

O EFEITO DA IMAGEM CORPORAL E DA SATISFAÇÃO CONJUGAL NO AJUSTAMENTO AO ENVELHECIMENTO DOS IDOSOS

Inês Santos¹, Sofia von Humboldt², & Isabel Leal²

¹ ISPA- Instituto Universitário, Lisbon, Portugal, inesantos_23_96@hotmail.com

²William James Center for Research, Lisboa, Portugal, sofia.humboldt@gmail.com, ileal@ispa.pt

RESUMO: Este estudo teve como objetivo avaliar se a imagem corporal e a satisfação conjugal influenciam o ajustamento ao envelhecimento dos idosos. Método: Esta investigação apresenta uma metodologia quantitativa, transversal e relacional. No total 193 participantes, entre os 65 e os 93 anos, preencheram o questionário sobre os dados Sociodemográficos e de Saúde, o Mini Exame do Estado Mental, o Body Appreciation Scale-2, a Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal, e a Escala de Ajustamento ao Envelhecimento, dos quais 58 participantes são do sexo masculino e 135 do sexo feminino. Resultados: Tanto a imagem corporal ($\beta = .229$; $t(189)=3,051$; $p=.003$) como a satisfação conjugal ($\beta = .148$; $t(189)=2,071$; $p=.040$), são ambos preditores significativos do ajustamento ao envelhecimento. A análise revelou que a interação entre a imagem corporal e a satisfação conjugal é também um preditor significativo do ajustamento ao envelhecimento ($\beta = -.205$; $t(189)=-2,924$; $p=.004$), sugerindo um efeito moderador da imagem corporal na relação da satisfação conjugal e do ajustamento ao envelhecimento. Discussão: Este estudo permitiu perceber que a imagem corporal e a satisfação conjugal contribuem para o ajustamento ao envelhecimento em idades mais avançadas, podendo assim influenciar um envelhecimento bem-sucedido.

Palavras-chave: Idosos, Imagem Corporal, Satisfação Conjugal, Ajustamento ao Envelhecimento

THE EFFECT OF BODY IMAGE AND MARITAL SATISFACTION IN THE ADJUSTMENT TO AGEING OF THE ELDERLY

ABSTRACT: This study had as objectives to verify if the body image and the marital satisfaction have an influence on the aging adjustment. Method: This investigation presents a quantitative, transverse and relational methodology. In total, 193 participants, with ages between 65 and 93 years, of which 58 were men and 135 were women, have answered the Mini-Mental State Examination (MMSE), the Sociodemographic and Health data questionnaire, the Body Appreciation Scale-2 (BAS-2), the Scale of Evaluation of the Satisfaction on the Marital Areas of Life (EASAVIC), and the Adjustment to Aging scale (ATAS). Results: The body image ($\beta = .229$; $t(189)=3.051$; $p=.003$) and the marital satisfaction ($\beta = .148$; $t(189)=2.071$; $p=.040$), are both significant predictors of the adjustment to aging ($\beta = -.205$; $t(189)=-2.924$; $p=.004$), which suggests that the body image has a moderator effect in the relation between the marital satisfaction and the adjustment to aging. Discussion: This study concludes that

the body image and the marital satisfaction have an impact on the adjustment to aging of seniors, something that contributes to a successful aging.

Keywords: Seniors, Body Image, Marital Satisfaction, Adjustment To Aging

Recebido em 15 de Novembro de 2019/ Aceite em 29 de Janeiro de 2020

A imagem corporal é caracterizada como uma experiência psicológica sobre a própria aparência e funcionamento do corpo, que se desenvolve desde o nascimento até ao fim da vida, dentro de uma estrutura complexa e subjetiva, sofrendo modificações constantes, que obrigam a uma construção e reconstrução contínua e incessante (Mataruna, 2004; Laurentino et al., 2006; Rocha & Terra, 2013). Alguns autores defendem que na adultícia avançada os benefícios de saúde associados ao casamento são maiores, o que se deve ao facto dos cônjuges desempenharem um papel fundamental na promoção do bem-estar e da qualidade de vida um do outro (Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt, & Sharlin, 2004; Rauer, Sabey, & Jensen, 2014). Segundo Poon et al. (2010), as experiências adquiridas ao longo da vida do ser humano, a forma como este lida com o seu meio envolvente, os recursos socio-económicos que utiliza, os relacionamentos, e os sistemas de apoio a que tem acesso, são variáveis que influenciam seriamente a longevidade e o bem-estar durante o envelhecimento. Desta forma, para envelhecer de forma saudável, é fundamental a utilização de estratégias adaptativas, de modo a otimizar o funcionamento e o bem-estar, dentro dos limites da competência e dos recursos pessoais dos indivíduos (Baltes & Baltes, 1990). De acordo com von Humboldt, Leal, Pimenta, e Marôco (2013), o processo de ajustamento ao envelhecimento requer uma constante adaptação em relação a múltiplos fatores, tendo implicações ao nível do envelhecimento bem-sucedido na adultícia avançada.

