

## O papel da personalidade e das estratégias de *coping* no investimento na aparência em jovens adultos

Patrícia da Costa Claro<sup>1</sup> & Catarina Pinheiro Mota<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Departamento de Educação e Psicologia, Portugal

<sup>2</sup> Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Portugal

**Resumo:** O presente estudo teve como objetivo principal analisar o papel moderador das estratégias de *coping* na associação entre personalidade e investimento na aparência. A amostra foi constituída por 948 jovens adultos (327 do sexo masculino – 34.5 % e 621 do sexo feminino – 65.5 %), entre os 18 e os 30 anos ( $M = 21.76$ ,  $DP = 3.31$ ), tendo sido utilizados instrumentos de autorrelato, nomeadamente: Inventário de Personalidade NEO-FFI-20; COPE – Inventory; e o Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto (ASI-R). Os resultados apontam que a presença de traços de personalidade emocionalmente ajustados e estratégias de *coping* consideradas adaptativas têm um papel preditor positivo no investimento ajustado na aparência dos jovens (menor saliência auto-avaliativa). Constata-se ainda o efeito moderador das estratégias de *coping* adaptativas e não adaptativas na associação supracitada, revelando que apesar de traços de personalidade emocionalmente ajustados, na presença de baixas estratégias de *coping* adaptativas, a saliência auto-avaliativa aumenta.

**Palavras-chave:** *Personalidade; coping; investimento esquemático na aparência; jovens adultos; psicologia clínica.*

**The role of the personality and coping strategies on investment in appearance in young adults:** The objective of this study was to analyze the moderator role of coping strategies in the association between personality and schematic investment in appearance. The sample consisted of 948 young adults aged between 18 and 30 years ( $M = 21.76$ ,  $DP = 3.31$ ) of both genders, having been used self-report instruments, namely: the NEO-FFI-20 Personality Inventory; COPE-Inventory; and the Appearance Schemas Inventory – Revised (ASI-R). The results show that an emotionally adjusted personality and adaptive coping strategies have a positive predictive role in the adjusted schematic investment in appearance in young people (minor self-evaluative salience). The results showed also that a moderating effect of adaptive and nonadaptive coping strategies in the association between personality and schematic investment in appearance, revealing that despite the emotionally adjusted personality, in the presence of low adaptive coping strategies, the self-evaluative salience increases.

**Keywords:** *Personality; coping; schematic investment in appearance; young adults; clinical psychology.*

### Personalidade e estratégias de *coping*

A personalidade é um construto extensivamente estudado na área da psicologia, com diferentes perspetivas teóricas conhecidas. Face à abordagem das teorias da personalidade, o modelo de cinco fatores constitui-se como um dos mais consistentes, incluindo cinco dimensões: Extroversão, Amabilidade, Conscienciosidade, Neuroticismo e Abertura à Experiência (Costa & McCrae, 1989). Nesta perspetiva teórica, os traços de personalidade constituem-se como características psicológicas na forma do indivíduo pensar e agir. Apesar de denotarem uma tendência estável ao longo do tempo, os traços de personalidade podem ser mutáveis aquando de interferências resultantes da interação do indivíduo com o meio em que se insere e de variáveis motivacionais, afetivas e comportamentais (Costa & McCrae, 1992). Relativamente às 5 dimensões, a extroversão refere-se a emoções positivas e energéticas e também à tendência para a assertividade e procura ativa pela companhia dos outros. A amabilidade refere-se à tendência de ser empático, altruísta e cooperativo para com os outros. A conscienciosidade capta o controlo de impulsos e a tendência a agir de forma direcionada e motivada a tarefas e objetivos. O neuroticismo reflete a presença de afetos negativos como raiva, ansiedade tristeza, em oposição à estabilidade emocional. A abertura à experiência diz respeito à curiosidade, ao apreço pela criatividade e a uma variedade de experiências (Costa & McCrae, 1992).

<sup>1</sup> Morada para correspondência: Catarina Pinheiro Mota, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Quinta dos Prados, Edifício das Ciências Humanas e Sociais- Polo I – UTAD, 5000-801, Vila Real, Portugal. E-mail: catppmota@utad.pt

Esta investigação foi apoiada pelo Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT UIDB/00050/2020).

Os traços de personalidade, contudo, não se constituem como determinantes e abrangentes em todas as situações e/ou contextos de vida, mas como uma predisposição do indivíduo para agir, sentir e pensar (McCrae & Costa, 2003). Deste modo, ao longo do desenvolvimento, os indivíduos vão adquirindo traços de personalidade que podem desempenhar um papel relevante não só na maneira como os mesmos experienciam um evento ansiogénico, mas também na forma como reagem nestas situações, isto é, na seleção de estratégias de *coping* (Gárriz et al., 2015; Gazzaniga & Heatherton, 2005). Segundo Bueno et al. (2001), os diferentes traços de personalidade podem facilitar ou dificultar este processo, pois podem predispor ao jovem um maior ou menor grau de sofrimento psíquico, de acordo com a necessidade de estabelecer determinadas estratégias de *coping*, uma vez que traços emocionalmente adaptativos da personalidade parecem associar-se ao recurso de estratégias de *coping* também mais adaptativas, resultando em menor sofrimento e melhor ajustamento psicológico (Connor-Smith & Flachsbart, 2007; Williams et al., 2014).

O *coping* pode ser definido como um conjunto de esforços cognitivos e comportamentais voltados para a forma como se lida com as circunstâncias adversas, ou seja, perante um evento *stressor* (Folkman et al., 1986). Snyder e Dinoff (1999), descrevem o *coping* como um mecanismo de sobrevivência que ocorre entre um indivíduo e o ambiente em que uma resposta é dirigida de forma a reduzir o impacto psicológico, emocional e físico associado a uma situação *stressante*.

Folkman e Lazarus (1980) fizeram uma distinção entre dois tipos gerais de *coping*: *coping* focado no problema e *coping* focado na emoção. O primeiro destina-se a resolver o problema ou a agir para alterar a fonte de *stress*. O segundo destina-se a reduzir ou gerenciar o sofrimento emocional que está associado à situação. Carver e Scheier (1989), numa investigação acerca do *coping*, descreveram vários tipos de resposta ao *stress*, nomeadamente: *coping* ativo, busca de apoio social, reinterpretação positiva e negação. O *coping* ativo é caracterizado como o processo de tomar medidas ativas para tentar remover ou contornar o evento *stressor* ou para amenizar os seus efeitos. A procura de suporte, é dividida em: procura de suporte por razões instrumentais, onde o indivíduo busca por aconselhamento, assistência ou informações; e procura de suporte por razões emocionais, com vista a obter apoio moral, simpatia ou compreensão. A reinterpretação positiva é a forma de gerir as emoções de angústia, em vez de lidar com a situação por si só. Os autores fazem também referência ao evitamento como uma resposta que surge primariamente. O evitamento é controverso, pois ao passo que muitas vezes se sugere como útil, minimizando o sofrimento e facilitando o *coping*, também pode trazer problemas adicionais. Exemplos de evitamento passam por recusa em acreditar em determinada situação que provoque sofrimento ou tentar agir como se a situação não fosse real (Carver & Scheier, 1989).

Alguns estudos com objetivo de analisar a relação entre personalidade e estratégias de *coping* com adultos (e.g. Afshar et al., 2015; Fornes-Vives et al., 2016; Laborde et al., 2017; Penley & Tomaka, 2002), bem como revisões de literatura acerca do mesmo tema (e.g. Carver & Connor-Smith, 2010; Connor-Smith & Flachsbart, 2007), têm salientado que os traços de personalidade adaptativos (extroversão, abertura à experiência, amabilidade e conscienciosidade) se associam positivamente com estratégias de *coping* ativas/reflexivas e negativamente com as estratégias de *coping* do tipo evitante. Por outro lado, os traços de personalidade emocionalmente desajustados (neuroticismo) associam-se negativamente com as estratégias de *coping* ativas/reflexivas, procura de suporte e significação positiva e positivamente com as estratégias de *coping* do tipo evitante. Desta forma, os traços de personalidade emocionalmente ajustados, caracterizados por assertividade, emoções positivas, persistência, parecem favorecer estratégias de *coping* adaptativas, reflexivas e ativas, ao passo que a proeminência de traços de neuroticismo, que se traduz em maior vulnerabilidade, medo e insegurança, predispõem o indivíduo a estratégias de *coping* desadaptativas (Carver & Connor-Smith, 2010), como é o caso do evitamento.

### **Efeito da personalidade e das estratégias de *coping* no investimento esquemático na aparência**

Ao longo da formação da personalidade, o acompanhamento do desenvolvimento físico e emocional coaduna-se com a imagem que os jovens têm de si, mais concretamente na imagem corporal (Allen & Walter, 2016). Nesta medida, a personalidade pode ter um papel relevante na perceção corporal dos jovens. Para Cash (2002), a imagem corporal desenvolve-se com base em experiências pessoais, características físicas, personalidade e cultura.

