

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DE UM CENTRO UNIVERSITÁRIO DE FORTALEZA-CEAnayza Teles Ferreira¹, Paula Alves Salmito Rodrigues², Camila Araújo Costa Lira¹
Andreson Charles de Freitas Silva²**RESUMO**

Objetivo: Analisar a percepção da imagem corporal e o estado nutricional de universitárias. **Materiais e Métodos:** Realizou-se um estudo transversal com 100 universitárias dos cursos de nutrição e design de moda. Foi realizada a avaliação antropométrica utilizando-se o IMC para diagnóstico nutricional, além da aplicação de um questionário contendo uma escala de silhuetas, que avalia a satisfação e distorção da imagem corporal que o indivíduo tem de si. **Resultados:** A maioria das estudantes de ambos os cursos apresentaram estado nutricional de eutrofia, sendo 74% acadêmicas de nutrição e 66% acadêmicas de design de moda. Quanto ao grau de distorção da autoimagem, das acadêmicas de nutrição, 48% superestimaram sua imagem, 26% subestimaram e apenas 12% não apresentaram distorção. No curso de design de moda, 62% superestimaram sua imagem, 30% subestimaram e 20% não apresentaram distorção. Quanto a satisfação com a própria imagem, a maioria das estudantes de design de moda mostraram maior insatisfação (58%), demonstrando o desejo por uma silhueta menor. Já as estudantes de nutrição (32%) mostraram o desejo de possuir uma silhueta maior. **Conclusão:** As estudantes dos cursos estudados apresentaram insatisfação e distorção de imagem, apesar de a maioria estar na faixa de IMC eutrófico, mostrando assim que a percepção da imagem se sobrepõe ao estado nutricional, o que torna importante a intervenção de profissionais da área da saúde para o reconhecimento, intervenção e planejamento na prevenção de possíveis problemas associados à distorção de imagem corporal no público estudado.

Palavras-chave: Imagem corporal. Estado nutricional. Hábitos Alimentares. Universitários.

1 - Faculdade de Quixeramobim, Fortaleza, Ceará, Brasil.

2 - Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

ABSTRACT

Perception of the body image and nutritional status of students of a university center in Fortaleza-CE

Objective: To analyze the perception of body image and the nutritional status of university students. **Materials and Methods:** A cross-sectional study was carried out with 100 university students from the courses of nutrition and fashion design. An anthropometric evaluation was performed using the IMC for nutritional diagnosis, in addition to the application of a questionnaire containing a silhouettes scale, which evaluates the satisfaction and distortion of the body image that the individual has of himself. **Results:** Most students from both courses presented nutritional status of eutrophic, being 74% academic nutrition and 66% academic fashion design. Regarding the degree of self-image distortion, nutrition scholars 48% overestimated their image, 26% underestimated, and only 12% showed no distortion. In the fashion design course, 62% overestimated their image, 30% underestimated and 20% showed no distortion. As for the satisfaction with the image itself, most students of fashion design showed greater dissatisfaction (58%), demonstrating the desire for a smaller silhouette. Nutrition students (32%) showed a desire to have a larger silhouette. **Conclusion:** Students of the courses studied presented dissatisfaction and distortion of the image, although most of them are in the range of eutrophic IMC, thus showing that the perception of the image overlaps with the nutritional status, which makes important the intervention of health professionals for the recognition, intervention and planning in the prevention of possible problems associated with the distortion of body image in the studied public.

Key words: Body image. Nutritional status. Eating habits. College students.

INTRODUÇÃO

A imagem corporal tem sido conceituada como a capacidade de idealização mental que um indivíduo faz do seu próprio corpo com relação a tamanho, imagem, forma e sensações relativas a essas características (Paludo e Dalpubel, 2015).

Entende-se insatisfação corporal como um sentimento negativo que o indivíduo tem do seu peso e forma corporal. A insatisfação está ligada a fatores prejudiciais à saúde, como baixa autoestima, depressão, estados de ansiedade social, e principalmente preocupações excessivas com o controle de peso (Carvalho e colaboradores, 2013).

