

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA**

**ALEXANDRE ROSSONI DA ROCHA**

**A INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM JOVENS DE UMA  
ESCOLA DE ENSINO MÉDIO EM PORTO ALEGRE**

Porto Alegre, 2016.

**ALEXANDRE ROSSONI DA ROCHA**

**A INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM JOVENS DE UMA  
ESCOLA DE ENSINO MÉDIO EM PORTO ALEGRE**

Trabalho de conclusão de curso apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, da Escola Superior de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito para a obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof<sup>o</sup> Rogério da Cunha  
Voser

Porto Alegre, 2016.

**ALEXANDRE ROSSONI DA ROCHA**

**A INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM JOVENS DE UMA  
ESCOLA DE ENSINO MÉDIO EM PORTO ALEGRE**

Trabalho de conclusão de curso, apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, da Escola Superior de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito para a obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: ProfºRogério da Cunha Voser

Conceito final: \_\_\_\_\_

Aprovado em \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2016.

**BANCA EXAMINADORA:**

---

Orientador: Prof. Rogério da Cunha Voser

Porto Alegre, 2016.

## RESUMO

O objetivo deste estudo transversal foi analisar as percepções com relação à sua imagem corporal de 133 estudantes do ensino médio de ambos os sexos, com idade entre 15 e 19 anos de uma escola pública estadual de Ensino Médio de Porto Alegre/RS. Cada participante indicou a silhueta mais parecida com seu corpo e a mais desejada numa Escala de Silhuetas (KAKESHITA, 2008), também foi calculado o Índice de Massa Corporal para cada indivíduo. Como insatisfação corporal foram consideradas as diferenças entre os escores das silhuetas autopercebidas e desejadas, comparadas com a silhueta real. Os dados foram obtidos através de coleta de dados de peso e altura, realizada durante as aulas de Educação Física e com a permissão do Professor Supervisor e do Professor Coordenador do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (projeto PIBID). A maioria dos participantes apresentou estado nutricional eutrófico (74,4%), 21,1% deles tinham sobrepeso e apenas 4,5% apresentavam baixo peso para a idade. Os achados mostraram que há insatisfação corporal entre os escolares desta escola e que há diferença entre a insatisfação dos sexos masculino e feminino, principalmente com relação à escolha das silhuetas. A totalidade dos estudantes com sobrepeso (n=28) apontaram que desejam diminuir sua silhueta o que demonstra uma tendência de insatisfação corporal, no entanto 35,8% não reconhecem estarem em sobrepeso. Os estudantes do sexo masculino percebem sua imagem corporal menor do que a real e as do sexo feminino também. No entanto, as estudantes do sexo feminino ainda desejavam uma silhueta menor, visto que perceberam os tamanhos de seus corpos significativamente maiores do que os tamanhos desejados, diferente dos estudantes do sexo masculino, que não demonstraram essa diferença significativa entre silhueta percebida e desejada. Os resultados da pesquisa são compatíveis com outros estudos na literatura.

**Palavras Chaves:** Imagem corporal. Adolescentes. Estudantes. Ensino médio.

## ABSTRACT

The purpose of this cross-sectional study was to analyze the perceptions with the body image of 133 students of both sexes, aged 15 to 19 years of a public high school in Porto Alegre/RS. Each participant indicated the silhouette most similar to his body and the most desired one on a Scale of Silhouettes (KAKESHITA, 2008), also calculated the Body Mass Index for each individual. As body dissatisfaction were considered the differences between the scores of the self- perceived and desired silhouettes, compared to the real silhouette. The data were obtained through data collection of weight and height during physical education classes and with the permission of the Supervisor Professor and the Coordinating Professor of the Institutional Program of Initiation Scholarships. The majority of participants had a eutrophic nutritional status (74.4%), 21.1% were overweight, and only 4.5% had a low weight for age. The findings showed that there is body dissatisfaction among high school students and that there is a difference between male and female dissatisfaction, especially regarding the choice of silhouettes. The total number of overweight students (n = 28) indicated that they wish to decrease their silhouette, which shows their body dissatisfaction, however 35.8% do not recognize that they are overweight when choosing the self-perceived silhouette. Male students perceive their body image smaller than the real one and female students as well. However, female students still wanted a smaller silhouette, as they perceived their body sizes significantly larger than desired sizes, unlike male students, who did not demonstrate this significant difference between perceived and desired silhouette. The results of the research are compatible with other studies in the literature.

**Keywords:** Body Image. Adolescent. Students. Education Secondary.

## AGRADECIMENTOS

Inicialmente, gostaria de agradecer a todos que passaram pela minha vida durante a minha trajetória de estudos, começando pelas séries iniciais, ensino fundamental, ensino médio, a entrada no tão esperado curso de graduação, meus professores, colegas, alunos de estágios obrigatórios e não obrigatórios. Todos tiveram grande importância neste processo e neste ciclo acadêmico que se encaminha para o final. Sem vocês eu não teria chegado até aqui, todos fizeram parte da construção do meu aprendizado, agradeço a vocês, de coração.

Depois disso, gostaria de agradecer a minha família, meu pai, e principalmente minha mãe e meu irmão, que além de me incentivarem a estudar e auxiliarem ativamente a construir e modelar este projeto de conclusão de curso. Mostraram-me que podem nos tirar tudo na vida, menos o conhecimento que adquirimos durante este percurso.

Ao meu orientador, Professor Rogério da Cunha Voser, que me ajudou tanto na orientação deste trabalho, assim como na minha trajetória acadêmica, exemplo de companheirismo, alegria no que faz e empatia com os estudantes, coordenador do subprojeto do PIBID, Esportes na Escola, onde me desenvolvi como professor durante 3 anos, nas escolas Padre Theodoro Amstad e Professor Júlio Grau, passando por todas as séries do Ensino Fundamental e Ensino Médio.

