

O conceito de Imagem Corporal como produto de relações sócio-verbais: cultura, self e corpo

The Body Image concept as a product of socio-verbal relations: culture, self and body

 LIANA ROSA ELIAS¹

 AMANDA SANTOS DE SOUZA²

 PAULO COELHO CASTELO BRANCO¹

¹UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ

²UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

Resumo

O conceito de Imagem Corporal (IC) vem sendo tratado por diferentes campos de conhecimento. Fenômeno multifatorial, envolve componentes perceptivos, cognitivos, afetivos, comportamentais e sociais. Este estudo propõe uma operacionalização do conceito de IC, a partir de um viés analítico-comportamental e contextual. Para tanto, realizou-se um levantamento sobre as principais propostas de IC na psicologia baseada em evidências, bem como nas propostas behavioristas. Então, partiu-se para um estudo teórico em busca da operacionalização da IC e suas contingências de instalação e manutenção, articulando os conceitos de self, identidade, seleção por consequências, comportamento simbólico. Apresenta-se IC como uma unidade funcional, produto das interações operantes e respondentes (públicas e privadas), que envolvem, principalmente, tatos sobre si e sobre a aparência corporal e discriminação destas características a partir de modelos socialmente estabelecidos. Configura-se como um processo identitário ao ser um conjunto estável (embora flexível) de descrições de si a partir da IC e sua influência em outros repertórios comportamentais. A partir da análise de práticas culturais sobre corpo, beleza e atratividade e da Teoria das Molduras Relacionais, propõe-se o enfoque selecionista das práticas culturais e em como estas modificam as relações verbais que estabelecemos com o próprio corpo e, conseqüentemente, na maneira que se simboliza e age diante da própria imagem. Conclui-se que a IC se situa no campo das relações verbais e simbólicas estabelecidas nas aprendizagens (emocionais, operantes verbais e não verbais) selecionadas na relação do sujeito com as práticas culturais relacionadas ao corpo.

Palavras-chave: imagem corporal, teoria das molduras relacionais, prática cultural, análise do comportamento.

Abstract

The concept of Body Image (BI) has been addressed by different fields of knowledge. A multifactorial phenomenon, it involves perceptive, cognitive, affective, behavioral and social components. This study proposes an operationalization of the BI concept, from an analytical-behavioral and contextual perspective. Therefore, a survey was carried out on the main BI proposals in evidence-based psychology, as well as in behaviorist proposals. Then, a conceptual study was carried out in search of the operationalization of BI and its installation and maintenance contingencies, articulating the concepts of self, identity, selection by consequences and symbolic behavior. BI is presented as a functional unit product of operant's and respondent's interactions (overt and private), which mainly involve tacts about oneself and about bodily appearance and discrimination of these characteristics from socially established models. It's configured as an identity process as it is a stable (albeit flexible) set of self-descriptions based on BI and its influence on other behavioral repertoires. Based on the cultural practices analysis about the body, beauty and attractiveness and the Relational Frame Theory, a selectionist approach is proposed for cultural practices and how they modify the verbal relationships we establish with our own bodies and, consequently, the way we symbolize and act regarding the image itself. It's concluded that BI is established in the verbal and symbolic relationships domains in learning (emotional, verbal and non-verbal operants) selected in the subject's relation with cultural practices regarding the body.

Keywords: body image, relational frame theory, cultural practice, behavior analysis.

Nota. Os autores agradecem as agências FAPESB e CNPq pelo apoio à pesquisa.

✉ liana.elias@ufc.br

DOI: [HTTP://DX.DOI.ORG/10.18542/REBAC.V19I2.15664](http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v19i2.15664)

O debate sobre o conceito de Imagem Corporal (IC) é tratado direta ou indiretamente por diversos autores no campo das abordagens comportamentais (Callaghan et al., 2012; Neziroglu et al., 2008; Pearson et al., 2010). Apesar da maioria dos estudos terem viés cognitivo-comportamental (Schilder, 1999; Tavares, 2003; Veras, 2010), é possível uma leitura behaviorista radical sobre a IC, especialmente, com as terapias comportamentais contextuais, a exemplo da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT). Assim, este artigo propõe uma operacionalização do conceito de IC a partir de um viés analítico-comportamental e contextual, destacando o papel selecionador das práticas culturais e em como estas modificam as relações verbais que estabelecemos na relação com o nosso corpo e, conseqüentemente, na maneira que simbolizamos e agimos diante de nossa própria imagem.

Nas seções que seguem, apresenta-se um percurso argumentativo que envolve a exposição dos seguintes pontos: as principais definições de IC em uma perspectiva generalista; a leitura comportamental do conceito de identidade para então apresentar uma proposta de definição de IC (tratando-a como uma unidade funcional); as contingências comportamentais constituintes da IC (primeiro e segundo nível de seleção), perpassando a relação entre IC e identidade à luz da Teoria das Molduras Relacionais (*Relational Frame Theory* – RFT); as práticas culturais relevantes a discussão sobre IC.

As principais definições de Imagem Corporal

Também denominada por alguns autores como autoimagem, a IC seria uma experiência de corpo como construção social e cultural, para além do corpo biológico. Assim, a IC é tratada como um conceito multidimensional, subjetivo e dinâmico que englobaria percepção, pensamentos e sentimentos em relação ao próprio corpo, mas também, para além da estética, comportamentos e disposições do sujeito. Haveria, portanto, um componente *perceptivo*, que inclui a visão e reconhecimento do próprio corpo, um componente *cognitivo*, que inclui pensamentos e regras sobre os atributos físicos, aparência e suas relações com os ideais sociais destes; um componente *emocional*, que compreenderia avaliação, afeto e cognição, e, os *comportamentos* que ocorrem em função destes, como evitar espelhos, verificar peso, fazer dieta ou procedimentos estéticos, evitação social, dentre outros (Neagu, 2015).

Bailey (2003) vai além e articula os conceitos de autoimagem, autoconceito e identidade; definindo, portanto, a autoimagem como uma percepção subjetiva de si que inclui a imagem do próprio corpo e suas impressões acerca de sua personalidade e capacidades. A autora ainda argumenta que a autoimagem seria a imagem mental de uma pessoa com sua aparência física e integração de suas experiências, desejos e sentimentos. Seria possível aqui o surgimento de valores como beleza, satisfação, atratividade.

O debate desta temática geralmente está centrado nas conseqüências dos problemas de IC, com destaque para os transtornos alimentares (Cubrelati et al., 2014); de modo que a IC é pouco explorada *per se*, sendo incluída como um desdobramento dos transtornos alimentares de modo geral. Apesar de avançar nas discussões científicas, do ponto de vista comportamental isso representa um problema, pois além da circularidade da explicação, da redundância e dualismo, a identificação de variáveis ambientais é dificultada, o que prejudica o trabalho clínico (Baum, 2019).