Numa revisão de literatura acerca da associação entre personalidade e imagem corporal, Allen e Walter (2016), constataram que indivíduos com elevados níveis de neuroticismo apresentaram maior propensão para elaborarem uma imagem corporal negativa. Já indivíduos com altos níveis de extroversão apresentaram um menor risco de desenvolver uma imagem corporal negativa. Atualmente, a literatura científica descreve a imagem corporal numa perspetiva multidimensional, atendendo não apenas à imagem mental que o indivíduo possui acerca do seu corpo, mas também aos sentimentos, pensamentos e comportamentos inerentes ao mesmo (Cash, 2002). Assim, de acordo com Cash et al. (2004), a imagem

corporal comporta duas facetas, nomeadamente: as percepções relativas ao corpo; e as atitudes relativas ao corpo. As percepções estão relacionadas com a avaliação que os indivíduos fazem do seu corpo, traduzindo-se na satisfação ou insatisfação corporal, ao passo que as atitudes assentam na importância emocional, cognitiva e comportamental do corpo para a auto-avaliação (Cash, 2005). A componente cognitiva (ligada aos pensamentos e crenças acerca do aspeto físico), foi inicialmente descurada nas investigações sobre a imagem corporal. Esta componente traduz o investimento de um indivíduo na sua aparência, resultante dos seus próprios esquemas de aparência, que se referem às generalizações cognitivas acerca do significado, da importância e do possível efeito que a aparência pode ter na sua vida (Cash & Labarge, 1996). O investimento esquemático na aparência pode ser dividido em duas variáveis, designadamente: saliência auto-avaliativa e saliência motivacional (Cash, 2005; Cash et al., 2004). A saliência auto-avaliativa é potencialmente mais disfuncional, uma vez que se refere ao grau em que os indivíduos consideram que a sua aparência permite aferir o seu valor pessoal, bem como a importância que atribuem à perspectiva de outras pessoas. A saliência motivacional traduz o investimento para manter ou acentuar a atratividade e por si só não se considera desajustada. Contudo, torna-se disfuncional se os esforços para manter a atratividade estiverem ligados a crenças do indivíduo de que a aparência tem um peso no seu valor pessoal. Posto isto, considerando que estas mesmas crenças de que a aparência interfere no valor do indivíduo são o que caracteriza a saliência auto-avaliativa, a saliência motivacional só é considerada desajustada quando é resultante de elevados níveis de saliência auto-avaliativa (Cash et al., 2004). O estudo de Mendes, Figueiras e Moss (2016), com 214 adultos, com vista a analisar a relação entre traços de personalidade e imagem corporal, nomeadamente as saliências auto-avaliativa e motivacional, verificou que o neuroticismo estava associado de forma positiva e significativa com a saliência auto-avaliativa, ao passo que a conscienciosidade surgiu positivamente associada à saliência motivacional. Os níveis elevados de neuroticismo podem conduzir a uma maior propensão a emoções e percepções negativas em vários contextos, que por sua vez poderão reforçar distorções cognitivas acerca da aparência. Deste modo, as distorções cognitivas relativas, neste caso, à aparência potenciam a possibilidade do indivíduo manifestar níveis mais acentuados de saliência auto-avaliativa (Allen & Walter, 2016). Por outro lado, a conscienciosidade como o traço de personalidade mais reflexivo parece predispor o jovem a comportamentos mais adaptativos, podendo desencadear, por sua vez, um comportamento também mais ajustado do indivíduo no que diz respeito ao seu investimento na aparência, ou seja, níveis mais elevados de saliência motivacional (Mendes et al., 2016).

A literatura aponta para a associação entre os traços de personalidade e a forma como os jovens gerem as dificuldades em situações adversas, através de estratégias de *coping* (Diniz & Zanini, 2010). O estudo de Tomaz e Zanini (2009) com 109 participantes, com vista a avaliar a personalidade e *coping* em pacientes com perturbações alimentares e obesidade, constatou que o desenvolvimento de estratégias de *coping* adaptativas em indivíduos com traços proeminentes de neuroticismo e perturbações alimentares se revelava eficaz para gerar mudanças na percepção e relação com o meio, possibilitando assim reverter os quadros de patologia. Também o estudo de Pinkasavage et al. (2015), com 628 mulheres, revelou um efeito moderador positivo das estratégias de *coping* adaptativas na associação entre a comparação social (referente à imagem corporal) e impacto positivo da imagem corporal na qualidade de vida.

A literatura evidencia que a insatisfação corporal pode ser considerada uma fonte de *stress*, possibilitando interferências na qualidade de vida do indivíduo (Cash, 2002; Cash et al., 2005; Moffitt et al., 2018), nesta medida, a mesma pode ser gerida através de estratégias de *coping*. Se a imagem corporal representar uma fonte de *stress* para o indivíduo, pode exacerbar-se na presença de estratégias de *coping* evitantes (e.g. Cash et al., 2005; Choma et al., 2009; Mancuso, 2016). Melnyk e colaboradores (2004) num estudo com 105 mulheres adultas, com o objetivo de analisar a associação entre respostas de *coping* e imagem corporal, verificou que o *coping* adaptativo parece associar-se à aceitação da aparência, resultando numa imagem corporal mais favorável. De igual forma, o estudo de Pinkasavage et al. (2015), com estudantes universitárias do sexo feminino, evidenciou que mulheres que denotavam estratégias de *coping* de significação positiva revelavam menor insatisfação corporal. Por sua vez, estratégias de *coping* desadaptativas, reforçam a insatisfação com a imagem corporal e perpetuam o desconforto com a mesma (Cash, 2011; Mancuso, 2016).

Face ao exposto, constata-se que algumas investigações corroboram o papel da personalidade e das estratégias de *coping* na associação com as questões ligadas à aparência (Diniz & Zanini, 2010; Pinkasavage et al., 2015), pelo que é objetivo desta investigação, em carácter exploratório, analisar o possível efeito moderador das estratégias de *coping* na associação entre personalidade e investimento na aparência. O investimento na aparência, por sua vez, apresenta-se como uma componente fulcral a ser integrada nas investigações relativas à imagem corporal, com vista a analisar as crenças que os indivíduos possuem sobre a aparência (Cash, 2002). Estas crenças determinam, conseqüentemente, um investimento na aparência

mais ou menos adaptativo, importante para uma melhor compreensão acerca da relação e vivência do indivíduo com a sua imagem (Cash & Labarge, 1996).

## OBJETIVO

A presente investigação tem como objetivo principal analisar o papel da personalidade e das estratégias de *coping* no investimento esquemático na aparência em jovens adultos. Pretende-se também testar o papel moderador das estratégias de *coping* na associação entre personalidade e investimento esquemático na aparência.

## HIPÓTESES

De acordo com os objetivos do estudo, espera-se que os traços de personalidade emocionalmente ajustados (extroversão, amabilidade, abertura à experiência e conscienciosidade) se correlacionem significativa e positivamente com a saliência motivacional e com as estratégias de *coping* adaptativas e negativamente com a saliência auto-avaliativa e estratégias de *coping* não adaptativas. Prevê-se que o neuroticismo se associe positivamente com a saliência auto-avaliativa e com as estratégias de *coping* não adaptativas e negativamente com as estratégias de *coping* adaptativas. Espera-se ainda que a saliência auto-avaliativa seja predita positivamente pelo neuroticismo e pelas estratégias de *coping* não adaptativas e, por outro lado, espera-se que a saliência motivacional seja predita pelos traços de personalidade emocionalmente ajustados e pelas estratégias de *coping* adaptativas. Por fim, espera-se que as estratégias de *coping* adaptativas exerçam um papel moderador positivo na associação entre traços emocionalmente ajustados de personalidade e investimento na aparência ajustado e um papel moderador negativo na associação entre traços emocionalmente desajustados de personalidade e investimento desajustado na aparência.

## MÉTODO

### Participantes

A amostra da presente investigação recorreu a uma tipologia não probabilística, realizada em contexto universitário, solicitando autorização às várias escolas, departamentos e às direções de curso, constituindo-se, assim, uma amostra de conveniência. Acresceu ainda ao processo de recrutamento uma recolha exterior, através do método de bola de neve. Foi critério de exclusão a idade dos sujeitos e jovens com algum tipo de comprometimento cognitivo que os impedisse de responder ao protocolo de investigação. Participaram no estudo 948 sujeitos (327 do sexo masculino – 34.5 % e 621 do sexo feminino – 65.5 %) com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos de idade ( $M = 21.76$ ,  $DP = 3.31$ ). Relativamente às habilitações, verifica-se que 0.1% possui o 8.º ano, 1.8% possui o 9.º ano, 0.5% detém o 11.º ano, 73.2% possui o 12.º ano, 22.3% detém licenciatura e finalmente 2% possui mestrado.

### Instrumentos

Foi elaborado um questionário sociodemográfico contendo dados como o sexo, idade, e habilitações literárias.

