

A INFLUÊNCIA DA IMAGEM CORPORAL NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PARTICULAR DO VALE DO ITAJAÍ-SC

Luana Bertamoni Wachholz¹, Maria Cecilia Moraes Ormeneze dos Santos², Myllena Louise Ribeiro²

RESUMO

A aparência física e a supervalorização do peso tornam a adolescência uma fase crítica para a instalação de distúrbios da imagem corporal e comportamento alimentar. Diante disso, o presente estudo objetivou avaliar a influência da imagem corporal no comportamento alimentar em adolescentes do sexo feminino matriculadas em uma escola particular no município de Itajaí-SC. Consistiu em um estudo transversal descritivo, realizado a partir da avaliação antropométrica (peso e altura) para classificação do estado nutricional, bem como da aplicação de dois questionários de imagem corporal (Body Shape Questionnaire e escala de silhueta de Kakeshita) e um sobre comportamento alimentar, o Eating Atitudes Test-26 (EAT-26). A população de estudo foi composta por 62 adolescentes, matriculadas do 1º ao 3º ano do ensino médio. Ao avaliar o estado nutricional, 82,7% das adolescentes estavam eutróficas, porém demonstraram maior insatisfação com a imagem corporal, de acordo com o questionário BSQ (27,3%) e com a escala de Kakeshita (69,1%). Com relação ao EAT-26, inferiu-se que as meninas com sobrepeso tinham mais atitudes indicativas de transtornos alimentares. Ainda, ao avaliar a associação entre o IMC e os resultados do questionário EAT, observou-se uma tendência significativa entre a classificação de eutrofia ($p < 0,064$). Desta forma, percebe-se que não houve associação significativa entre a imagem corporal e comportamento alimentar, entretanto ressalta-se que adolescentes com eutrofia apresentaram maior insatisfação de imagem, enquanto aquelas com sobrepeso demonstraram um comportamento alimentar mais disfuncional, tornando-se necessário implementação de estratégias no ambiente escolar, com intuito de conscientização sobre autoaceitação.

Palavras-chave: Adolescente. Imagem corporal. Comportamento alimentar.

E-mail dos autores:
 luana_@univali.br
 mceciliaormeneze@hotmail.com
 myllena_louise@hotmail.com

ABSTRACT

The influence of body image in food behavior in adolescents of a particular school of the Itajaí valley

The physical appearance and weight overweight make adolescence a critical stage for the onset of body image disorders and feeding behavior. Therefore, the present study aimed to evaluate the influence of body image on feeding behavior in female adolescents enrolled in a private school in the city of Itajaí-SC. It consisted of a descriptive cross-sectional study, based on the anthropometric evaluation (weight and height) to classify the nutritional status, as well as the application of two body image questionnaires (Body Shape Questionnaire and Kakeshita silhouette scale), the Eating Attitudes Test-26 (EAT-26). The study population consisted of 62 adolescents, enrolled from the 1st to the 3rd year of high school. When evaluating nutritional status, 82.7% of the adolescents were eutrophic, but they showed greater dissatisfaction with body image, according to the BSQ questionnaire (27.3%) and the Kakeshita scale (69.1%). Regarding EAT-26, it was inferred that overweight girls had more attitudes indicative of feeding behavior. Also, when evaluating the association between the BMI and the results of the EAT questionnaire, a significant trend was observed between the classification of eutrophy ($p < 0.064$). In this way, it was observed that there was no significant association between body image and feeding behavior, however, it was pointed out that adolescents with eutrophy had higher image dissatisfaction, while those with overweight showed a more dysfunctional feeding behavior, making it necessary to implement of strategies in the school environment, aiming at self-acceptance awareness.

Key words: Adolescent. Body image. Feeding behavior.

1 - Nutrição e Mestre em Saúde e Gestão do Trabalho, pela Universidade do Vale do Itajaí, Santa Catarina, Brasil; Pós-graduada em Nutrição Aplicada em Estética. Faculdade Inspirar, Balneário Camboriú-SC, Brasil.