A articulação do conceito de IC, gênero¹ e self ganhou destaque a partir da segunda onda do feminismo, na década de 1940 (Cunha, 2020). Contemporaneamente, Vartanian (2009) conduziu um estudo sobre autoconceito, IC e internalização – autoconceito sendo entendido como um conjunto estável e coerente de autodefinições. O autor considera internalização quando os padrões sociais são tomados pelo sujeito no seu autoconceito. No estudo supracitado, com n = 322, os padrões sociais de atratividade e exposição à mídia do ideal de magreza, quando internalizados, produzem insatisfação corporal e sentimentos negativos sobre o próprio corpo. Na fase dois do estudo, com n = 175, o fator internalização também se mostrou como mediador da relação com variáveis como: influência dos pais, dos pares, da mídia e a insatisfação corporal. Ao considerar possíveis fatores de risco ou proteção, o autor aponta a autoestima como principal variável determinante da internalização dos padrões sociais de atratividade, em detrimento de fatores como idade e índice de massa corporal (IMC). Um autoconceito coerente é apontado como possível fator de proteção contra a internalização e conseqüente insatisfação corporal. Logo, os indivíduos que não

¹ O conceito de gênero é importante para subsidiar as discussões sobre as práticas de socialização ocidental do masculino e feminino, que impactam de formas diferentes homens e mulheres. Uma definição de gênero como prática cultural decorrente de um sistema normativo, socialmente construído de forma arbitrária, binária e heteronormativa, em que há um desequilíbrio de poder entre estes. Para uma discussão aprofundada: Cravo, F. A. M., Almeida-Verdu, A. C. M., & Costa-Junior, F. M. (2022). Revisão de literatura da produção analítico-comportamental nacional sobre gênero e sexualidade. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 13(2), 247-265.

têm um senso claro de sua própria identidade estão mais propensos a buscarem fontes externas para definirem a si mesmos.

Interessante comentar que, no estudo de Vartanian (2009), houve uma investigação de variáveis privadas no estudo da IC. A grande maioria dos estudos investigam a participação de eventos públicos, como idade, sexo e IMC. Conforme apontado por Vale e Elias (2011), o IMC, embora amplamente utilizado no diagnóstico e nos estudos de Transtornos Alimentares, deve ser problematizado. O IMC não faz distinção entre massa magra (músculos, ossos, água, etc.) e massa gorda (tecido adiposo), pois o cálculo mede a corpulência e não a adiposidade ou metabolismo (Aronne & Siegal, 2002). Isto posto, o IMC não é uma medida confiável para se classificar os corpos como saudáveis, em sobrepeso ou desnutrição. Os problemas na relação corpo-comportamento alimentar e IC extrapolam o peso corporal (a exemplo da vigorexia e ortorexia), e o IMC não deve tomar o protagonismo no estudo da IC.

Uma leitura comportamental do conceito de Imagem Corporal

Muitos estudos tratam da relação entre *self*, identidade e o corpo como locus do comportamento (Callaghan et. al., 2012; Pearson et al., 2010; Skinner, 1989). Skinner (1953/2003) aborda o “mundo sob a pele” e o papel das contingências sócio-verbais na promoção da auto-observação, autoconhecimento e autocontrole. Desde o início do Behaviorismo Radical, o autor tem trazido um viés externalista e funcional para os eventos privados, apontando, portanto, estes como relações verbais estabelecidas no contato com o próprio corpo a partir da exposição do sujeito a uma comunidade verbal (Skinner, 1989). Conceitos psicológicos como sentimentos, pensamentos, processos cognitivos (como atenção, percepção, memória) e psicológicos (como personalidade, identidade, motivação) são operacionalizados em contingências comportamentais e entendidos como categorias que descrevem a relação do sujeito com o mundo e consigo mesmo (Skinner, 1945).

Ainda na esteira do desenvolvimento teórico sobre o comportamento humano, os psicólogos comportamentais tiveram que desenvolver conceitos e ferramentas de intervenção úteis às demandas clínicas do campo. A análise aplicada do comportamento ao contexto clínico traz desafios para o campo conceitual, a exemplo, a necessidade de operacionalizar conceitos como identidade, autoestima, IC. Neste íterim, precisou-se lidar com a classificação diagnóstica Transtorno Dismórfico Corporal na clínica comportamental. Grande parte da produção analítico-comportamental e comportamental contextual são voltadas para explicar as distorções ou insatisfações do corpo ocasionadas neste quadro clínico (Callaghan et. al., 2012; Neziroglu et al., 2008; Neziroglu et al., 2004; Pearson et al., 2010). As definições do processo psicológico relacionado à IC ainda são incipientes nessas perspectivas; ao contrário das perspectivas cognitivistas (Tavares, 2003; Veras, 2010).

Uma proposta de definição de Imagem Corporal

Do ponto de vista comportamental, seria possível compreender o conceito de IC como um produto das interações operantes e respondentes (públicos e privados), que envolvem, principalmente, atos sobre si e sobre a aparência corporal e discriminação de características compatíveis ou não com os modelos socialmente estabelecidos. A relação que se estabelece com o corpo é construída a partir das inúmeras experiências que o indivíduo tem com o corpo ao longo da vida, em diferentes contextos (Nobre et al., 2010). Por isso, a IC influencia diversos repertórios e aspectos da vida do indivíduo, incluindo as relações sociais, familiares, o trabalho, saúde, dentre outros. Como exemplo, é possível que uma mulher considere desistir de uma entrevista de emprego por achar que sua aparência será um fator decisivo para uma avaliação negativa.

Nesse processo, o corpo, sua imagem (em fotografias, no espelho, etc.), e as descrições e significados a ele atribuídos passam a compor a identidade do indivíduo ainda na infância, configurando-se o aspecto mais imediatamente associado ao que progressivamente se compreende como “eu”. A construção dessa identidade é idiossincrática, visto que corresponde às aprendizagens do indivíduo na interação com o ambiente (Nobre et al., 2010). Propõe-se que a IC compõe o conceito de identidade, atuando como operação estabelecadora para a emissão de respostas de modificação corporal, respostas de interação social e de autorreferência, sendo capaz de influenciar diversos repertórios nas distintas áreas da vida do indivíduo.

No viés comportamental, a IC é entendida como um conceito, isto é, como um rótulo que descreve relações sujeito-mundo / sujeito-sujeito. A IC não é a causa dos elementos que esta categoria descreve, pois do contrário, incorrer-se-ia em um erro de categoria (Baum, 2019). Logo, a IC não “causa” a descrição de si, a percepção do corpo ou os outros elementos que compõem a classe de respostas. Ao contrário, os elementos que compõem a classe “IC” são determinados na relação bidirecional e contínua do sujeito com o ambiente.

Considerando as contingências selecionadoras da categoria conceitual “IC”, ainda na infância, quando as características físicas próprias de cada indivíduo vão se manifestando e se estabelecendo, a criança aprende a discriminar os estímulos ambientais com relação à aparência, passando a se direcionar aos modelos transmitidos. A partir das interações ambientais, a criança entra em contato com modelos e regras estabelecidas pela comunidade verbal sobre quais características seu corpo e aparência devem possuir e aquelas a serem evitadas. São formuladas, pois, autorregras que passam a controlar a maneira como a criança se relacionará com o próprio corpo (Fonseca & Nery, 2018).

A partir do que é dito socialmente sobre corpos e aparência (derivando a relação meu corpo/minha aparência), a IC vai sendo construída, estabelecendo-se nas relações feitas entre sua própria aparência e as aprendizagens sociais sobre aparência, e impacta os repertórios comportamentais que são construídos em função desta. As características desvalorizadas pelo grupo social tendem a adquirir função aversiva, ao passo que àquelas valorizadas adquirem função reforçadora (Fonseca & Nery, 2018). Importante destacar que tanto as características valorizadas quanto as desvalorizadas são emaranhadas por um conjunto de valores que transcendem o aspecto fenotípico e estético, fazendo referência direta e indireta à identidade do indivíduo e aos lugares sociais a que tais identidades são designadas.