Foi utilizado o Inventário de Personalidade - NEO-FFI-20 (Costa & McCrae, 1992; adaptado para a população portuguesa por Bertoquini & Pais Ribeiro, 2006) com vista a avaliar os traços de personalidade, baseado no Modelo dos Cinco Fatores. Este instrumento contém 20 itens distribuídos por 5 dimensões: Neuroticismo (“Houve alturas em que experimentei ressentimento e amargura”); Extroversão (“Sou uma pessoa alegre e bem-disposta”); Abertura à Experiência (“Não dou grande importância às coisas da arte e de beleza”); Amabilidade (“Tendo a pensar o melhor acerca das pessoas”); e Conscienciosidade (“Sou uma pessoa muito competente”). A cotação é feita numa escala de *Likert* de 5 pontos, em que 1 corresponde a “discordo fortemente” e 5 a “concordo fortemente”. Relativamente às dimensões do instrumento, o valor de *Alpha* de Cronbach, obtido no presente estudo, para a dimensão Amabilidade foi de .60; para a dimensão Extroversão o valor foi de .67; para a dimensão Abertura à Experiência o valor foi de .70 e, finalmente, para as dimensões Conscienciosidade e Neuroticismo o valor foi de .76. A análise confirmatória de 1.ª ordem, aponta para a existência de ajustamento do modelo ( $\chi^2(122) = 437.79$   $p = .001$ ; CFI = .92; TLI = .90; RMR = .04; RMSEA = .05).

Utilizou-se também o COPE - Inventory (Carver et al., 1989; adaptado para a população portuguesa numa versão reduzida por Cabral & Matos, 2010), com vista a captar de forma efetiva estratégias particulares, individuais e/ou preferenciais de *coping*. No seu formato original inclui 60 itens, organizados em 15 escalas, contudo nesta versão adaptada está constituído por 24 itens e 4 dimensões, nomeadamente: Ativo/Reflexivo, referindo-se a esforços e ações para enfrentar um determinado evento *stressor*; Evitante, referindo-se à rejeição da realidade de determinado acontecimento; Procura de Suporte, referente à procura de ajuda emocional e de conselhos em outras pessoas; e Significação Positiva, referente a

interpretar de forma positiva determinado acontecimento. A cotação é feita numa escala de *Likert* de 6 pontos, em que 1 corresponde a “discordo totalmente” e 6 a “concordo totalmente”. Relativamente às dimensões do instrumento, o valor de *Alpha* de *Cronbach* foi de .70 para a dimensão Significação Positiva, para a dimensão Ativo/Reflexivo o valor foi de .78, a dimensão Procura de Suporte reportou um valor de .79 e para a dimensão Evitante o valor foi de .84. A análise confirmatória de 1.<sup>a</sup> ordem revela valores ajustados ( $\chi^2(26) = 132.60$   $p = .001$ ; CFI = .97; TLI = .95; RMR = .04 e RMSEA = .07).

Para avaliar o investimento esquemático na aparência foi utilizado o Inventário de Esquemas sobre a Aparência – Revisto – ASI-R (Cash et al., 2004; adaptado para a população portuguesa por Nazaré et al., 2010), que pretende avaliar os níveis de investimento dos indivíduos na sua aparência. Este questionário é composto por 20 itens e 2 dimensões, nomeadamente: Saliência Auto-avaliativa, referindo-se às crenças que as pessoas têm acerca da forma como o seu aspeto físico permite aferir o seu valor pessoal ou social e o seu sentido de *self* e, por isso, torna-se uma dimensão mais disfuncional; e Saliência Motivacional, que se refere ao nível de motivação dos indivíduos para gerir o seu aspeto físico e acentuar a sua atratividade. A cotação é feita com base numa escala de *Likert* com 5 alternativas de resposta que variam entre “Discordo Fortemente” a “Concordo Fortemente”. Relativamente às dimensões do instrumento, estas apresentam uma boa consistência interna, onde o valor de *Alpha* de *Cronbach*, na presente investigação, para a dimensão Saliência Motivacional foi de .79; e para a dimensão Saliência Auto-avaliativa o valor foi de .85. A análise confirmatória revelou o ajustamento do modelo ( $\chi^2(5) = 21.17$   $p = .001$ ; CFI = .99; TLI = .98; RMR = .02; RMSEA = .06).

### Procedimentos de recolha e análise de dados

Antes do preenchimento do protocolo, os participantes providenciaram o seu consentimento informado, tendo sido o tempo médio de preenchimento do protocolo de aproximadamente 15 minutos. No sentido de se verificar se o protocolo de avaliação se encontrava perceptível em termos formais e semânticos, e de contabilizar o tempo necessário para a sua aplicação, realizou-se previamente uma reflexão falada com jovens da mesma faixa etária. Após este procedimento, salienta-se que o protocolo se manteve inalterado. De modo a evitar enviesamentos nas respostas, devido ao fator cansaço, o protocolo de investigação continha duas versões (A e B), sendo que numa das versões a ordem de apresentação dos questionários de autorrelato foi invertida.

Foi pedida autorização à Comissão de Ética (Nº 20/2016) da Instituição Universitária que serviu de acolhimento à investigação. O projeto foi apresentado e pós a aceitação da proposta, os participantes consentiram a aplicação dos questionários, através da assinatura do Termo Consentimento Livre e Esclarecido, tendo sido garantidos todos os pressupostos de voluntariedade, privacidade, anonimato e confidencialidade das informações prestadas. A recolha de dados foi, assim, realizada recorrendo a uma tipologia não probabilística, em contexto universitário, solicitando autorização às várias escolas, departamentos e às direções de curso. Por sua vez, os participantes dos vários cursos, constituíram uma amostra de conveniência, tendo decorrido a recolha de dados presencialmente em contexto de sala de aula numa instituição de Ensino Superior da zona Norte de Portugal, sempre na presença dos investigadores. Acresceu ainda ao processo de recrutamento uma recolha exterior, na população geral de jovens, fora do contexto universitário, por método de bola de neve, durante o período de 2 meses. Foi realizada uma recolha inicial de 1064 participantes, no entanto, após limpeza da base, nomeadamente retirada de *outliers* e sujeitos com mais de 10% de *missings*, restaram 948 sujeitos.

A presente investigação apresenta um cariz transversal, dado que o conjunto de medições foi realizado num único momento. Trata-se de um estudo exploratório, embora não representativo da população Portuguesa. O tratamento dos dados foi realizado com o programa estatístico SPSS – *Statistical Package for Social Sciences* –, na sua versão 24.0 para o sistema *Windows*. Para verificar se os dados da amostra seguiam os pressupostos de normalidade foram analisados os valores de *skewness* (assimetria) e *kurtosis* (achatamento). Os valores calculados confirmaram que os dados em estudo cumpriam os critérios de normalidade, uma vez que se encontravam dentro do intervalo de -1 e 1 procedendo-se, neste sentido, a análises estatísticas mediante testes paramétricos.

De modo a proceder à análise das associações entre a idade, personalidade, estratégias de *coping* e investimento esquemático na aparência, foram realizadas análises correlacionais entre as variáveis supracitadas (Tabela 1). Posteriormente, foram realizados *test-t* para amostras independentes entre as variáveis em estudo em função da variável sexo (Tabela 2).

Objetivando a análise do papel preditor da personalidade e das estratégias de *coping* no investimento esquemático na aparência em jovens adultos, realizou-se uma regressão múltipla hierárquica, através do programa estatístico SPSS – *Statistical Package for Social Sciences*, na versão 24.0, tendo como variáveis dependentes, separadamente, a saliência auto-avaliativa e a saliência motivacional. Assim, esta análise foi realizada contendo 4 blocos, designadamente o sexo, a idade, a personalidade e as estratégias

de *coping*. As estratégias de *coping* ativo/reflexivo, procura de suporte e significação positiva foram agrupadas, denominando-se ao longo do trabalho por estratégias de *coping* adaptativas, formando um compósito, por se tratarem de estratégias consideradas adaptativas segundo a literatura científica. Salienta-se também um efeito supressor das variáveis quando inseridas concomitantemente de forma individual, assumindo sinais opostos no modelo de regressão face às correlações anteriormente realizadas (Tabachnick & Fidell, 1996). As variáveis sociodemográficas foram recodificadas em variáveis *dummy* (0 - masculino; 1 - feminino) e (0 - 18 aos 24; 1 - 25 aos 30), no sentido de identificar que grupos seriam preditores da Saliência Auto-avaliativa (Tabela 3) e Saliência Motivacional (Tabela 4).

Na sequência dos objetivos propostos, foram levadas a cabo análises de moderações recorrendo à metodologia de moderação de Hayes (2013) com recurso ao PROCESS. As estratégias de *coping* foram divididas em estratégias de *coping* adaptativas e estratégias de *coping* não adaptativas (tipo evitante), como havia sido feito anteriormente na regressão múltipla hierárquica, de forma a analisar a dicotomia entre estratégias adaptativas e desajustadas. As estratégias de *coping* adaptativas englobam as dimensões ativo/reflexivo, procura de suporte e significação positiva, por sua vez, nas estratégias de *coping* não adaptativas apenas está inserida a dimensão evitante.