Queria agradecer também aos meus melhores amigos, aqueles que vou levar pra sempre, minha segunda família, “os exus”, como costumamos dizer, não existem palavras para descrever nossa amizade, são vocês que me dão força para superar a rotina pesada de trabalho e estudos e desestressar no final de semana.

A A3CO UFRGS, atlética que eu ajudei a fundar no início de 2014, e que só vem crescendo e alcançando seus objetivos, graças ao trabalho árduo de todos que participam e já participaram da gestão.

A cada ano que passa, me sinto mais orgulhoso de fazer parte disso tudo, e com certeza é papel fundamental para minha evolução e desenvolvimento pessoal dentro da universidade.

A todos meus amigos, conhecidos, enfim, todo pessoal que torce por mim e me acompanha, me deseja energias positivas, felicidade e sucesso, vocês são demais. Muito obrigado a todos.

*“Aqueles que se sentem satisfeitos sentam-se e nada fazem. Os insatisfeitos são os únicos benfeitores do mundo.”*  
(WALTER S. LANDOR).

## LISTA DE FIGURAS

**Figura 1** - Escala de silhuetas para meninas e meninos (KAKESHITA, 2008).

**Figura 2** – Percepção dos estudantes com sobrepeso sobre sua imagem corporal, em uma escola de ensino médio de Porto Alegre, RS, 2016.



## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	<b>12</b>
2.1	Percepções da Imagem Corporal em Adolescentes .....	12
2.2	Pesquisas Relacionadas com a Insatisfação Corporal .....	14
<b>3</b>	<b>MATERIAL E MÉTODOS</b> .....	<b>16</b>
3.1	Tipo de estudo .....	16
3.2	Participantes do estudo .....	16
3.3	Procedimentos de coleta de dados .....	16
3.4	Procedimentos de coleta de dados e questões éticas .....	18
3.5	Análise dos dados .....	199
<b>4</b>	<b>APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....	<b>20</b>
4.1	Características dos participantes .....	20
4.2	Estado nutricional dos estudantes e percepção da imagem corporal .....	21
4.3	Percepções da imagem corporal em escolares do sexo masculino e feminino ..	23
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>26</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>28</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A preocupação com a aparência física tem sido cada vez mais evidente na sociedade contemporânea e, sendo tão preponderante, leva as pessoas a se preocuparem excessivamente com ela. Estudos têm revelado que a insatisfação com a imagem corporal é altamente prevalente durante a adolescência (BRANCO; HILÁRIO; CINTRA, 2006; ADAMI *et al.*, 2008).

A insatisfação corporal pode ser definida como a avaliação negativa do próprio corpo (ADAMI *et al.*, 2008), sendo diagnosticada, geralmente, por meio de figuras das silhuetas corporais e questionários, que focalizam preocupações com o peso, forma e gordura corporal (SMOLAK, 2001).

A avaliação subjetiva negativa do formato e tamanho do corpo poderá gerar repercussões psicológicas ruins, tais como, preocupação excessiva, desconforto, sofrimento, isolamento social e, até, transtornos alimentares (FORTES *et al.*, 2013; WARREN *et al.*, 2005).

Em geral, a imagem corporal e a insatisfação corporal são construções que ocorrem na puberdade. No entanto, Birbeck e Drummond (2003) entrevistaram garotas de cinco a sete anos de idade e encontraram evidências de que a insatisfação corporal pode ocorrer antes da puberdade. Outras pesquisas têm encontrado os mesmos resultados (BIRBECK, DRUMMOND, 2006; DOHNT, TIGGEMANN, 2005; PINHEIRO, JIMÉNEZ, 2010). Porém, há controvérsias, os resultados das pesquisas não indicam com precisão a idade de emergência da insatisfação corporal.

Em função do exposto anteriormente, pelos aprendizados que tive no ambiente da escola através do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), no subprojeto Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, me senti instigado a estudar a insatisfação corporal dos estudantes de ensino médio.

Tenho verificado cada vez mais o desinteresse por atividades práticas nas aulas de educação física, uma realidade também encontrada no próprio dia a dia destes estudantes, onde os mesmos apresentam um estilo de vida menos ativo, por vezes totalmente sedentário, que como consequência leva ao aumento da obesidade e da insatisfação com seu corpo.

Cabe aqui também destacar que os meios de comunicação veiculam ou produzem notícias, representações e expectativas nos indivíduos com propagandas, informações e noticiários, em que de um lado estimulam o uso de produtos dietéticos e práticas alimentares para emagrecimento e, de outro, instigam ao consumo de lanches tipo “*fast food*”.

O corpo é um campo de luta que envolve diferentes saberes, práticas e imaginário social (SERRA; SANTOS, 2003) e, portanto, é submetido cotidianamente a diferentes ideários de vida.

Baseado no cenário descrito e pela relevância desta temática propõe-se o seguinte problema de pesquisa: Como os estudantes do ensino médio percebem sua imagem corporal?

Têm-se como objetivo geral analisar as percepções dos estudantes do ensino médio com relação à sua imagem corporal. Este objetivo geral foi decomposto nos seguintes objetivos específicos:

Comparar a imagem corporal percebida e desejada e o Índice de Massa Corporal (IMC);

Identificar se existem diferenças entre os estudantes do sexo masculino e feminino quanto à percepção de sua imagem corporal.

No próximo capítulo será apresentada a revisão de literatura que serviu de base para o desenvolvimento desta pesquisa.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

Nesta revisão de literatura optou-se por desenvolver duas temáticas, a primeira contextualizando as percepções de adolescentes sobre sua imagem corporal e uma segunda sobre pesquisas relacionadas à proposta da pesquisa.

