

# Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional

Perception and satisfaction with body image in adolescents and correlations with nutrition status

LUCIA MARIA BRANCO<sup>1</sup>  
MARIA ODETE ESTEVES HILÁRIO<sup>2</sup>  
ISA DE PÁDUA CINTRA<sup>3</sup>

## Resumo

**Contexto:** A autopercepção e a satisfação com a imagem corporal são fatores preponderantes na auto-aceitação do adolescente e podem gerar atitudes inadequadas que prejudicam seu crescimento e desenvolvimento. **Objetivo:** Relacionar o estado nutricional com a percepção e a satisfação da imagem corporal que o adolescente tem de si próprio. **Métodos:** A informação do índice de massa corporal (IMC) foi obtida por dados antropométricos para classificar o estado nutricional. Utilizaram-se silhuetas padronizadas para avaliar a autopercepção da imagem corporal e um questionário de autopreenchimento para determinar a satisfação com a imagem corporal. **Resultados:** A maior parte da população estava em eutrofia, porém, muitas meninas não se percebiam dessa forma. Embora a grande maioria dos adolescentes em eutrofia, sobrepeso e obesidade tivesse uma percepção adequada de sua imagem, as meninas apresentaram uma tendência para superestimar e os meninos para subestimar sua condição de sobrepeso e obesidade. A insatisfação com a imagem corporal foi mais prevalente entre os adolescentes em sobrepeso e obesidade, com destaque para as meninas. **Conclusão:** Meninos tendem a aceitar a sua imagem corporal, mesmo que dentro de um estado nutricional inadequado, enquanto as meninas parecem mais preocupadas com sua imagem corporal, e talvez essa preocupação as incentive a se manterem em eutrofia.

**Palavras-chave:** Adolescência, estado nutricional, imagem corporal.

## Abstract

**Background:** The self-perception of and the satisfaction with their body image are determinant factors for the self-acceptance of the adolescents, and may generate inadequate attitudes that impair their growth and development. **Objective:** To investigate the association between nutritional state in adolescents and the self-perception of the satisfaction with body image. **Methods:** We obtained body mass index (BMI) through anthropometric data in order to classify the nutritional state of the adolescents. We also used standardized silhouettes to evaluate their self-perception of their body image, and a self-completing questionnaire to determine their satisfaction with their body image. **Results:** Most of the population was eutrophic. The girls, however, did not regard themselves that way. Even

**Recebido: 30/01/2006 – Aceito: 31/05/2006**

1 Nutricionista, mestre em ciências pelo Departamento de Pediatria da Universidade Federal de São Paulo/Escola Paulista de Medicina (Unifesp/EPM).

2 Professora livre-docente e responsável pelo Setor de Reumatologia Pediátrica do Departamento de Pediatria da Unifesp/EPM.

3 Professora adjunta e responsável pelo Centro de Atendimento e Apoio ao Adolescente do Departamento de Pediatria da Unifesp/EPM.

Endereço para correspondência: Lucia Maria Branco. Rua Aracambé, 35 – 04187-110 – São Paulo, SP. E-mail: [luciambranco@ig.com.br](mailto:luciambranco@ig.com.br)

though most of the adolescents who were eutrophic, overweight or obese had an adequate perception of their body image, the girls tended to overrate and the boys tended to underrate their condition of overweight and obesity. The dissatisfaction with their body image was most prevalent among the adolescents with overweight and obesity, especially among the girls. Conclusion:

Boys tend to accept their body image even if their nutritional state is inadequate. Girls, on the other hand, seem more concerned about their body image, which might encourage them to remain in an eutrophic state.

Key-words: Adolescence, nutrition status, body image.

## Introdução

O adolescente tem como característica comportamentos de contestação que o tornam vulnerável, volúvel, seguidor de líderes, grupos e modas, desenvolvendo preocupações ligadas ao corpo e à aparência (Gambardella, 1995; Mantoanelli *et al.*, 1997).