## RESULTADOS

Foi realizada uma análise de correlação entre as variáveis em estudo, apresentadas na Tabela 1. Os principais resultados apontam para correlações positivas do neuroticismo com o *coping* evitante e com a saliência auto-avaliativa, assim como do *coping* evitante com a saliência auto-avaliativa. Por seu turno, evidenciam-se correlações negativas da saliência auto-avaliativa com os traços emocionalmente ajustados de personalidade e com o *coping* adaptativo. A idade correlacionou-se negativamente com o neuroticismo e com o investimento na aparência (Tabela 1).

**Tabela 1.** Correlação entre variáveis, média e desvio-padrão ( $N=948$ )

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1- Idade	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Personalidade</b>												
2- Neuroticismo	-.07*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3- Extroversão	.04	-.43**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4- Abertura à experiência	.06	.12**	-.02	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5- Amabilidade	-.02	-.08**	.04	.12**	-	-	-	-	-	-	-	-
6- Conscienciosidade	.13**	-.18**	.44**	.06	.07*	-	-	-	-	-	-	-
<b>Estratégias de coping</b>												
7- Ativo/Reflexivo	.09**	-.14**	.23**	.15**	.15**	.31**	-	-	-	-	-	-
8- Evitante	-.02	.10**	-.05	-.08*	-.13**	-.18**	-.37**	-	-	-	-	-
9- Procura de suporte	.01	-.07*	.20**	.08**	.15**	.12**	.44**	-.09**	-	-	-	-
10- Significação positiva	.03	-.26**	.25**	.14**	.15**	.14**	.59**	-.16**	.38**	-	-	-
<b>Investimento na aparência</b>												
11- Saliência auto-avaliativa	-.12**	.30**	-.13**	-.02	-.02	-.09**	-.07*	.25**	.04	-.16**	-	-
12- Saliência motivacional	-.07*	-.01	.12**	.00	.03	.07*	.14**	-.06	.21**	.02	.48**	-
Média	21.76	2.74	3.66	2.95	3.39	3.92	4.38	2.34	4.18	4.22	3.11	3.43
Desvio-padrão	3.31	.94	.66	.88	.75	.54	.66	.84	.91	.75	.67	.66

Nota. \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

### Variância da personalidade, estratégias de coping e do investimento esquemático na aparência, em função do sexo dos participantes

Verificou-se que os participantes do sexo feminino possuem níveis mais elevados de neuroticismo, amabilidade, procura de suporte e saliência auto-avaliativa, ao passo que os participantes do sexo masculino revelam maiores níveis de extroversão e estratégias de *coping* do tipo evitante (Tabela 2).

**Tabela 2.** Correlação entre variáveis, média e desvio-padrão ( $N=948$ )

	Sexo	$M\pm DP$	IC95%	Direção das diferenças
<b>Personalidade</b>				
Neuroticismo	1- Masculino	2.56±.95	[-.41; -.16]	1<2
	2- Feminino	2.84±.92		
Extroversão	1- Masculino	3.76±.65	[.06; .24]	1>2
	2- Feminino	3.61±.67		
Amabilidade	1- Masculino	3.32±.78	[-.21; -.01]	1<2
	2- Feminino	3.43±.72		
<b>Estratégias de coping</b>				
Evitante	1- Masculino	2.43±.86	[.02; .25]	1>2
	2- Feminino	2.30±.83		
Procura de suporte	1- Masculino	3.96±.90	[-.47; -.23]	1<2
	2- Feminino	4.30±.90		
<b>Investimento na aparência</b>				
Saliência auto-avaliativa	1- Masculino	3.01±.62	[-.23; -.06]	1<2
	2- Feminino	3.15±.69		

### O papel preditor da personalidade e das estratégias de coping no investimento esquemático na aparência

A predição foi testada com recurso à regressão múltipla hierárquica, contendo 4 blocos, designadamente o sexo, a idade, a personalidade e as estratégias de coping. Após a análise individual dos efeitos das variáveis independentes, verifica-se que algumas delas se apresentam significativas face à predição da saliência auto-avaliativa, designadamente: o neuroticismo ( $\beta = .28$ ), o coping não adaptativo ( $\beta = .24$ ) e o sexo feminino ( $\beta = .07$ ) (Tabela 3).

**Tabela 3.** Regressão múltipla hierárquica para a saliência auto-avaliativa

Saliência auto-avaliativa	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Change	B	SE	$\beta$	t	p
<b>Bloco 1 – Sexo (dummy)</b>	.01	.01	.10	.04	<b>.07</b>	2.18	<b>.03</b>
<b>Bloco 2 – Idade (dummy)</b>	.01	.00	-.08	.05	-.05	-1.52	.13
<b>Bloco 3 – Personalidade</b>	.10	.09					
Neuroticismo			.20	.02	<b>.28</b>	8.25	<b>.00</b>
Extroversão			-.01	.04	-.01	-.14	.89
Abertura à experiência			-.03	.02	-.05	-1.44	.15
Amabilidade			.03	.03	.03	.89	.37
Conscienciosidade			.02	.04	.02	.44	.66
<b>Bloco 4 – Estratégias de coping</b>	.15	.05					
Coping adaptativo			.04	.04	.03	.98	.33
Coping não adaptativo			.19	.03	<b>.24</b>	7.60	<b>.00</b>

Nota. B, SE e  $\beta$  para um nível de significância de  $p < .05$ ; Bloco1- Sexo; Bloco 2- Idade; Bloco 3- Dimensões da personalidade; Bloco 4- Dimensões das estratégias de Coping: Coping adaptativo (Compósito): ativo/reflexivo, procura de suporte e significação positiva; Coping não adaptativo: evitante.

Referente à variável dependente saliência motivacional, foram introduzidos igualmente 4 blocos de acordo com o observado na tabela 3. Após a análise individual das variáveis independentes, verifica-se que apenas duas variáveis apresentam um resultado significativo face à predição da saliência motivacional nomeadamente: o coping adaptativo ( $\beta = .14$ ) e a extroversão ( $\beta = .11$ ). (Tabela 4).

**Tabela 4.** Regressão múltipla hierárquica para a saliência motivacional

Saliência motivacional	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Change	B	SE	β	t	p
<b>Bloco 1 – Sexo (dummy)</b>	.00	.00	.06	.05	.05	1.35	.18
<b>Bloco 2 – Idade (dummy)</b>	.00	.00	-.08	.06	-.05	-1.41	.16
<b>Bloco 3 – Personalidade</b>	.02	.02					
Neuroticismo			.04	.03	.06	1.72	.09
Extroversão			.11	.04	.11	2.79	.01
Abertura à experiência			-.02	.03	-.03	-.84	.40
Amabilidade			.00	.03	.00	.13	.90
Conscienciosidade			.01	.04	.00	.12	.90
<b>Bloco 4 – Estratégias de coping</b>	.04	.02					
<i>Coping</i> adaptativo			.14	.04	.14	3.84	.00
<i>Coping</i> não adaptativo			-.02	.03	-.02	-.65	.52

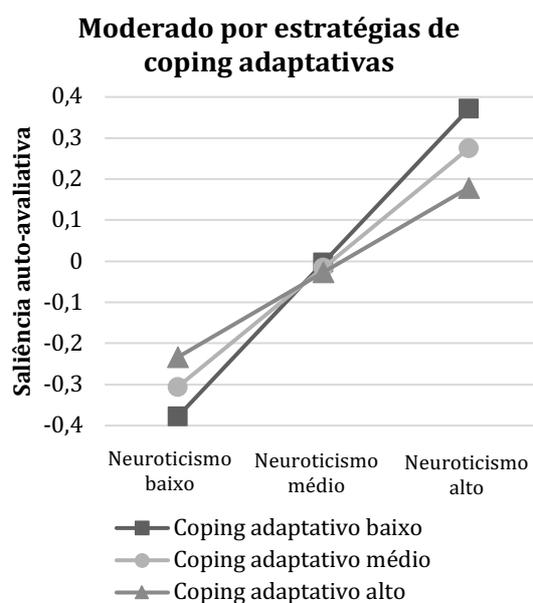
Nota. B, SE e β para um nível de significância de  $p < .05$ ; Bloco1- Sexo; Bloco 2- Idade; Bloco 3- Dimensões da personalidade; Bloco 4- Dimensões das estratégias de *Coping*: adaptativo (Compósito): ativo/reflexivo, procura de suporte e significação positiva; *Coping* não adaptativo: evitante.