A mídia é um dos fatores que determinam as escolhas alimentares. A televisão é um dos meios de comunicação de mais fácil acesso para a maioria da população sendo um dos principais meios que estimulam o consumo de produtos de elevado conteúdo de açúcares, gorduras e sódio (Santos e colaboradores, 2012).

A insatisfação corporal está relacionada com uma grande influência social e da mídia em definir um modelo de corpo ideal que favoreça maior aceitação na sociedade (Martins e Petroski, 2015).

Segundo Volker, Reel e Greenleaf (2015) a necessidade para moldar-se, conforme os padrões idealizados de corpo aceito no meio social, explicam a ligação entre imagem corporal e peso.

Uma das consequências da insatisfação com o corpo é a maior probabilidade para adoção de comportamentos de risco que podem levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares como anorexia e bulimia, bem como suas diferentes formas de manifestações.

Estas ações são classificadas como condutas alimentares que causam prejuízos a saúde (Aerts e colaboradores, 2011; Fortes, Almeida e Ferreira, 2012).

Segundo Pereira, Ramos e Rezende (2012), insatisfação com a imagem corporal pode ser identificada tanto em pessoas com comportamentos de risco para transtornos alimentares, quanto em indivíduos saudáveis de outras faixas da população.

O período de transição onde um indivíduo sai do final da adolescência e passa a se preparar para a universidade ou uma vida de forma independente juntamente com fatores psicossociais, estilo de vida e situações próprias do meio acadêmico, podem

resultar em omissão de refeições, consumo de lanches rápidos e ingestão de refeições nutricionalmente desequilibradas (Yang e colaboradores, 2014; Vieira e colaboradores 2002).

Diante desse contexto, o objetivo deste estudo foi analisar a percepção da imagem corporal e o estado nutricional de universitários adultos, dado que há uma maior ocorrência de aumento de peso nessa faixa etária, incluindo a ocorrência de distúrbios alimentares, que podem também atingir essa fase da vida, portanto, essa pesquisa torna-se importante ao explorar essa relação.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo com delineamento transversal, com amostragem não probabilística por conveniência, realizado na cidade de Fortaleza, Ceará, em estudantes universitários, com idade entre 18 e 59 anos, do sexo feminino, matriculadas nos cursos de nutrição e design de moda.

As avaliações foram realizadas nos meses de setembro e outubro de 2017.

Para a avaliação do estado nutricional as participantes foram levadas a uma sala individualmente, onde foram coletados os dados antropométricos de peso (em kg) e altura.

O peso foi aferido por meio de uma balança digital portátil da marca Avanutri, com capacidade máxima para 150 kg e com precisão de 100 gramas.

As estudantes foram pesadas descalças, usando roupas leves, sem adereços e com os braços estendidos ao longo do corpo. A estatura foi aferida com o auxílio de um estadiômetro da marca Sanny, com mínimo de 40 cm e máximo de 210 cm.

Os indivíduos estavam devidamente descalços, posicionados de costas para a parede e cabeça no plano de Frankfurt (Miranda, 2012).

A classificação do estado nutricional foi calculada pelo Índice de Massa Corporal (IMC).

Os valores de referência para diagnóstico nutricional foram tomados de acordo com a recomendação da Organização Mundial de Saúde (OMS, 1995).

Os dados acerca da imagem corporal foram coletados através da aplicação de um questionário proposto por (Kakeshita, 2008), contendo duas questões que abordaram os

seguintes temas: distorção e a insatisfação da imagem corporal.

A avaliação da distorção da imagem corporal foi obtida a partir da subtração entre a imagem percebida e a imagem real (essa última correspondente à silhueta do IMC do indivíduo), variando de -15 a +15 para indivíduos adultos. Os resultados que deram negativos indicaram uma subestimação da imagem corporal; os resultados que deram um valor positivo indicaram autoimagem superestimada.