Imagem Corporal como uma unidade funcional

É um ponto consensual na literatura, até então retrocitada, a influência de variáveis sociais na definição e determinação da IC. Defende-se aqui a ideia de que IC seja entendida como uma unidade funcional, entrelaçando as variáveis filogenéticas (o corpo), ontogenéticas (exposição a diversas contingências) e culturais (práticas culturais, construção de valores e processos de construção identitária).

Para além da dimensão concreta/biológica do corpo e das características corporais, a IC assume também a função de qualificar a identidade do indivíduo. Isso se estabelece a partir das relações verbais construídas em torno da aparência, no âmbito individual e coletivo, bem como da própria construção do self. Para compreender a relação entre IC e identidade, e sua ligação com as práticas culturais, há que se explorar o conceito de self e o papel exercido pela linguagem (Hayes et al., 2001).

Poder-se-ia tratar a IC como um processo constituinte do self skinneriano, que mantém a ideia de que variadas contingências criam distintas pessoas sob a mesma pele (Skinner, 1955/2006). Ou seja, a depender das contingências em vigor, distintos self podem existir sob a mesma pele. Assim, procede-se com a IC, que é proposta nessa argumentação como uma construção sócio-verbal. Se considerarmos que a insatisfação corporal está relacionada a uma constelação de pensamentos e narrativas que as pessoas contam a si mesmas com base na história, na biologia, na cultura e no desenvolvimento, a estabilidade desta insatisfação faz sentido (Pearson et al., 2010).

Skinner (1989) elabora uma análise funcional do self, em um esforço de afastar o conceito de proposições causais e iniciadoras do comportamento. O autor circunscreve o self às interações existentes entre os três níveis de seleção, destacando o papel central exercido pela cultura (Oliveira Zin et al., 2022). Para Skinner (1989), é o terceiro nível de seleção que permite ao indivíduo a construção de um self. Na ontogênese, o indivíduo se torna singular, e por meio do comportamento verbal não apenas entra em contato com seu mundo privado como, também, torna-se suscetível à seleção de vastas e distintas práticas culturais.

Skinner (1955/2006) atribui ao comportamento verbal – mediado necessariamente através da relação entre falante e ouvinte, ou seja, da comunidade verbal – o desenvolvimento do autoconhecimento. Em síntese, a possibilidade de entrar em contato consigo mesmo só é efetivada por meio da cultura, e sobretudo da capacidade de se comportar verbalmente. Portanto, é coerente afirmar que o self é construído no âmbito da comunidade verbal em que o indivíduo está inserido (Andery 1997).

Por mais interna e privada que possa parecer, a subjetividade é a mais social de todas as características humanas (Andery, 1997). Ela é construída no seio da interação e das experiências com os eventos ambientais públicos. Nos primeiros estágios da socialização, a comunidade verbal, que não dispõe de acesso direto aos eventos privados individuais, utiliza os estímulos públicos para ensinar o relato de eventos privados. Nos estágios seguintes do desenvolvimento, o “eu” emerge como uma unidade funcional independente sob controle da estimulação privada – de “ver”, “ouvir”, “sentir”, etc. (Andery 1997; Baum, 2019; Kohlenberg & Tsai, 1996/2001).

Como exemplo, é possível pensar numa criança privada de alimento há algumas horas (contexto antecedente), que se apresenta irritada e aponta para uma caixa de biscoitos (resposta). Diante desse cenário, a mãe lhe pergunta “você está com fome, não é?”, confirma em seguida o relato “sim, você está com fome”, e lhe oferece alguns biscoitos (consequência). Esse exemplo mostra o processo de discriminação, facilitado pela mãe, da contingência frente a qual a criança está exposta. Ao nomear de “fome” os eventos privados que infere serem experimentados pela criança

naquele momento e os comportamentos públicos por ela emitidos, a mãe, enquanto comunidade verbal, seleciona uma relação do conceito “fome” a uma condição privada e ambiental específica. Do mesmo modo, diante de outros estímulos a comunidade verbal irá reforçar relatos correspondentes: diante do estímulo público “carro”, será reforçado o relato “eu vejo carro”. O objeto visto/sentido/ouvido/desejado pode mudar, assim como os estímulos privados experimentados pelo indivíduo. Contudo, o lugar onde ocorre a atividade, a perspectiva do “eu” permanece a mesma (Oliveira Zin et al., 2022).

Em resumo, a comunidade verbal ensina o indivíduo a se conhecer, permitindo que este preveja seu comportamento futuro e reaja de acordo. O autoconhecimento (isto é, a capacidade de discriminar o próprio comportamento e identificar estímulos que controlam relatos de autorreferência), favorece a regulação do comportamento pelo próprio indivíduo e o autocontrole. O repertório de autoconhecimento é associado ao self, que não é único, estático ou causador do comportamento (Kohlenberg & Tsai, 1996/2001; Skinner, 1953/2003; Tsai, 2006). O self é então conceituado como tendências de respostas encobertas (sentimentos, pensamentos, predisposições comportamentais) possibilitadas pelo desenvolvimento da cultura no que se refere ao ensino do comportamento verbal pela comunidade (Moreira et al., 2017).

Enquanto resposta verbal decorrente de um processo histórico sócio-verbal, as diferentes contingências produzirão sentidos de self distintos. Logo, o controle público do senso de self é um fator de risco para os transtornos do self na nossa cultura (Tsai et al., 2009/2011).

Contingências comportamentais constituintes da Imagem Corporal

Lerner et al., (1980) propuseram que a experiência com o próprio corpo é influenciada por uma variedade de fatores, como culturais, de desenvolvimento, biológicos e históricos (Pearson et al., 2010). Para tanto, faz-se importante uma análise a partir dos três níveis de seleção do comportamento (Skinner, 1981).

Imagem Corporal, aprendizagens filogenéticas e neurociências

Skinner (1981) aponta que o produto do primeiro nível de seleção pelas consequências (filogenético) é o organismo. Inclui-se aqui todas as aprendizagens da espécie (reflexos incondicionados) e a própria base biológica que está envolvida na emissão das ações humanas em sua relação com o ambiente. A perspectiva skinneriana para os aspectos biológicos é seletivista; portanto, estes eventos não são agentes causais do comportamento. É importante entender os recursos pelos quais os processos comportamentais ocorrem, uma vez que o comportamento envolve uma ampla gama de processos de atividade do sujeito com o ambiente. A integração dos achados comportamentais e neurocientíficos (a exemplo do estudo das interações respondente-operante e das bases biológicas do reforçamento), já é proposta como uma forma de estudar o comportamento humano em um maior nível de complexidade, a exemplo da abordagem biocomportamental (Donahoe & Palmer, 1994).

O cérebro trabalha como um todo integrado, mas há determinadas áreas e processos que são os protagonistas de cada componente cognitivo. Entretanto, como o conceito de IC carrega muitas dimensões (perceptivas, cognitivas e afetivas), não há uma explicação única e suficiente em termos neurocognitivos (Feusner et al., 2017).