Há uma forte tendência social e cultural em considerar a magreza como uma situação ideal de aceitação e êxito. Ao lembrarmos da evolução histórica da figura feminina, vemos que a obesidade era valorizada e representada nas artes, ao contrário do que se preconiza atualmente. É cada vez maior a exigência de aparência magra e formas de emagrecimento em detrimento, muitas vezes, da saúde do indivíduo (Nunes *et al.*, 1994; Verri *et al.*, 1997).

Todo adolescente tem em sua mente um corpo idealizado, e quanto mais este corpo se distanciar do real, maior será a possibilidade de conflito, comprometendo sua auto-estima (Chipkevitch, 1987). As adolescentes, mesmo quando estão no peso adequado ou abaixo do peso ideal, costumam se sentir gordas ou desproporcionais, o que se denomina de distorção da imagem corporal (Fleitlich *et al.*, 2000). No sexo feminino, com o aumento da idade, há a tendência em querer perder peso; inversamente, no sexo masculino, essa vontade diminui, prevalecendo o desejo de ganhar peso num porte atlético (Vilela *et al.*, 2001). Face ao aumento da exigência de um padrão de beleza esguio, este trabalho teve como objetivo relacionar a percepção e a satisfação da imagem corporal que o adolescente tem de si próprio com o seu estado nutricional real.

## Material e métodos

O presente estudo transversal foi realizado em adolescentes de 14 a 19 anos de idade, estudantes da cidade de São Paulo, após a obtenção do consentimento informado

assinado pelos pais ou por responsáveis e a aprovação do comitê de ética em pesquisa da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).

Para a avaliação do estado nutricional, foram feitas as medidas antropométricas (peso e altura), a classificação do IMC, de acordo com os parâmetros de Must *et al.* (1991), e a classificação proposta pela Organização Mundial da Saúde – OMS (WHO, 1995), em escalas de percentis por faixa etária, nas quais se consideram como de baixo peso os adolescentes cujos valores são inferiores ao percentil 5, eutróficos quando os valores estão entre os percentis 5 e 85, sobrepesados quando entre os percentis 85 e 95, e obesos acima do percentil 95.

A percepção da imagem corporal foi obtida por auto-avaliação, com o uso de uma escala de silhuetas corporais (1 a 9) em que se estabelecem quatro categorias: baixo peso (1), eutrofia (2 a 5), sobrepeso (6 e 7), e obesidade (8 e 9) (Madrigal-Fritsch *et al.*, 1999). Para análise da satisfação corporal, foi aplicado o Body Shape Questionnaire – BSQ (Cooper *et al.*, 1987), um teste de autopreenchimento com 34 perguntas para serem respondidas segundo uma legenda, conforme versão traduzida para o português por Cordás e Castilho (1994). Uma pontuação menor que 80 é considerada sem insatisfação; entre 80 e 110, insatisfação leve; entre 111 e 140, insatisfação moderada; e maior que 140, insatisfação grave. Os dados foram analisados no programa estatístico SAS System for Windows®, versão 6.12, em que se consideraram estatisticamente significativos os valores de  $p < 0,05$ .

## Resultados

Com base nos dados antropométricos (Tabela 1), observa-se em relação ao estado nutricional, segundo o IMC, que os desvios nutricionais foram mais prevalentes no sexo masculino ( $p < 0,001$ ).

**Tabela 1.** Distribuição do estado nutricional com base no IMC dos adolescentes do ensino médio de uma escola pública da cidade de São Paulo de acordo com o sexo.

Sexo	Estado nutricional				Total N (%)
	Baixo peso N (%)	Eutrofia N (%)	Sobrepeso N (%)	Obesidade N (%)	
Masculino	24 (4,0)	443 (74,2)	95 (15,9)	35 (5,9)	597 (59,2)
Feminino	8 (1,9)	348 (84,5)	42 (10,2)	14 (3,4)	412 (40,8)
Total	32 (3,1)	791 (78,4)	137 (13,6)	49 (4,9)	1009 (100,0)

A relação entre o estado nutricional e a autopercepção declarada pelo adolescente encontra-se na tabela 2, de acordo com o sexo, e os dados em itálico representam as distorções.

