

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 versão eletrônica

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

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

AUTOPERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES

Cati Reckelberg Azambuja¹

Kelly Christine Maccarini Pandolfo²

Daniela Lopes dos Santos²

RESUMO

A condição de como o adolescente percebe seu corpo é fundamental na formação de sua identidade. Estudos evidenciam que a insatisfação com a imagem corporal é comum, iniciando cada vez mais cedo na vida dos indivíduos. O objetivo deste trabalho foi verificar a auto percepção da imagem corporal e o estado nutricional de adolescentes escolares. Participaram do estudo 112 estudantes com média de idade de $14,38 \pm 0,68$ anos. As informações da percepção da imagem corporal foram obtidas através da aplicação do instrumento composto por um *continuum* de nove silhuetas corporais, no qual constava as seguintes perguntas: qual silhueta você acha que mais se parece com você? E qual a silhueta que você gostaria de ser? O estado nutricional foi definido através do Índice de Massa Corporal. Os dados foram analisados através de estatística descritiva, representada pela frequência e percentual das categorias satisfeito e insatisfeito com a imagem corporal nas diferentes categorias de estado nutricional. Em relação ao estado nutricional 40,18% dos estudantes encontravam-se abaixo do peso, 50,00% com o peso considerado ideal e, 9,8% acima do peso. Quanto à percepção da imagem corporal, 44,64% dos escolares encontravam-se satisfeitos com seu corpo e 55,36% insatisfeitos, sendo 21,43% insatisfeitos pela magreza e 33,93% pelo excesso de peso. Concluiu-se que os escolares encontravam-se insatisfeitos com sua imagem corporal, com prevalência para o desejo de diminuir sua silhueta, fato que pode estar associado a cultura de aquisição de um corpo magro, podendo facilitar comportamentos alimentares inadequados, prejudiciais a qualidade de vida.

Palavras-chave: Imagem Corporal. Índice de Massa Corporal. Adolescentes.

1-Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre - RS.

ABSTRACT

Self-perception of body image and nutritional status of schoolchildren

The conditions in which the adolescents perceive their bodies are very important in the development of their identity. Studies reveal that body image dissatisfaction is very common and tends to begin earlier in life. The purpose of this study was to verify the body image self-perception and the nutritional status of school adolescents. One hundred and twelve (112) students, with a mean age of 14.38 ± 0.68 years, participated in the study. The information on body image perception was obtained with a data collection tool which had a *continuum* of 9 body silhouettes, and two questions: Which of these silhouettes seems more like you? Which silhouette would you like to be? The nutritional status was defined with the Body Mass Index. The data were analyzed with descriptive statistics, represented by frequencies and percentages of satisfied and unsatisfied with their body image, within the different nutritional categories. As results, it was observed that 40.18% of the participants were below the recommended body mass, 50.00% were in the ideal body mass and 9.8% were above the ideal. As for the body image perception, 44.64% were satisfied with their body and 55.36% were unsatisfied. Of the former, 21.43% were unsatisfied with their slimness and 33.93% for their excess of body weight. It was concluded that the school adolescents were unsatisfied with their body image, prevailing the desire to diminish their silhouette, fact that could be linked to the "slim body culture" which can facilitate inadequate eating behaviors, risking their quality of life.

Key words: Body image. Body mass index. Teenagers.

2-Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), Santa Maria - RS.

INTRODUÇÃO

A adolescência, compreendida como a fase de transposição entre a infância e a idade adulta, é marcada por grandes transformações biopsicossociais (Mota e colaboradores, 2012).

Em meio a todas essas transformações, a condição de como o adolescente percebe seu corpo é fator fundamental na formação da sua identidade (Del Ciampo e Del Ciampo, 2010), pois é através dele que pode-se perceber as alterações que se está vivendo (Levisky, 1998).

É durante a adolescência que algumas características relacionadas ao comportamento sofrem modificações.

Segundo Mantoanelli e colaboradores (1997) os jovens desenvolvem nesta fase, posturas contestadoras e que os tornam volúveis, vulneráveis e seguidores de grupos que determinam padrões estéticos e atitudinais, interferindo significativamente em seus hábitos alimentares e valores.