Ainda não há consenso nas neurociências sobre em quais mecanismos ocorrem a IC e sua distorção (como no caso do Transtorno Dismórfico Corporal). Contudo, alguns achados indicam duas áreas que estão especialmente envolvidas na distorção de IC em pacientes com Anorexia Nervosa. Gaudio et al. (2018) indicaram que as áreas parietal posterior, ínsula, córtex pré-frontal e a área corporal extraestriada (EBA) têm papel específico e interligado na distorção da IC em anoréxicas. Quando as participantes realizavam tarefas referentes à percepção corporal, o estudo identificou alterações nas áreas parietais posteriores (que parecem estar relacionadas à percepção visual corporal alterada), além de alterações na ínsula, que foram relacionadas a comportamentos de consciência corporal alterada e atitudes negativas em relação ao corpo.

Amoruso et al. (2011) propuseram uma análise mais complexa dos processos envolvidos na percepção visual do corpo humano e a relacionam com o domínio da cognição social, o que permite o entendimento de um comportamento social complexo. Ou seja, IC não se trata apenas da percepção de partes ou do todo corporal, mas sim de um processo cognitivo mais complexo, que envolve a rede de atribuição de significados (simbólicos) sobre o corpo, e áreas mnemônicas das experiências prévias com esses estímulos (operantes e reflexas). Há, portanto, a integração dos domínios cognitivos, sociais e emocionais presentes na definição de IC aqui proposta. A EBA está localizada no sulco temporal inferior posterior e o giro fusiforme ventral. Estas áreas estão envolvidas na percepção de partes do corpo em diferentes estímulos contextuais, como fotografia, espelho, desenho, vídeo, etc. A área corporal do giro

fusiforme (FBA) atua no processamento das imagens de uma forma mais completa do corpo. Os mencionados autores apontam que essas áreas podem estar dissociadas, e a EBA pode, nesse caso, estar envolvida numa ativação mais seletiva para partes específicas do corpo, como a barriga, o rosto, os quadris, etc.

Quando estamos diante de um estímulo discriminativo (S^D), em nosso cérebro há a integração das informações sobre pessoas, objetos e as interações entre elas em um conteúdo coerente e com significado, além dos fatos e ações que tendem a co-ocorrer em um determinado contexto com informações previamente aprendidas. Esses processos estão envolvidos como um conjunto probabilístico sobre o que é mais provável ver ou não ver em determinado contexto, permitindo-se fazer previsões e esclarecer com precisão as informações recebidas (Amoruso et al., 2011). É o que ocorre quando se visualiza um corpo humano e se identifica seu significado e intenções de ação (leitura social e tomada de perspectiva dêitica). Em termos comportamentais, o S^D atual é percebido na integração das aprendizagens prévias selecionadoras (respondentes, operantes e relacionais) e tem função sinalizadora do agir e suas consequências.

Amoruso et al. (2011) também propuseram uma “rede de contexto social” (*social context network*) fronto-insular-temporal (SCN), onde várias áreas frontais atualizam e associam informações contextuais em andamento em relação à memória episódica e associações de contexto-alvo. As redes temporais envolveriam o córtex parahipocampal, hipocampo e amígdala (estruturas do sistema límbico, responsável pela aprendizagem, reconhecimento e eliciação dos respondentes emocionais). Participariam da atribuição do valor da aprendizagem e seus operantes junto com o córtex insular (que está envolvido na coordenação entre os meios externos – percepção – e internos – propriocepção), promovendo um estado motivacional interno. Em articulação com outros estudos, os autores argumentam que esses processos estão envolvidos no que operacionalizamos como aumento das respostas de esquiva (previamente selecionadas), estados emocionais aversivos e aprendizagem reflexa do corpo como aversivo.

Embora proposta antes dos achados das neurociências, a teoria skinneriana de percepção ainda está apta a explicar o fenômeno. O elemento perceptivo (pretensamente tomado como “objetivo”) também é entendido como resultado de um processo de aprendizagem. A percepção, para o behaviorismo radical, é mais uma questão de controle de estímulos (Lopes & Abib, 2002). Há uma ação reflexa (visão incondicionada) e a visão operante (ver na ausência da coisa vista). A visão operante, ou seja, o que vemos quando nos olhamos no espelho, é controlado por operações motivacionais, estímulos estabelecedores de contingências, operações verbais - especialmente o *pliance* – comportamento governado por regras mantido por reforçamento social arbitrário e quadros relacionais mediados verbalmente (Hayes et al., 1986).

Aprendizagens operantes e fatores da história de vida

Os primeiros estudos a tratarem de um modelo comportamental para a IC foram os de Neziroglu et al. (2004), Neziroglu et al. (2008) e Cash (2002). Não obstante, estes autores propuseram o conceito de IC em quadros de Transtorno Dismórfico Corporal (TDC). O modelo de dois fatores do primeiro estudo foi proposto para a aquisição e manutenção do TDC em que se pode supor que (1) uma predisposição biológica, (2) história de reforço na primeira infância e (3) aprendizado social são pré-requisitos necessários para o desenvolvimento do TDC.

Por meio da mídia, família e de outras influências externas, aprende-se desde cedo sobre a aparência e sua importância. Por exemplo, a criança sendo elogiada por sua aparência em detrimento de suas habilidades ou de elementos do contexto da emissão do elogio, ou seja, via reforçamento social. Um modelo familiar em que comentários diretos sobre corpo, peso e alimentação, além de controle excessivo, críticas e baixa densidade de reforço, são fontes fortes de influência parental nos quadros de TDC (Neziroglu et al., 2008).

Experiências aversivas na infância, como *bullying*, insultos verbais e agressão sexual também são geralmente focadas no corpo, que podem produzir, por condicionamento respondente, o pareamento entre determinada parte do corpo (S^D) e emoções negativas (R^D) (Neziroglu et al., 2004). Os mencionados autores também destacam o condicionamento de ordem superior como um fator mantenedor. Por exemplo, a partir de uma aprendizagem específica de que uma parte do corpo é feia, pode-se aprender a “desqualificar” o corpo como um todo. Há, também, os comportamentos compulsivos característicos dos pacientes com TDC (como verificação, camuflagem, etc.) mantidos por reforçamento negativo, bem como outras respostas de fuga/esquiva, como evitar ver o próprio reflexo em espelhos, evitar fotografias, etc. Destarte, Neziroglu et al. (2008) atualizam o modelo de TDC com ênfase à aprendizagem social e o desenvolvimento de crenças (palavra usada por eles) por meio dos quadros relacionais.

Responder relacional na construção da Imagem Corporal

O operante generalizado da RFT, o responder relacional arbitrariamente aplicável (RRAA), nos permite compreender a investigação das relações entre estímulos de modo a gerar aprendizagens sobre eventos mesmo que nunca o tenhamos experimentado diretamente (Hart et al., 2020). As molduras relacionais especificam classes particulares de RRAA, contextualmente controladas (Perez et al., 2013). As relações entre os estímulos (e consequente formação de classe de estímulos funcionalmente ligados) são aprendidas geralmente por treino de múltiplos exemplares. Se configuram como um estímulo condicional que designa padrões específicos de relações entre eventos, como, por exemplo, maior/menor que (moldura de comparação), antes/depois (molduras de tempo), eu/você (moldura dêitica). Hayes et al. (2001) apresentam as principais molduras estudadas na RFT: coordenação, oposição, distinção, comparação, hierarquia, causalidade, tempo, espaço, dêitica. Assim, tem-se o “emoldurar”, aplicável arbitrariamente a quaisquer estímulos.