**Efeito da personalidade no investimento esquemático na aparência: O papel moderador das estratégias de coping**

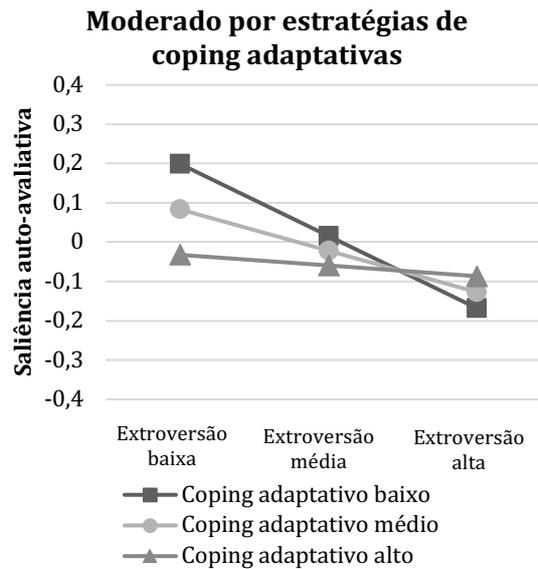
A partir da análise realizada, verifica-se que as estratégias de *coping* adaptativas apresentam um papel moderador entre o neuroticismo e a saliência auto-avaliativa ( $\Delta R^2 = .10$ ,  $\Delta F(3, 944) = 36.22$ ,  $p = .001$ ,  $b = -.084$ ,  $t(944) = -2.74$ ,  $p < .01$ , IC 90 [-.14; -.02]).

Verifica-se que quando há um elevado nível de neuroticismo e estão presentes reduzidas estratégias de *coping* adaptativas, observam-se maiores níveis de saliência auto-avaliativa, comparativamente a um nível elevado de neuroticismo na existência de elevadas estratégias de *coping* adaptativas (Figura 1).

Verifica-se, também, que as estratégias de *coping* adaptativas apresentam um papel moderador entre a extroversão e a saliência auto-avaliativa ( $\Delta R^2 = .03$ ,  $\Delta F(3, 944) = 8.85$ ,  $p = .001$ ,  $b = .078$ ,  $t(944) = 2.32$ ,  $p < .05$ , IC 90 [.01; .14]). Na presença de níveis reduzidos de extroversão e de reduzidas estratégias de *coping* adaptativas, percecionam-se maiores níveis de saliência auto-avaliativa, comparativamente a níveis reduzidos de extroversão, na existência de elevadas estratégias de *coping* adaptativas (Figura 2).



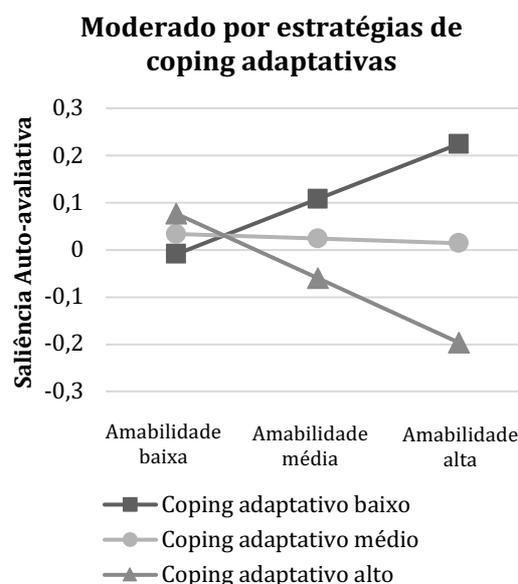
**Figura 1.** Efeito moderador das estratégias de *coping* adaptativas na associação entre o neuroticismo e a saliência auto-avaliativa



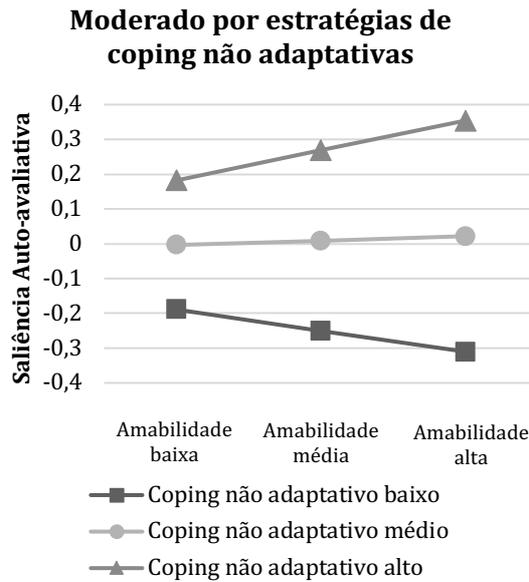
**Figura 2.** Efeito moderador das estratégias de coping adaptativas na associação entre a extroversão e a saliência auto-avaliativa

Observa-se, ainda, que as estratégias de coping adaptativas apresentam um papel moderador entre amabilidade e a saliência auto-avaliativa ( $\Delta R^2 = .03$ ,  $\Delta F(3, 944) = 8.35$ ,  $p = .001$ ,  $b = -.127$ ,  $t(944) = -3.62$ ,  $p < .01$ , IC 90 [-.20; -.06]). Na presença de níveis elevados de amabilidade e de elevadas estratégias de coping adaptativas, percebem-se menores níveis de saliência auto-avaliativa, comparativamente a elevados níveis de amabilidade, na presença de reduzidas estratégias de coping adaptativas (Figura 3).

Constata-se, também, que as estratégias de coping não adaptativas apresentam um papel moderador entre amabilidade e a saliência auto-avaliativa ( $\Delta R^2 = .07$ ,  $\Delta F(3, 944) = 23.52$ ,  $p = .001$ ,  $b = .073$ ,  $t(944) = 2.13$ ,  $p < .05$ , IC 90 [.01; .14]). Observa-se que na existência de níveis elevados de amabilidade e de elevadas estratégias de coping não adaptativas, verificam-se maiores níveis de saliência auto-avaliativa, comparativamente à existência de elevados níveis de amabilidade, na presença de reduzidas estratégias de coping não adaptativas (Figura 4).



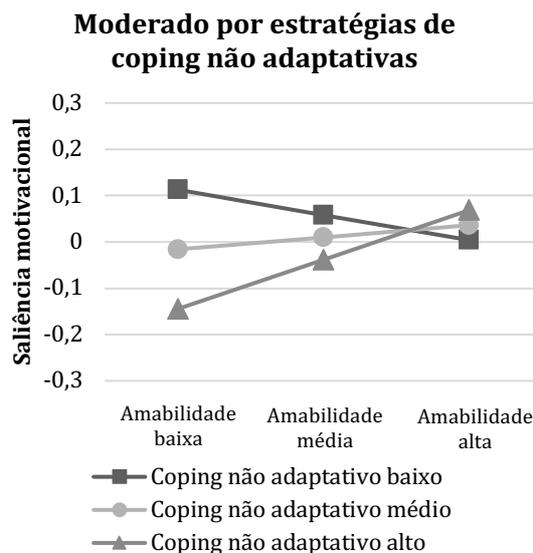
**Figura 3.** Efeito moderador das estratégias de coping adaptativas na associação entre a amabilidade e a saliência auto-avaliativa



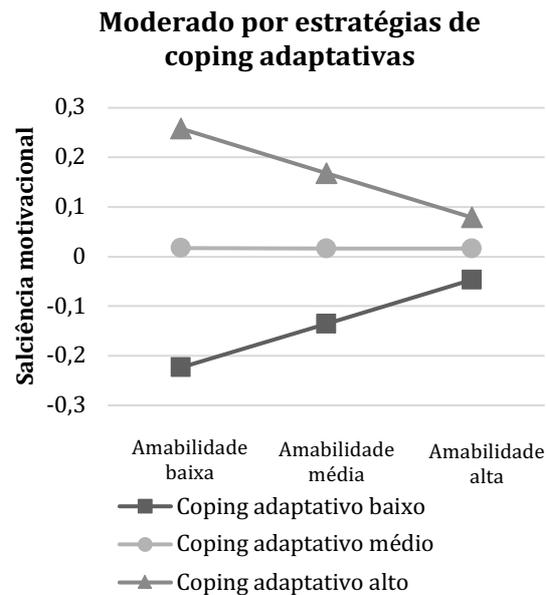
**Figura 4.** Efeito moderador das estratégias de coping não adaptativas na associação entre a amabilidade e a saliência auto-avaliativa

Observa-se que as estratégias de coping não adaptativas apresentam um papel moderador entre amabilidade e saliência motivacional ( $\Delta R^2 = .01$ ,  $\Delta F(3, 944) = 3.41$ ,  $p = .011$ ,  $b = .081$ ,  $t(944) = 2.19$ ,  $p < .05$ , IC 90 [.01; .15]). Quando há níveis baixos de amabilidade e estão presentes reduzidas estratégias de coping não adaptativas, verificam-se níveis mais elevados de saliência motivacional, comparativamente à existência de baixos níveis de amabilidade, na presença de elevadas estratégias de coping não adaptativas (Figura 5).