Para encontrar e quantificar o grau de insatisfação corporal, a silhueta considerada ideal foi subtraída da imagem real, onde resultados puderam variar de -15 a +15.

Os dados foram tabulados utilizando-se o software Microsoft Excel® 2010 e para análise estatística dos dados foi realizado o teste Qui-Quadrado com índice de significância de 5% utilizando o programa SPSS 17.0. Os resultados foram apresentados como frequência, percentuais, média e desvio-padrão, sendo retratados em gráficos e tabelas.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário Estácio sob o seguinte número de parecer: 2318003.

Todas as participantes receberam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), onde foram devidamente assinados, antes do início da coleta de dados. Além disso, a instituição onde a pesquisa foi realizada assinou um termo de anuência consentindo a realização deste estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de estudantes que participaram da pesquisa (n=100), após a aplicação do questionário foi possível observar que 74,0% (n=37) dos avaliados do curso de Nutrição estão classificados como eutróficos, 20,0% (n=10) com sobrepeso ou obesidade e apenas 6,0% (n=03) com baixo peso.

No curso de Design de Moda observa-se que 66,0% (n=33) estão em estado de eutrofia, 22,0% (n=22) com sobrepeso ou obesidade e 12,0% (n=06) com baixo peso (Figura 1).

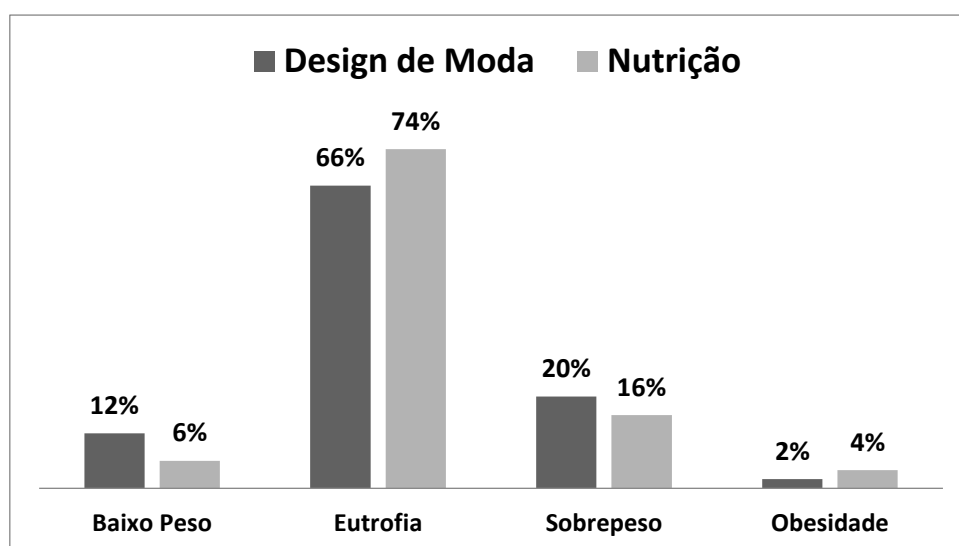


Figura 1 - Estado Nutricional de acordo com IMC em estudantes de um Centro Universitário, Fortaleza, 2017.

Em um estudo realizado por Bento e colaboradores, (2016) 207 acadêmicas dos cursos de enfermagem, nutrição e fisioterapia, onde também foi possível encontrar um resultado semelhante quanto à classificação do estado nutricional, as entrevistadas estavam em sua maioria classificadas como eutróficas, sendo 70% acadêmicas do curso

de nutrição, 72,31% do curso de fisioterapia e 67,09% acadêmicas de enfermagem.

Quando avaliados sobre a "Distorção de Imagem Corporal", entre os estudantes de nutrição observou-se que 48% superestimaram sua imagem corporal, isto é, o indivíduo avaliado considera que seu corpo é maior do que ele realmente é; 26,0%

subestimaram sua imagem corporal, onde nessa situação o indivíduo identifica seu corpo como menor do que as medidas verificadas, e apenas 12%, tem uma imagem corporal considerada correta, onde sua imagem está em uma medida aproximada ao apresentado pelo seu IMC.