Desta forma, e tendo em conta a literatura, revela-se importante estudar a relação entre a Imagem Corporal, a Satisfação Conjugal e o Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos, uma vez que, estes constructos nunca foram mensurados em conjunto. Neste sentido, esta investigação teve como objetivo: Avaliar se a Imagem Corporal e a Satisfação Conjugal influenciam o Ajustamento ao Envelhecimento dos Idosos.

MÉTODO

Participantes

Os dados foram recolhidos em universidades seniores do distrito de Lisboa. A amostra é constituída por 193 participantes, entre os 65 e os 93 anos de idade ($M = 72,12$; $DP = 5,608$), em que 58 (30,1%) participantes são do sexo masculino, e 135 (69,9%) são do sexo feminino, onde 112 (58,0%) estão casados ou em união de facto, 32 (16,6%) são separados, e 49 (25,4%) são viúvos. Os participantes seriam selecionados se: i) tivessem uma idade igual ou superior a 65 anos, ii) tivessem ou já tenham tido alguma experiência conjugal (i.e., fossem casados/ vivessem em união de facto, divorciados e/ou viúvos), iii) não institucionalizados, e iv) apresentassem competências cognitivas (para a avaliação do estado cognitivo, foi utilizada a escala Mini-Exame do Estado Mental).

Material

A escala Mini-Exame do Estado-Mental (MMSE) foi utilizada para a avaliação das funções cognitivas na presente investigação (sendo utilizada como critério de exclusão/ inclusão) (Santana et al., 2016). O MMSE foi desenvolvido por Folstein, Folstein, e McHugh (1975) e os primeiros estudos de adaptação e validação em Portugal foram realizados por Guerreiro e colaboradores em 1994 (Santana et al., 2016). Foi também aplicado um questionário sobre os dados

IMAGEM CORPORAL, CONJUGALIDADE E ENVELHECIMENTO

sociodemográficos e de saúde, que tinha como objetivo a caracterização da amostra. Para avaliar a Imagem Corporal foi aplicado o Body Appreciation Scale-2 (BAS-2), desenvolvido por Tylka e Wood-Barcalow (2015), e validada para a população portuguesa por Marta-Simões, Mendes, Trindade, Oliveira, e Ferreira em 2016. De modo a avaliar a Satisfação Conjugal, foi aplicada a escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC) desenvolvida por Narciso e Costa em 1996. Por fim, para medir o Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos, foi aplicada a escala de Ajustamento ao Envelhecimento (ATAS), construída e validada num contexto multicultural por von Humboldt et al. (2013). Todas as escalas apresentam uma elevada consistência interna.

Procedimento

Foram contactadas via email diversas universidades seniores e centros de dia do distrito de Lisboa, onde foi entregue um pedido de autorização. Foi entregue um consentimento informado aos participantes que desejassem participar do estudo, de modo a que estes ficassem informados acerca da investigação, e que ao participarem neste estudo seria assegurada a privacidade e o anonimato das suas identidades.

RESULTADOS

Recorreu-se ao modelo de regressão linear múltipla do Ajustamento ao Envelhecimento em função da Imagem Corporal, da Satisfação Conjugal, e o estudo da Imagem Corporal como variável moderadora, revelou-se estatisticamente significativo ($F(3,189)=12,885$; $R^2=0,16$; $p=,000$). A análise dos coeficientes de regressão e da sua significância estatística, revelou que tanto a Imagem Corporal ($\beta=,229$; $t(189)=3,051$; $p=,003$) como a Satisfação Conjugal ($\beta=,148$; $t(189)=2,071$; $p=,040$), são ambas preditores significativos do Ajustamento ao Envelhecimento. De igual modo, a análise revelou que existiu um efeito moderador significativo da Imagem Corporal, na relação da Satisfação Conjugal e do Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos ($\beta=-,205$; $t(189)=-2,924$; $p=,004$). Para averiguar o sentido dessa moderação, dividiu-se a variável Imagem Corporal em dois grupos, consoante os seus quartis extremos (Quartil 1 vs. Quartil 4). Realizou-se então duas regressões lineares simples, uma para cada grupo. O que os resultados demonstraram foi que a relação entre a Satisfação Conjugal e o Ajustamento ao Envelhecimento era significativa e, negativa, para os sujeitos que apresentavam uma baixa Imagem Corporal ($\beta=-,420$; $t(45)=-3,105$; $p=,003$). Por sua vez, essa mesma relação não demonstrou ser significativa para os sujeitos que apresentavam uma elevada Imagem Corporal ($\beta=,056$; $t(43)=0,368$; $p=,715$). Tais resultados demonstram que a Imagem Corporal moderou a relação entre a Satisfação Conjugal e o Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos.

