

IMAGEM CORPORAL E O RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE BALÉAllana Mariny Marconato¹, Julya Oliveira¹, Maria Teresa Knaut Luzzi¹
Mariana Abe Vicente Cavagnari¹**RESUMO**

A adolescência é uma etapa da vida caracterizada por grandes alterações físicas, emocionais e sociais. É durante essa fase que ocorrem as transformações mais aparentes no corpo e a imagem corporal torna-se fator chave para o desenvolvimento social e pessoal. Com base nisso o estudo buscou verificar a relação entre imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes praticantes de balé. Trata-se de um estudo transversal, no qual foram incluídos adolescentes de um colégio de Guarapuava-PR, praticantes e não praticantes de balé. As adolescentes responderam dois questionários: teste de atitudes alimentares (EAT) para identificar a presença de distúrbios de atitudes alimentares e o questionário de imagem corporal (BSQ) para avaliar os níveis de insatisfação com a imagem corporal. Das adolescentes participantes deste estudo, todas as adolescentes apresentam distorção da imagem corporal, onde mais de 50% adolescentes praticantes e não praticantes de balé apresentaram risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Os dados evidenciaram a importância do tema para a saúde desses adolescentes, são necessárias medidas de intervenção junto aos escolares na tentativa de auxiliá-los em uma melhor aceitação do seu corpo.

Palavras-chave: Meninas. Adolescência. Comportamento alimentar.

ABSTRACT

Relationship between body image and risk of developing eating disorders in ballet adolescents

Adolescence is a stage of life characterized by major physical, emotional, and social changes. It is during this phase that the most apparent transformations occur in the body and body image becomes a key factor for social and personal development. Based on this, the study sought to verify the relationship between body image and risk of developing eating disorders in ballet adolescents. This is a cross-sectional study, in which adolescents from a Guarapuava-PR college, practicing and not practicing ballet. The adolescents answered two questionnaires: dietary attitudes test (EAT) to identify the presence of eating disorders and the body image questionnaire (BSQ) to assess levels of dissatisfaction with body image. Of the adolescents participating in this study, all adolescents presented distortion of body image, where more than 50% of adolescents practicing and not practicing ballet presented a risk for the development of eating disorders. The data evidenced the importance of the subject for the health of these adolescents, intervention measures are necessary with the students in an attempt to assist them in a better acceptance of their body.

Key words: Girls. Adolescence. Eating behavior.

1-Universidade Estadual do Centro Oeste (UNICENTRO), Guarapuava-PR, Brasil.

E-mails dos autores:
allanamarconato@hotmail.com
julysoliveira5@gmail.com
maria.luzzi@hotmail.com
marianaav@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A adolescência é uma etapa da vida caracterizada por grandes alterações físicas, emocionais e sociais. É durante essa fase que ocorrem as transformações mais aparentes no corpo (Gonçalves e colaboradores, 2013) e a imagem corporal torna-se fator chave para o desenvolvimento social e pessoal, e com ele vem à percepção de um corpo ideal que, no entanto, nem sempre corresponde ao corpo real, e quanto mais o corpo real estiver longe do ideal, maior será a possibilidade de comprometer a autoestima e de desencadear uma distorção de imagem corporal (Fortes e colaboradores, 2016).

A distorção da imagem corporal em conjunto com a baixa autoestima e insatisfação são os responsáveis pela busca incessante de emagrecimento, levando a comportamentos prejudiciais à saúde como, por exemplo, o uso de laxantes, jejum e a prática excessiva de exercícios físicos (Scoffier e colaboradores, 2011), sendo por isso considerados fatores que podem desencadear alguns transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia caracterizadas por alterações bruscas negativas no comportamento alimentar (Moraes e colaboradores, 2014).

Na cultura ocidental, ser magra significa não apenas ter um corpo magro, mais sim ter sucesso, competência e autocontrole (Stice e colaboradores, 1994).

As profissões que demandam uma estética corporal adequada, como modelos, bailarinas e atletas apresentam maior incidência de casos de insatisfação corporal, sendo assim prejudicados psicologicamente e socialmente o que pode levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares (Corda, 2016).

A exigência da manutenção de um padrão estético entre os bailarinos é maior do que entre a população em geral, e a partir do momento em que estes se tornam profissionais, a preocupação com o peso aumenta (Hass, Garcia, Bertolletti, 2011).

A conservação de uma excelente qualidade física torna-se necessidade básica quando esses se veem na busca incansável para equilibrar preparo físico, força, leveza e expressões dramáticas, necessários a um espetáculo (Hass, Garcia, Bertolletti, 2011; Lima, Rosa, Rosa, 2012).

O ballet clássico conta com uma preocupação excessiva com a estética

corporal e constante busca pelo perfeccionismo, adotando muitas vezes dietas restritivas, contribuindo para vulnerabilização de comportamentos alimentares, desordenados, e desencadeando uma série de consequências ligadas a danos à saúde e ao próprio desempenho atlético (Monteiro, Correia, 2014).