Quando o sujeito visualiza uma propaganda em que há um corpo magro associado a sucesso, benefícios, atenção e afeto, esses estímulos podem passar a manter relação entre si (magreza – sucesso – afeto). Novas aprendizagens verbais podem ser construídas por responder relacional (Hayes et al., 2001) “magreza leva a sucesso/atenção/afeto” (moldura de relação condicional) e podem passar a estabelecer controle verbal sobre o comportamento alimentar e IC. Ao perceber sua forma corporal como diferente do padrão estético vigente (moldura de oposição), as propriedades eliciadoras e/ou reforçadoras dos estímulos da classe podem emergir via transformação de função (Hayes et al., 2001). Isto posto, é possível que o sujeito veja a sua própria imagem como fora do padrão - com valores opostos (moldura de oposição) ao do corpo padrão; logo, se o corpo magro leva a reforçadores positivos e valorosamente bons, por oposição, a autoimagem do corpo gordo passa a sinalizar estímulos aversivos e valores negativos.

Acrescenta-se à discussão a capacidade de responder a um estímulo em função de suas relações simbólicas com outros, a partir das relações de aprendizagem entre estímulos de diferentes topografias, mas que são funcionalmente semelhantes. Por exemplo, responder com nojo frente ao estímulo auditivo “gorda” (a palavra falada), o estímulo textual “gorda” (a palavra escrita) e o estímulo visual (ver o corpo no espelho) (Hayes et al., 2001, Moreira et al., 2017).

Isto posto, é possível que o sujeito veja o seu próprio corpo como fora do padrão, se o corpo magro/branco/jovem leva a reforçadores positivos e valorosamente bons, por oposição, o corpo gordo/negro/velho passa a sinalizar estímulos aversivos e valores avaliados negativamente. Nesse sentido, o engajamento em comportamentos direcionados à alteração da aparência corporal teria como função a modificação das variáveis que controlam o comportamento da comunidade verbal (Oliveira Zin et al., 2022).

Em razão do alto nível de transformação de função dos estímulos, bem como da rede relacional e simbólica que se estabelece, os indivíduos passam a responder aos estímulos como se seu conteúdo fosse literal. As regras, reguladoras das redes relacionais, exercem papel fundamental nesse processo. Uma regra, na perspectiva da RFT, envolve uma rede relacional composta em grande parte por equivalência nas relações entre as palavras na regra, e os eventos a que se referem (Hart et al., 2020, p. 372). Aqui defende-se que os discursos normativos sobre o corpo (sobre os quais discutiremos posteriormente) possibilita a formação de regras que mediam as redes relacionais simbólicas que, massivamente, atuam no controle do comportamento das pessoas em relação aos seus corpos. Estas regras vão atuar diretamente na construção da IC ao longo da vida, o que, paralelamente, irá compor suas identidades, expressas pelos sentidos de self.

Além de representarem uma classificação que designa “beleza” enquanto equivalente a normalidade, saúde, felicidade e atratividade – baseando-se, para isso, em determinadas características fenotípicas – essas relações verbais se imprimem na cultura, associando corpos femininos e magros à beleza. Seu reforço ostensivo torna possível derivar, por oposição, que a “feiura” seria então indesejada, antinatural, desviante, em suma, algo a ser evitado. Consequentemente, às pessoas restaria afastar-se da feiura, buscando atingir padrões fenotípicos característicos do padrão de beleza vigente, tanto para evitar punições quanto para alcançar o reforço social que este enquadramento concede. O olhar o próprio corpo (visão/percepção) é funcionalmente ligado as essas classes de estímulos; o que torna possível a visão da própria imagem carregada de funções aversivas.

Seguindo o mesmo raciocínio de Oliveira Zin et al. (2022), aponta-se que a dinâmica formada a partir deste responder relacional, bem como das contingências socialmente impostas, acaba reproduzindo práticas sociais heteronormativas em que à mulher cabe ser bonita, magra, dócil e submissa (Cravo, Almeida-Verdu e Costa-Júnior, 2022). Para além dos impactos resultantes da maneira como serão vistas e tratadas pela comunidade verbal, o comportamento e a visão que terão umas sobre as outras será afetado. Encontra-se aí cenário propício para a

reprodução de qualificações corporais depreciativas, disseminação de valores negativos associados à aparência corporal “desviante”, e ao fortalecimento de uma relação entre IC e identidade que é prejudicial às esferas individual e coletiva.

Contribuições das terapias comportamentais contextuais para entender a Imagem Corporal: Terapia de Aceitação e Compromisso

Callaghan et al. (2012) investigaram o fenômeno de insatisfação com a IC e sua relação com a esQUIVA experiencial (ACT) e expressão de emoções (fatores interpessoais da FAP). Os pesquisadores utilizaram tanto a FAP quanto a ACT para definir empiricamente o conceito de distúrbio de imagem corporal. Numa amostra de 544 estudantes universitários, posteriormente divididos entre os que apresentam insatisfação com a IC, os que preenchem os critérios de Transtorno Dismórfico Corporal (TDC) e os controles. Os autores encontraram uma associação entre fatores interpessoais (expressão de emoções) e a severidade dos sintomas. Em análises de regressão, maiores índices de insatisfação com a IC (na amostra completa) está associado a níveis mais altos de esQUIVA experiencial ($\rho = .46$, $p \leq 0,001$) e ($\rho = .38$, $p \leq 0,001$). Assim, repertórios de esQUIVA de pensamentos, sentimentos ou inflexibilidade psicológica na experiência do afeto e cognição predizem insatisfação com a IC e o TDC, com taxa de previsão de 89,7%. Já as dificuldades na expressão de emoções interpessoais estão relacionadas ao TDC ($\rho = .38$, $p \leq 0,001$) o que corrobora a ideia de que dificuldades no repertório comportamental de expressão interpessoal de afeto estão no centro de problemas psicológicos mais severos (Kohlenberg & Tsai, 1996/2001).

Neziroglu et al. (2008) e Cash (2002) também estudaram os processos cognitivos negativos e distúrbios de IC. Ambos sugeriram que comportamentos de evitação são usados em respostas a pensamentos e sentimentos angustiantes em relação à IC. Tal engajamento na esQUIVA experiencial é reforçado negativamente num primeiro momento (reduzindo temporariamente o desconforto), mas a longo prazo, levam a um aumento na vivência de sofrimento. Indivíduos que apresentam outras estratégias comportamentais para lidar com a IC, como, por exemplo, repertórios de aceitação, tiveram melhores índices de satisfação com a IC e de qualidade de vida (Cash et al., 2005).

Os autores da ACT advogam a favor da promoção da flexibilidade psicológica (Hayes et al., 2012; Hayes et al., 2011). No âmbito da vivência aversiva sobre o próprio corpo, trabalha-se a flexibilidade da IC, que envolve a capacidade de experimentar abertamente pensamentos, sentimentos, emoções e sensações relacionados ao corpo, além de persistir ou mudar o comportamento para ser consistente com os valores pessoais (Sandoz et al., 2019).

Moradi et al. (2020) em estudo de ensaio clínico randomizado (ECR) comparando mulheres com síndrome de ovário policístico e grupo controle, conduziram oito sessões semanais de noventa minutos cada, na modalidade de grupo e baseadas nos conceitos do hexaflex da ACT. Os resultados indicaram diminuição significativa nos questionários de insatisfação com a imagem corporal assim como na avaliação da autoestima no pós-intervenção e *follow up* de 30 dias ($p \leq 0,001$).