No curso de Design de Moda verificou-se que 62%, tem uma superestimação da imagem corporal, 30% subestimaram a imagem corporal, e 22% não possuem distorção da sua imagem corporal, conforme mostra figura 2.

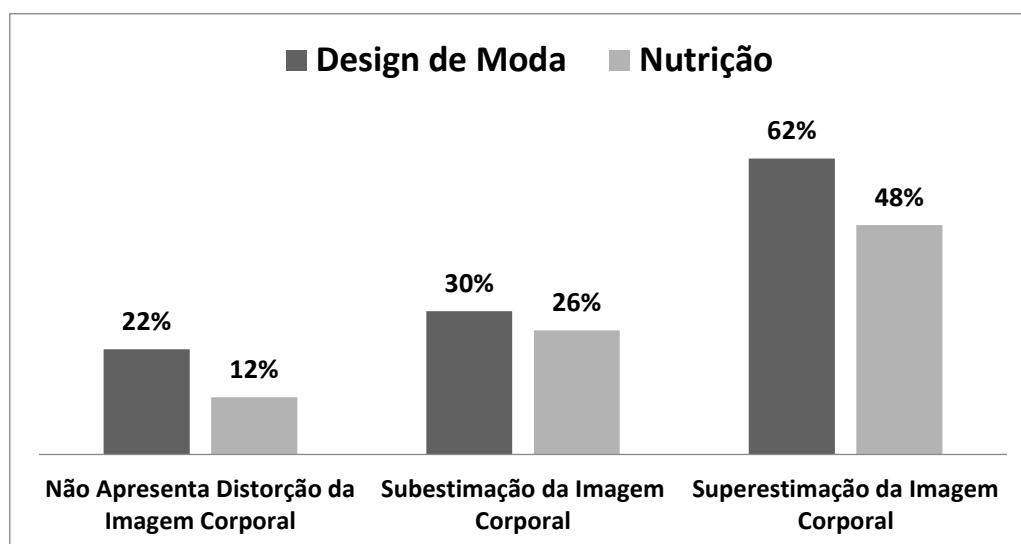


Figura 2 - Avaliação do grau de distorção de imagem corporal em estudantes de um Centro Universitário, Fortaleza, 2017.

A insatisfação e distorção de imagem corporal são temas comuns e bastante relatados em vários outros estudos com universitários, indicando assim, que esse é um problema bastante frequente nesse grupo citado (Pereira e colaboradores, 2011; Pope, Philips e Olivardia, 2000).

No estudo de (Bento e colaboradores, 2016), realizado com universitárias dos cursos de enfermagem, nutrição e fisioterapia, pode-se observar que dentre as acadêmicas de nutrição, o valor encontrado foi de 23,3% das universitárias que se achavam mais magras com relação à percepção da própria imagem, resultado muito semelhante aos dados desta pesquisa, onde 26% das acadêmicas de nutrição também apresentaram o mesmo resultado.

Em outro estudo realizado com universitárias de diversos cursos no Sul do Brasil, revelou que 72,9% das entrevistadas

possuíam o desejo de serem mais magras, onde 29% das acadêmicas também relataram fazer uso de estratégias inadequadas para perda de peso (Pereira e colaboradores, 2011), resultado esse superior ao encontrado nesta pesquisa.

Ao serem analisadas quanto ao Grau de Satisfação Corporal, foi observado que 94% das estudantes possuem insatisfação com seu corpo demonstrando desejo por uma silhueta menor, sendo 36% acadêmicas de nutrição e 58% de design de moda.

Das que superestimam sua imagem corporal, encontrou-se um total de 48% das estudantes, onde 32% são do curso de nutrição e 16% de design de moda. Já as que não apresentaram insatisfação com sua imagem corporal, a maior prevalência foi encontrada entre as estudantes do curso de nutrição com um total de 32% (Figura 3).