A insatisfação com a imagem corporal pode ser conceituada como uma avaliação negativa do próprio corpo (Adami e colaboradores, 2008).

Pesquisas apontam evidências de que a insatisfação corporal é cada vez mais comum, e tem seu início em idades mais jovens, independente de sexo, influenciada, principalmente, por aspectos socioculturais (Hart, 2003; Smolak, 2004; Conti, Frutuoso e Gambardella, 2005).

Além disso, a mídia aparece como importante influenciadora da ideia de perfeição corporal na qual a magreza é símbolo de competência e sucesso, enquanto a obesidade estereotipa o preguiçoso e o que possui menor poder de decisão e qualidade de vida (Sujoldzié e de Lucia 2007).

Estudos relatam que adolescentes escolares com sobrepeso têm demonstrado maiores índices de insatisfação com a sua imagem do que os colegas que apresentam peso normal (Glanner e colaboradores, 2013; Assunção Santiago e Santos, 2013; Fidelix e colaboradores, 2013; Tiggemann, 1994).

Entre os vários indicadores antropométricos utilizados para averiguação de sobrepeso/obesidade, está o índice de massa corporal (IMC), que é amplamente utilizado na avaliação do estado nutricional (Conti e colaboradores, 2005) devido ao seu

baixo custo, simplicidade para realização das medidas e alta reprodutibilidade (Romero e colaboradores, 2010).

A Organização Mundial da Saúde (WHO, 1998) recomenda a utilização do IMC para diagnosticar tanto a obesidade quanto a desnutrição em adolescentes e altos valores deste índice têm sido fortemente associados à insatisfação corporal (Conti e colaboradores, 2005) e comportamento alimentar inadequado em adolescentes (Martins e colaboradores, 2010; Scherer e colaboradores, 2010).

O índice de massa corporal (IMC) parece se correlacionar positivamente com o peso e a aparência corporal e com o risco de distúrbios alimentares em todos os grupos étnicos e em ambos os sexos, ainda que a força dessa associação apresente variação entre os grupos (Lynch e colaboradores, 2007).

Sendo assim o objetivo deste estudo foi verificar a auto percepção da imagem corporal e o estado nutricional de adolescentes escolares do 8º ano de uma escola pública federal da cidade de Santa Maria, RS.

MATERIAIS E MÉTODOS

Participaram do estudo 112 estudantes do 8º ano regularmente matriculados no Colégio Militar de Santa Maria (CMSM), com idades entre 12 e 15 anos, no ano de 2012. Destes, 62 eram do sexo masculino e 53 do sexo feminino.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Maria, reconhecida pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP/MS), sob o protocolo n.º 0094.0.243.000-11, CAAE (Certificado de Apresentação para Apreciação Ética).

Aos estudantes que espontaneamente demonstraram interesse em participar do estudo, foram entregues Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para que seus pais autorizassem a sua participação.

Os dados antropométricos usados para o cálculo do IMC, expressão que divide a massa corporal pela estatura elevada ao quadrado, foram coletados segundo metodologia proposta por Gordon e colaboradores (1998).

Para a medida do peso corporal foi utilizada uma balança digital, de cristal líquido, plataforma 40 x 40cm, capacidade para 150kg e fração de 100gr. Para a estatura utilizou-se estadiômetro, com trena na parede e escala em milímetros.

Segundo a WHO (2006) indivíduos com IMC (kg/m²) menor do que 18,5 são classificados como baixo peso; entre 18,5 e 24,9 como peso adequado; entre 25 e 29,9 como sobrepeso; entre 30 e 34,9 como obesidade classe I; entre 35 e 39,9 como obesidade classe II e igual ou maior que 40 como obesidade classe III. Para fins de análise, as classes I, II e III de obesidade foram agrupadas na categoria obesidade.

As informações da percepção da imagem corporal foram obtidas através da aplicação do instrumento proposto por Tiggemann e Wilson-Barrett (1998) composto por um *continuum* de nove silhuetas corporais.