A maioria dos adolescentes eutróficos, em sobrepeso e em obesidade tem percepção adequada de sua imagem. O teste qui-quadrado mostrou associação significativa ( $p < 0,001$ ) entre o estado nutricional e a autopercepção da imagem corporal. O teste kappa mostrou concordância de 66,01%, discordância superestimada de 28,34% e discordância subestimada de 5,65% para a condição nutricional real.

Verificamos que a percepção foi mais comprometida nas meninas do que nos meninos. Das 348 adolescentes em eutrofia, 152 (43,6%) se identificaram com algum excesso de peso, e das 42 que apresentaram sobrepeso, 20 (47,6%) se acharam obesas. Para os meninos, verificou-se que, dos 443 eutróficos, 85 (19,2%) se acharam em sobrepeso; dos 95 em sobrepeso, 25 (26,3%) se consideraram eutróficos; dos 35 em obesidade, 15 (42,8%) se identificaram com as figuras de sobrepeso e 1 (2,8%) em eutrofia.

Tal fato demonstra que para ambos os sexos a percepção real de sua condição é distorcida, e nas meninas há mais casos de superestimação ( $kappa = 43,45\%$ ) e nos meninos, de subestimação ( $kappa = 5,65\%$ ) da condição real. Não houve diferença significativa entre as idades, tanto para o sexo feminino ( $p = 0,864$ ) como para o sexo masculino ( $p = 0,705$ ).

Quanto à satisfação da imagem corporal, observamos associação significativa com o estado nutricional ( $p < 0,001$ ) em ambos os sexos. Entretanto, encontramos insatisfação mesmo entre os adolescentes em eutrofia,

porém especialmente naqueles em sobrepeso e obesidade (Tabela 3).

Ao avaliar a relação entre a percepção e a satisfação corporal (Tabela 4), observamos associação significativa entre as duas, contudo, mais insatisfação entre os adolescentes com percepção de sobrepeso ou de obesidade ( $p < 0,001$ ), em especial do sexo feminino ( $p < 0,001$ ).

Apesar de a correlação entre a autopercepção e a satisfação corporal ( $r = 0,37$ ) ter sido baixa pelo teste de Spearman, ela foi menor entre os meninos ( $r = 0,25$ ;  $p = 0,001$ ) em relação às meninas ( $r = 0,41$ ;  $p = 0,001$ ).

## Discussão

A imagem corporal parece ser uma marca feminina, sobretudo na adolescência, quando o corpo estabelece seu formato. Como os meninos não sofrem tanta pressão social, apresentam uma melhor aceitação (Graham *et al.*, 2000).

É provável que as meninas sejam mais críticas com sua imagem corporal do que os meninos, o que ficou evidente neste estudo, uma vez que elas se perceberam mais em sobrepeso e obesidade, escolhendo as figuras com silhuetas referentes a essas condições, enquanto os meninos se identificaram mais com as figuras de eutrofia.

Ao correlacionarmos a autopercepção com o estado nutricional, detectamos a superestimação feminina, ou seja, aproximadamente 39% das meninas eutróficas se percebiam em sobrepeso e 47% daquelas nesta condição se percebiam obesas. Entre os meninos, também houve uma distorção da realidade, porém, inversamente, 26% daqueles em sobrepeso se acharam eutróficos e 46% dos obesos se acharam somente em sobrepeso ou eutrofia.

**Tabela 2.** Relação entre a autopercepção da imagem corporal e o estado nutricional dos adolescentes do ensino médio de uma escola pública da cidade de São Paulo de acordo com o sexo.