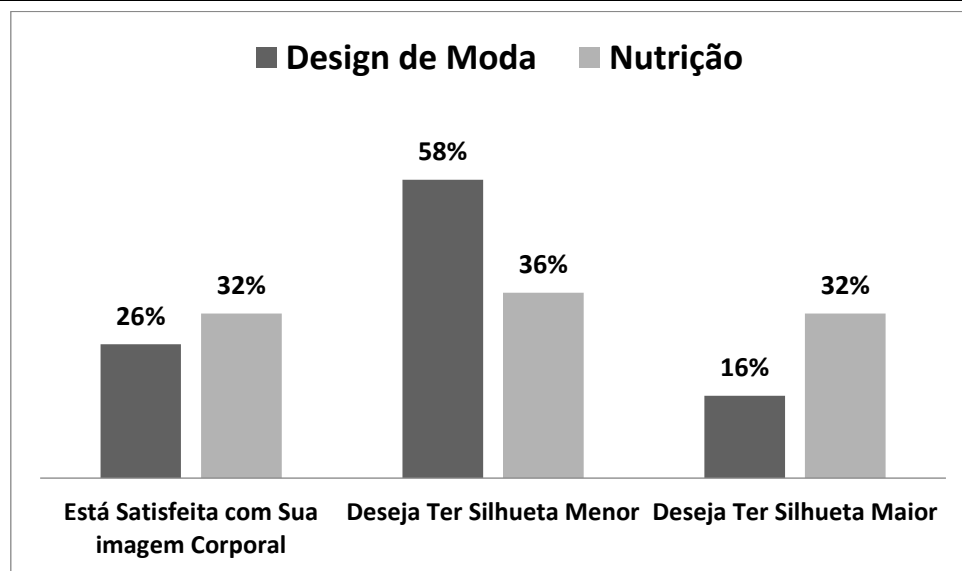


Figura 3 - Avaliação do grau de satisfação corporal em estudantes de um Centro Universitário, Fortaleza, 2017.

Pope e colaboradores (2000) realizaram um estudo sobre a checagem corporal, atitude alimentar inadequada e insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários de uma faculdade de Juiz de Fora-MG, onde encontraram que 64,4% das universitárias estavam insatisfeitas com seu corpo, resultado esse inferior ao encontrado nesta pesquisa, onde 94% estavam insatisfeitas com sua imagem corporal.

Em outro trabalho de (Silva, Saenger e Pereira, 2011), realizado com 203 acadêmicos do curso de educação física, verificou-se que ambos os sexos apresentaram insatisfação corporal, sendo que aproximadamente 63% dos homens estavam insatisfeitos com a magreza, resultado superior ao encontrado neste estudo; enquanto 67% das mulheres estavam insatisfeitas com o excesso de peso

corporal, resultados esse inferior ao encontrado nesta pesquisa.

Para a análise estatística foi utilizado o teste Qui-Quadrado com "p" menor que 5%, onde foram realizados alguns cruzamentos como o "Estado Nutricional x Avaliação da Distorção da Imagem Corporal", com resultado $p=0,7554$, que mostra que não importa o estado nutricional e nem o curso, ocorre uma subestimação ou superestimação da imagem corporal.

Na outra relação avaliada foi o "Estado Nutricional x Grau de Insatisfação Corporal", que teve como resultado $p=0,0752$, assim como na relação anterior, não importa o estado nutricional ou curso que frequenta, a maioria dos entrevistados está insatisfeita com seu corpo, pois a mesmas buscam ter um corpo magro esteticamente, como pode ser visto na (quadro 1).

Quadro 1 - Cruzamento entre Estado Nutricional X distorção da imagem corporal e Estado Nutricional X grau de satisfação corporal em estudantes de um centro universitário, Fortaleza, 2017.