Os transtornos alimentares têm crescido nas últimas décadas, afetando diferentes países, culturas e grupos socioeconômicos, a ponto de serem reconhecidos como um dos principais problemas de saúde pública (Costa, Vasconcelos, Peres, 2010).

A preocupação exagerada com o peso e com a imagem corporal induz as pacientes a chegarem a um corpo idealizado por métodos impróprios optando por dietas exageradamente restritivas e prejudiciais à saúde (Lima, Rosa, Rosa, 2012).

A anorexia nervosa pode ser caracterizada segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - 5 como uma preocupação excessiva com o peso corporal, na qual o indivíduo impõe-se uma grande restrição alimentar, com padrões peculiares de manipulação da comida, medo intenso de ganhar peso, distorção da imagem corporal e amenorreia. Já a bulimia nervosa pode ser descrita como um episódio de compulsão alimentar exagerada, seguida de uma sensação de perda de controle e de algum tipo de purgação, como vômitos e uso de laxantes (Alvarenga e Scagliusi, 2010).

O transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) é um transtorno caracterizado por ideias obsessivas e/ou por comportamentos compulsivos recorrentes e tem sido reconhecido por seu curso crônico e incapacitante (Macy e colaboradores, 2013).

Este estudo teve como objetivo verificar o nível de satisfação com a imagem corporal de meninas praticantes e não praticantes de balé clássico.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, no qual foram incluídos adolescentes de um colégio de Guarapuava-PR, praticantes e não praticantes de balé. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UNICENTRO sob parecer nº 2.941.581/2018.

Os adolescentes que consentiram em participar da pesquisa assinaram o termo de

assentimento e levaram o termo de consentimento livre e esclarecido para os pais ou responsáveis e foram instruídos a trazerem assinados na próxima aula, no dia em que os questionários foram aplicados pelas pesquisadoras no dia da aplicação, preencheram os instrumentos de coleta apenas os estudantes cujos pais assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

Após as devidas explicações a respeito do preenchimento, cada aluno respondeu individualmente os questionários. A aplicação durou 30 minutos e a coleta total em torno de dois dias.

Para identificar a presença de distúrbios de atitudes alimentares foi utilizado o teste de atitudes alimentares (Eating Attitudes Test - EAT-26), desenvolvido por Garner e Garfinkel validado para o português por Bighetti (2003).

O EAT-26 é um instrumento de auto relato, que indica a presença de padrões alimentares anormais. Contém 26 questões de autopreenchimento com seis opções de resposta: sempre, muito frequente, frequentemente, algumas vezes, raramente e nunca e para avaliar os níveis de insatisfação com a imagem corporal foi utilizado o questionário de imagem corporal (Body Shape Questionnaire – BSQ), desenvolvido por

Cooper e colaboradores (1987) e validado por Di Pietro (2001).

Este instrumento examina o grau de preocupação com a imagem corporal, sendo composto de 34 questões com seis opções de respostas que variam de nunca (0) a sempre (5 pontos).

Para análise dos dados utilizou-se frequência absoluta, relativa e acumulada e para classificação do estado nutricional foi utilizado o IMC/Idade dos pontos de corte recomendados pela Organização mundial da saúde. Para isso foi aferido o peso e altura das meninas por meio de uma fita métrica e balança digital.

Resultados

Participaram do estudo 25 adolescentes com idade entre 13 e 14 anos, sendo 13 adolescentes praticantes de bale e 12 não praticantes.

A classificação do IMC/idade foi que 71,4% das adolescentes apresentaram adequação ($> p 50 < p 85$), com uma média de 21,7Kg/m² e 28,6% estavam com sobrepeso.

A Tabela 1 apresenta a frequência de adolescentes em relação ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. Verificou-se também que a grande maioria (78,6%) das adolescentes participantes do estudo apresentou risco para desenvolvimento de transtornos alimentares.

Tabela 1 - Frequência de adolescentes em relação a distorção de imagem corporal

Distorção de Imagem Corporal	Frequência Absoluta	Frequência Relativa	Frequência Acumulada Relativa
Sem distorção	25	100%	100%
Distorção leve	-	-	-
Distorção moderada	-	-	-
Distorção Grave	-	-	-
Total	25	100%	100%

Tabela 2 - Frequência de adolescentes em relação ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares.

Transtorno Alimentar	Frequência Absoluta Não praticantes de ballet	Frequência Absoluta Bailarinas	Total
Presença de Risco Transtorno Alimentar	8 (44,4%)	10 (55,5%)	18 (100%)
Ausência de Risco de Transtorno Alimentar	4 (57,1%)	3 (42,8%)	7 (100%)
Total	12 (48%)	13 (52%)	25 (100%)

A tabela 2 apresenta a frequência de adolescentes em relação ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, onde 72% tem a presença de risco de transtorno alimentar.