Em outro estudo de ECR, com pacientes que apresentavam sintomas residuais de transtornos alimentares e problemas com imagem corporal, Fogelkvist et al. (2020) conduziram doze sessões, com oito participantes cada, grupos baseados na ACT. Foram trabalhados valores, ações comprometidas, self como contexto, desfusão, aceitação e mindfulness. Tanto no pós-intervenção quanto em *follow up* de dois anos, o grupo experimental mostrou redução significativa nos sintomas de transtornos alimentares e de problemas com a imagem corporal ($p \leq 0,001$).

Brichacek et al. (2021) realizaram um estudo qualitativo utilizando o conceito de flexibilidade da IC e estratégias de enfrentamento (*coping*) para explorar as respostas de 27 adolescentes e jovens (12-24 anos) às ameaças à IC. Os principais temas de ameaça foram: ser julgado por outros, pressões de aparência, preconceitos externos de processamento de informações e afastar-se do corpo ideal internamente. Já as estratégias envolviam principalmente: permitir pensamentos e sentimentos (aceitação), estar no momento, focar no que é importante (ação compromissada com os valores) e suporte social. Os processos relatados de atender e permitir experiências negativas momentâneas e conectar-se com outros domínios importantes da vida foram consistentes com a flexibilidade da IC.

As intervenções baseadas em terapias comportamentais contextuais se mostram promissoras no trabalho com pacientes que apresentam insatisfação com a imagem corporal e transtornos alimentares. Linardo et al. (2019) realizaram uma metanálise de estudos de intervenções comportamentais de terceira onda (terapia de aceitação e compromisso; terapia comportamental dialética (DBT); intervenções baseadas em mindfulness; terapia focada na compaixão) em quadros de problemas de imagem corporal e transtornos alimentares. Intervenções de terceira onda levaram a melhorias significativas pré-pós ($g = 0,59$; IC 95% = 0,43, 0,75) e *follow up* ($g = 0,83$; IC 95% = 0,38, 1,28) na alimentação desordenada e significativa pré-pós melhorias com imagem corporal ($g = 0,35$; IC 95% = 0,13, 0,56).

Intervenções baseadas em DBT obtiveram os maiores efeitos. As intervenções de terceira onda também foram significativamente mais eficazes do que as listas de espera ($g = 0,39$; IC 95% = 0,09, 0,69) na redução dos transtornos alimentares, mas não diferiram de outras intervenções ($g = 0,25$; IC 95% = -0,06, 0,57).

Neste interregno, as terapias de terceira onda mostram potencial para a compreensão e tratamento dos problemas decorrentes da insatisfação com a imagem corporal. Entretanto, há limitações no campo. Intervenções em ACT focam repertórios funcionais complexos e se estendem a vários aspectos da vida dos clientes. A criação de instrumentos e inventários específicos de IC a partir dos conceitos da ACT traria uma melhor operacionalização da IC. Também, os estudos empregados ainda lidam com muitas variáveis confundidoras e de difícil controle, como comorbidades, critérios diagnósticos, fatores de história de vida dos pacientes, dentre outros.

As práticas culturais e o padrão de beleza: seleção cultural e as relações com o corpo

Os parâmetros de beleza são atravessados por contingências sociais, econômicas, políticas, históricas e culturais, e sua “internalização” modelada por fatores externos ao sujeito a partir da socialização. Assim, os valores pessoais e comportamentos empregados pelos indivíduos com relação à sua própria imagem e aparência são orientados pelos elementos apontados como aceitáveis pela comunidade cultural a qual pertencem (Silva et al., 2020).

São múltiplos os discursos responsáveis por agenciar o comportamento das pessoas. Compostos por um conjunto de saberes valorizados social e historicamente, estes discursos compõem práticas culturais que, por sua vez, exercem controle sobre o comportamento dos indivíduos a partir do estabelecimento de regras que podem ser coercitivas. Tais regras são estímulos verbais dotados de contingências a longo prazo que induzem certas respostas/atividades em seus ouvintes, diminuindo a possibilidade deste se manter em função de reforçadores alternativos menores. No entanto, na coerção a regra se estabelece como uma ameaça ou sinaliza punições ante o seu não seguimento (Baum, 2019).

No tocante à IC, é importante destacar que frente à imposição de um padrão estético excludente e inatingível, a discrepância entre a forma corporal física e a forma corporal desejada tende a ser significativa. Dentre outros aspectos, isto favorece o seguimento de regras e modelos que resultam em sofrimento (Fonseca & Nery, 2018), o que é potencializado pela comunicação de massa, com destaque para as redes sociais.

A aparência física desempenha papel decisivo na construção e manutenção de estereótipos, visto que servem para classificar e homogeneizar membros do grupo alvo. Além das características físicas do indivíduo, a aparência se intersecciona com diversos fatores, como, por exemplo, *status* sócio-econômico, raça, gênero e orientação sexual. Características fenotípicas atuam como marcadores de identidade e imprimem no corpo construções sócio-verbais específicas que com frequência estruturam relações de poder e dominação. Deste modo, servem como ferramenta classificatória que hierarquiza diferentes grupos sociais (Paim & Pereira, 2011).

Então, é possível compreender que o padrão de beleza vigente massifica os corpos e destitui identidades consideradas desviantes – revelando, assim, seu caráter eurocêntrico, racista, etarista, classicista e gordofóbico. Como consequência, traz repercussões negativas para aqueles que desviam da normativa, ao passo que escalona lugares hierárquicos de ocupação social com base na aparência (Silva et al., 2020; Wolf, 2020). Na incumbência de favorecer os interesses de mercado pela movimentação das indústrias da beleza, a promoção contundente do discurso da beleza se torna uma estratégia potente de controle de corpos (Wolf, 2020).

Considerações finais

Este estudo procurou operacionalizar o conceito de IC a partir de um viés comportamental e contextual. A análise do comportamento aplicada à clínica ainda precisa de muitos avanços no sentido de: identificar quais repertórios comportamentais devem ser destacados para investigação e análise (na pesquisa e na clínica); e para preparar intervenções úteis, direcionadas às contingências de reforçamento que mantêm os clientes em sofrimento.

Destaca-se o papel selecionador das práticas culturais e em como estas modificam as relações verbais que estabelecemos na relação com o nosso corpo e, conseqüentemente, na maneira que simbolizamos e agimos diante de nossa própria imagem.

O conceito de IC, operacionalizado a partir de contingências comportamentais e sua articulação com os estudos das práticas baseadas em evidências e dos estudos sobre práticas culturais, corpo e beleza são especialmente úteis para que o analista do comportamento compreenda a relação com o corpo como mediada por contingências de aprendizagem sócio-verbais.

Os estudos analítico-comportamentais mais recentes sobre linguagem e cognição a partir da Teoria das Molduras Relacionais se mostram imprescindíveis para a compreensão de conceitos como self e IC, uma vez que pode explicar as relações possíveis entre corpo e seus atributos valorativos que são transmitidos pela comunidade verbal nas práticas culturais de corpo, beleza, gênero e atratividade.

Destarte, a IC se trata de uma unidade funcional produto das interações operantes e respondentes (públicos e privados), que envolvem, principalmente, atos sobre si e sobre a aparência corporal e discriminação destas características a partir de modelos socialmente estabelecidos. Tal proposta articula a IC com processos identitários, pois, ao ser um conjunto estável (embora flexível) de descrições de si, pode-se repercutir no comportamento não-verbal.

