

Insatisfação corporal e associação com o estado nutricional e inatividade física na adolescência**Body dissatisfaction and association with nutritional status and physical inactivity in adolescence**

Recebimento dos originais: 22/05/2018

Aceitação para publicação: 29/06/2018

Ariane Aline da Silva

Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário do Vale do Ipojuca – UNIFAVIP| Wyden
Instituição: Centro Universitário do Vale do Ipojuca – UNIFAVIP| Wyden
Endereço: Rua Adjar da Silva Casé, nº 800 - Bairro Indianópolis, Caruaru - PE, Brasil
Cep:55024-740
E-mail: ariane_aline@hotmail.com

Maria Priscila Firmino da Silva

Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário do Vale do Ipojuca – UNIFAVIP| Wyden
Instituição: Centro Universitário do Vale do Ipojuca – UNIFAVIP| Wyden
Endereço: Rua Adjar da Silva Casé, nº 800 - Bairro Indianópolis, Caruaru - PE, Brasil
Cep:55024-740
E-mail: prif.silva@hotmail.com

Flávia Gabrielle Pereira de Oliveira

Mestre em Saúde Pública pela FIOCRUZ-PE
Instituição: Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães (CPqAM) - FIOCRUZ - PE
Endereço: Avenida Prof. Moraes Rego, s/n, Campus da UFPE - Cidade Universitária, Recife - PE, Brasil
Cep:50670-420
E-mail: flavia_gabrielle@yahoo.com.br

RESUMO

Na adolescência a construção da percepção corporal é influenciada por diversos fatores externos e internos que podem contribuir para o aumento da insatisfação com a aparência física. O presente estudo objetivou avaliar a satisfação com a imagem corporal e sua associação com o estado nutricional, inatividade física e sedentarismo na adolescência. Realizou-se um estudo transversal e quantitativo, com adolescentes entre 12 e 17 anos. Foi aplicado um questionário individual usando a escala de silhuetas de Stunkard et al (1983) e 4 tópicos referentes a prática de atividade física e sedentarismo. O IMC, calculado pelo peso e estatura aferidos, foi classificado segundo as curvas da OMS (2007). Dos 135 adolescentes de ambos os sexos, 73,33 % estavam com peso adequado e 64,44% apresentaram insatisfação corporal, sendo 40% desta por déficit de peso. Quanto à prática de atividade física, houve maior porcentagem de ativos (70,37%), sendo maior entre o sexo masculino (85,11%). Relativamente à presença de comportamentos sedentários, a mesma alcançou 62,22%, incluindo os ativos. Observou-se elevada insatisfação corporal entre os adolescentes,

embora a maioria seja normoponderal e ativa. Conclui-se que a percepção corporal é um fator para a autoaceitação e bem estar na adolescência, sugerindo mais atenção ao tema.

Palavras-chave: Adolescência; Imagem corporal; Estado nutricional; Sedentarismo; Atividade física.

ABSTRACT

In adolescence the construction of the body perception is influenced by several external and internal factors that can contribute to the increase of the dissatisfaction with the physical appearance. The present study aimed to evaluate satisfaction with body image and its association with nutritional status, physical inactivity and sedentary lifestyle in adolescence. A cross-sectional and quantitative study was conducted with adolescents between 12 and 17 years of age. An individual questionnaire was applied using the silhouettes scale of Stunkard et al (1983) and 4 topics related to the practice of physical activity and sedentarism. BMI, calculated by weight and measured, was classified according to WHO curves (2007). Of the 135 adolescents of both sexes, 73.33% were with adequate weight and 64.44% presented corporal dissatisfaction, being 40% of this one by weight deficit. As for the practice of physical activity, there was a higher percentage of assets (70.37%), being greater among males (85.11%). Regarding the presence of sedentary behaviors this reached 62.22%, including the assets. High body dissatisfaction among adolescents was observed, although the majority werenormoponderal and active. It is concluded that body perception is a factor for self-acceptance and well-being in adolescence, suggesting more attention to the theme.

Keywords: Adolescence; Body image; Nutritional status; Sedentary lifestyle; Physical activity.

Keywords: Adolescence; Body image; Nutritional status; Sedentary lifestyle; Physical activity.