Estado nutricional	Autopercepção da imagem corporal				Total N (100%)
	Silhueta 1 (baixo peso) N (%)	Silhueta 2-5 (eutrofia) N (%)	Silhueta 6-7 (sobrepeso) N (%)	Silhueta 8-9 (obesidade) N (%)	
<b>Baixo peso</b>					
M	6 (25,0)	17 (70,8)	1 (4,2)	–	24 (4,0)
F	1 (12,5)	7 (87,5)	–	–	8 (1,9)
<b>Eutrofia</b>					
M	10 (2,2)	348 (78,6)	85 (19,2)	–	443 (74,2)
F	1 (0,3)	195 (56,0)	135 (38,8)	17 (4,9)	348 (84,4)
<b>Sobrepeso</b>					
M	–	25 (26,3)	66 (69,5)	3 (4,2)	95 (9,4)
F	–	3 (7,14)	19 (45,2)	20 (47,6)	42 (10,2)
<b>Obesidade</b>					
M	–	1 (2,9)	15 (42,8)	19 (54,3)	35 (3,5)
F	–	–	2 (14,2)	12 (85,7)	14 (3,49)
<b>Total</b>					
M	16 (2,7)	391 (65,5)	167 (28,0)	23 (3,8)	597 (100,0)
F	2 (0,5)	205 (49,8)	156 (37,9)	49 (11,9)	412 (100,0)

M: masculino; F: feminino.

**Tabela 3.** Relação entre o sentimento de insatisfação com a imagem corporal e o estado nutricional dos adolescentes do ensino médio de uma escola pública da cidade de São Paulo de acordo com o sexo.

Estado nutricional	Insatisfação com a imagem corporal				
	Sem N (%)	Leve N (%)	Moderada N (%)	Grave N (%)	Total N (%)
<b>Baixo peso</b>					
M	24 (100,0)	–	–	–	24 (4,1)
F	7 (87,5)	1 (12,5)	–	–	8 (1,9)
<b>Eutrofia</b>					
M	405 (94,9)	18 (4,2)	4 (0,9)	–	427 (73,9)
F	210 (61,6)	75 (21,9)	39 (11,4)	17 (4,9)	341 (84,2)
<b>Sobrepeso</b>					
M	72 (78,3)	14 (15,2)	5 (6,5)	–	92 (15,9)
F	18 (42,8)	13 (30,9)	7 (16,7)	5 (9,5)	42 (10,4)
<b>Obesidade</b>					
M	21 (60,0)	9 (25,7)	5 (14,3)	–	35 (6,0)
F	4 (28,6)	3 (21,43)	2 (14,29)	5 (35,7)	14 (3,4)
<b>Total</b>					
M	522 (90,3)	41 (7,1)	15 (2,6)	–	578 (100,0)
F	239 (59,0)	92 (22,7)	48 (11,8)	26 (6,4)	405 (100,0)

M: masculino; F: feminino.

**Tabela 4.** Relação entre a percepção da imagem corporal e o sentimento de insatisfação com a imagem corporal dos adolescentes do ensino médio de uma escola pública da cidade de São Paulo.

Insatisfação da imagem corporal	Autopercepção da imagem corporal				
	Silhueta 1 (baixo peso) N (%)	Silhueta 2-5 (eutrofia) N (%)	Silhueta 6-7 (sobrepeso) N (%)	Silhueta 8-9 (obesidade) N (%)	Total N (%)
<b>Sem</b>					
M	14 (2,7)	364 (69,7)	129 (24,7)	15 (2,9)	522 (90,3)
F	1 (0,4)	155 (64,8)	71 (29,7)	12 (5,02)	239 (59,0)
<b>Leve</b>					
M	1 (2,4)	15 (36,6)	20 (48,8)	5 (12,2)	41 (7,1)
F	1 (1,1)	35 (38,0)	41 (44,5)	15 (16,3)	92 (22,7)
<b>Moderado</b>					
M	–	3 (20,0)	9 (60,0)	3 (20,0)	15 (2,6)
F	–	8 (16,6)	31 (64,6)	9 (18,7)	48 (11,8)
<b>Grave</b>					
M	–	–	–	–	–
F	–	4 (15,4)	9 (34,6)	13 (50,0)	26 (6,4)
<b>Total</b>					
M	15 (25,9)	382 (66,1)	158 (27,3)	23 (0,5)	578 (100,0)
F	2 (0,5)	202 (49,9)	152 (37,5)	49 (12,1)	405 (100,0)

M: masculino; F: feminino.

