

Adaptação e avaliação de um modelo teórico de gratidão e apreciação corporal para adultas jovens brasileiras

RESUMO

A imagem corporal positiva é um construto que diz respeito à apreciação da aparência, da funcionalidade do corpo e da capacidade autoprotetora do indivíduo. Está relacionada à prevenção de transtornos alimentares e de imagem corporal, além das condições subclínicas. As pesquisas sobre esse construto ainda são incipientes na literatura nacional e carece de uma base teórica sólida. O objetivo do presente estudo foi avaliar um modelo teórico de gratidão e apreciação corporal para mulheres adultas jovens brasileiras, com base no “*Gratitude Model of Body Appreciation*”. Trata-se de um estudo quantitativo e transversal realizado com uma amostra de 2.136 mulheres jovens adultas de 18 a 35 anos de idade ($M_{idade} = 22,82$; $SD = 3,78$) de todas as regiões brasileiras. As participantes responderam a cinco questionários que avaliam a gratidão, a comparação corporal e alimentar, o valor próprio na aparência e na aprovação dos outros, a apreciação corporal e o comer intuitivo. Os resultados são apresentados em formato de artigos. O primeiro artigo apresenta uma revisão sistemática sobre modelos teóricos de imagem corporal positiva seguido por três artigos referentes à adaptação transcultural e avaliação psicométrica de três instrumentos utilizados na presente tese, e o último artigo relata a avaliação do modelo teórico. O “*Gratitude Model of Body Appreciation*” se ajustou adequadamente à amostra pesquisada. De acordo com o modelo as mulheres mais gratas apresentaram um menor investimento do valor próprio na aprovação dos outros e na aparência, menor comparação corporal e alimentar e maior apreciação corporal e comer intuitivo. Espera-se que os resultados proporcionem insights valiosos para o desenvolvimento de intervenções preventivas voltadas para os transtornos alimentares e de imagem corporal, e de condições subclínicas.

Palavras-chave: imagem corporal; gratidão; apreciação corporal; jovens adultas; teoria psicológica.

ABSTRACT

Positive body image is a construct related to the body appreciation, body functionality, and self-protective capabilities of the individual. It is associated with the prevention of Eating Disorders and Body Image Disturbances, as well as subclinical conditions. Research on this construct is still emerging in the national literature and lacks a solid theoretical foundation. The aim of this study was to evaluate a theoretical model of gratitude and body appreciation for young adult Brazilian women, based on the “Gratitude Model of Body Appreciation” This is a quantitative, cross-sectional study conducted with a sample of 2,136 young adult women aged 18 to 35 years ($M_{age} = 22.82$; $SD = 3.78$) from all regions of Brazil. Participants completed five questionnaires assessing gratitude, body and food comparison, self-worth related to appearance and others' approval, body appreciation, and intuitive eating. The results are presented in the form of articles. The first article provides a systematic review of theoretical models of positive body image, followed by three articles on the cross-cultural adaptation and psychometric evaluation of validated instruments, and the final article reports on the evaluation of the theoretical model. The “Gratitude Model of Body Appreciation” fitted the sample appropriately. The model demonstrated that more grateful women exhibited lower self-worth investment in others' approval and appearance, reduced body and food comparison, and greater body appreciation and intuitive eating. It is expected that the findings will provide valuable insights for the development of preventive interventions aimed at eating disorders, body image disturbances, and subclinical conditions.

Keywords: Body Image. Gratitude. Body Appreciation. Young adults. Psychological Theory.