Essa unidade funcional é selecionada nos três níveis explicativos do behaviorismo radical (filogenético, ontogenético e cultural). Demonstrou-se a base biológica que torna possível a percepção e atribuição de significado dos estímulos corporais. Os achados neurocientíficos demonstram que áreas específicas do cérebro relacionadas à percepção social, linguagem, emoção e raciocínio estão presentes na discriminação do próprio corpo, ratificando o conceito de IC como fruto de diversas ações interdependentes também a nível cerebral.

No nível operante, discutiu-se diferentes possibilidades de contingências de reforçamento presentes nas experiências diretas que se experimenta com o corpo ao longo da história de vida; e que tais experiências conferem um repertório comportamental único que compõe a relação do sujeito com o próprio corpo. Ainda se faz importante compreender que as exposições às práticas culturais que vinculam o corpo e a imagem a diversos outros estímulos arbitrários são experienciadas de forma única por cada sujeito. A partir da aprendizagem de se comportar de forma a relacionar o corpo e imagem de forma arbitrária com diversos outros estímulos (o responder relacional arbitrariamente aplicável) possibilita inúmeras verbalizações e sentidos para o corpo. Advoga-se aqui a importância de uma análise idiográfica, contextual e funcional para cada sujeito. Ou seja, cada um constrói de forma única a maneira de se relacionar e significar a própria imagem; e, via autoconhecimento, pode-se criar contextos novos de aprendizagem para estas relações.

Por fim, propõe-se que a principal influência para a aprendizagem da relação com a própria imagem ocorre no terceiro nível de seleção pelas consequências. Enquanto seres sociais, nos engajamos em diferentes contingências comportamentais entrelaçadas e complexas que produzem a função social do corpo, de forma interseccionada com gênero, raça, poder, estrato social, por exemplo. As práticas culturais sobre corpo, beleza e atratividade são transmitidas intra e intergerações, selecionando diversos operantes que modificam as relações verbais que se estabelece com o próprio corpo e, conseqüentemente, na maneira que se simboliza e age diante da própria imagem.

Este trabalho também apresenta limitações, a exemplo do detalhamento das redes verbais funcionais em casos ilustrativos. Também, não foi possível conduzir ao texto de forma a integrar contribuições de outras terapias comportamentais contextuais, como a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP), a Terapia Comportamental Dialética (DBT), a Terapia Focada na Compaixão, dentre outras.

O estudo de conceitos que envolvem, em sua grande parte, eventos privados e relações verbais são desafiadores para a análise do comportamento. Não obstante, esta comunidade necessita de precisão conceitual para termos já explicados por referenciais cognitivistas. Espera-se que esta proposta instrumentalize futuros pesquisadores e terapeutas comportamentais e contextuais na condução da investigação empírica, na avaliação funcional e na elaboração de intervenções para as questões de imagem corporal.

Declaração de conflito de interesses

Os autores declaram que não há conflito de interesses relativos à publicação deste artigo.

Contribuição de cada autor

Certificamos que todos os autores participaram suficientemente do trabalho para tornar pública sua responsabilidade pelo conteúdo. A contribuição de cada autor pode ser atribuída como se segue: L. R. Elias contribuiu na concepção do artigo, fundamentou, orientou toda a reflexão teórica e foi responsável pela redação final. A. S. de Souza foi responsável pela concepção do artigo e formulação da primeira versão do texto. P. C. Castelo Branco foi responsável pela obtenção de financiamento, segunda versão do texto e revisão lógico-formal.

Direitos Autorais

Este é um artigo aberto e pode ser reproduzido livremente, distribuído, transmitido ou modificado, por qualquer pessoa desde que usado sem fins comerciais. O trabalho é disponibilizado sob a licença Creative Commons 4.0 BY-NC.



Referências

- Amoruso, L., Couto, B., & Ibanez, A. (2011). Beyond Extrastriate Body Area (EBA) and Fusiform Body Area (FBA): context integration in the meaning of actions. *Frontiers in Human Neuroscience*, 5. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2011.00124>
- Andery, M. (1997). O modelo de seleção por consequências e a subjetividade. In R. Banaco, (Org.). *Sobre Comportamento e Cognição* (Vol. 1., pp. 196-205). São Paulo: Arbytes Editora LTDA.
- Bailey, J. (2003). Self-image, self-concept, and self-identity revisited. *Journal of the National Medical Association*, 95(5), 383-386. Recuperado em 01 de agosto de 2023, de https://www.researchgate.net/publication/10719023_Self-image_self-concept_and_self-identity_revisited
- Baum, W. (2019). *Compreender o behaviorismo: comportamento, cultura e evolução*. (3a ed). Porto Alegre: Artmed.
- Brichacek, A., Murray, K., Neill, J., & Rieger, E. (2021). Contextual Behavioral Approaches to Understanding Body Image Threats and Coping in Youth: A Qualitative Study. *Journal of Adolescent Research*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/07435584211007851>
- Callaghan, G., Duenas, J., Nadeau, S., Darrow, S., Van der Merwe, J., & Misko, J. (2012). An empirical model of body image disturbance using behavioral principles found in Functional Analytic Psychotherapy and Acceptance and Commitment Therapy. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 7(2-3), 16. <https://doi.org/10.1037/h0100932>.
- Cash, T. (2002). Cognitive behavioral perspectives on body image. In T. Cash., & T. Pruzinsky (Eds.). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 14–38). New York: Guilford Press.
- Cash, T., Santos, M., & Williams, E. (2005). Coping with body-image threats and challenges: Validation of the body image coping strategies inventory. *Journal of Psychosomatic Research*, 58, 191-199. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2004.07.008>
- Cravo, F. A. M., Almeida-Verdu, A. C. M., & Costa-Junior, F. M. (2022). Revisão de literatura da produção analítico-comportamental nacional sobre gênero e sexualidade. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 13(2), 247-265. Recuperado em 01 de agosto de 2023, de <https://www.revistaperspectivas.org/perspectivas/article/view/924>
- Cubrelati, B., Rigoni, P., Vieira, L., & Belem, I. C. (2014). Relação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. *Conexões*, 12(1), 1–15. <https://doi.org/10.20396/conex.v12i1.2178>
- Cunha, M. (2020). Body Image Theories. *The International Encyclopedia of Gender, Media, and Communication*, 1-15. <https://doi.org/10.1002/9781119429128.iegmc056>
- Donahoe, J., & Palmer, D. (1994). *Learning and complex behavior*. Pearson: Allyn & Bacon.
- Feusner, J., Deshpande, R., & Strober, M. (2017). A translational neuroscience approach to body image disturbance and its remediation in anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 50(9), 1014-1017. Recuperado em 01 de agosto de 2023, de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5752143/>
- Fogelkvist, M., Gustafsson, S. A., Kjellin, L., & Parling, T. (2020). Acceptance and commitment therapy to reduce eating disorder symptoms and body image problems in patients with residual eating disorder symptoms: A randomized controlled trial. *Body Image*, 32, 155-166. Recuperado em 01 de Agosto de 2023, de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144519301378>
- Fonseca, F., & Nery, L (2018). Formulação comportamental ou diagnóstico comportamental: um passo a passo. In A. Farias., F. Fonseca & L. Nery (Orgs.). *Teoria e formulação de casos em análise comportamental clínica*. (pp. 55-98). Porto Alegre: Artmed.
- Gaudio, S., Dakanalis, A., Fariello, G., & Riva, G. (2018). Neuroscience, brain imaging, and body image in eating and weight disorders. *Body Image, Eating, and Weight: A Guide to Assessment, Treatment, and Prevention*, 97-111. https://doi:10.1007/978-3-319-90817-5_7