### **2.1 Percepções da Imagem Corporal em Adolescentes**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define adolescência como o período compreendido entre dez e dezenove anos de idade. A adolescência compreendida como uma construção social moderna, representa uma possibilidade de emergência da subjetividade com novas referências e padrões identitários (SERRA; SANTOS, 2003). Particularmente, para os adolescentes, os meios de comunicação contribuem inegavelmente para um aprendizado sobre modos de comportar-se e constituir a si mesmo (FISCHER, 2002). Uma das mais consistentes abordagens sobre o desenvolvimento da imagem corporal é a teoria sociocultural, que considera a mídia e brinquedos infantis poderosos transmissores e reforçadores dos corpos idealizados pelo ambiente sociocultural. O corpo ideal é comunicado para as crianças já nos seus primeiros anos de vida (DITTMAR, 2009; DOHNT, TIGGEMANN, 2006; DOHNT, TIGGEMANN, 2006).

Entende-se por imagem corporal a percepção que um indivíduo tem do seu próprio corpo. Esta se desenvolve a partir de princípios sensoriais, cognitivos e afetivos e acompanha a pessoa do nascimento até a morte (CECCHETTO; PEÑA; PELLANDA, 2015). Segundo Alves et al. (2009), a satisfação com a imagem do corpo está intimamente relacionada com a maior ou menor correspondência aos ideais de beleza inculcados culturalmente.

As práticas alimentares de emagrecimento segundo Serra e Santos (2003), inserem-se numa lógica de mercado impregnada por um padrão estético de corpo ideal. Ainda, os mesmos autores afirmam que a indústria cultural move-se articulando diferentes campos, como empresas produtoras de mercadorias, indústrias de aparelhos e equipamentos e setores financeiros. É nessa lógica que se produzem os paradigmas estéticos e, por consequência, discursos sobre práticas alimentares para emagrecimento.

Estudo de Branco, Hilário e Cintra (2006, p. 294) examinaram a percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. Os autores apontam que as meninas, provavelmente, “sejam mais críticas com sua imagem corporal que os meninos uma vez que elas se perceberam mais em sobrepeso e obesidade, escolhendo as figuras com silhuetas referentes a essas condições”. Os meninos nesse estudo escolheram as silhuetas correspondentes a indivíduos eutróficos. Os adolescentes mais insatisfeitos com sua imagem corporal foram os que apresentaram sobrepeso e obesidade.

A insatisfação corporal entre os escolares, já é um dado preocupante no país, podendo ocasionar depressão, ansiedade, baixa autoestima e distúrbios alimentares. Os transtornos alimentares, como anorexia e bulimia, têm sido amplamente estudados, em especial no sexo feminino, e estão relacionados com a insatisfação corporal (UCHÔA *et al.*, 2015).

A prática descomedida de exercícios físicos em busca da imagem corporal idealizada também é um aspecto relacionado com a insatisfação corporal.

## 2.2 Pesquisas Relacionadas com a Insatisfação Corporal

Vários estudos nacionais e internacionais tratam da insatisfação corporal em crianças e adolescentes. Eles buscam correlacionar a insatisfação corporal com idade, sexo, raça e condições socioculturais em escolares.

Heron *et al.* (2013) encontraram que a insatisfação corporal apareceu em crianças com idades em torno dos oito anos. Não foram encontradas diferenças sexuais ou raciais na amostra de participantes desse estudo.

Evidências de que crianças de sete a 10 anos de idade estavam insatisfeitas com seus corpos foram encontradas no estudo de Costa *et al.* (2016). O desejo por um corpo de tamanho menor teve prevalência em ambos os sexos, mas foi mais forte nas meninas, entretanto, o desejo de um corpo maior foi quase duas vezes maior para os meninos em relação às meninas, indicando haver diferença entre os sexos.

Crianças de seis a 12 anos de idade foram investigadas por Knowles *et al.* (2015) e a insatisfação corporal surgiu a partir dos seis anos. Não foram encontradas diferenças significativas entre os sexos quanto à percepção da imagem corporal.

Dion *et al.* (2016) descobriram insatisfação corporal em meninas e meninos de nove a 14 anos de idade. Ambos os sexos desejavam corpos menores do que os corpos autopercebidos, porém 21,1% dos meninos e 7,2% meninas desejavam corpos maiores do que os autopercebidos. A maioria dos participantes com sobrepeso ou obesos estavam insatisfeitos com seus corpos.

Os estudos de Heron *et al.* (2013), Knowles *et al.* (2015), Costa *et al.* (2016) e Dion *et al.* (2016) indicam que a insatisfação corporal pode apresentar-se desde a infância.

Estudo de Petroski, Pelegrini e Glaner (2009) com o objetivo de identificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes domiciliados nas áreas rurais e urbanas de 629 adolescentes de 13 a 17 anos, os autores verificaram que a prevalência de insatisfação com a imagem corporal foi similar

( $p \geq 0,05$ ) entre os adolescentes rurais (64,2%) e urbanos (62,8%). Enquanto os rapazes desejavam aumentar a silhueta corporal (41,3%), as moças, desejavam reduzir (50,5%) ( $p < 0,001$ ). Os adolescentes com baixo peso e excesso de peso, pelo IMC, foram aqueles com mais probabilidades de insatisfação com a imagem.

A insatisfação corporal em relação com o nível de atividade física foi estudada por Adami *et al.* (2008), que examinaram 242 estudantes adolescentes sendo 109 meninos (14,6 $\pm$ 2,8 anos) e 133 meninas (14,3 $\pm$ 3 anos) de escolas públicas de Florianópolis. Quarenta e três por cento dos meninos e 29,4% das meninas são pouco ativos. Sessenta e nove por cento dos meninos e 76,7% das meninas estavam insatisfeitos com sua silhueta corporal. Os meninos demonstram uma tendência em aumentar e diminuir sua silhueta, enquanto as meninas demonstram querer diminuir. Não foi encontrada relação entre satisfação com a silhueta corporal e nível de atividade física habitual.

