA, A. M.; WELLMAN, J. D. Weight stigma predicts inhibitory control and food selection in response to the salience of weight discrimination. **Appetite**, v. 114, n.1, p. 382–390, jul. 2017.

BARROS, A. P. H.; LIMA, C. S.; MORAIS, S. S. C; SOUSA-CARVALHO, L. R. M Impactos da mídia e fatores associados na insatisfação da imagem corporal em adolescentes. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar**, v. 4, n. 6, p.1-15, 2023.

BASHIR, U.; REHMAN, S.; ZAHRA, F. T. Drive for muscularity and tendencies of muscle dysmorphia among Pakistani bodybuilders: A prevalence study. **The Journal of the Pakistan Medical Association**, v. 71, n. 5, p. 1350–1352, 2021.

BAUM, I. B.; PEDRETTI, A.; SOUZA, C. G.; MELLO, J. B.; GAYA, A. R.; GAYA, A. C. A. A correlação entre dismorfia muscular, dependência de exercício e overtraining em praticantes de musculação. **Revista Andaluza de Medicina del Deporte**, v. 13, n. 3, p. 140-143, 2020.

BEZERRA, D. F.; SAMPAIO, L. V. A.; LANDIM, L. A. S. R. Diagnóstico de vigorexia e dismorfia muscular em universitários da área da saúde. **Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**, v. 38, n. 4, p. 179-182, 2018.



**RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR**  
**ISSN 2675-6218**

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
 FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
 Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

BOTELHO, R. G.; MOREIRA, W. W. Vigorexia: alerta para a área da educação física. **Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación**, v. 1, n. 46, p. 980-986, 2022.

CAMARGO, O. Mídia e o culto à beleza do corpo. **Brasil Escola**, 2023. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/a-influencia-midia-sobre-os-padroes-beleza.htm>. Acesso em: 30.abr.2023

CASH, T. F.; SMOLAK, L. **Body image: a handbook of science, practice and prevention**. 2. ed. Estados Unidos: The Gilford Press, 2011.

CONTI, M. A. Os aspectos que compõem o conceito de imagem corporal pela ótica do adolescente. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 240-253, 2008.

CORTEZ, A. C. L.; CALAND, A. C. G.; PAIVA JUNIOR, A. C. R.; COSTA, A. S.; DANTAS, E. H. M. Incidência de dismorfia muscular em praticantes de musculação em academias de uma capital no Nordeste do Brasil. **Revista Andaluza de Medicina Del Deporte**, v. 13, n. 4, p. 181-185, 2020.

DEVIRIM, A.; BILGIC, P.; HONGU, N. Is there any relationship between body image perception, eating disorders, and muscle dysmorphic disorders in male bodybuilders? **American Journal of Men's Health**, v. 12, n. 5, p. 1746-1758, 2018.

FALCÃO, R. S. Interfaces entre dismorfia musculares e psicológica esportiva. **Revista brasileira de psicologia do Esporte**, v.2, n.1, p. 1-21, 2008.

FEITOSA FILHO, O. A. F. **Vigorexia: uma leitura psicanalítica**. 2008. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2008. Disponível em: <https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/6787/1/2008-DIS-OAFFILHO.pdf>. Acesso em: 30 abr. 2023.

FERRAZ, A. **Dismorfia muscular em usuários de esteróides anabólico androgênicos**. 2009. 80f. Monografia (Curso de Medicina) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2009.

FREIRE, G. L. M.; AMBLARD, I.; MORAES, J. F. V. N.; TORRES, V. M. F.; OLIVEIRA, D. V.; NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A. Ortorexia, dismorfia muscular e dependência ao exercício: comparação entre atletas amadores de corrida de rua, fitness funcional e bodybuilding. **Revista Brasileira de Ciência do Movimento**, v. 29, n. 2, p.1-15, 2021.

FREIRE, G. L. M.; FIORESE, L.; OLIVEIRA, D. V. de; FIDELIX, Y. L.; FORTES, L. S.; NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A. A dismorfia muscular prediz a dependência de exercício e a ortorexia em praticantes de exercício brasileiros? **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 25, n. 1, p. 1-12, 2022.

HODECKER, M.; ADAMES, B.; MARTINHAGO, T. A. P. A.; FRAINER, S.; TEIXEIRA, K. C. A vigorexia no contexto esportivo: uma revisão de literatura. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, v. 24, n. 258, p. 1-10, 2019.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar**: 2015. Rio de Janeiro, RJ: IBGE; 2016. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv97870.pdf>. Acesso em: 04. out.23

IMPERATORI, C.; PANNO, A.; CARBONE, G. A.; CORAZZA, O.; TADDEI, I.; BERNABEI, L.; MASSULLO, C.; PREVETE, E.; TARSITANI, L.; PASQUINI, M.; FARINA, B.; BIONDI, M.; BERSANI, F. S. The association between social media addiction and eating disturbances is mediated by muscle dysmorphia-related symptoms: a cross-sectional study in a sample of young adults. **Eat Weight Disord**, v. 27, n. 3, p. 1131-1140, abr. 2022.





## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

- IPSOS. There's a market for men's cosmetics—and a generation gap. [online]. **IPSOS**, 21 mar. 2022. Disponível em: <https://www.ipsos.com/en-us/knowledge/customer-experience/there-is-a-market-for-mens-cosmetics-and-a-generation-gap>. Acesso em: 30 abr.2023.
- KLIMEK, P.; MURRAY, S. B.; BROWN, T.; GONZALES IV, M.; BLASHILL, A. J. Thinness and muscularity internalization: associations with disordered eating and muscle dysmorphia in men. **The International Journal of Eating Disorders**, v. 51, n. 4, p. 352-357, 2018.
- LAURINDO, M. R. T.; MARINS, T. M. VARELLA, H.; SILVA, L.; RABELO, I. S.; RABELO, T. S.; FRANÇA, B. S.; TAVARES, M. M. Insatisfação corporal e distúrbios de imagem corporal repercutidas a partir de mídias e redes sociais. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar**, v. 3, n. 6, p.1-8, 2022
- LOPEZ-CUAUTLE, C.; VAZQUEZ-AREVALO, R.; MANCILLA-DIAZ, J. M. Evaluación diagnóstica de la dismorfia muscular: una revisión sistemática. **Anales de Psicología**, v. 32, n. 2, p.405-416, 2016.
- MENDES, K. D. S; SILVEIRA, R. C. C.P.\_ GALVAO, C. M.. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enfermagem**. v. 17, n. 4, p.758-764, 2008.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Você sabe o que é imagem corporal?** Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-que-ro-me-exercitar/noticias/2021/voce-sabe-o-que-e-imagem-corporal>. Acesso em: 24 mar. 2023.
- MITCHISON, D.; MOND, J.; GRIFFITHS, S.; HAY, P.; NAGATA, J. M.; BUSSEY, K.; TROMPETER, N.; LONERGAN, A.; MURRAY, S. B. Prevalence of muscle dysmorphia in adolescents: findings from the EveryBODY study. **Psychological Medicine**, v. 52, n.14, p. 3142-3149, 2022.
- MOTTER, A. G.; BELLINI, M.; ALMEIDA, S. Incidência de vigorexia em praticantes de musculação. **Do corpo: Ciências e Artes**, v. 7, n. 1, p.117-127, 2017.
- ORRIT, G.; PABLOS, A.; GUZMÁN, F. J. Muscle dysmorphia: predictive and protective factors in adolescents. **Cuadernos de Psicología Del Deporte**, v 19, n. 3, p. 1-11, 2019.
- PHILLIPS, K. A; WILHELM S.; KORAN, L. M.; DIDIE, E. R.; FALLON, B. A.; FEUSNER J.; STEIN, D. Body dysmorphic disorder: some key issues for DSM-V. **Depression and anxiety**, v. 27, n. 6, p.573–91, 2010.
- POPE JÚNIOR, H. G.; GRUBER, A. J.; CHOI, P.; OLIVARDIA, R.; PHILLIPS, K. A. Muscle dysmorphia: An underrecognized form of body dysmorphic disorder. **Case Reports Psychosomatics**, v. 38, n. 6, p. 548-557, 1997.
- PORTO, A. A.; LINS, R. G. Imagem corporal masculina e a mídia. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v.11, n. 69, p. 921-28, 2017.
- PRADO, C. **Busca por padrões estéticos pode levar a distúrbios alimentares**. Belo Horizonte; UFMG, 2019. Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/busca-por-padroes-esteticos-pode-levar-a-disturbios-alimentares/>. Acesso em: 30 abr. 2023.
- RENTZ-FERNANDES, A. R.; SILVEIRA-VIANA, M.; LIZ, C. M.; ANDRADE, A. Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. **Revista de Saúde Pública**, v. 19, n. 1, p. 93-101, jan./fev. 2017.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

PREVALÊNCIA DE VIGOREXIA EM ADULTOS JOVENS DO SEXO MASCULINO  
FREQUENTADORES DE ACADEMIAS E FISCULTURISTAS  
Italo Ramon Queiroz Duarte Lima, Renato Lopes da Silva Filho, Leyla Regis de Meneses Sousa Carvalho

SAUR, A. M. **Imagem corporal**: auto-satisfação e representação psíquica em desenhos da figura humana. 2007. 246f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2007.

SEREM JUNIOR, V. C. **Corpo e cultura**: culto ao corpo e vigorexia. 2012. 58f. Trabalho de conclusão de curso (graduação) - Universidade estadual paulista, Instituto de biociência, Rio claro, 2012.

SILVA, N. G.; SILVA, J. Aspectos psicossociais relacionados à imagem corporal de pessoas com excesso de peso. **Revista Subjetividades**, Fortaleza, v. 19, n. 1, p. 1-16, abr. 2019.

SOLER, P. T.; FERNANDES, H. M.; DAMASCENO, V. O.; NOVAES, J. S. Vigorexia e níveis de dependência de exercício em frequentadores de academias e fisiculturistas. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 19, n. 5, p. 343-348, set./out. 2013.

SOUZA, A. R. Corpos em evidência: olhares sobre a estética masculina nas academias de ginástica. **FDeportes.com, Revista Digital**, Buenos Aires, v.19, n.193, 2014.

SOUZA, L. R. M.; SANTOS, C. A. V.; LIMA, S.; VASCONCELOS, A.C.; MELO, G. L. O corpo na perspectiva masculina: a satisfação com a imagem corporal e sua relação com discrepância na percepção, IMC, escolaridade e idade. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 21, n. 2, p. 49-56, 2013.

TAVARES, C. P. **Aspectos psicofísicos da imagem corporal e a sua relação com a dismorfia muscular e a dependência de exercício**. 112f. Tese (Doutorado em Ciências da Motricidade), Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2015.

VELÁZQUEZ-COMELLI, P. C. Prácticas dietéticas y frecuencia de vigorexia en usuarios de gimnasios de la ciudad de Asunción. **Revista Científica Ciencias de La Salud**, v. 2, n. 2, p. 35-42, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Dia mundial da atividade física**. Genebra: WHO, 2018. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/06-4-dia-mundial-da-atividade-fisica/>. Acesso em: 31.mar. 2023.