1 INTRODUÇÃO

No Brasil, evidências têm apontado uma alta prevalência de insatisfação corporal, podendo ser atribuída à forma pela qual os indivíduos tem enxergado suas proporções corporais, as rotulando de acordo com padrões impostos pela sociedade.¹ O público mais suscetível à imposição desses padrões corporais são os adolescentes, visto que esta fase da vida comporta uma série de mudanças, que acabam tornando o indivíduo mais vulnerável e, assim sendo, mais facilmente pressionado a seguir tendências impostas pelo contexto social em que está inserido.²

A insatisfação corporal na adolescência pode ter uma influência positiva sobre o comportamento do jovem, o estimulando a mudar hábitos alimentares incorretos e a realizar a prática de atividade física, com o intuito de alcançar o corpo idealizado.³ Entretanto, também pode influenciar negativamente a saúde física e mental do adolescente, a partir do momento em que os mesmos passam a cometer exageros com relação à prática de exercício físico ou a realizar dietas restritivas.³

Entre as diversas mudanças que ocorrem durante a adolescência, as corporais são consideradas como de grande importância por essa faixa etária, passando a interferir em fatores relacionados à manutenção da saúde, tal como o estado nutricional.⁴ Adicionalmente, a permanência de comportamentos sedentários e inatividade física, intensificam a redução na

autoestima desses jovens, na medida em que contribuem para o estabelecimento de uma estética corporal indesejada.⁵

Torna-se indispensável na elaboração de medidas que contribuam para a prevenção de distúrbios alimentares e doenças relacionadas a um estado nutricional inadequado, a realização de estudos acerca da satisfação corporal na adolescência.⁶ A identificação precoce de alterações da percepção corporal e o incentivo a um estilo de vida saudável, através de uma alimentação correta, abandono de hábitos sedentários e a prática regular de atividade física, irão reduzir as chances de o indivíduo desenvolver patologias crônicas à longo prazo.⁷

A qualidade de vida está diretamente relacionada ao bem estar físico, mental e social, condições que influenciam na elevação da autoestima, diminuindo a rejeição à aparência física. Portanto, o presente estudo objetivou avaliar a satisfação com a imagem corporal e sua associação com o estado nutricional, inatividade física e sedentarismo entre adolescentes da rede pública de ensino do município de Bonito-PE.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizado um estudo descritivo do tipo transversal de abordagem quantitativa com uma amostra de conveniência composta por adolescentes entre 12 e 17 anos. A pesquisa foi realizada nas Escolas Municipais Paulo Viana de Queiroz e Intermediária João XXIII, pertencentes à rede pública de ensino de Bonito-PE. Todos os alunos convidados a participar foram orientados quanto à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos responsáveis legais e do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) para consentimento de participação no estudo.

Os dados foram coletados através da aplicação de questionários aplicados na sala de aula durante horário combinado com a direção, o preenchimento do mesmo foi voluntário e o anonimato assegurado. Os adolescentes responderam os questionários individualmente, sem a presença de um terceiro, para que não existisse qualquer interferência nas respostas. O questionário possuía questões demográficas. Foi realizada a avaliação da satisfação corporal, através da Escala de Silhuetas proposta por Stunkard et al (1983), composta por figuras com proporções corporais distintas enumeradas de 1 a 9, ao analisar as figuras cada adolescente assinalou o número correspondente a imagem que consideram sua aparência atual e ideal.⁸ Para obter os resultados subtraiu-se o número correspondente à imagem atual pelo número equivalente à imagem ideal, sendo o grau avaliado consoante o resultado: se igual a zero, o adolescente foi classificado como satisfeito; se superior a zero, estava insatisfeito por excesso de peso, se inferior a zero, insatisfeito por déficit de peso.⁸

A segunda parte do foi composta por um questionário de avaliação da atividade física e do sedentarismo em crianças e adolescentes, proposto por Barbosa e Silva (2009)⁹ com modificações e adaptações dos principais questionários (Aaron et al, OMS – WHO HBSC e PAQ - NHANES) e contendo 4 tópicos, que levaram em consideração o meio de deslocamento para a escola, atividades físicas realizadas na escola, atividades fora da escola e tempo de sedentarismo, descrito com o tempo assistindo televisão e que inclui horas vendo televisão, jogando no computador/ videogame ou utilizando o celular. Os adolescentes foram classificados de acordo com a frequência e intensidade dos exercícios realizados. A presença de comportamentos sedentários foi avaliada pelo período sem realizar atividade física, dividido entre os que passam mais ou menos de 3 horas ao dia assistindo televisão ou em outras atividades sedentárias.