O estudo de Corseuil *et al* (2009) objetivou verificar a associação entre insatisfação com a imagem corporal e inadequação nutricional. Desse estudo participaram 180 adolescentes do sexo feminino de 10 a 17 anos (média=13,27; dp=1,92). Os resultados encontrados sugerem elevada insatisfação com a imagem corporal nas adolescentes do sexo feminino. Além disso, os achados demonstraram que, independentemente da idade, tanto o IMC quanto o percentual de gordura (%G) inadequados representaram fortes indicadores de insatisfação com a imagem corporal.

A insatisfação corporal também foi objeto do estudo de Triches e Giugliane (2007) com 573 escolares de 8 a 10 anos, de ambos os sexos em dois municípios da região sul do Brasil. Eles identificaram a prevalência de insatisfação corporal de 63,9% nos escolares, sendo que 16,9% estavam em sobrepeso.

Observa-se pelos estudos apresentados que há uma tendência de diferença entre os sexos quanto a: desejo de uma menor silhueta nas meninas do que nos meninos, enquanto os meninos demonstram duas tendências, tanto aumentar como diminuir sua silhueta corporal.

### **3 MATERIAL E MÉTODOS**

#### **3.1 Tipo de estudo**

Foi realizada uma pesquisa transversal do tipo correlacional (THOMAS; NELSON, SILVERMAN, 2007). As variáveis investigadas foram: sexo, idade, Índice de Massa Corporal (IMC), Silhueta Autopercebida (SA) e Silhueta Desejada (SD) dos participantes.

#### **3.2 Participantes do estudo**

Participaram da pesquisa 133 estudantes de ambos os sexos, com idade entre 15 e 19 anos (média 16,6 anos e  $dp=0,8$ ) de uma escola pública estadual de Ensino Médio de Porto Alegre/RS. A escolha desta amostra se deu por conveniência à medida que estes estudantes fazem parte das turmas em que são desenvolvidos os trabalhos do projeto PIBID (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência).

#### **3.3 Procedimentos de coleta de dados**

Para a coleta de dados foi utilizada uma fita métrica Tramontina Master de 3 metros e 16mm, e uma balança eletrônica portátil Cadence – BAL150 – a bateria, com capacidade para 150 Kg versus 1 Kg. Esses equipamentos foram utilizados para calcular o IMC, divisão do peso pela altura ao quadrado. Embora não seja o método mais preciso, é de baixo custo e possibilita classificar os indivíduos com relação aos seus estados nutricionais.

Também foi utilizada a Escala de Silhuetas construída a partir de fotografias de crianças (Figura 1). A pesquisadora brasileira Idalina Shiraishi Kakeshita adaptou uma escala de silhuetas de acordo com o biótipo brasileiro, considerando as diferenças de etnia, gênero e faixa etária, além de aspectos culturais e sociodemográficos (KAKESHITA, 2008). As crianças fotografadas tinham os IMCs correspondentes às médias dos intervalos estabelecidos para as silhuetas da escala. O IMC médio que corresponde a cada uma das 11 silhuetas varia de 12 a 29  $Kg/m^2$  com intervalos regulares de 1,7  $Kg/m^2$  entre as mesmas (Tabela 1). Fixou-se



a média de altura da criança brasileira de dez anos em 140,15 cm para meninos e 141,25 cm para as meninas e os pesos correspondentes para os valores de IMC.

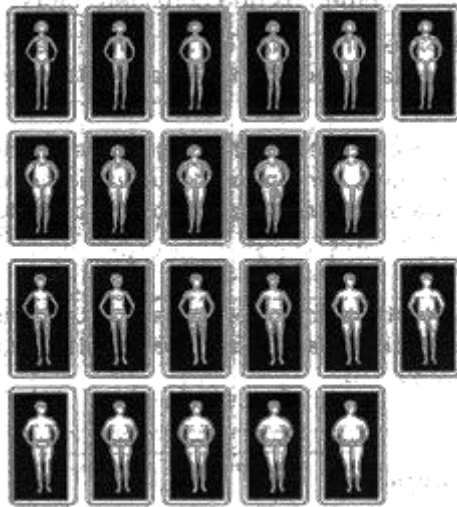


Figura 1. Escala de silhuetas para meninas e meninos.  
Fonte: Kakeshita (2008)

A escolha da escala de silhuetas Kakeshita (2008), foi devido ao fato dela apresentar várias vantagens em relação às outras escalas de imagem corporal, produzindo ótimos indícios de validade e fidedignidade, é possível considerá-la superior para avaliação dessa faixa etária e por isso o instrumento mais indicado para a população escolhida. Porém, ela possui algumas limitações que foram encontradas após a análise dos resultados.

Além de levar em conta somente o tamanho da silhueta, relativo a sobrepeso, baixo peso ou eutróficos (peso adequado), não podemos analisar partes específicas do corpo como medidas, e relação de medidas, o que ampliaria a precisão dos resultados. As escalas, também não levam consideração o índice de massa muscular magra e o percentual de gordura corporal dos indivíduos, fator importante para analisar quem realmente possui sobrepeso por fatores de obesidade, de quem tem uma quantidade de massa muscular grande e por isso é classificado no IMC como sobrepeso.

Tabela 1. Médias e Intervalos de IMCs para cada Figura da Escala de Silhuetas para Crianças.

Figura	IMC Médio (kg/m <sup>2</sup> )	Intervalo de IMC (kg/m <sup>2</sup> )	
		Mínimo	Máximo
1	12	11,15	12,84
2	13,7	12,85	14,54
3	15,4	14,55	16,24
4	17,1	16,25	17,94
5	18,8	17,95	19,64
6	20,5	19,65	21,34
7	22,2	21,35	23,04
8	23,9	23,05	24,74
9	25,6	24,75	26,44
10	27,3	26,45	28,14
11	29	28,15	29,85

Fonte: Kakeshita (2008).