Avaliação da Distorção da Imagem Corporal	Classificação do IMC				p
	Eutróficos		Não-Eutróficos		
	n	%	n	%	
Tem Sua Imagem Corporal Correta	13	13,0%	4	4,0%	0,7554
Subestimação da Imagem Corporal	20	20,0%	8	8,0%	
Superestimação da Imagem Corporal	37	37,0%	18	18,0%	
Grau de Satisfação Corporal	Eutróficos		Não-Eutróficos		p
	n	%	n	%	
	Está Satisfeita Com Sua Imagem Corporal	21	21,0%	8	
Quer Ter Silhueta Menor	29	29,0%	18	18,0%	
Deseja Ter Silhueta Maior	21	21,0%	3	3,0%	

Legenda: IMC - Índice de massa corporal.

A presença de insatisfação com a imagem corporal pode levar a comportamentos alimentares inadequados entre homens e mulheres que expressam o desejo de perder peso, e a adoção de práticas que vão desde uso de diuréticos, derivados de anfetaminas, laxantes a vômitos induzidos (Bosi e colaboradores, 2014).

Outros estudos evidenciam que mulheres, em sua maioria, são mais propensas a possuírem insatisfação com sua imagem corporal do que os homens.

Na busca por um corpo dito ideal, essas mulheres podem adquirir comportamentos não saudáveis e métodos compensatórios, tendo como objetivo apenas o emagrecimento.

Esses comportamentos tornam-se preocupantes, pois esses meios podem se converter em comportamentos nocivos e resultarem em síndromes psicológicas (Fortes e colaboradores, 2014).

Além disto, vários destes estudos constataam a hipótese de que a percepção do peso corporal se sobrepõe à classificação do IMC, ou seja, a maneira pela qual a pessoa se percebe é mais decisiva para produzir mudanças no hábito alimentar do que sua composição corporal (Legnani e colaboradores, 2012).

CONCLUSÃO

Conclui-se que, o estado nutricional não influencia na percepção e distorção de imagem corporal, demonstrando, dessa forma, que a maioria das estudantes participantes desta pesquisa apesar de apresentarem IMC

considerado saudável, elas revelam-se insatisfeitas com sua imagem corporal, desejando aumentar ou diminuir o peso para chegar a uma imagem considerada correta por si.

Apresentaram também, um grau de distorção de imagem superestimada, mostrando que as universitárias avaliadas se percebem com uma silhueta maior do que sua imagem real, referente ao seu IMC.

Diante da importância desta temática, se faz necessário medidas de intervenção junto às universitárias na tentativa de auxiliá-las em uma melhor aceitação do seu corpo.

Profissionais da área da saúde são de grande importância no processo de conscientização desse público, podendo promover campanhas educativas, palestras sobre os riscos que comportamentos relacionados à insatisfação e distorção da autoimagem podem acarretar para a saúde desses indivíduos.

REFERÊNCIAS

1-Aerts, D.; Chinazzo, H.; Santos, J.A.; Oserow, N.R. Percepção da imagem corporal de adolescentes escolares brancas e não brancas de escolas públicas do Município de Gravataí, Estado do Rio Grande do Sul, Brasil. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*. Vol. 20. Num. 3. 2011. p.363-372.

2-Bento, K.B.M.; Andrade, K.N.D.; Silva, E.I.G.; Mendes, M.L.M.; Omena, C.M.B.; Carvalho, P.G.S.; Schwingel, P.A. Transtornos alimentares, Imagem corporal e Estado nutricional em universitárias de Petrolina-PE.

Revista Brasileira de Ciências da Saúde. Vol. 20. Num. 3. 2016. p.197-202.

3-Bosi, M.L.M.; Nogueira, J.A.D.; Uchimura, K.Y.; Luiz, R.R.; Godoy, M.G.C. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de medicina. Revista Brasileira de Educação Médica. Vol. 38. Num. 2. 2014. p. 243-252.

4-Carvalho, P.H.B.; Filgueiras, J.F.; Neves, C.M.; Coelho, F.D.; Ferreira, M.E.C. Checagem corporal, atitude alimentar inadequada e insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários. Jornal Brasileiro de Psiquiatria. Vol. 62. Num. 2. 2013. p. 108-14.