INTRODUÇÃO

A adolescência é definida como o período compreendido entre dez e dezenove anos de idade, caracterizado como a transição da infância para a fase adulta, em que ocorre maior desenvolvimento do processo psicológico, maturação biológica e social do indivíduo (Frois e colaboradores, 2011).

Somado a isso, a puberdade, fase típica da adolescência, é considerada uma das etapas mais críticas na formação do indivíduo, uma vez que o adolescente está construindo sua autoestima e autoimagem, processo que ocasiona dúvidas e conflitos (Conti e colaboradores, 2005).

Durante esta fase, o processo de insatisfação corporal, o qual é definido por um sentimento negativo em relação ao peso e a forma corporal, tende a se potencializar, pois as modificações corporais parecem assumir uma importância fundamental, seja pela preocupação com a própria aparência ou com o peso corporal (Fortes, Ferreira, 2011).

A forma de se expressar através da aparência física e a supervalorização do peso tornam a adolescência uma fase crítica para a instalação de distúrbios de imagem corporal, comportamentos alimentares e de práticas inadequadas para a perda de peso (Passos e colaboradores, 2013).

Além disso, a aceitação do próprio corpo durante esta fase está envolvida por critérios que prevalecem no grupo de amigos, que são determinados pelos modelos sociais da atualidade.

A todo momento os adolescentes são pressionados por diversas instâncias da sociedade: revistas, publicidade, televisão, amigos e família, que lhes propõe um corpo magro e esbelto, sobretudo no âmbito feminino (Gonçalves e Martinez, 2014).

Desta forma, a imagem corporal é caracterizada pela representação mental da nossa aparência física, sendo a forma como o corpo se apresenta para nós e o conjunto de sensações que temos no corpo.

Trata-se, portanto, de um fenômeno multifacetado e dinâmico, visto que existem diversos fatores que a influenciam, além sofrer constantes modificações.

Esse conceito do próprio corpo, produz efeitos que podem desencadear comportamentos alimentares de risco, como o consumo de alimentos dietéticos, ergogênicos, dentre outros, os quais contribuem para a

manifestação dos transtornos alimentares (Conti e colaboradores, 2005).

Nesse viés, Carvalho e colaboradores (2013) descrevem comportamento alimentar como todas as formas de convívio com o alimento, semelhante ao conceito de que comportamento alimentar refere-se a atitudes relacionadas às práticas alimentares em combinação a atributos socioculturais, como os aspectos subjetivos intrínsecos do indivíduo e próprios de uma coletividade, que estejam envolvidos com o ato de se alimentar ou com o alimento em si (Garcia, 1997).

Sendo assim, a insatisfação com a aparência física pode trazer como consequência uma imagem distorcida e negativa do próprio corpo que, na sua vertente mais problemática, pode gerar repercussões negativas no comportamento alimentar e, até mesmo, transtornos alimentares (Gonçalves e Matínez, 2014).

Diante do exposto, a presente pesquisa objetivou avaliar a influência da imagem corporal no comportamento alimentar em adolescentes de uma escola particular do município de Itajaí-SC.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo transversal e descritivo, a partir da aplicação de questionários de imagem corporal e comportamento alimentar, bem como avaliação do estado nutricional de adolescentes do sexo feminino.

A população do estudo foi constituída por 62 adolescentes do sexo feminino, matriculadas no ensino médio de um colégio particular localizado no município de Itajaí-SC.

Dentre as 106 estudantes matriculadas, foram excluídas da pesquisa as participantes que não gostariam de participar e aquelas que não havia entregado a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e o termo de assentimento livre e esclarecido (TALE).

A coleta de dados ocorreu durante o primeiro semestre de 2018 e foi realizada em apenas um momento. Nesta ocasião foram verificadas as medidas antropométricas de peso, a qual foi obtida com o uso de balança digital, da marca Plenna®, com capacidade para 180 kg e precisão de 100 g.