Para classificar o estado nutricional foram utilizados os valores de IMC equivalente a adultos, visto que crianças e adolescentes não possuem uma escala de IMC específica, como segue: baixo peso (IMC < 18,5 kg/m<sup>2</sup>); eutrófico (IMC = 18,5 e < 25,0 kg/m<sup>2</sup>) e excesso de peso (IMC > 25 kg/m<sup>2</sup>).

### 3.4 Procedimentos de coleta de dados e questões éticas

Conforme a Resolução CNS nº 466/12, foram cumpridas as exigências da ética em pesquisa com seres humanos. O projeto foi aprovado pelo parecer 013/2012 na instituição que se encontra vinculado. Após a autorização dos pais mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, os alunos foram pesados e medidos individualmente. O IMC calculado foi considerado a medida real do corpo. Na apresentação da Figura 1, foi solicitado a cada estudante que indicasse: (1) a silhueta mais parecida com o seu próprio corpo, Silhueta Autopercebida (SA) e (2) a silhueta que correspondente ao corpo que desejaria ter, Silhueta Desejada (SD). Estes dois itens foram adaptados do estudo de Conti *et al.* (2009). A coleta de dados foi realizada na escola.

### 3.5. Análise dos dados

Os dados coletados foram digitados no SPSS, versão 17.0 e analisados através do Teste t de *Student* para amostras emparelhadas. O objetivo desta técnica será de identificar através da comparação das silhuetas medidas (real, percebida e desejada) a insatisfação corporal. Principalmente, na observação das diferenças estatísticas significativas entre as silhuetas percebidas e desejadas poderão ser encontradas as evidências da insatisfação corporal dos participantes. Considerou-se estatisticamente significativo ( $p < 0,001$ ).

## 4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A seguir são apresentados os resultados e a discussão com a literatura em três subcapítulos: Características dos participantes, Estado nutricional dos estudantes e sua relação com a imagem corporal, Percepções da imagem corporal em escolares do sexo masculino e feminino.

### 4.1. Características dos participantes

Participaram do estudo 133 estudantes com idade entre 15 a 19 anos ( $dp=0,83$ ), 61,7% eram do sexo feminino e 38,3% do sexo masculino. A maioria deles apresentou estado nutricional eutrófico (74,4%), 21,1% deles tinham sobrepeso e apenas 4,5% apresentavam baixo peso para a idade.

Tabela 2. Características dos 133 estudantes participantes do estudo de uma Escola de Ensino Médio de Porto Alegre, RS, 2016.

Variáveis	n=133	Percentual
<b>Sexo</b>		
Masculino	51	61,7
Feminino	82	38,3
<b>Idade</b>		
Média	16,6	
Desvio padrão	0,8	
Mínimo	15	
Máximo	19	
<b>Estado nutricional (IMC)</b>		
baixo peso*	6	4,5
eutrófico**	99	74,4
sobrepeso***	28	21,1

Fonte: Do autor.

\*baixo peso (IMC < 18,5 kg/m<sup>2</sup>)

\*\*eutrófico (IMC = 18,5 e < 25,0 kg/m<sup>2</sup>)

\*\*\*sobrepeso (IMC > 25 kg/m<sup>2</sup>)

#### 4.2. Estado nutricional dos estudantes e percepção com a imagem corporal

Conforme Tabela 2, que apresenta a distribuição dos participantes do estudo de acordo com o estado nutricional obtido a partir do IMC, este estudo constatou que 21,1% dos participantes estavam com sobrepeso. A partir da análise da imagem corporal real, percebida e desejada dos estudantes com sobrepeso verificou-se que 100% deles desejam diminuir a sua silhueta corporal, no entanto 64,2% (n= 18) percebem que estão com sobrepeso e 35,8% não percebem o sobrepeso, conforme Figura 2.

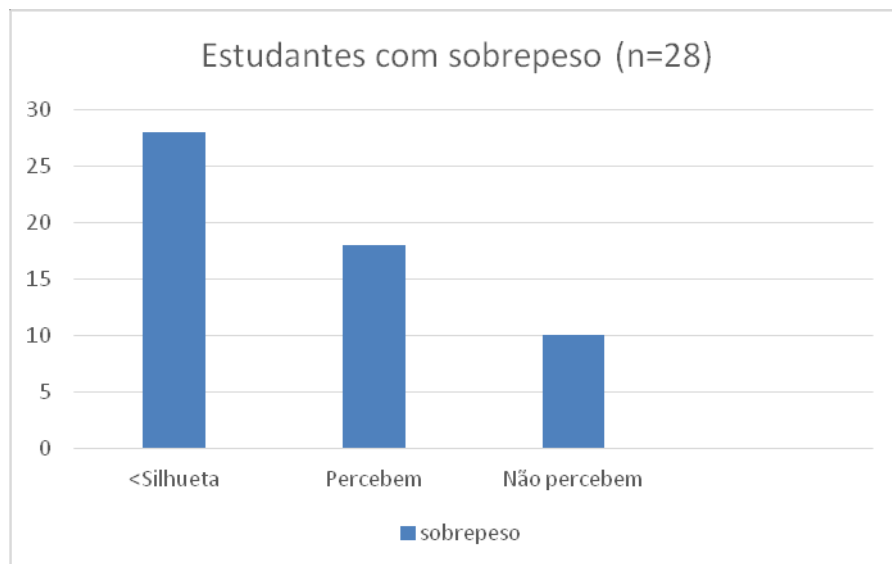


Figura 2. Frequência da percepção dos estudantes com sobrepeso sobre sua imagem corporal, em uma escola de ensino médio de Porto Alegre, RS, 2016.

Um estudo de Lynch *et al.*, (2007) cita que o índice de massa corporal (IMC) parece se correlacionar com o peso e a aparência corporal, e que também pode se relacionar com outras consequências como o risco de distúrbios alimentares em todos os grupos étnicos e em ambos os sexos

Outras pesquisas, também apontam essa relação entre insatisfação corporal e estado nutricional, utilizando apenas o IMC como único indicador nutricional para avaliação dos indivíduos (CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005; BRANCO; HILÁRIO; CINTRA, 2006; PINHEIRO; GIUGLIANI, 2006). Ou seja, há um consenso na literatura que mostra que o indicador de IMC é o mais apropriado para realizar análise de dados do estado nutricional dos indivíduos.