DISCUSSÃO

Verificou-se que tanto a Imagem Corporal, como a Satisfação Conjugal, são ambas bons preditores do Ajustamento ao Envelhecimento, e a interação entre estas duas variáveis influencia o mesmo (i.e., quanto mais satisfação com a Imagem Corporal, maior a Satisfação com a Relação Conjugal, influenciando assim positivamente o Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos). Apesar de não existir literatura que relacione os dois constructos acima referidos ao Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos, vários são os estudos que revelam que a satisfação com a Imagem

Corporal e a Satisfação Marital, por si só, são elementos fundamentais para um envelhecimento bem-sucedido e para o bem-estar em idades avançadas. No que concerne à variável Imagem Corporal, no estudo de Skopinski et al. (2015) verificou-se que a satisfação com a aparência corporal, está relacionada com uma melhor qualidade de vida, menor probabilidade de apresentar sintomas depressivos, menor índice de massa corporal e mais satisfação pessoal e familiar. Em relação à variável Satisfação Conjugal, e de acordo com alguns autores, os relacionamentos amorosos são considerados a relação social com mais relevância na idade adulta, e a satisfação com a relação conjugal está relacionada com a saúde, com o bem-estar e com a qualidade de vida, sobretudo na adultícia avançada (Laurentino et al., 2006; Margelisch, Schneewind, Violette, & Perrig-Chiello, 2015; Norgren et al., 2004).

Os resultados também demonstraram que existe um efeito moderador significativo da Imagem Corporal, na relação da Satisfação Conjugal e do Ajustamento ao Envelhecimento. Assim, a relação entre a Satisfação Conjugal e o Ajustamento ao Envelhecimento revela-se significativa e negativa, para os sujeitos que apresentam uma baixa Imagem Corporal, ou seja, este resultado indica que quando os idosos percebem uma baixa Imagem Corporal, mesmo percebendo Satisfação com a Relação Conjugal, irão apresentar um fraco Ajustamento ao Envelhecimento, e assim a variável Satisfação Conjugal parece perder a sua importância (o seu poder preditivo) para a presente amostra. Não foram encontrados estudos onde a Imagem Corporal tenha tido um efeito moderador na relação entre a Satisfação Conjugal e o Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos, e de certa forma este resultado é inesperado, pois era expectável que quando existisse insatisfação com a Imagem Corporal, existisse igualmente uma maior insatisfação com a relação conjugal, influenciando assim negativamente o Ajustamento ao Envelhecimento. Desta forma, uma possível explicação para o resultado encontrado, poderá ser o facto de o envelhecimento ser um processo onde o ser humano sofre diversas alterações, nomeadamente psicológicas, biológicas e sociais, e de acordo com a literatura, alguns adultos em idade avançada, rejeitam o próprio envelhecimento em consequência da imagem que têm acerca de si próprios, o que pode levar a que desenvolvam uma baixa autoestima, e sentimentos de auto desvalorização (Elder, Glen, Johnson, & Crosnoe, 2004; Rocha & Cunha, 1994; Silva, Farias, Oliveira, & Rabelo, 2012). De acordo com Hurd (2000) nesta fase do ciclo de vida, os idosos têm um grande foco na saúde, e muitas das vezes, as alterações físicas próprias do processo de envelhecimento fazem com que estes se defrontem com uma sociedade que os estigmatiza, sendo muitas das vezes considerados sujeitos tidos como não atraentes em diversas situações quotidianas (Chaim, Izzo, & Sera, 2009; Westerhof & Tulle, 2008). Assim, o facto de na adultícia avançada, ocorrerem diversas alterações fisiológicas, que se expressam através de uma redução da capacidade funcional, e as crenças negativas associadas a este processo, podem levar à insatisfação com a aparência corporal. Os preconceitos acerca da imagem corporal referidos anteriormente, aliados ao facto de muitas das vezes a sociedade ainda considerar a adultícia avançada como um período de assexualidade (Risman, 2005), impondo aos idosos tabus, restringindo-os de pensar acerca da sua sexualidade, do seu corpo, do seu prazer, e da prática de relações sexuais (mesmo a sexualidade fazendo parte da saúde do ser humano, manifestando-se durante o ciclo de vida), leva a uma inibição por parte dos idosos em abordar este tema (Nery & Valença, 2014). Desta forma, a experiência psicoafectiva do envelhecimento, poderá estar condicionada pelas mudanças corporais que afetam a Imagem Corporal, originando um decréscimo das capacidades sensoriais e limitações em atividades que anteriormente eram tidas como satisfatórias, tendo como consequências modificações na situação social (decorrentes da reforma), e um decréscimo ou até mesmo abandono das relações sexuais, resultando na vivência de sentimentos de insuficiência e de incapacidade (Martín, 2002), assim, a insatisfação com a Imagem Corporal também poderá estar relacionada a resultados interpessoais negativos (Meltzer & McNulty, 2010). O referido anteriormente, poderá ser uma possível explicação para os resultados encontrados nesta amostra, uma vez que, os idosos são reprimidos a expressar-se acerca da sua sexualidade (que é uma das dimensões da Satisfação Conjugal), e a adultícia avançada é uma fase caracterizada por