A avaliada encontrava-se em posição ortostática sobre o centro da balança, sem calçados, com os braços soltos ao longo do corpo, vestidas com roupas leves, para

possibilitar o registro da massa corporal com exatidão. A estatura foi verificada com auxílio de um estadiômetro da marca Secca®, onde as participantes mantiveram-se imóveis em posição ortostática, com os pés unidos e descalços.

Esta avaliação foi realizada por alunos do curso de Nutrição, devidamente treinados, em uma sala separada e de forma individual, para evitar possível constrangimento.

Para classificação do estado nutricional, utilizou-se o índice de massa corporal/idade em Score-Z, segundo os pontos de corte propostos pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2006).

Em seguida, foram autoaplicados os três questionários: primeiro o de imagem corporal Body Shape Questionnaire (BSQ), o qual tem como objetivo medir o nível de preocupação com a forma do corpo e a autodepreciação diante da aparência física e da sensação de estar acima do peso. A classificação dos resultados é realizada pela soma dos pontos obtidos e reflete os níveis de insatisfação e preocupação com a imagem corporal: normal (≤ 80 pontos): ausência de insatisfação com a imagem corporal; Leve insatisfação (≥ 81 e ≤ 110 pontos); moderada insatisfação (≥ 111 e < 140 pontos) e grave insatisfação (≥ 140 pontos) (Cooper e colaboradores, 1987).

A segunda parte foi composta pela curva de silhuetas de Kakeshita (2009), que avalia a percepção da imagem corporal, por meio da escolha de figuras padronizadas e do Índice de Massa Corporal (IMC), sendo que cada figura tem uma correspondência com um valor médio e intervalos de IMC pré-determinados, o que possibilita a análise dos resultados de estimação corporal e insatisfação corporal também em termos numéricos.

E, por fim, para análise do comportamento alimentar, utilizou-se o Eating

Atitude Test-26 (EAT-26), reconhecido e validado internacionalmente, com a finalidade de avaliar e identificar padrões alimentares restritivos anormais. O instrumento possui 26 itens, sendo que o ponto de corte de ≥ 21 pontos é considerado EAT-26 positivo, o que confirma a presença de atitudes alimentares anormais e risco para o desenvolvimento de transtornos do comportamento alimentar (Garner e colaboradores, 1982).

Os dados coletados na pesquisa foram tabulados com auxílio dos programas Microsoft Excel® e Word®. Para análise dos dados utilizou-se estatística descritiva, na qual as variáveis contínuas foram expressas por meio das médias e desvios-padrão e as categóricas por frequências absolutas e relativas. Utilizou-se a estatística inferencial por meio do teste t Student para amostras dependentes, adotando-se o nível de significância de $p < 0,05$. As análises foram realizadas por meio do Software Statistica 6.0.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Vale do Itajaí, sob parecer substanciado número 2.734.917 /2018. Todos os participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e os responsáveis assinaram o termo de assentimento livre e esclarecido (TALE), sendo garantidos o sigilo e a confidencialidade dos dados.

RESULTADOS

A amostra Participaram do estudo 62 estudantes do sexo feminino.

A Tabela 1 apresenta as variáveis antropométricas. Com relação a classificação do estado nutricional, observa-se a predominância de eutrofia (82,7%).

Tabela 1 - Características antropométricas de meninas do ensino médio, Itajaí, 2018.

Variáveis	Média (desvio padrão)/ % (n)
Peso (kg)	57,25 (8,15)
Estatura (m)	1,62 (0,05)
Índice de massa corporal (kg/m ²)	21,78 (2,54)

A média de idade das estudantes foi de 16,1 (1,01) e com relação ao estado nutricional, observou-se que a média de meninas eutróficas foi de 82,7% (55) e aquelas com excesso de peso foi de 11,3%.