Por fim, verifica-se que as estratégias de coping adaptativas apresentam um papel moderador entre amabilidade e a saliência motivacional ( $\Delta R^2 = .04$ ,  $\Delta F(3, 944) = 11.81$ ,  $p = .001$ ,  $b = -.089$ ,  $t(944) = -2.75$ ,  $p < .01$ , IC 90 [-.15; -.03]). Verifica-se que na existência de níveis reduzidos de amabilidade - estando presentes elevadas estratégias de coping adaptativas -, os níveis de saliência motivacional são mais elevados, comparativamente à existência de reduzidos níveis de amabilidade, na presença de reduzidas estratégias de coping adaptativas (Figura 6).



**Figura 5.** Efeito moderador das estratégias de coping não adaptativas na associação entre a amabilidade e a saliência motivacional



**Figura 6.** Efeito moderador das estratégias de coping adaptativas na associação entre a amabilidade e a saliência motivacional

## DISCUSSÃO

O presente estudo teve como principal objetivo analisar o papel da personalidade e das estratégias de *coping* no investimento esquemático na aparência dos jovens adultos. Os resultados obtidos indicam que o neuroticismo se associou de forma positiva com as estratégias de *coping* do tipo evitante e de forma negativa com as estratégias de *coping* consideradas adaptativas (ativas/reflexivas, de significação positiva e procura de suporte). Estes resultados vão ao encontro das hipóteses previamente levantadas, pressupondo que a existência de níveis elevados de neuroticismo nos indivíduos predisponha a respostas de *coping* menos adaptativas. Poderá ser explicativo o facto dos indivíduos com elevados níveis de neuroticismo tenderem a perceber as situações de forma mais negativa e experienciarem dificuldades em lidar com agentes de *stress* (Allen & Walter, 2016; Nunes et al., 2010; Suls & Martin, 2005) e, por conseguinte, desencadearem respostas menos adaptativas, como é o caso do evitamento. Por outro lado, evidenciou-se que indivíduos que denotam traços emocionalmente ajustados de personalidade, demonstram estratégias de *coping* também mais ajustadas. Estes traços emocionalmente ajustados da personalidade traduzem emoções positivas, autocontrolo, persistência e reflexão e, por conseguinte, parecem predispor o indivíduo a adquirir estratégias de *coping* também mais positivas, ajustadas e reflexivas, voltadas para a resolução ativa aquando de uma situação adversa (Afshar et al., 2015). Os resultados obtidos no presente estudo são consistentes com os obtidos por David e Quintão (2012), que verificaram que mais estratégias de *coping* adaptativas estão associadas às características ajustadas da personalidade.

Concluiu-se ainda que o neuroticismo se associou de forma positiva com a saliência auto-avaliativa e, por outro lado, a extroversão e conscienciosidade associaram-se negativamente à saliência auto-avaliativa e positivamente com a saliência motivacional. Elevados níveis de neuroticismo predisõem à manutenção de níveis mais disfuncionais de investimento na aparência, uma vez que estes indivíduos tendem a experienciar mais emoções negativas de uma forma geral, podendo ser extensivas à sua aparência, assim como a tendência para ideias irrealistas, o que, por sua vez, poderá culminar ou reforçar a saliência auto-avaliativa (Allen & Walter, 2016). Por outro lado, a extroversão como traço que se centra nas emoções positivas e a conscienciosidade como o traço mais reflexivo (Costa & McCrae, 1992) podem levar a que os jovens mantenham um investimento na aparência mais funcional, devido à menor suscetibilidade a distorções cognitivas e consequentes esquemas de aparência desajustados, resultando em maiores níveis de saliência motivacional e menores níveis de saliência auto-avaliativa (Mendes et al., 2016). Alguns autores reforçam o papel dos traços de personalidade na auto-perceção da aparência e consequente investimento na mesma, evidenciando o impacto que têm na elaboração da imagem corporal. Ao passo que o neuroticismo se assume como um traço que potencia emoções negativas, encontrando-se frequentemente associado à insatisfação corporal e avaliação negativa do corpo, os traços emocionalmente ajustados da personalidade, como a extroversão, potenciam uma perceção e avaliação positiva do corpo

(e.g. Allen & Walter, 2016; Mendes et al., 2016; Swami et al., 2013), predispondo a um investimento na aparência adaptativo.

Concluiu-se também que as estratégias de *coping* ativas/reflexivas e de significação positiva se associam de forma negativa com a saliência auto-avaliativa e, por outro lado, as estratégias de *coping* ativas/reflexivas e de procura de suporte associam-se positivamente com a saliência motivacional. Verificou-se ainda que as estratégias de *coping* do tipo evitante se associam positivamente à saliência auto-avaliativa. Os jovens com estratégias de *coping* adaptativas poderão ter recursos emocionais para aceitar a sua aparência, refletir sobre a mesma, se esta se configurar como uma fonte de stress, e abordá-la numa perspetiva mais positiva, não permitindo que interfira na sua vida de forma significativa (Cash, 2011; Melnyk et al., 2004; Mancuso, 2016). Nesta medida, os níveis de saliência auto-avaliativa serão, à partida, mais reduzidos e o investimento na aparência mais funcional em indivíduos que denotem estratégias de *coping* adaptativas. Por outro lado, os jovens que mantêm estratégias de *coping* evitantes poderão estar propensos a manter também preocupações exacerbadas e ideias irrealistas, devido à pouca reflexão e ação que denotam em situações adversas (Cash et al., 2005; Choma et al., 2009; Mancuso, 2016). Desta forma, caso níveis disfuncionais de saliência auto-avaliativa estejam presentes, estes poderão manter-se ou até acentuar-se em indivíduos que perante uma situação adversa negam ou evitam a realidade.

No presente estudo, constatou-se ainda a associação positiva entre a idade e a conscienciosidade e também com as estratégias de *coping* ativas/reflexivas. Por outro lado, a idade correlacionou-se negativamente com o neuroticismo e com ambas as dimensões do investimento na aparência. Estes resultados eram esperados, uma vez que indivíduos mais velhos terão à partida maior maturidade emocional, sendo mais conscientes e responsáveis do que indivíduos mais novos (Orgeta, 2009; Pedroso-Lima et al., 2014). Desta forma, poderão estar mais propensos ao desenvolvimento de estratégias de *coping*, também mais reflexivas e voltadas para a ação. Contrariamente, os indivíduos mais jovens poderão estar mais suscetíveis à instabilidade emocional devido às mudanças que ocorrem nesta fase, como por exemplo o ingresso na vida académica (Calais et al., 2007). A literatura recente acerca da personalidade relata ainda que a conscienciosidade é um dos fatores que tende a aumentar com a idade, ao passo que o neuroticismo tende a diminuir (Pedroso-Lima et al., 2014). Ainda em indivíduos mais jovens, há uma maior propensão em investirem mais na sua aparência, revelando, conseqüentemente, mais preocupações com a mesma (Branco et al., 2006), podendo este facto ser devido ao início de relações românticas, que pressupõem maiores cuidados com o aspeto físico e aparência (Alferes, 2006).

A presente investigação apontou também para diferenças da personalidade, estratégias de *coping* e investimento face ao sexo, verificando-se que os participantes do sexo feminino revelam maiores níveis de amabilidade e de neuroticismo, apresentando ainda maior procura de suporte e saliência auto-avaliativa. Os níveis mais elevados de amabilidade e neuroticismo por parte do sexo feminino podem ser explicados pela tendência gerada pela expectativa social de que a mulher pode ser mais empática e sensível, e em contrapartida revelar também maior instabilidade emocional, experienciando níveis mais elevados de ansiedade (Aluja et al., 2005). O sexo feminino também parece ser mais estimulado, devido ao contexto sociocultural a pedir aconselhamento e a procurar apoio (Carlotto et al., 2015) e ainda a ter maiores cuidados com a aparência (Moreno, 2008). Relativamente ao sexo masculino, os níveis mais elevados de extroversão podem dever-se à sua postura mais dinâmica, ou seja, mais voltada para o exterior (Pedroso-Lima et al., 2014). Verificou-se também que os participantes do sexo masculino apresentam mais estratégias de *coping* do tipo evitante, podendo ser explicativo o facto de adotarem, usualmente, uma postura menos expansiva na expressão e vivência das suas emoções, especialmente o medo, possibilitando maiores dificuldades em lidar com as mesmas (Seidler, 2007). Desta forma, pode haver uma tendência em negar ou evitar experienciar algumas emoções desencadeadas por situações geradoras de stress (Iwamoto et al., 2010).