Os adolescentes receberam o instrumento no qual constava as seguintes perguntas: qual silhueta você acha que mais se parece com você? E qual a silhueta que você gostaria de ser? Para verificar a percepção da imagem corporal, realiza-se a subtração do número da silhueta real com o da silhueta ideal. Se a variação entre elas for igual a zero os adolescentes/estudantes são classificados como satisfeitos.

Caso a diferença for positiva são considerados insatisfeitos pelo excesso de

peso (desejo de reduzir a silhueta) e, diferença negativa, insatisfeitos pela magreza (desejo de aumentar a silhueta).

Os dados foram analisados através de estatística descritiva, representada pela frequência e percentual das categorias satisfeito e insatisfeito com a imagem corporal nas diferentes categorias de estado nutricional.

RESULTADOS

A média de idade do grupo estudado foi de 14,38 ± 0,68 anos, sendo a mínima de 13 anos e a máxima de 16 anos.

A avaliação do estado nutricional demonstrou que 40,18% (n=45) dos estudantes encontravam-se abaixo do peso e 9,8% (n=11) acima do peso ideal. O restante (50,0%; n=56) da amostra encontrava-se no peso corporal considerado ideal.

Em relação à imagem corporal constatou-se que 44,64% (n=50) dos escolares encontravam-se satisfeitos com seu corpo e 55,36% (n=62), encontravam-se insatisfeitos com sua imagem corporal.

Na Tabela 1 encontra-se descrita a relação entre o estado nutricional e a imagem corporal, representados por frequência e percentual de satisfação e insatisfação da imagem corporal.

Tabela 1 – Relação entre o Estado Nutricional e a Imagem Corporal dos alunos do 8º ano do CMSM.

Estado Nutricional	Abaixo do Peso		Peso Ideal		Acima do Peso		Todos	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Imagem Corporal								
Satisfeito	26	23,21	23	20,54	1	0,89	50	44,64
Insatisfeito pela magreza	19	16,97	5	4,46	-	-	24	21,43
Insatisfeito pelo excesso de peso	-	-	28	25,00	10	8,93	38	33,93
Total	45	40,18	56	50,00	11	9,82	112	100,00

Legenda: Valores representados por f: frequência; %:percentual.

DISCUSSÃO

O Colégio Militar de Santa Maria (CMSM) integra o Sistema de Ensino Colégio Militar do Brasil, composto por 12 Colégios Militares espalhados pelos diversos estados brasileiros.

O CMSM possui 787 alunos e tem como finalidade ministrar a Educação Básica nos anos finais do ensino fundamental (6º ao

9º ano) e no ensino médio, promovendo a formação integral dos escolares, de acordo com as leis e regulamentos que regem a Legislação Federal da Educação Nacional e em concordância com os valores, costumes e tradições do Exército Brasileiro.

Os alunos que integram o Sistema Colégio Militar do Brasil (SCMB) encontram-se durante grande parte do dia no ambiente escolar, em atividades curriculares e de turno

integral. Desta forma, o espaço de educação formal torna-se um importante aliado para o controle dos níveis de sobrepeso e obesidade, na medida em que alterações do estado nutricional possam ser identificadas (Pandolfo e colaboradores, 2013).

Segundo Valença e Germano (2009) os adolescentes idealizam mentalmente um corpo perfeito. Na medida em que este corpo mentalizado distancia-se do real, inicia-se um processo de comprometimento da sua autoestima, a qual pode afetar o seu desenvolvimento físico, cognitivo e psicossocial, incluindo comportamentos alimentares inadequados (Rech e colaboradores, 2010).

Ao se estratificar a insatisfação corporal quanto ao desejo de aumentar a silhueta (insatisfeito pela magreza) ou o desejo de diminuir a silhueta (insatisfeito pelo excesso de peso) observou-se que os maiores percentuais foram para o desejo de diminuir a silhueta corporal, contrariando os achados de Fidelix e colaboradores (2013) nos quais escolares da faixa etária de 14-17 anos demonstraram desejo de aumentar sua silhueta.

Quando analisado o estado nutricional em relação à percepção da imagem corporal, observou-se que 25% (n=28) do total de alunos que encontravam-se dentro do peso considerado ideal, manifestaram-se insatisfeitos pelo excesso de peso.