Com relação aos questionários, o Body Shape, referente à presença e ao grau de distorção de imagem, mostrou que 27,3% das adolescentes com eutrofia possuíam moderada insatisfação com sua imagem

corporal, enquanto aquelas com sobrepeso apenas 14,3% apresentaram essa percepção.

Essa predominância de insatisfação com a imagem corporal também foi encontrada por meio dos resultados obtidos com a escala de Kakeshita nas meninas com eutrofia. Com relação ao Eating Atitude Test, notou-se mais atitudes indicativas de

transtornos alimentares nas adolescentes com sobrepeso (42,9%) (Tabela 2).

Ao avaliar a associação entre o IMC e os resultados do Eating Atitude Test, observou-se uma tendência significativa entre o estado nutricional de eutrofia e o baixo risco para transtornos alimentares.

Tabela 2 - Resultados do Body Shape Questionnaire, Eating Atitude Test e questionário de Kakeshita em meninas do ensino médio, Itajaí, 2018.

Classificação BSQ	Eutrofia (%)	Sobrepeso (%)	p*
Ausência de insatisfação	43,6	28,6	
Leve e moderada insatisfação	56,4	71,4	0,231
Total	100	100	
Classificação Kakeshita			
Satisfeita	16,4	14,3	
Insatisfação por excesso de peso	69,1	57,1	0,252
Insatisfação por baixo peso	14,5	28,6	
Total	100	100	
Classificação EAT			
EAT positivo	16,4	42,9	0,064
EAT negativo	83,6	57,1	
Total	100	100	

DISCUSSÃO

No presente estudo, a maioria das estudantes encontravam-se eutróficas. Entretanto, em relação ao peso desejado, percebeu-se grande prevalência de adolescentes insatisfeitas com o peso atual, principalmente aquelas com o peso adequado.

Esse achado corrobora o estudo realizado por Miranda e colaboradores (2018), onde inferiu-se que dentre 120 adolescentes do sexo feminino, 40,83% apresentaram algum grau de insatisfação corporal e, dentre estas, 77,6% encontravam-se em eutrofia.

Diante disso, é perceptível um alto descontentamento com a forma física, mesmo naquelas estudantes com peso corporal adequado.

Essa situação confirma a ideia de Kravchychyn e colaboradores (2013), os quais mencionam que a preconização por um corpo magro é frequente em mulheres mais jovens, possivelmente por conta dos padrões estéticos e imposições socioculturais, tornando-as um grupo de risco para distorção da autoimagem corporal e transtornos alimentares.

Em relação ao questionário BSQ, os resultados demonstraram que a maioria das estudantes apresentaram ausência de distorção da imagem corporal, porém a insatisfação maior foi justamente nas

adolescentes com eutrofia (27,3%). Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Bandeira e colaboradores (2016), onde ao utilizar o BSQ para avaliar a percepção da imagem corporal de 300 estudantes de um Curso de Nutrição do sexo feminino, com faixa etária entre 17 e 51 anos, constatou-se diferenças entre os valores do IMC atual (22,90 kg/m²) e do IMC desejado (21,59 kg/m²), confirmando que mesmo estando eutróficas com relação a esse parâmetro, as estudantes gostariam de ter um IMC menor do que o atual.

A distorção da imagem corporal refere-se a um autoconceito evidenciado pelo descontentamento relacionado ao próprio corpo, capaz de superestimar o tamanho e/ou forma do corpo, que diverge da imagem real. Fatores sociais, influências socioculturais, pressões da mídia e a busca incessante por um padrão de corpo ideal, associado às realizações e à felicidade, estão entre as causas das alterações da percepção da imagem corporal (Perini e colaboradores, 2012).