5-Fortes, L.S.; Almeida, S.S.; Ferreira M.E.C. Processo maturacional, insatisfação corporal e comportamento alimentar inadequado em jovens atletas. Revista de Nutrição. Vol. 25. Num. 5. 2012. p. 575-586.

6-Fortes, L.S.; Ferreira, M.E.C.; Laus, M.F.; Almeida, S.S. Psicologia em revista. Vol. 20. Num 1. 2014. p. 138-154.

7-Kakeshita, I.S. Adaptação e validação de Escalas de Silhuetas para crianças e adultos brasileiros. Tese de Doutorado. Pós-graduação em Psicobiologia. Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto. 2008.

8-Legnani, R.F.S.; Legnani, E.; Pereira, E.F.; Gasparotto, G.S.; Vieira, L.F.; Campos, W. Transtornos alimentares e imagem corporal em acadêmicos de educação física. Motriz. Vol. 18. Num. 1. 2012. p. 84-91.

9-Martins, C.R.; Petroski, E.L. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino de uma cidade de pequeno porte: prevalência e correlações. Motricidade. Vol. 11. Num. 2. 2015. p.94-106.

10-Miranda, D.E.G.A. Manual de avaliação nutricional do adulto e do idoso. Rio de Janeiro. Editora Rubio. 2012. p. 85-105

11-Paludo, J.; Dalpubel, V. Imagem corporal e sua relação com o estado nutricional e a qualidade de vida de adolescentes de um município do interior do Rio Grande do Sul. Nutrire. Vol. 40. Num. 1. 2015. p. 1-9.

12-Pereira, J.A.R.; Ramos, G.R.V.; Rezende, E.G. Percepção corporal em adolescentes de baixa condição socioeconômica. Revista de Medicina. Vol. 22. Num. 3. 2012. p.301-307.

13-Pereira, L.N.G.; Trevisol, F.S.; Quevedo, J.; Jornada, L.K. Eating disorders among health science students at a university in southern Brazil. Revista Psiquiatria. Vol. 33. Num.1. 2011. p. 14-19.

14-Pope, H.; Phillips, K.A.; Olivardia, R. The Adonis complex: the secret crisis of male body obsession. New York. The Guilford Press. 2000.

15-Santos, C.C.; Stuchi, R.A.G.; Sena, C.A.; Pinto, N.A.V.D. A influência da televisão nos hábitos, costumes e comportamento alimentar. Cogitare Enfermagem. Vol. 17. Num.1. 2012. p. 65-71.

16-Silva, T.R.; Saenger, G.; Pereira, E.F. Fatores associados à imagem corporal em estudantes de Educação Física. Motriz. Vol. 17. Num. 4. 2011. p. 630-639

17-Vieira, V.C.R.; Priore, S.E.; Ribeiro, S.M.R.; Franceschini, S.C.C.; Almeida, L.P. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. Revista de Nutrição. Vol. 15. Num. 3. 2002. p. 273-282.

18-Volker, D.K.; Reel, J.J.; Greenleaf, C. Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. Adolescent health, medicine and therapeutics. Vol. 6. 2015. p. 149-158.

19-Yang, K.; Turk, M.T.; Allison, L.V.; James, K.A.; Chasens, E. Body mass index self-perception and weight management behaviors during late adolescence. Journal of School Health. Vol. 84. Num. 10. 2014. p. 654-660.

E-mail dos autores:
andresonde@gmail.com
camilaaraujocostalira@gmail.com
paulaalves@gmail.com
anayzat@gmail.com

Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento
ISSN 1981-9919 versão eletrônica

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

w w w . i b p e f e x . c o m . b r - w w w . r b o n e . c o m . b r

Autor correspondente:

Andreson Charles de Freitas Silva

Rua: Melo de Oliveira, 1444, João XXIII,

Fortaleza-CE, Brasil.

CEP: 60520-498.

Recebido para publicação em 10/06/2020

Aceito em 01/02/2021