Posteriormente, foi realizada a avaliação antropométrica dos estudantes. Para propiciar maior confiabilidade e evitar constrangimentos, a avaliação foi realizada individualmente em um local reservado de forma a priorizar a privacidade do procedimento. Para o diagnóstico do estado nutricional, foi utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC) tendo para sua classificação os valores críticos sugeridos pelas curvas de IMC para idade de meninos e meninas de 5 a 19 anos disponibilizados pela OMS (2007).¹⁰ Os dados foram transferidos e processados no programa Microsoft Excel® versão 2007 para análise das variáveis categóricas, apresentadas em frequência simples e percentual. Os dados estão apresentados através de tabelas e gráficos. A realização do presente estudo ocorreu após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa, CAAE: 88908618.9.0000.5666.

3 RESULTADOS

O questionário foi proposto a 135 adolescentes de ambos os sexos, dos jovens participantes da pesquisa 65,18% (n=88) pertenciam ao sexo feminino. A média de idade entre os adolescentes foi de $12,8 \pm 0,81$ anos. Com relação ao estado nutricional, 3% (n=3) apresentaram magreza, 16,30% (n=22) sobrepeso, 7,41% (n= 10) obesidade e 73,33% (n=99) dos adolescentes apresentaram peso adequado representando o maior percentual da amostra, destes a média de peso foi $45,7 \pm 6,5$ kg para as meninas e $42,6 \pm 7,0$ kg para os meninos.

Relativamente à satisfação com a imagem corporal, 64,44% (n= 87) dos jovens encontravam-se insatisfeitos com a mesma, destacando-se o sexo feminino com 65,91% (n= 58) –

Tabela 1. Entre ambos os sexos houve maior prevalência de insatisfação corporal por déficit de peso, totalizando 40% (n= 54) da amostra.

Tabela 1. Relação entre o sexo e a classificação da satisfação corporal - município de Bonito (PE), Brasil - 2018.

| Classificação da Satisfação Corporal por Sexo | | |
|---|----------------|--------------|
| Sexo | Insatisfação % | Satisfação % |
| Feminino | 65,91 | 34,09 |
| Masculino | 61,70 | 38,30 |

Avaliando a relação do estado nutricional com o grau de satisfação corporal, foi possível observar que entre indivíduos com peso adequado de ambos os sexos, houve maior prevalência de insatisfação por déficit de peso alcançando 48,48 % (n= 48) da amostra e entre os com baixo peso, presentes exclusivamente no sexo feminino 75% (n= 3) igualmente – **Tabela 2.** O grupo dos adolescentes com sobrepeso apresentou 50% (n= 11) de insatisfação por excesso de peso, já entre o grupo dos jovens obesos, essa insatisfação foi total 100% (n= 8).

Tabela 2. Relação do IMC com a satisfação corporal de adolescentes por sexo -município de Bonito (PE), Brasil - 2018.

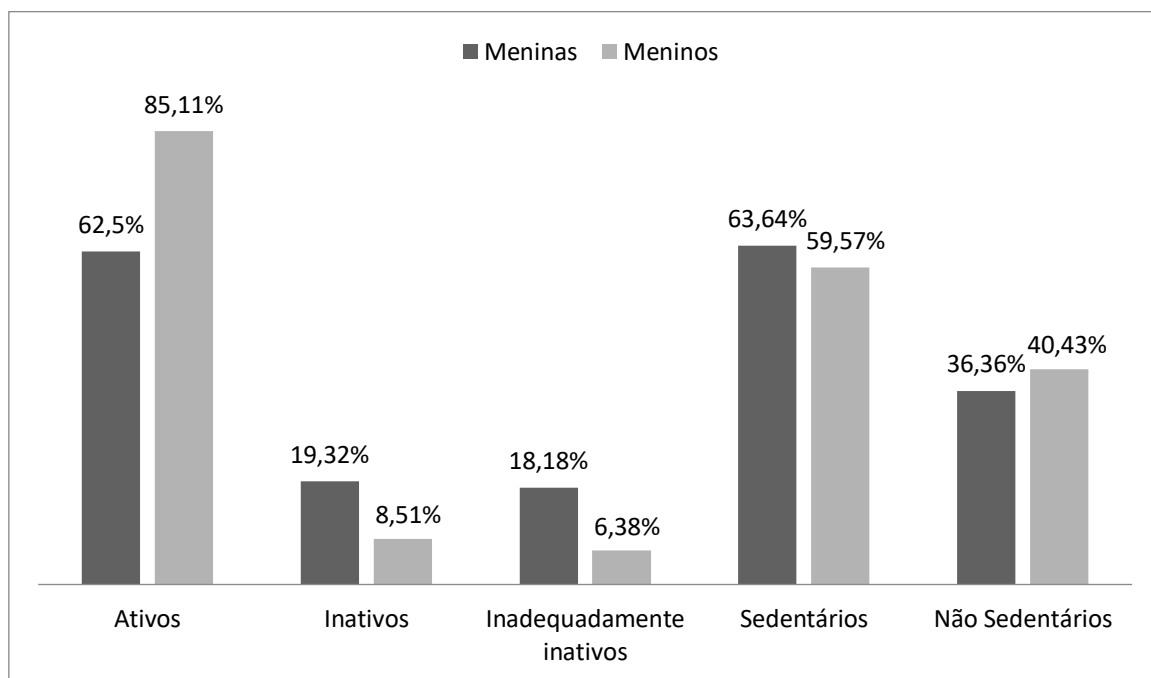
| Classificação da satisfação corporal por IMC e sexo | | | |
|---|------------------------------------|--------------|------------------------------------|
| Sexo feminino | | | |
| Estado Nutricional | Insatisfação por déficit de peso % | Satisfação % | Insatisfação por excesso de peso % |
| Magreza | 75 | - | 25 |
| Eutrofia | 48,44 | 37,50 | 14,06 |
| Sobrepeso | 14,29 | 42,86 | 42,86 |
| Obesidade | - | - | 100 |
| Sexo masculino | | | |
| Estado Nutricional | Insatisfação por déficit de peso % | Satisfação % | Insatisfação por excesso de peso % |
| Magreza | - | - | - |
| Eutrofia | 48,57 | 40 | 11,43 |
| Sobrepeso | - | 37,50 | 62,50 |
| Obesidade | - | - | 100 |