Os resultados da Pesquisa Nacional de Saúde e Nutrição (1989) mostraram que a prevalência de sobrepeso em adolescentes de 10 a 19 anos, segundo o critério definido pela Organização Mundial da Saúde, era de 10,6% entre as meninas e de 4,8% entre os meninos. Com o passar dos anos este aspecto tem se agravado.

Estudo de Dutra *et al.* (2006) sobre a prevalência de sobrepeso em adolescentes de uma cidade do Rio Grande do Sul encontrou resultados mais elevados, sendo que 19,3% dos participantes apresentavam sobrepeso e não houve diferença entre os sexos. Os autores observaram após análise ajustada dos dados, que:

o sobrepeso nos meninos esteve diretamente associado com nível econômico e, nas meninas, com as variáveis dieta para emagrecer, número de horas diárias assistindo à televisão e inversamente associado com o número de refeições (p. 161).

Os dados do estudo de Dutra *et al.* (2006) mostram similaridade com o percentual de sobrepeso encontrado no presente estudo em estudantes de uma escola de ensino médio de Porto Alegre.

Existe uma relação muito próxima entre a percepção da imagem corporal e os indicadores antropométricos como dizem: PETROSKI; PELEGRINI; GLANER, (2009); PELEGRINI; PETROSKI, (2010); CORSEUIL *et al.*, (2009); KAKESHITA; ALMEIDA, (2006); BRANCO; HILARIO; CINTRA, (2006); CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, (2005); VILELA *et al.*, (2004). Porém, não podemos adotar essa relação como absoluta, pois enquanto alguns estudos sugerem que pessoas com excesso de peso apresentam maior insatisfação com a imagem corporal (CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005; KAKESHITA; ALMEIDA, 2006), outros demonstram que mesmo naquelas que apresentam estado nutricional adequado (eutróficos), a insatisfação se mantém presente e considerada alta. (BRANCO; HILARIO; CINTRA, 2006).

### 4.3 Percepções da imagem corporal em escolares do sexo masculino e feminino

A tabela 3 e a tabela 4 apresentam o  $IMC_{real}$  medido pelo pesquisador (peso e altura), o  $IMC_{percebido}$  e o  $IMC_{desejado}$  pelos participantes do sexo feminino e masculino, respectivamente.

Tabela 3. Comparação entre o  $IMC_{real}$  e o  $IMC_{percebido}$  e o  $IMC_{desejado}$  por escolares do sexo feminino.

	<i>M</i>	<i>N</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>P</i>
$IMC_{real}$	22,5	82	3,18	11,53	81	0,001
$IMC_{Percebido}$	19,3		3,88			
$IMC_{Desejado}$	17,3		2,11			

Os resultados do Teste *t* de *Student* para amostras pareadas revelaram que as estudantes perceberam os tamanhos de seus corpos significativamente menores do que os tamanhos reais ( $p < 0,001$ ). No entanto, elas ainda desejavam uma silhueta menor, visto que perceberam os tamanhos de seus corpos significativamente maiores do que os tamanhos desejados.

Tabela 4. Comparação entre o  $IMC_{real}$  e o  $IMC_{percebido}$  por estudantes do sexo masculino, Porto Alegre, 2016.

	<i>M</i>	<i>N</i>	<i>DP</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>P</i>
$IMC_{real}$	22,6	51	3,81	11,72	50	0,001
$IMC_{percebido}$	18,8		4,02			
$IMC_{Desejado}$	18,8	51	2,08			

Os resultados do Teste *t* de *Student* para amostras pareadas revelaram que os escolares perceberam os tamanhos de seus corpos significativamente menores do que os tamanhos reais. Não foi constatada diferença significativa entre os tamanhos dos corpos percebidos e desejados por eles.

As percepções da imagem corporal nos sexos feminino e masculino foram estudadas por diversos autores. Alguns estudos mencionam que a insatisfação corporal começa a ocorrer desde a infância. Estudo de Costa *et al.* (2016) mencionava que em crianças de 7 a 10 anos, havia o desejo por um corpo de

tamanho menor em ambos os sexos, sendo ele mais acentuado nas meninas. Ainda assim, foi constatado o desejo de um corpo maior quase que em dobro, para os meninos em relação às meninas, indicando haver diferença entre os sexos, já nessa faixa etária. Nos resultados do presente estudo não encontramos diferenças significativas entre silhuetas percebidas e desejadas pelos indivíduos do sexo masculino.

Os estudos de Heron *et al.* (2013) e de Knowles *et al.* (2015) não encontraram diferenças significativas entre sexos em crianças de seis a oito anos, mostrando que nem todos os estudos com crianças apresentam essa relação de diferença entre os sexos quanto a percepção da imagem corporal.

A insatisfação corporal em meninas e meninos de nove a 14 anos de idade foi constatada recentemente por Dion *et al.* (2016). Ambos os sexos desejavam corpos menores do que os corpos autopercebidos, porém 21,1% dos meninos e 7,2% das meninas desejavam corpos maiores do que os autopercebidos.

Portanto, a diferença entre sexos quanto à imagem corporal foi encontrada em alguns estudos e não encontrada em outros. Importante na análise dos estudos, relacionar os achados com o ambiente sociocultural dos indivíduos estudados.

Petroski, Pelegrini e Glaner (2009), em um estudo com 629 adolescentes, de idade de 13 a 17 anos, verificaram que enquanto os rapazes desejavam aumentar a silhueta corporal, as moças desejavam reduzir, mostrando que em grande escala, essa pode ser uma tendência. No presente estudo, foi encontrado apenas o desejo das meninas de reduzirem a silhueta.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define adolescência como o período compreendido entre dez e dezenove anos de idade. Nessa etapa, o crescimento e o desenvolvimento físico são influenciados diretamente por fatores genéticos, ambientais e socioculturais, assim como fatores psicológicos.