- Hayes, S., Brownstein, A., Zettle, R., Rosenfarb, I., & Korn, Z. (1986). Rule-governed behavior and sensitivity to changing consequences of responding. *Journal of the Experimental Analysis of behavior*, 45(3), 237-256. <https://doi.org/10.1901/jeab.1986.45-237>
- Hayes, S., Villatte, M., Levin, M., & Hildebrandt, M. (2011). Open, aware, and active: Contextual approaches as an emerging trend in the behavioral and cognitive therapies. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7, 141-168. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032210-104449>.
- Hayes, S., Stosahl, K., & Wilson, K. (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The process and practice of mindful change* (2a ed.). New York, London: The Guilford Press.
- Kohlenberg, R. J., & Tsai, M. (2001). *Psicoterapia Analítica Funcional: Criando relações terapêuticas intensas e curativas*. Santo André: ESETec. (Trabalho original publicado em 1996).
- Lerner, R., Skinner, E., & Sorell, G. T. (1980). Methodological implications of contextual/dialectic theories of development. *Human Development*, 23, 225-235.
- Linardon, J., Gleeson, J., Yap, K., Murphy, K., & Brennan, L. (2019). Meta-analysis of the effects of third-wave behavioural interventions on disordered eating and body image concerns: Implications for eating disorder prevention. *Cognitive Behaviour Therapy*, 48(1), 15-38. <https://doi.org/10.1080/16506073.2018.1517389>
- Lopes, C., & Abib, J. (2002). Teoria da percepção no behaviorismo radical. *Psicologia: teoria e pesquisa*, 18, 129-137. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722002000200003>
- Moradi, F., Ghadiri-Anari, A., Dehghani, A., Vaziri, S. R., & Enjebab, B. (2020). The effectiveness of counseling based on acceptance and commitment therapy on body image and self-esteem in polycystic ovary syndrome: An RCT. *International Journal of Reproductive Biomedicine*, 18(4), 243. Recuperado em 01 de Agosto de 2023, de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7218668/>
- Moreira, F., Silva, E., Lima, G., Assaz, D., Oshiro, C., & Meyer, S. (2017). Comparação entre os conceitos de self na FAP, na ACT e na obra de Skinner. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 19(3), 220-237. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v19i3.1064>
- Neagu, A. (2015). Body image: A theoretical framework. *In Proc. Rom. Acad., Series B*, 17(1), 29-38. Recuperado em 01 de Agosto de 2023, de <https://acad.ro/sectii2002/proceedingsChemistry/doc2015-1/Art04Neagu.pdf>
- Neziroglu, F., Roberts, M., & Yaryura-Tobias, J. A. (2004). A behavioral model for body dysmorphic disorder. *Psychiatric Annals*, 34(12), 915-920. <https://doi.org/10.3928/0048-5713-20041201-13>
- Neziroglu, F., Patel, S., & Veale, D. (2008). Social learning theory and cognitive behavioral models of body dysmorphic disorder. *Body image*, 5(1), 28-38. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2008.01.002>.
- Oliveira Zin, G., Gama, V. D., & dos Reis, M. D. J. D. (2022). Self e transgeneridade: contingências sociais e controle aversivo na identidade e vivências de transgêneros binários. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 13(1), 007-024. <https://doi.org/10.18761/DH000167.set21>
- Paim, A., & Pereira, M. (2011). Aparência física, estereótipos e discriminação racial. *Ciências & Cognição*, 16(1). Recuperado em 01 de agosto de 2023, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cc/v16n1/v16n1a02.pdf>
- Pearson, A., Macera, M. H., & Follette, V. (2010). *Acceptance and commitment therapy for body image dissatisfaction: A practitioner's guide to using mindfulness, acceptance, and values-based behavior change strategies*. London: New Harbinger Publications.
- Perez, W., Nico, Y, Kovac, R., Fidalgo, A., & Leonardi, J. (2013). Introdução à Teoria das Molduras Relacionais (Relational Frame Theory): principais conceitos, achados experimentais e possibilidades de aplicação. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 4(1), 32-50. Recuperado em 01 de agosto de 2023, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pac/v4n1/v4n1a05.pdf>
- Sandoz, E., Webb, J., Rogers, C., & Squyres, E. (2019). Body image flexibility. In T. Tylka., & N. Piran (Eds.). *Handbook of positive body image and embodiment: Constructs, protective factors, and interventions* (pp. 42-51). London: Oxford University Press.
- Schilder, P. (1999). *Imagem do corpo: as energias construtivas da psique* (3a ed). São Paulo: Martins Fontes.
- Skinner, B. (1945). *A Análise Operacional de Termos Psicológicos* (D. Guilhardi & P. Queiroz, Trad.). Recuperado em 01 de agosto de 2023, de www.itrcampinas.com.br/pdf/skinner/analise_operacional.pdf
- Skinner, B. (1981). Selection by consequences. *Science*, 213(4507), 501-504. Recuperado em 01 de agosto de 2023, de <https://www.science.org/doi/10.1126/science.7244649>
- Skinner, B. (1989). The origins of cognitive thought. *American Psychologist*, 44(1), 13-18. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.1.13>

- Skinner, B. (1991). *Questões recentes na análise do comportamento* (A. Neri, Trad.). Campinas: Papirus. (Trabalho original publicado em 1989).
- Skinner, B. (2003). *Ciência e comportamento humano* (J. Todorov, Trad.). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1953).
- Skinner, B. (2006). *Sobre o Behaviorismo* (M. Villalobos, Trad.). São Paulo: Cultrix. (Trabalho original publicado em 1955).
- Silva, A., Japur, C., & Penaforte, F. (2020). Repercussions of Social Networks on Their Users' Body Image: Integrative Review. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 36, e36510. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e36510>
- Tavares, M. (2003). *Imagem corporal: conceito e desenvolvimento*. Barueri: Manole.
- Tsai, M. (2006). *I Speak, Therefore I Am: A Behavioral Approach to Understanding Problems of the Self*. Recuperado em 01 de agosto de 2023, de, <https://www.functionalanalyticpsychotherapy.com/i%20speak.pdf>
- Tsai, M., Kohlenberg, R., Kanter, J., Kohlenberg, B., Follete, W., & Callaghan, G. (2011). *Um guia para a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP): Consciência, coragem, amor e behaviorismo* (F. Conte & M. Brandão, Trads.). Santo André, SP: Esetec. (Trabalho original publicado em 2009).
- Vale, A. & Elias, L. (2011). Transtornos alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 13(1), 52-70. Recuperado em 03 de agosto de 2023, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452011000100005&lng=pt&tlng=pt..
- Vartanian, L. (2009). When the body defines the self: Self-concept clarity, internalization, and body image. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(1), 94-126. <https://doi.org/10.1521/jscp.2009.28.1.94>
- Veras, A. (2010). Desenvolvimento e construção da imagem corporal na atualidade: um olhar cognitivo-comportamental. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 6(2), 94-117. Recuperado em 01 de agosto de 2023, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v6n2/v6n2a06.pdf>
- Wolf, N. (2020). *O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres*. (11a ed). Rio de Janeiro: Rosa dos tempos.

Submetido em: 11/05/2023

Aceito em: 10/08/2023