Objetivando a análise do efeito preditor da personalidade e das estratégias de *coping* na construção dos esquemas de aparência dos jovens adultos, constatou-se que as estratégias de *coping* adaptativas e a extroversão predizem a saliência motivacional. Relativamente à saliência auto-avaliativa, verificou-se que o neuroticismo, as estratégias de *coping* não adaptativas e o sexo feminino predizem positivamente esta variável. A literatura atribui aos traços de personalidade uma grande importância no desenvolvimento de estratégias de *coping* do indivíduo, podendo estes mesmos traços ter efeito neste processo (Bueno et al., 2001; Gazzaniga & Heatherton, 2005; Magnano et al., 2017). Assim, um indivíduo com maiores níveis de neuroticismo e denotando um padrão de estratégias de *coping* desajustadas, como é o caso do evitamento, poderá percecionar uma imagem irrealista e insegura de si, acentuando distorções cognitivas e preocupações excessivas acerca da aparência, acreditando que a mesma tenha um grande efeito no seu valor pessoal, predizendo, desta forma, a saliência auto-avaliativa (Choma et al., 2009; Mendes et al., 2016). Por outro lado, a presença de características emocionalmente ajustadas de personalidade, como a extroversão, parece predispor o recurso a estratégias de *coping* adaptativas, desenvolvendo o sentido

positivo e ativo para enfrentar situações adversas, o que por sua vez potencia um nível mais funcional de investimento na aparência, como a saliência motivacional (Cash, 2011). Verificou-se também que o sexo feminino prediz a saliência auto-avaliativa, podendo este resultado ser justificado devido aos rígidos padrões de beleza a que as mulheres estão expostas, veiculados pelos meios de comunicação e por ícones sociais, acabando por se refletir em preocupações excessivas acerca da aparência, na tentativa de estarem à altura do padrão exigido, bem como preocupações acerca da percepção que os outros possam ter sobre a sua aparência (Cash et al., 2004; Noronha et al., 2016). Este resultado traduz a maior vulnerabilidade do sexo feminino para preocupações excessivas ligadas à aparência e aos cuidados com o corpo, a qual pode ser explicada pelos hábitos enraizados desde a infância, onde a mulher é estimulada a ter uma aparência cuidada e uma alimentação saudável (Moreno, 2008). Deve destacar-se também que, ainda que de forma decrescente, a sociedade em geral sobrevaloriza a imagem corporal da mulher sob um protótipo ideal de beleza (Filho et al., 2017). Nesta medida, as mulheres tendem a estar mais expostas ao estereótipo e podem sentir-se mais instáveis emocionalmente e mais suscetíveis às opiniões de outras pessoas, quando a sua aparência não se coaduna com a aparência idealizada (Noronha et al., 2016). Nesta sequência, o desenvolvimento de crenças distorcidas poderá explicar a predição da saliência auto-avaliativa por parte do sexo feminino (Cash et al., 2004).

Os traços de personalidade são intrínsecos a cada indivíduo e manifestam tendência para se manterem relativamente estáveis (McCrae & Costa, 2003), no entanto as estratégias de *coping* podem ser adquiridas e/ou aperfeiçoadas (Antoniazzi et al., 1998), resultando em melhores respostas face às situações adversas que os indivíduos vão enfrentando durante a vida. Os resultados anteriormente apresentados, relativos às estratégias de *coping* adaptativas como variável moderadora, poderão ser justificados pelo facto dos jovens, mesmo possuindo maiores níveis de neuroticismo, poderem manifestar estratégias de *coping* reflexivas, positivas e voltadas para a ação aquando de uma situação ansiogénica, estando assim propensos à modificação de alguns comportamentos disfuncionais (Dias et al., 2009; Mancuso, 2016), contribuindo para a diminuição da saliência auto-avaliativa e para um investimento na aparência mais ajustado. As estratégias de *coping* adaptativas podem proporcionar ao jovem maiores recursos para que este aceite e reflita sobre a sua aparência (Cash, 2011), diminuído assim possíveis distorções cognitivas acerca da mesma (Mancuso, 2016).

Relativamente ao papel moderador das estratégias de *coping* não adaptativas na associação entre personalidade e investimento na aparência, salienta-se que o evitamento parece contribuir para um maior desajuste ao nível do investimento que os jovens detêm na sua aparência, mesmo na presença de traços de personalidade adaptativos. Nesta medida, o indivíduo evitando lidar ativamente com as situações que lhe causem desconforto e denotando pouca reflexão, estará a manter ou reforçar possíveis distorções cognitivas em relação ao corpo, culminando em esquemas de aparência mais disfuncionais (Cash et al., 2005; Mancuso, 2016). De acordo com Choma et al. (2009), o evitamento eleva o *stress* perante uma situação adversa e tende a prolongar essa mesma situação. Contudo, verifica-se a escassez de estudos que testem o efeito moderador do *coping* na associação entre personalidade e investimento esquemático na aparência, que seriam de grande importância para a presente investigação em termos de comparação e/ou comprovação de resultados. Face aos dados obtidos, salienta-se a importância dos traços de personalidade ajustados e das estratégias de *coping* adaptativas como fatores protetores ao desenvolvimento de um investimento na aparência disfuncional.

### **Implicações práticas, limitações e indicações futuras**

Torna-se pertinente destacar as implicações práticas inerentes à presente investigação, assim como as suas limitações e indicações futuras. As conclusões formuladas podem, efetivamente, contribuir para uma consciencialização do papel significativo que os traços de personalidade possuem no padrão de estratégias de *coping* a que os jovens recorrem numa situação adversa. Nesta medida, pode ser importante um maior investimento na formação parental, consciencializando para a importância de boas práticas parentais no desenvolvimento de traços de personalidade emocionalmente ajustados nas crianças, visando o melhor ajustamento psicológico, posteriormente, na idade adulta. Relativamente à prática psicológica, parece adequado uma terapêutica que vise a redução do efeito de traços proeminentes de neuroticismo em situações quotidianas e que permita ao indivíduo uma melhor adaptação ao seu meio e a situações adversas.

Poderia ainda ser pertinente a utilização dos dados em formações e workshops dirigidos a adolescentes e adultos para aludir à importância do desenvolvimento de estratégias de *coping* adaptativas, de forma a potenciar uma melhor adaptação a situações adversas ao longo da vida, prevenindo, assim, um investimento na aparência desajustado. Face aos resultados obtidos, pode ainda ser favorável no contexto da prática psicológica, principalmente em adolescentes e jovens adultos, não descurar a análise do investimento na aparência em casos de insatisfação corporal, com vista à prevenção de sintomatologia

depressiva e/ou ansiosa, bem como de perturbações alimentares, decorrentes de crenças distorcidas acerca da aparência. De igual forma, enfatiza-se a importância do investimento na aparência no diagnóstico precoce de eventuais perturbações de imagem. Considera-se ainda importante que a intervenção psicológica incida também na estimulação de estratégias de *coping* adaptativas de forma precoce, com vista a contornar não só problemáticas relacionadas à aparência, mas em vários contextos e situações geradoras de stress.

Salientam-se, contudo, algumas limitações no decorrer da investigação. Primeiramente, devido à recolha dos dados ter sido concretizada através de questionários de autorrelato extensos, poderá ser passível a presença do fator cansaço e preenchimento com desejabilidade social. O carácter transversal que a presente investigação comporta, impossibilita estabelecer relações de causalidade entre as variáveis.

Como indicações futuras, poderia ser pertinente a inclusão e análise de outras variáveis, nomeadamente sintomatologia psicopatológica, devido ao facto da existência de esquemas de aparência desajustados poderem originar entraves ao ajustamento psicológico dos indivíduos (Cash, 2002). De igual modo, seriam relevantes investigações de carácter longitudinal e o controlo de outras variáveis como nível socioeconómico dos pais.