Em uma pesquisa realizada por Miranda e colaboradores (2018), utilizou-se a escala de silhuetas de Kakeshita para avaliar a imagem corporal de 120 adolescentes do sexo feminino, de 14 a 19 anos, de Viçosa-MG. Ao final da pesquisa, observou-se que insatisfação corporal estava presente em

45,8% da amostra. Além disso, a distorção corporal manifestou-se em 52,9% das participantes, mesmo que a maioria das participantes estivessem eutróficas (77,6%). Resultado esse semelhante ao presente estudo, onde o percentual de eutrofia foi de 82,7% e, mesmo assim, 69,1% das participantes apresentaram insatisfação por excesso de peso.

Na pesquisa de Kessler e Poll (2018), ao avaliarem a relação entre a insatisfação da imagem corporal e atitudes para transtornos alimentares utilizando o questionário EAT-26, constataram que, dentre as 225 universitárias matriculadas em oito cursos da área da saúde, 21,8% apresentaram atitudes indicativas para desenvolvimento de transtornos alimentares, resultado semelhante ao presente estudo. Os autores ainda destacam que os transtornos mais acometidos são a anorexia e bulimia nervosa, na qual apresentam uma preocupação excessiva com o peso, sendo um sintoma comum à insatisfação com a imagem corporal.

Ainda em relação ao EAT, Fortes e colaboradores (2014), ao avaliarem a relação dos sintomas depressivos com os comportamentos de risco para transtornos alimentares em 371 adolescentes do sexo feminino, verificaram que 21,7% das adolescentes demonstraram comportamentos de risco para transtornos alimentares. Além disso, foi evidenciada prevalência de 28% para a classificação de sobrepeso/obesidade.

Desse modo, evidenciou-se que as jovens com sobrepeso e obesidade demonstraram maior frequência de comportamentos de risco para transtornos alimentares quando comparadas às eutróficas e as de baixo peso corporal, resultado esse que corrobora o presente estudo. Uma justificativa para esses achados, seria a forte influência da mídia sobre os adolescentes, que impõe como requisito para a beleza feminina, um corpo magro e esbelto (Paludo e colaboradores, 2011).

Na presente pesquisa, assim como concluído no estudo de Pinto e colaboradores (2017), entende-se que como a população de estudo está inserida na escola, seria de fundamental importância que as políticas públicas educacionais vislumbrassem a possibilidade de inserção de psicólogos e nutricionistas no contexto escolar, no sentido de atuarem diretamente com problemas relacionados ao estresse associado aos

relacionamentos e à insatisfação com o peso corporal.

CONCLUSÃO

Com o presente estudo, evidenciou-se que não houve associação significativa entre a imagem corporal e o comportamento alimentar, porém é importante salientar que as adolescentes com eutrofia apresentam maior insatisfação de imagem corporal, enquanto aquelas com sobrepeso demonstraram um comportamento alimentar mais disfuncional.

Diante disso, nota-se a importância de implementar estratégias no ambiente escolar, com o intuito de conscientizar os jovens sobre a autoaceitação e desenvolver aptidões para conviver com o meio sociocultural existente, em que se estabelece um ideal de corpo que, muitas vezes, se sobrepõe aos princípios da saúde e bem-estar.

REFERÊNCIAS

- 1-Bandeira, Y.E.R.; Mendes, A.L.R.F.; Cavalcante, A.C.M.; Arruda, S.P.M. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. *Revista Jonal Brasileiro Psiquiatria*. Vol. 2. Num. 65. 2016. p. 168-173.
- 2-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. *Revista J. brasileiro de psiquiatria*. Vol. 62. Num. 2. 2013. p. 108-114.
- 3-Conti, M.A.; Frutuoso, M.F.P.; Gambardella, A.M.D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. *Revista de nutrição*. Campinas. Vol. 18. Num. 4. 2005. p. 491-497.
- 4-Cooper, P.J.; Taylor, M.j.; Cooper, Z.; Fairbum, C.G. The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of eating disorders*. Vol. 6. 1987. p.485-494.
- 5-Fortes, L.S.; Ferreira, M.E.C. Comparação da insatisfação corporal e do comportamento alimentar inadequado em atletas adolescentes de diferentes modalidades esportivas. *Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte*. Vol. 25. Num. 4. 2011. p. 707-716.