IMAGEM CORPORAL, CONJUGALIDADE E ENVELHECIMENTO

diversas alterações corporais (como referido anteriormente), o que pode levar a que exista um maior foco na Imagem Corporal (e na funcionalidade do corpo), em detrimento da relação conjugal, levando a que os idosos desta amostra experimentem um pior Ajustamento ao Envelhecimento quando se sentem insatisfeitos com a sua Imagem Corporal (mesmo estando Satisfeitos com o seu Relacionamento Conjugal).

Posto isto, na presente investigação podem ser apontadas algumas limitações, nomeadamente: i) o processo de amostragem (não probabilístico), que condiciona a generalização dos resultados para amostras semelhantes, ii) desejabilidade social, iii) alguns dos inquiridos necessitaram de auxílio com o preenchimento dos questionários, o que pode contribuir para o enviesamento dos resultados obtidos, e iv) metodologia quantitativa (que não permite uma abordagem tão abrangente acerca das temáticas em estudo).

Como conclusão, foi possível verificar que este é um estudo inovador, pois constatou-se que a Imagem Corporal e a Satisfação Conjugal influenciam de facto o Ajustamento ao Envelhecimento dos idosos, e que a Imagem Corporal se apresentou como uma variável moderadora significativa da relação entre estes dois constructos. Desta forma, este estudo contribui com dados iniciais importantes, para a realização de estudos e intervenções futuras ajustadas às necessidades dos idosos.

REFERÊNCIAS

- Baltes, P., & Baltes, M. (1990). Psychological Perspectives on Successful Aging: The Model of Selective Optimization with Compensation. In: P. Baltes, & M. Baltes (Eds.), *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences* (pp. 1-34). New York: Cambridge University Press. doi: 10.1017/CBO9780511665684
- Chaim, J., Izzo, H., & Sera, C. T. (2009). Cuidar em saúde: satisfação com imagem corporal e autoestima de idosos. *O Mundo da Saúde São Paulo*, 33(2),175-181. Retrieved from: http://www.saocamillo-sp.br/pdf/mundo_saude/67/175a181.pdf
- Elder, Glen, Johnson, M. K., & Crosnoe, R. (2004). The Emergence and Development of Life Course Theory. In J. T. Mortimer & Michael J Shanahan (Eds.), *The Handbook of the Life Course* (pp. 3–23). New York: Springer.
- Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. R. (1975). Mini-mental state: a practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal Psychiatric Research*. 12, 189-98. doi: 10.1016/0022-3956(75)90026-6
- Hurd, L. C. (2000). Older women's body image and embodied experience: An exploration. *Journal of Women & Aging*, 12, 77-97. doi:10.1300/J074v12n03_06
- Laurentino, N. R., Barboza, D., Chaves, G., Besutti, J., Bervian, S. A., & Portella, M. R. (2006). Namoro na terceira idade e o processo de ser saudável na velhice: recorte ilustrativo de um grupo de mulheres. *RBCEH - Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, Passo Fundo*, 3, 51-63. doi: 10.5335/rbceh.2012.57
- Margelisch, K., Schneewind, K. A., Violette, J., & Perrig-Chiello, P. (2015). Marital stability, satisfaction and well-being in old age: variability and continuity in long-term continuously married older persons. *Aging & Mental Health*, 21, 389–398. doi:10.1080/13607863.2015.1102197
- Marta-Simões, J., Mendes, A. L., Trindade, I. A., Oliveira, S. & Ferreira, C. (2016). Validation of the Body Appreciation Scale-2 for Portuguese women [abstract proceeding]. *BMC Health Services Research*, 16(Suppl. 3), 82-92. doi: 10.1186/s12913- 016-1423-5.