Segundo Nunes e colaboradores (2001) resultados como esses podem traduzir uma distorção de percepção da imagem corporal por parte dos escolares, muitas vezes aprendida e imposta culturalmente. Outro dado relevante diz respeito aos 16,97% (n=19) do total de escolares que encontravam-se abaixo do peso e afirmaram sua insatisfação pela magreza, demonstrando melhor auto percepção da sua imagem.

Em relação aos 44,64% (n= 50) dos escolares que demonstraram satisfação com seu corpo, verificou-se que 20,54% (n=23) do total de alunos encontravam-se no peso ideal. Porém, 23,21% (n=26) encontravam-se abaixo do peso.

Este desfecho pode estar associado ao papel negativo da mídia que preconiza a ideia de que corpos magros são sinônimos de sucesso e realização pessoal e profissional, enquanto que o excesso de peso pode representar o indivíduo com menor adaptação

social e prejuízo na sua qualidade de vida (Algars e colaboradores, 2009).

CONCLUSÃO

Concluiu-se que a maioria dos escolares do 8º ano do CMSM encontravam-se dentro da faixa de peso considerada ideal, porém insatisfeitos com sua imagem corporal, com prevalência para o desejo de diminuir sua silhueta.

A alta prevalência de insatisfação com a autoimagem nos escolares pode estar associada à imposição social quanto a aquisição de um corpo magro, considerado como símbolo de padrão de beleza, e que por vezes acarreta em práticas comportamentais prejudiciais à saúde.

É importante a escola estar atenta às alterações de peso corporal e acompanhar a evolução desses níveis, promovendo intervenções, se necessário, na prevenção do aumento dos mesmos.

REFERÊNCIAS

- 1-Adami, F.; Frainer, D.E.S.; Santos, J.S.; Fernandes, T.C.; De-Oliveira, F.R. Insatisfação corporal e atividade física em adolescentes da região continental de Florianópolis. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Vol. 24. Num. 2. 2008. p.143-149.
- 2-Âlgars, M.; Santtila, P.; Varjonen, M.; Witting, K.; Johansson, A.; Jern, P.; Sandnabba, N.K. The adult body: How age, gender, and body mass index are related to body image. *Journal of Aging and Health*. Galveston. Vol. 21. Num. 8. 2009. p. 1112-1132.
- 3-Assunção Santiago, D.B.; Santos, D.L. Satisfação com a imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em meninas praticantes e não praticantes de dança. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 7. Num. 39. 2013. p. 177-184.
- 4-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.

5-Del Ciampo, A.L.; Del Ciampo, I.R. Adolescência e Imagem Corporal. Adolescência e Saúde. Rio de Janeiro. Vol. 7. Num. 4. 2010. p. 55-59.

6-Fidelix, Y.L.; Minatto, G.; Ribeiro, R.R.; Santos, K.D.; Petroski, E.L. Dados sociodemográficos, estado nutricional e maturação sexual de escolares do sexo masculino: exposição à insatisfação com a imagem corporal. Revista da Educação Física/UEM. Maringá. Vol. 24. Num. 1. 2013. p. 83-92.

7-Glaner, M.F.; Pelegrini, A.; Cordoba, C.O.; Pozzobon, M.E. Associação entre insatisfação com a imagem corporal e indicadores antropométricos em adolescentes. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. São Paulo. Vol. 27. Num. 1. 2013. p. 129-136.

8-Gordon, C.C.; Chumlea, W.C.; Roche, A.F. Stature, recumbent length, and weight. In: Lohman, T.G.; Roche, A.F.; Martorell, R. editors. Anthropometric standardization reference manual. Champaign. Human Kinetics Books. 1988. p. 3-8.

9-Hart, E.A. Avaliando a imagem corporal. In: Tritschler, K. Medida e avaliação em Educação Física e Esportes de Barrow & McGee. Manole. 2003. p. 457-488.

10-Levisky, D.L. Desenvolvimento psicossocial do adolescente. In: J.O. Outeiral (Org.), Clínica psicanalítica de crianças e adolescentes. Rio de Janeiro:Revinter. 1998. p. 87-109.