Estudos internacionais e nacionais (LI *et al.*, 2005; GRAUP *et al.*, 2008; CORSEUIL *et al.*, 2009; PETROSKI; PELEGRINI; GLANER, 2009; PELEGRINI; PETROSKI, 2010) apontam que a insatisfação com a imagem corporal atinge mais de 60% dos adolescentes. A insatisfação corporal elevada pode ser influenciada por aspectos socioculturais (HART, 2003; SMOLAK, 2004), os quais impõem um padrão de beleza nem sempre atingível pelas pessoas. Estas prevalências são preocupantes, principalmente, pela sua relação com os distúrbios alimentares



(ALVES *et al.*, 2008). A percepção corporal que o adolescente tende a formular em sua mente, por muitas vezes, sofre distorção, trazendo consequências para sua saúde e bem estar físico, mental e social, prejudicando sua qualidade de vida.

Ao chegar à adolescência, o indivíduo traz consigo uma bagagem histórica e sociocultural que se afetada por más experiências, e por traumas com relação ao corpo, podem minimizar o desenvolvimento de suas potencialidades.

O adolescente começa a ter dificuldades de entendimento e de relacionar com suas transformações corporais e mentais, devido a estas mudanças hormonais, funcionais, afetivas e sociais, a aceitação do seu corpo pelos outros e por ele mesmo, torna-se fundamental para a felicidade do indivíduo.

A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar, desenvolvida com estudantes de 13 a 15 das 26 capitais federais mais o Distrito Federal, revelou que 40% dos adolescentes entrevistados se apercebem como muito magro/ magro ou gordo/muito gordo, sendo que a proporção maior dos que se acham gordo/muito gordo foi encontrada principalmente em adolescentes do sexo feminino.

Aqui, entramos em uma posição de questionamento crítico sobre esses fatores que viram causa e levam a consequências graves, para que, em busca de acharmos uma solução para diminuir os resultados de insatisfação corporal na população de adolescentes, possamos criar medidas ou estratégias que minimizem estas causas. Discussões sobre sociedade, visão crítica sobre a mídia, educação emancipatória, e outros discursos que questionem essas verdades, podem ser utilizados para que, em um futuro próximo, essa insatisfação corporal e busca pelo corpo perfeito, diminua gradativamente.

No estudo de Adami *et al* (2008), realizado com 242 estudantes adolescentes, foi identificado uma maior porcentagem de insatisfação corporal nas meninas, que demonstravam querer diminuir a sua silhueta corporal, o que corrobora com os resultados do presente estudo. Houve também, uma tendência dos meninos em aumentar e diminuir sua silhueta. O mesmo aconteceu com o estudo de Corseuil *et al.* (2009), que identifica as meninas com elevada insatisfação corporal, bem superior a dos meninos, e também evidencia a relação do IMC e estado nutricional inadequado com a insatisfação com a imagem corporal.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo começamos analisando a utilização do IMC, onde adolescentes de baixo peso e excesso de peso são aqueles com maior probabilidade de insatisfação de imagem, fato que pode ser aprofundado. Sugiro que isto seja levado em consideração em um estudo de intervenção com os sujeitos, aumentando os problemas de pesquisa e os resultados a serem encontrados. Situação esta que deve ser considerada para o contexto atual de nossa sociedade, já que muitos meninos almejam ganhar massa muscular ou emagrecer, para alcançar o corpo ideal.

Tendo observado que este sentimento com a imagem corporal de insatisfação tende a ser mais evidente durante a adolescência devido às transformações que surgem durante a puberdade, podemos dizer que em decorrência dos padrões de beleza criados pela mídia, as consequências negativas se tornam cada vez maiores pela valorização de supostas formas físicas ideais, tornando aquele indivíduo que não se adapta ao padrão eleito pela sociedade, como um ser estranho e excluído pela maioria.

A autoestima é o conjunto de sentimentos e pensamentos que o indivíduo tem sobre seu valor, competência e adequação. Ela tem influência direta nesse processo de insatisfação corporal e pressão dos grupos sociais e da mídia, podendo tanto ajudar a se manter inatingível por esses fatores, quanto levar o indivíduo a problemas maiores como depressão, exclusão social ou distúrbios alimentares ligados à imagem corporal distorcida. Esses sentimentos podem ser levados pelo indivíduo como inutilidade e fracasso pessoal, ou de satisfação e valorização de si mesmo.

O sobrepeso que é um problema que atinge estes indivíduos, sendo ele associado com o percentual de gordura, o que aumentam as chances de insatisfação corporal nos escolares de ensino médio. Dessa forma, podemos enfatizar a pressão social que é exercida sobre o sexo feminino, com a cobrança por um corpo magro, e no sexo masculino aquela ideia de alcançar um sobrepeso, mas

com ganho de massa muscular magra, atingindo um porte atlético, a almejada definição muscular e o por consequência o acréscimo no peso corporal total.

Neste estudo se pode concluir que a relevância da pesquisa é muito importante para estabelecermos conexão com a prática e a intervenção com estes alunos de ensino médio. Precisamos criar vínculos e conhecer estes nossos alunos, sejam eles escolares ou não, nossa missão exige a análise de diversos fatores que contribuem para o bem estar e a saúde total do indivíduo com que estamos trabalhando.

Por isso, esses marcadores como insatisfação corporal, distorção da imagem percebida, desejo de um corpo diferente do seu, levam-nos a dados psicológicos que muitas vezes passam despercebidos por professores e profissionais da área, que planejem suas aulas e prescreverem seus treinamentos, não levam em consideração este tipo de informação, muito menos o real motivo de atitudes ou desistências de seus alunos.