Resultados semelhantes foram observados em adolescentes espanhóis nos estudos de Cuadrado *et al.* (2000) e de Rodriguez *et al.* (2001), nos quais se observou que uma percepção corporal alterada gera restrição ao consumo de alimentos, em especial daqueles considerados hipercalóricos. Esses resultados enfatizam o pensamento das adolescentes de almejar a magreza, e que o excesso de peso para os meninos

ressalta suas qualidades físicas quando distribuído num porte atlético, permitindo maior satisfação com seus corpos, aliada à baixa pressão social (Paxton *et al.*, 1991; Block e Robins, 1993).

A subestimação da sua condição no sexo masculino e a superestimação no sexo feminino, observadas neste estudo, mostraram-se semelhantes aos achados de Madrigal-Fritish *et al.* (1999) na população espanhola, bem

como aos de Sisson *et al.* (1997) nos Estados Unidos e aos de Vilela *et al.* (2001; 2004) em estudantes de Belo Horizonte e do Interior de Minas Gerais.

Quanto à satisfação com a imagem corporal, em nosso estudo, as meninas tenderam a apresentar maior insatisfação do que os meninos. Nossos dados são mais animadores do que os encontrados por Ferrando *et al.* (2002), com 480 adolescentes secundaristas de 14 a 19 anos na cidade de Girona (Itália), dos quais apenas 57% estavam em eutrofia e 56% referiram insatisfação com a imagem corporal, independentemente do estado nutricional.

Quando relacionamos a satisfação e a percepção, observamos que a insatisfação com a imagem corporal foi mais freqüente nos que apresentavam percepção de

sobrepeso e obesidade e que houve uma associação entre a imagem que o adolescente tem de si próprio e a satisfação com ela, especialmente nas meninas.

Em resumo, na relação entre o estado nutricional e a autopercepção da imagem corporal, as adolescentes apresentaram uma autopercepção não condizente com seu estado nutricional real e algum sentimento de insatisfação com a imagem corporal. Os mais insatisfeitos foram os indivíduos que apresentaram percepção de sobrepeso e obesidade. Observamos também associação significativa entre a imagem corporal que o adolescente tem de si e a satisfação com essa imagem, fato que deve ser apreciado pelos profissionais que atendem adolescentes.