11-Lynch, W.C.; Heil, D.P.; Wagner, E.; Havens, M.D. Ethnic differences in BMI, weight concerns, and eating behaviors: Comparison of Native American, White, and Hispanic adolescents. Body Image. Norfolk. Vol. 4. Num. 2. 2007. p. 179-190.

12-Mantoanelli, G.; Bittencourt, V.B.; Penteado, R.Z.; Pereira, I.M.T.B.; Alvarez, M.C.A. Educação nutricional: uma resposta ao problema da obesidade em adolescentes. Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano. Vol. 7. Num. 2. 1997. p. 85-93.

Martins, C.R.; Pelegrini, A.; Matheus, S.C.; Petroski, E.L. Insatisfação com a imagem

corporal e a relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. Revista de Psiquiatria. Vol. 32. Num. 1. 2010. p. 19-23.

13-Mota, D.C.L.; Laus, M.F.; Almeida, S.S.; Costa, T.M.B.; Moreira, R.D.C.M. Imagem corporal e suas relações com a atividade Física e o estado nutricional em adolescentes. Psico. Porto Alegre. Vol. 43. Num. 2. 2012. p. 237-242.

14-Nunes, M.A.; 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 de Psiquiatria. Vol. 23. Num.1. 2001. p. 21-27.

15-Pandolfo, K.C.M.; Azambuja, C.R.; Machado, R.R.; Santos, D.L. Índice de massa corpórea de estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental do Colégio Militar de Santa Maria. In: 28ª Jornada Acadêmica Integrada da Universidade Federal de Santa Maria, 2013, Santa Maria. Anais da 28ª Jornada Acadêmica Integrada. Santa Maria. UFSM. 2013.

16-Rech, C.R.; Araújo, E.D.S.; Vanat, J. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. Vol. 24. Num. 2. 2010. p. 285-292.

17-Romero, A.; Slater, B.; Florindo, A.A.; Latorre, M.R.D.O.; Cezar, C.; Silva, M.V. Determinantes do índice de massa corporal em adolescentes de escolas públicas de Piracicaba, Sao Paulo. Rev C S Col. Vol.15. 2010. p.141-9.

18-Scherer, F.C.; Martins, C.B.; Pelegrini, A.; Matheus, S.C.; Petroski, E.L. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. Revista Brasileira de Psiquiatria. Vol. 59. Num. 3. 2010. p. 198-202.

19-Smolak, L. Body image in children and adolescents: where do we go from here? Body Image. Norfolk. Vol. 1. Num. 1. 2004. p. 15-28.

20-Sujoldzié, A.; De Lucia, A. A cross-cultural study of adolescents-BMI, body image and

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

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

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

psychological well-being. Collegium Antropologicum. Croácia. Vol. 31. Num. 1. 2007. p. 123-30.

21-Tiggemann, M. Gender differences in the interrelationships between weight dissatisfaction, restraint, and self esteem. Sex Roles. Pittsburgh. Vol. 30. 1994. p.319-330.

22-Tiggemann, M.; Wilson-Barrett, E. Children's figure ratings: Relationship to self-esteem and negative stereotyping. International Journal of Eating Disorders. Middletown. Vol. 23. Num. 1. 1998. p. 83-88.

23-Valença, C.N.; Germano, R.M. Percepção da auto-imagem e satisfação corporal em adolescentes: perspectiva do cuidado integral na enfermagem. Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste. Vol. 10. Num. 4. 2009. p. 173-180.

24-World Health Organization (WHO). BMI classification. Estados Unidos; 2006. Disponível em: <http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html> Acesso em: 12jul2013.

25-World Health Organization (WHO). Obesity: preventing and managing the global epidemic. Geneva, 1998. 60p. (Report of the WHO Convention on Obesity).

E-mail:

cati.razambuja@hotmail.com

kellypandolfo@hotmail.com

lopesdossantosdaniela@gmail.com

Endereço para correspondência:

Cati Reckelberg Azambuja.

Rua Araújo Viana, nº 111, apto 303.

Bairro Centro, Santa Maria, RS.

CEP: 97015 040.

Recebido para publicação em 29/03/2014

Aceito em 23/06/2014