Em relação à frequência de adolescentes com preocupação corporal,

notou-se que 76% (n=19) das adolescentes preocupam-se com a imagem corporal ao ponto de fazer dieta, esse mesmo resultado foi encontrado para o medo de engordar, já 40% (n=10) das adolescentes sentem-se culpadas após comer.

Sobre estratégias para perda de peso, 8% (n=02) relatou que já vomitou após as refeições e 28% (n= 7) já usaram laxativos.

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como premissa analisar a relação e percepção entre imagem corporal e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares na adolescência. De acordo com o IMC a média foi semelhante ao encontrado por Simas e colaboradores (2014) em uma população de bailarinas (20,37 kg/m²), cujo IMC estava adequado, e mesmo assim havia um número considerável de meninas com preocupação com a imagem corporal e com o desejo de estarem mais magras.

A prevalência de distorção da imagem corporal encontrada nas adolescentes da escola e balé apresentou risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, caracterizando-se pela preocupação excessiva com o peso que se relaciona há uma ideia negativa da imagem corporal, como temor à obesidade e adesão a diferentes métodos inadequados para o controle de peso (Nunes e colaboradores, 2001; Scherer e colaboradores, 2010).

A maior parte das adolescentes do grupo estudado tinha a percepção de ser "gorda" e já havia feito dieta em algum momento da vida, a preocupação com a imagem corporal foi de 76% das adolescentes, sugerindo que a percepção da aparência, que é um dos componentes da imagem corporal, pode levar a alterações no comportamento alimentar, um estudo feito com 442 adolescentes de uma escola de 14 a 18 anos.

Moreno e Thelen (1995) constataram que mais de um quarto das adolescentes já tinham feito dieta como forma de controlar o peso. Isto revela que a relação de preocupação do corpo, vai muito além da comida e sim uma relação sociocultural, ou seja, podem desenvolver dietas restritivas e possíveis comportamentos de compensação. (Scagliusi e colaboradores, 2012).

No presente estudo foi verificado que 76% das adolescentes preocupam-se com a imagem corporal ao ponto de fazer dieta e para o medo de engordar, já 40% das adolescentes sentem-se culpadas após comer, sendo apenas 28,6% estão com sobrepeso. Este dado mostra que as adolescentes apesar de estarem com o IMC adequado para idade, preocupam-se com sua imagem corporal e

com o medo de engordar, além disso, sentem-se culpadas após comer, por saberem que a ingestão de alimentos leva a um "aumento de peso" (Benedikt, Werthein, Love 1998) encontraram uma porcentagem de 60,7% das adolescentes de sua amostra estavam insatisfeitas com a imagem corporal e engajadas em atitudes para redução de peso (dieta) sendo que apenas 13,6% estavam realmente com excesso de peso.

Este é um dado que chama a atenção, visto que as adolescentes estão ficando cada vez mais insatisfeitas com o seu corpo, mesmo estando adequadas em relação ao seu IMC e idade, sendo uma via para o desencadeamento de comportamentos sugestivos a transtornos alimentares (Benedikt, Werthein, Love, 1998).

As limitações encontradas no estudo foram o uso dos questionários, pois houve reclamações e desmotivação das adolescentes no preenchimento, devido ao fato de que no total eram quatro páginas com questões, as quais eram muito parecidas entre si, e com isso algumas perguntas acabavam sendo deixadas em brancos.

O estudo contribui para avaliar a relação e percepção entre imagem corporal e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares na adolescência, pois é um período de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares e distorção na imagem corporal, em que o IMC pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos, e levar a uma preocupação sobre o corpo (Fan e colaboradores, 2010).

CONCLUSÃO

A prevalência de distorção de imagem corporal foi considerada alta e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares também foi alto na escola de balé, visto que o meio exige uma preocupação com o corpo, podendo indicar que quem apresenta distorção de imagem corporal também tem risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Diante da importância do tema para a saúde desses adolescentes, são necessárias medidas de intervenção junto aos escolares na tentativa de auxiliá-los em uma melhor aceitação do seu corpo.

Profissionais da área da saúde tornam-se importantes interlocutores no processo de conscientização desses alunos, podendo promover campanhas educativas, palestras, aulas explicativas sobre as

mudanças do corpo na adolescência e sobre os riscos que comportamentos relacionados aos transtornos alimentares e distorção de imagem corporal podem acarretar para a vida destes adolescentes.

REFERÊNCIAS

1-Alvarenga, M.S.; Scagliusi, F.B. Tratamento nutricional da bulimia nervosa. *Revista de Nutrição*. Vol. 23. Num. 5. 2010. p.907-918.