## Referências bibliográficas

- BLOCK, J.; ROBINS, R.W. - A longitudinal study of consistency, and change in self-esteem from early adolescence to early adulthood. *Child Develop* 6: 909-923, 1993.
- CHIPKEVITCH, E. - O adolescente e o corpo. *Pediatria moderna* 22: 231-237, 1987.
- COOPER, P.J.; TAYLOR, M.J.; COOPER, Z.; FAIRBURN, C.G. - The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *Int J Eating Disorder* 6: 485-494, 1987.
- CORDÁS, T.A.; CASTILHO, S. - Imagem corporal nos transtornos alimentares – instrumento de avaliação: “Body Shape Questionnaire”. *Psiquiatria Biológica* 2: 17-21, 1994.
- CUADRADO, C.; CARBAJAL, A.; MOREIRAS, O. - Body perceptions and slimming attitudes reported by Spanish adolescents. *Eur J Clin Nutr* 54: 65-68, 2000.
- FERRANDO, D.B.; BLANCO, M.G.; MASÓ, J.P.; GURNÉS, C.S.; AVELLI, M.F. - Actitudes alimentarias y satisfacción corporal en adolescentes: un estudio de prevalencia. *Actas Esp Psiquiatr* 30: 207-212, 2002.
- FLEITLICH, B.W.; LARINO, M.A.; COBELO, A.; CORDÁS, T.A. - Anorexia nervosa na adolescência. *J Pediatría* 76: S323-S329, 2000.
- GAMBARDELLA, A.M.D. - *Adolescentes, estudantes de período noturno: como se alimentam e gastam suas energias*. Tese. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP, 1995.
- GRAHAM, M.A.; EICH, C.; KEPHART, B.; PETERSON, D. - Relationship among body image, sex and popularity of high school students. *Percept Mot Skills* 90: 1187-1193, 2000.
- MADRIGAL-FRITSCH, H.; IRLA-ÉSTEVES, J.; MARTINEZ-GONZALEZ, M.A.; KEARNEY, J.; GIBNEY, M.; MARTINEZ-HERNANDEZ, J.A. - Percepción de la imagen corporal como aproximación cualitativa al estado de nutrición. *Salud pública de México* 41: 479-486, 1999.
- MANTOANELLI, G.; BITTENCOURT, V.B.; PENTEADO, R.Z.; PEREIRA, I.M.T.B.; ALAVAREZ, M.C.A. - Educação nutricional: uma resposta ao problema da obesidade em adolescentes. *Rev Bras Cresc Desenv Hum* 7: 85-93, 1997.
- MUST, A.; DALLAL, G.E.; DIETZ, W.H. - Reference data for obesity: 85th and 95th percentiles of body mass index (wt/ht<sup>2</sup>) and triceps skinfold thickness. *Am J Clin Nutr* 53: 839-846, 1991.
- NUNES, M.A.; BAGATINI, L.F.; ABUCHAIM, A.L.; KUNZ, A.; RAMOS, D.; SILVA, J.A. *et al.* - Distúrbio da conduta alimentar: considerações sobre o teste de atitudes alimentares (EAT). *Rev. ABP-APAL* 16: 7-10, 1994.
- PAXTON, S.J.; WERTHEIM, E.H.; GIBBONS, K.; SZMUKLER, G.L.; HILLIER, L.; PETROVICH, J. - Body image satisfaction, dieting beliefs, and weight loss behaviors in adolescent girls and boys. *J Young Adolesc* 20: 361-377, 1991.
- RODRIGUEZ, A.; NOVALBOS, J.P.; MARTINEZ, J.M.; RUIZ, M.A.; FERNANDEZ, J.R.; JIMENEZ, D. - Eg disorders and altered eating behaviors in adolescents of normal weight in a Spanish city. *J Adolesc Health* 28: 338-345, 2001.
- SISSON, B.A.; FRANCO, S.M.; CARLIN, W.M.; MITCHELL, C.K. - Bodyfat analysis and perception of body image. *Clin Pediatr* 36: 415-418, 1997.
- VERRI, A.P.; VERTICALE, M.S.; VALLERO, E.; BELLONE, S.; NESPOLI, L. - La television e i disturbi del comportamento alimentare. *Minerva Pediatrica* 49: 235-243, 1997.
- VILELA, J.E.M.; LAMOUNIER, J.A.; OLIVEIRA, R.G.; RIBEIRO, R.Q.C.; GOMES, E.L.C.; BARROS NETO, J.R. - Avaliação do comportamento alimentar em crianças e adolescentes de Belo Horizonte. *Psiquiatria Biológica* 9: 121-130, 2001.
- VILELA, J.E.M.; LAMOUNIER, J.A.; FILHO, M.A.D.; BARROS NETO, J.R.; HORTA, G.M. - Transtornos alimentares em escolares. *Jornal de Pediatria* 80: 49-54, 2004.
- WHO. - Infants and children, In: WHO *Physical status: the use and interpretation of anthropometry*. WHO, Geneva, 1995, pp. 263-311.