## REFERÊNCIAS

- ADAMI, F. et al. Insatisfação corporal e atividade física em adolescentes da região continental de Florianópolis. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v.24, n.2, p.143-149. 2008.
- ALVES, D., PINTO, M., ALVES, S., MOTA, A., LEIRÓS, V. Cultura e imagem corporal. **Revista Motricidade**, v.5, n.1, p.1-20.2009.
- BIRBECK, D.; DRUMMOND, M. Body image and the pre-pubescent child. **The Journal of Educational Enquiry**, v.4, p.117-127, 2003.
- BIRBECK, D.; DRUMMOND, M. Very young children's body image: Bodies and minds under construction. **International Education Journal**, v.7, p.423-434, 2006.
- 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**, v.33, n.6, p.292-296, 2006.
- CECCHETTO, F. H.; PEÑA, D. B.; PELLANDA, L. C. Insatisfação da imagem corporal e estado nutricional em crianças de 7 a 11 anos: estudo transversal. **Clinical and Biomedical Research**, v.35, n.2, p.86-91, 2015.
- CONTI, M. A. et al. A insatisfação corporal de jovens: um estudo exploratório. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v.19, p.509-528, 2009.
- CORSEUIL, M. W. Prevalência de Insatisfação com a Imagem Corporal e sua Associação com a Inadequação Nutricional em Adolescentes. **R. da Educação Física/UEM**. Maringá, v. 20, n. 1, p. 25-31, 1. trim. 2009.
- COSTA, L. C. F. et al. Association between body image dissatisfaction and obesity among schoolchildren aged 7–10 years. **Physiology & Behavior**, v.160, p.6–11, 2016.
- DITTMAR, H. How do "Body Perfect" Ideals in the Media have a Negative Impact on Body Image and Behaviors? Factors and Processes Related to Self and Identity. **Journal of Social and Clinical Psychology**, v.28, n.1, p.1-8, 2009.
- DION, J. et al. Correlates of Body Dissatisfaction in Children. **Journal Pediatrics**, v.171, p.202-207, 2016.
- DOHNT, H. K.; TIGGEMANN, M. Peer influences on body image and dieting awareness in young girls. **British Journal of Developmental Psychology**, v.23, n.1, p.103–116, 2005.
- DOHNT, H. K.; TIGGEMANN, M. Body image concerns in young girls: the role of peers and media prior to adolescence. **Journal of Youth and Adolescence**, v.35, p.141–151, 2006a.

DOHNT, H. K.; TIGGEMANN, M. The Contribution of Peer and Media Influences to the Development of Body Satisfaction and Self-Esteem in Young Girls: A Prospective Study. **Developmental Psychology**, v.42, n.5, p.929–936, 2006b.

DUTRA, Carmem L.; ARAÚJO, Cora L.; BERTOLDI, Andréa D. Prevalência de sobrepeso em adolescentes: um estudo de base populacional em uma cidade no Sul do Brasil. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 22, n.1, p. 151-162, jan, 2006.

FISCHER, R.M.B. O dispositivo pedagógico da mídia: modos de educar na (e pela) TV. **Educ. Pesqui**, v. 28, n.1, p.151-162. 2002.

FORTES, L. de S. et al. Internalização do Ideal de Magreza e Insatisfação com a Imagem Corporal em Meninas Adolescentes. **Psico**, v.44, n.3, p.432-438, 2013.

HERON, K. E. et al. Assessing Body Image in Young Children: A Preliminary Study of Racial and Developmental Differences. **SAGE Open**, v. 3, n.1, p. 1-7, 2013.

KAKESHITA, I. S. **Adaptação e validação de escalas de silhuetas para crianças e adultos brasileiros** (Tese de doutorado), Universidade de São Paulo, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Brasil.2008.

KAKESHITA, I. S. **Estudo das relações entre o estado nutricional, a percepção da Imagem Corporal e o comportamento alimentar em adultos**. Dissertação de Mestrado em Psicobiologia, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2004.

Disponível em:

<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59134/tde-05032007-111354/> Acesso em: 10 jan. 2016.

KNOWLES, G. et al. Body size dissatisfaction among young Chinese children in Hong Kong: a cross-sectional study. **Public Health Nutrition**, v.18, n.6, p.1067–1074. 2015.

LAUS, M. F. Estudo de Validação e Fidedignidade de Escalas de Silhuetas Brasileiras em Adolescentes. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 29 n. 4, p. 403-409. Out. a dez. 2013.

PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; GLANER, M.F. Insatisfação corporal em adolescentes rurais e urbanos. **Motricidade**, v. 5, n.4, p.13-25. 2009.

PINHEIRO, A. P. **Insatisfação com o corpo em escolares de 8 a 11 anos de Porto Alegre: prevalência e fatores associados**. Dissertação de Mestrado em Epidemiologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

Disponível em:

<http://www.bibliotecadigital.ufrgs.br/da.php?nrb=000377228&loc=2003&l=f84d41bda6bed2d7> Acesso em: 10 set. 2014.

SERRA, G. M.; SANTOS, E. M. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. **Ciências e Saúde Coletiva**, v.8, n.3, p.691-701, 2003.

SMOLAK, L.M. Body image in children. In J.K. Thompson, & L. Smolak (Ed.), **Body image, eating disorders and obesity in youth: Assessment, prevention and treatment**. Washington, DC: American Psychological Association, p.41-66, 2001.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

TRICHES, R. M., GIUGLIANE, E. R. J., Insatisfação corporal em jovens escolares de dois municípios do sul do Brasil. **Rev. Nutr.**, Campinas, v.20, n.2, p. 119-128, mar/abr., 2007.

WARREN, C. S. et al. Ethnocity as a protective factor against internalization of a thin ideal and body dissatisfaction. **International Journal of Eating Disorders**, v.37, n.3, p.241-249. 2005.