## REFERÊNCIAS

- Afshar, H., Roohafza, H. R., Keshteli, A. H., Mazaheri, M., Feizi, A., & Adibi, P. (2015). The association of personality traits and coping styles according to stress level. *Journal of Research in Medical Sciences*, *20*(4), 353-358.
- Alferes, V. R. (2006). Atração interpessoal, sexualidade e relações íntimas. In J. Vala, & M. B. Monteiro (Eds.), *Psicologia Social* (pp. 125-158). Fundação Calouste Gulbenkian.
- Allen, M. S., & Walter, E. E. (2016). Personality and body image: a systematic review. *Body Image: An International Journal of Research*, *19*, 79-88. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.012>
- Aluja, A., Garcia, O., Rossier, J., & Garcia, L. F. (2005). Comparison of the NEO-FFI, the NEO-FFI and an alternative short version of the NEO-PI-R (NEO-60) in Swiss and Spanish samples. *Personality and Individual Differences*, *38*(1), 591-604. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.05.014>
- Antoniazzi, A. S., Dell'Aglio, D. D., & Bandeira, D. R. (1998). O conceito de coping: uma revisão teórica. *Estudos de Psicologia*, *3*(2), 273-294. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X1998000200006>
- Branco, L. M., Hilário, M. O. E., & Cintra, I. P. (2006). Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Revista de Psiquiatria Clínica*, *33*(6), 292-296. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832006000600001>
- Bueno, J. M. H., Oliveira, S. M. S. S., & Oliveira, J. C. S. (2001). Um estudo correlacional entre habilidades sociais e traços de personalidade. *Psico-USF*, *6*(1), 43-51. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712001000100005>
- Calais, S. L., Carrara, K., Brum, M. M., Batista, K., Yamada, J. K., & Oliveira, J. R. S. (2007). Stress entre calouros e veteranos de jornalismo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, *24*(1), 69-77. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2007000100008>
- Carlotto, R. C., Teixeira, M. A. P., & Dias, A. C. G. (2015). Adaptação académica e coping em estudantes universitários. *Psico-USF*, *20*(3), 421-432. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200305>
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and Coping. *Annual Review of Psychology*, *61*(1), 679-704. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cash, T. F. (2002). Cognitive-behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 38-46). The Guilford Press.
- Cash, T. F. (2005). The influence of sociocultural factors on body image: searching for constructs. *Clinical Psychology: Science & Practice*, *12*(4), 438-442. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi055>
- Cash, T. F. (2011). Cognitive-behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash, & L. Smolak (Eds.), *Body image: a handbook of science, practice, and prevention* (2<sup>a</sup> ed., pp. 39-47). Guilford Press.
- Cash, T. F., & Labarge, A. S. (1996). Development of the appearance schemas inventory: a new cognitive body-image assessment. *Cognitive Therapy and Research*, *20*(1), 37-50. <https://doi.org/10.1007/BF02229242>
- Cash, T. F., Melnyk, S. E., & Hrabosky, J. I. (2004). The assessment of body image investment: an extensive revision of the appearance schemas inventory. *International Journal of Eating Disorders*, *35*(3), 305-316. <https://doi.org/10.1002/eat.10264>
- Cash, T. F., Santos, M. T., & Williams, E. F. (2005). Coping with body-image threats and challenges: validation of the body image coping strategies inventory. *Journal of Psychosomatic Research*, *58*(2), 190-199. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2004.07.008>

- Choma, B. L., Shove, C., Busseri, M. A., Sadava, S. W., & Hosker, A. (2009). Assessing the role of body image coping strategies as mediators or moderators of the links between self-objectification, body shame, and well-being. *Sex Roles, 61*, 699-713. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9666-9>
- Connor-Smith, J. K., & Flachsbarth, C. (2007). Relations between personality and coping: a meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 93*(6), 1080-1107. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.6.1080>
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1989). *The neo-pi/neo-ffi manual supplement*. Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1992). *Revised neo personality inventory (neo-pi-r) and neo five-factor inventory (neo-ffi) professional manual*. Psychological Assessment Resources.
- David, I. C., & Quintão, S. (2012). Burnout em professores: a sua relação com a personalidade, estratégias de coping e satisfação com a vida. *Acta Médica 25*(3), 145-155.
- Dias, C., Cruz, J. F., & Fonseca, A. M. (2009). Emoções, stress, ansiedade e coping: estudo qualitativo com atletas de elite. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, 9*(1), 9-23. <https://doi.org/10.5628/rpcd.09.01.09>
- Diniz, S. S., & Zanini, D. S. (2010). Relação entre fatores de personalidade e estratégias de coping em adolescentes. *Psico-USF, 15*(1), 71-80. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-82712010000100008>
- Filho, C. R. C., Mesquita, C. A. M., Sousa, A. M., Sousa, R. S., Vasconcelos, R. F. R., & Freire, L. V. (2017). Hábitos de vida e autoimagem corporal em homens universitários. *Inspirar, 14*(3), 17-22.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*(3), 219-239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(5), 992-1003. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>
- Fornes-Vives, J., Garcia-Banda, G., Frias-Navarro, D., & Rosales-Viladrich, G. (2016). Coping, stress, and personality in Spanish nursing students: A longitudinal study. *Nurse Education Today, 36*, 318-323. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2015.08.011>
- Gárriz, M., Gutiérrez, F., Peri, J. M., Baillés, E., & Torrubia, R. (2015). Coping strategies within a personality space. *Personality and Individual Differences, 80*, 96-100. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.024>
- Gazzaniga, M. S., & Heatherton, T. F. (2005). *Ciência psicológica: mente, cérebro e comportamento*. Artmed.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: a regression-based approach*. Guilford Press.
- Iwamoto, D. K., Liao, L., & Liu, W. M. (2010). Masculine norms, avoidant coping, Asian values, and depression among Asian American men. *Psychology of Men & Masculinity, 11*(1), 15-24. <https://doi.org/10.1037/a0017874>
- Laborde, S., Guillén, F., Watson, M., & Allen, M. S. (2017). The light quartet: Positive personality traits and approaches to coping in sport coaches. *Psychology of Sport and Exercise, 32*, 67-73. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.06.005>
- Magnano, P., Paolillo, A., Platania, S., & Santisi, G. (2017). Courage as a potential mediator between personality and coping. *Personality and Individual Differences, 111*, 13-18. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.047>
- Mancuso, S. G. (2016). Body image inflexibility mediates the relationship between body image evaluation and maladaptive body image coping strategies. *Body Image, 16*, 28-31. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.10.003>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (2003). *Personality in adulthood: a five-factor theory perspective* (2nd ed.). Guilford Press.
- Melnyk, S. E., Cash, T. F., & Janda, L. H. (2004). Body image ups and downs: prediction of intra-individual level and variability of women's daily body image experiences. *Body Image: An International Journal of Research, 1*(3), 225-235. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.003>
- Mendes, J. C., Figueiras, M. J., & Moss, T. (2016). Influence of personality traits in self-evaluative salience, motivational salience and self-consciousness of appearance. *Psychology, Community & Health, 5*(2), 187-197. <https://doi.org/10.5964/pch.v5i2.168>
- Moffitt, R. L., Neumann, D. L., & Williamson, S. P. (2018). Comparing the efficacy of a brief self-esteem and self-compassion intervention for state body dissatisfaction and self-improvement motivation. *Body Image, 27*, 67-76. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.008>
- Moreno, R. (2008). *A beleza impossível: mulher, mídia e consumo*. Editora Ágora.

- Noronha, A. P. P., Lamas, K. C. A., & Barros, M. V. C. (2016). Afetos e personalidade: suas relações em estudantes universitários. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, 18(2), 75-88. <https://doi.org/10.15348/1980-6906/psicologia.v18n2p75-88>
- Nunes, C. H., Hutz, C. S., & Nunes, M. F. (2010). *Bateria fatorial de personalidade (BFP): manual técnico*. Casa do Psicólogo.
- Orgeta, V. (2009). Specificity of age differences in emotion regulation. *Aging & Mental Health*, 13(6), 818-826. <https://doi.org/10.1080/13607860902989661>
- Pedroso-Lima, M., Magalhães, E., Salgueira, A., Gonzalez, A. J., Costa, J. J., Costa, M. J., & Costa, P. (2014). A versão portuguesa do NEO-FFI: caracterização em função da idade, género e escolaridade. *Psicologia*, 28(2) 1-10. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v28i2.534>
- Penley, J. A., & Tomaka, J. (2002). Associations among the big five, emotional responses, and coping with acute stress. *Personality and Individual Differences*, 32(7), 1215-1228. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00087-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00087-3)
- Pinkasavage, E., Arigo, D., & Schumacher, L. M. (2015). Social comparison, negative body image, and disordered eating behavior: The moderating role of coping style. *Eating Behaviors*, 16, 72-77. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.10.014>
- Seidler, V. J. (2007). Masculinities, bodies and emotional life. *Men and Masculinities*, 10(1), 9-21. <https://doi.org/10.1177/1097184X07299636>
- Snyder, C. R., & Dinoff, B. L. (1999). Coping: where have you been? In: C R Snyder (Ed.), *Coping: the psychology of what works* (pp. 3-19). Oxford University Press.
- Suls, J., & Martin, R. (2005). The daily life of the garden-variety neurotic; reactivity, stressor exposure, mood spillover, and maladaptive coping. *Journal of Personality*, 73(6), 1485-1510. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00356.x>
- Swami, V., Tran, U. S., Brooks, L. H., Kanaan, L., Luesse, E. M., Nader, I.W., Pietschnig, J., Stieger, S., & Voracek, M. (2013). Body image and personality: associations between the big five personality factors, actual-ideal weight discrepancy, and body appreciation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54(2), 146-151. <https://doi.org/10.1111/sjop.12014>
- Tabachnick, B., & Fidell, L. S. (1996). *Using multivariate statistics* (3ª ed.). Harper Collins.
- Tomaz, R., & Zanini, D. S. (2009). Personalidade e coping em pacientes com transtornos alimentares e obesidade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 22(3), 447-454. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722009000300016>
- Williams, A. M., Hundt, N. E., & Nelson-Gray, R. (2014). BIS and cognitive appraisals in predicting coping strategies. *Personality and Individual Differences*, 59, 60-64. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.11.006>

*Historial do artigo*

Recebido 07/2019  
 Aceite 07/2020  
 Publicado 12/2020