6-Fortes, L.S.; Figueiras, J.F.; Ferreira, M.E.C. Comportamentos de risco para transtornos alimentares e sintomas depressivos: um estudo com jovens do sexo feminino de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. Vol. 11. Num. 30. 2014. p. 1-9.

7-Frois, E.; Moreira, J.; Stengel, M; Mídias e a imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão. *Psicologia em Estudo*. Vol. 16. Num. 1. 2011. p. 71-77.

8-Garcia, R.W.D. Representações sociais da alimentação e saúde e suas repercussões no comportamento alimentar. *Revista de saúde coletiva*. Vol. 7. Num. 2. 1997. p. 51-68.

9-Garner, D.M.; Olmsted, P.M.; Bohr, Y.; Garfinkel, P.E. The eating attitudes test: psychometric features and clinical correlation. *Psychological Medicine*. Num. 12. 1982. p. 871-878.

10-Gonçalves, V.O.; Martínez, J.P. Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. Goiânia. *Revista eletrônica de comunicação, informação e inovação em saúde*. Vol. 17. Num. 2. 2014. p. 139-156.

11-Kakeshita, I.S.; Silva, A.I.P.; Zanatta, D.P.; Almeida, S.S. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. *Psicologia: Teoria e pesquisa*. Vol. 25. Num. 2. 2009. p. 263-270.

12-Kessler, A.L.; Poll, F.A. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. *Revista Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 2. Num. 67. 2018. p. 118-125.

13-Kravchychyn, A.C.P.; Silva, D.F.; Machado, F.A. Relação entre estado nutricional, adiposidade corporal, percepção de autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em atletas de modalidades coletivas do gênero feminino. *Rev Bras Educ Fís Esporte*. Vol. 3. Num. 27. 2013. p. 456-466.

14-Miranda, V.P.N.; Morais, N.S.; Faria, E.R.; Amorim, P.R.S.; Marins J.C.B.; Franceschini, S.C.C.; Teixeira, P.C.; Priore, S.E. Insatisfação corporal, nível de atividade física e

comportamento sedentário em adolescentes do sexo feminino. *Revista Paulista de Pediatria*. 2018. p. 1-9.

15-Paludo, A.C.; Pelegrini, A.; Grespan, F.; Caldeira, A.S.; Madureira, A.S.; Junior, H.S. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes: prevalência e associação com o estado nutricional. *Rev ConScientiae Saúde*. Vol. 1. Num. 10. 2011. p. 143-149.

16-Passos, M.D.; Gugelmin, S.A.; Castro, I.R.R.; Carvalho, M.C.V.S. Representações sociais do corpo: um estudo com adolescentes do Município do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. Vol. 12. Num. 29. 2013. p. 2383-2393.

17-Perini, T.A.; Oliveira, G.L.; Cardoso, F.B.; Silva, J.R.V.; Lima, A.P.; Filho, J.F. Distorção da imagem corporal em adolescentes de ambos os sexos. *Revista digital*. Buenos Aires. Num. 168. 2012. p. 1-8.

18-Pinto, A.A.; Claumann, G.S.; Medeiros, P.; Barbosa, R.M.S.P.; Nahas, M.C.; Pelegrini, A. Associação entre estresse percebido na adolescência, peso corporal e relacionamentos amorosos. *Revista Paulista de Pedriatria*. Vol. 35. Num. 4. 2017. p. 1-7.

19-WHO. World Health Organization. Multicentre growth reference study group. Who child growth standards: length/height-for-age, weight-for-age, weightfor-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: methods and development. Geneva. 2006.

2 - Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade do Vale do Itajaí-UNIVALI, Santa Catarina, Brasil.

Recebido para publicação em 30/05/2020
 Aceito em 04/04/2021