- Martín, M. D. (2002). Aspectos psicológicos del envejecimiento. In L. A. Ortiz, M. M. Carrasco, & J. C. Ballesteros, *Psiquiatria Geriátrica* (pp. 15-58). Barcelona: Masson, S. A.
- Mataruna, L. (2004). Imagem Corporal: noções e definições. *Revista Digital - Buenos Aires*, 10(17). Retrieved from: <https://www.efdeportes.com/efd71/imagem.htm>
- Meltzer, A. L., & McNulty, J. K. (2010). Body image and marital satisfaction: Evidence for the mediating role of sexual frequency and sexual satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 24, 156–164. doi:10.1037/a0019063
- Narciso, I., & Costa, M. E. (1996). Amores satisfeitos, mas não perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, 115-130.
- Nery, V. A., & Valença, T. D. (2014). Sexo e sexualidade no processo de envelhecimento. *C&D-Revista Eletrônica da Fainor, Vitória da Conquista*, 7(2), 20-32. Retrieved from: <http://srv02.fainor.com.br/revista/index.php/memorias/article/view/304/190>
- Norgren, M. D., Souza, R. M., Kaslow, F., Hammerschmidt, H., & Sharlin, S. A. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 9, 575-584. doi:10.1590/S1413-294X2004000300020
- Poon, L. W., Martin, P., Bishop, A., Cho, J., da Rosa, G., Deshpande, N., ... Miller, L. S. (2010). Understanding Centenarians' Psychosocial Dynamics and Their Contributions to Health and Quality of Life. *Current Gerontology and Geriatrics Research*, 2010, 1–13. doi: 10.1155/2010/680657
- Rauer, A. J., Sabey, A., & Jensen, J. F. (2014). Growing old together: Compassionate love and health in older adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 3, 677–696. doi: 10.1177/0265407513503596
- Risman, A. (2005). Sexualidade e Terceira Idade: uma visão histórico-cultural. *Textos Envelhecimento*. 8(1), 89-115.
- Rocha, F. L., & Cunha, U. G. (1994). Aspectos psicológicos e psiquiátricos das quedas do idoso. *Arquivos Brasileiros de Medicina*, 68(1), 9-12.
- Rocha, L. M., & Terra, N. (2013). Body image in older adults: a review. *Scientia Medica (Porto Alegre)*, 23(4) 255-261.
- Santana, I., Duro, D., Lemos, R., Costa, V., Pereira, M., Simões, M. R., & Freitas, S. (2016). Mini-mental state examination: Avaliação dos novos dados normativos no rastreio e diagnóstico do défice cognitivo. *Acta Médica Portuguesa: Revista Científica da Ordem dos Médicos*, 29, 240-248. doi:10.20344/amp.6889
- Silva, L. C., Farias, L. M., Oliveira, T. S., & Rabelo, D. F. (2012). Atitude de idosos em relação à velhice e bem-estar psicológico. *Revista Kairós Gerontologia*, 119-140. Retrieved from: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/13798/10187>
- Skopinski, F., Resende, T. D., & Schneide, R. H. (2015). Imagem corporal, humor e qualidade de vida. *Revista Brasileira Geriatria e Gerontologia*, 18, 95-105. doi: 10.1590/1809-9823.2015.14006
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The Body Appreciation Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body image*, 12, 53-67. doi: 10.1016/j.bodyim.2014.09.006
- von Humboldt, S., Leal, I., Pimenta, F., & Marôco, J. (2013). Assessing Adjustment to Aging: A Validation Study for the Adjustment to Aging Scale (AtAS). *Social Indicators Research*, 119, 455–472. doi: 10.1007/s11205-013-0482-9
- Westerhof, G., & Tulle, E. (2008). Meanings of ageing and old age: Discursive contexts, social attitudes and personal identities. In J. Bond, S. Peace, F. Dittmann-Kohli & G. Westerhof (Eds), *Ageing in Society* (pp. 235-254). London: SAGE.