Relativamente ao deslocamento para a escola 85,19% (n=115) dos adolescentes responderam que se locomovem andando. Sobre a prática de atividade física na escola 48,15% (n=65) dos jovens relataram não fazer, 39,26% (n=53) participam 1 vez na semana e 12,59% (n=17) participam 2 vezes na semana, o sexo feminino foi o gênero que menos participa com 53,41% (n=47).

Quanto à prática de atividade física fora da escola, 19,29% (n=26) responderam fazer nunca ou quase nunca, 48,89% (n=66) às vezes e 31,85% (n=43) sempre, sendo o sexo masculino 91,49% (n=43) o gênero que apresentou maior frequência de prática de AT fora do contexto escolar. Sobre o tipo de atividade física praticada pelos adolescentes, as três mais citadas por ambos os sexos foram: correr 48,89% (n=66), caminhar 34,81% (n=47) e jogar futebol 34,07% (n=46) respectivamente.

Sobre a avaliação da prática de atividade física, os adolescentes participantes do estudo foram classificados como ativos, representando 70,37% (n= 95) da amostra, com destaque para o sexo masculino 85,11% (n= 40) – **Figura 1**. Analisando a prevalência de inatividade física, a mesma chegou a 37,5% (n=33) no sexo feminino e a 14,89% (n= 7) no sexo masculino – **Figura 1**. Quanto ao sedentarismo 62,22% (n= 84) dos jovens apresentaram comportamentos sedentários.

Figura 1. Prática de atividade física e presença de comportamentos sedentários em adolescentes por sexo -município de Bonito (PE), Brasil - 2018.



Relativamente à associação da prática de atividade física com a satisfação corporal, a insatisfação nos adolescentes classificados como inativos alcançou 85,72% (n=18), já entre os inadequadamente inativos, houve maior satisfação corporal 52,63% (n= 10). Nos indivíduos classificados como ativos, a insatisfação alcançou 64,22% (n= 61), sendo a mesma superior por déficit de peso 42,11% (n= 40). Entre os jovens que apresentaram comportamentos sedentários, a insatisfação corporal alcançou 63,1% (n= 53) e entre aqueles que não apresentaram comportamentos relacionados ao sedentarismo 66,47% (n= 34), sendo a mesma superior por déficit de peso em ambos os grupos.

4 DISCUSSÃO E CONSIDERAÇÕES

Os resultados obtidos com a pesquisa sugerem uma alta frequência de insatisfação com a imagem corporal na adolescência (64,44% n= 87) corroborando com a literatura consultada.^{11,12} Apesar da maioria dos adolescentes participantes da pesquisa apresentarem peso saudável, cerca 48,48% (n=48) destes estavam insatisfeitos por déficit de peso, entre os com baixo peso a insatisfação por déficit também foi alta (75% n=3). Os que apresentaram sobrepeso (50% n=11) e obesidade (100% n=8) também demonstraram insatisfação corporal, porém a mesma foi maior por excesso de peso.