2-Benedikt, R.; Werthein, E.H.; Love, A. Eating attitudes and weight-loss attempts in female adolescents and their mothers. *Journal Youth Adolescence*. Vol. 27. Num. 1. 1998. p.43-57.

3-Bighetti, F. Tradução e validação do Eating Attitudes Test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino na cidade de Ribeirão Preto-SP (Unpublished master's thesis). Universidade de São Paulo. São Paulo. 2003.

4-Cordá, T.A. Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico. *Revista Psiquiatria Clínica*. Vol. 31. Num. 4. 2016. 154-157.

5-Costa, L.C.F.; Vasconcelos, F.A.G.; Peres, K.G. Influence of biological, social and psychological factors on abnormal eating attitudes among female university students in Brazil. *Journal of Health, Population and Nutrition*. Vol. 28. Num. 2. 2010. p.173-181.

6-Di Pietro, M. C. Validade interna, dimensionalidade e desempenho da escala BSQ - "Body Shape Questionnaire" em uma população de estudantes universitários. 2001. Dissertação de Mestrado em Ciências. Escola Paulista de Medicina. Universidade Federal de São Paulo, São Paulo. 2001.

7-Fan, Y.; Li, Y.; Liu, A.; Hu, X.; Ma, G.; Xu, G. Associations between body mass index, weight control concerns and behaviors, and eating disorder symptoms among non-clinical Chinese adolescents. *BMC Public Health*. Vol. 3. 2010. p.10-14.

8-Fortes, L.S.; Filgueiras, J. F.; Oliveira, F. C.; Almeida, S. S.; Ferreira, M. E. C. Modelo etiológico dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares 376 em adolescentes brasileiros do sexo feminino. *Cadernos de Saúde Pública*. Vol. 32. Num. 4. 2016. p.1-11.

9-Gonçalves, J. A.; Moreira, E. A. M.; Trindade, E. B. S. M.; Fiates, G. M. R. Transtornos alimentares na infância e na adolescência. *Revista Paulista de Pediatria*. Vol. 31. Num. 1. 2013. p.96-103.

10-Haas, N.A.; Garcia, A. C. D.; Bertoletti, J. Imagem corporal e bailarinas profissionais. *Revista Brasileira Medicina Esporte*. Vol. 16 Num. 3. 2010. p. 182-185.

11-Lima, N.L.; Rosa, C.O.B.; Rosa, J.F.V. Identificação de fatores de predisposição aos transtornos alimentares: anorexia e bulimia em adolescentes de Belo Horizonte. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*. Minas Gerais. Vol. 12. Num. 2. 2012. p.360-378.

12-Macy, A.; Theo, J.N.; Kaufmann, S.C.; Ghazzaoui, R.B.; Pawlowski, P.A.; Fakhry, H.I.; Cassmassi, B.J. Ishak W.W. Quality of life in obsessive compulsive disorder. *CNS Spectrums*. Vol. 18. Num. 1. 2013. p.21-33.

13-Monteiro, M. F.; Correa, M. M. Eating disorders among classic ballet dancers. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*. Vol. 26. Num. 3. 2014. p. 396-403.

14-Moraes G.A.; e colaboradores. Transtornos alimentares na infância. *Revista de Psicologia*. Vol. 17. Num. 27. 2014.

15-Moreno, B.A.; Thelen, M.H. Eating behavior in junior high school females. *Adolescence*, Vol. 30. 1995. p.171-174.

16-Nunes, A.M.; Olinto, M.T.A.; Barros, F.C.; Camey, S. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. *Revista Brasileira Psiquiatria*. Vol. 23. Num. 1. 2001. p.21-27.

17-Scagliusi, F. B.; colaboradores. Insatisfação corporal, prática de dietas e comportamentos de risco para transtornos alimentares em mães residentes em Santos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 61. Num. 3. p.159-67. 2012.

18-Scoffier, S.; Woodman, T.; D'arripelongueville, F. Psychosocial consequences of disordered eating attitudes in elite female figure skaters. *European Eating Disorders Review*. Vol. 19. Num. 3. 2011. p. 280-287.

19-Scherer, F. C.; Martins, C. R.; Pelegrini, A. P.; Matheus, S. C.; Petroski, E. L. Body image among adolescents: association with sexual maturation and symptoms of eating disorders. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 59. Num. 3. 2010. p.198-202.

20-Simas, J. P. N.; Macara, A.; Melo, S. I. L. Imagem corporal e sua relação com peso e índice de massa corporal em 439 bailarinos profissionais. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. Vol. 20. Num. 6. 2014. p.433-437.

21-Stice, E.; Schupak-Neuberg, E.; Shaw, H.E.; Stein, R.I. Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: an examination of mediating mechanisms. *J Abnorm Psychol*. Vol. 103. Num. 4. 1994 p36-40.

Recebido para publicação em 08/03/2019

Aceito em 21/04/2019