Glanneret al (2013)¹³ realizou uma pesquisa semelhante com adolescentes entre 11 e 17 anos sobre a associação entre a insatisfação com a imagem corporal, o índice de massa corporal (IMC), a adiposidade corporal e a obesidade abdominal e verificou que 77,2% dos jovens participantes estavam na classificação ideal para o IMC e ainda assim a prevalência de insatisfação com a imagem corporal entre os adolescentes alcançou 60%, chegando a 65,2% nas moças e 54,3% nos rapazes. Andrade et al. (2017)¹⁴ também constatou em outra pesquisa similar com adolescentes entre 10 e 19 anos, que 80 % dos jovens participantes apresentavam peso adequado e 74% destes encontravam-se insatisfeitos com a autoimagem. Ambos autores encontraram resultados que se assemelham ao nosso estudo, concordando que a insatisfação corporal pode mostrar-se relevante mesmo entre indivíduos com estado nutricional adequado.

A insatisfação corporal foi superior no sexo feminino 65,91% (n= 58), corroborando com alguns estudos que apontam para o fato de que o sexo feminino apresenta maior insatisfação com a imagem corporal.^{15,16} Ainda sobre a percepção corporal e o gênero, foi possível observar em ambos os sexos uma maior insatisfação por déficit de peso (40%). Em um estudo realizado por Bomfim (2017)¹⁷, no município de Ubatuba – BA com adolescentes entre 10 e 15 anos, os indivíduos do sexo masculino apresentaram 27,6% de insatisfação por déficit de peso e 42,3% por excesso de peso, já os do sexo feminino 48,9% apresentaram insatisfação por déficit e 20,7% por excesso de peso. Os resultados concordam com os achados obtidos em relação ao tipo de insatisfação corporal presente no sexo feminino, onde em ambos os estudos a mesma foi superior por déficit de peso, porém, diferenciando-se quanto ao sexo masculino, pois no estudo citado a insatisfação neste gênero foi maior por excesso de peso.

Em outro estudo semelhante com escolares de 9 a 16 anos Graupet al (2008)¹⁸ revela que no sexo masculino, 29,96% (n = 71) estavam insatisfeitos pela magreza e 37,55 % (n = 89) pelo excesso de peso, já no sexo feminino a insatisfação pela magreza ocorreu em 21,46% (n = 53), enquanto a insatisfação pelo excesso de peso ocorreu em 46,15% (n = 114). Foi possível observar maior insatisfação por excesso de peso e não por déficit como relatado no presente estudo.

Ainda sobre o estado nutricional e a satisfação corporal, outro ponto interessante foi a presença de insatisfação por excesso de peso entre as adolescentes do sexo feminino com magreza, levando em consideração a faixa etária desta população de estudo, o que pode sugerir uma possível tendência para o desenvolvimento de distúrbios alimentares. Fatores psicológicos, biológicos, sociais, distorção corporal e o desejo de possuir silhuetas perfeitas, influenciam as adolescentes, que passam a se alimentar de forma inapropriada. Esses comportamentos causam desequilíbrios em seus organismos, aumentando assim risco de transtornos alimentares.¹⁹

A respeito do deslocamento para a escola, a maioria dos jovens responderam que vão andando até as instituições de ensino 85, 19% (n=115), uma vez que o município é pequeno e o deslocamento a pé é facilitado. Quanto à participação nas aulas de educação física, o percentual de adolescentes que frequentam as aulas chegou a 51,85% (n=70) sendo o sexo feminino o gênero que menos participa 53,41% (n=47), resultados semelhantes foram encontrados em outro estudo.²⁰

Adicionalmente, foi possível observar com relação à prática de atividade física fora do contexto escolar que o percentual dos meninos 91,49% (n=43) foi novamente superior ao das meninas 75% (n=66). A falta de participação do sexo feminino nas aulas de educação física foi um dos fatores que influenciaram em uma maior porcentagem de inatividade e presença de comportamentos sedentários nesse gênero, sugerindo uma maior discussão sobre o assunto.

Sobre a avaliação da prática de atividade física, o que chama atenção é que a maioria dos adolescentes participantes foram classificados como ativos (70,37% n=95) indo em contradição com estudos consultados^{21,22}, sendo os rapazes mais ativos que as moças. Com relação à inatividade física e presença de comportamentos sedentários, estes foram maiores entre o sexo feminino, como se verifica na literatura.^{23,24} Barufaldi et al (2012)²⁵ afirma que as mulheres são apontadas como as mais sedentárias devido à fatores não conhecidos, sugerindo-se fatores culturais, psicológicos e comportamentais.

Porém, ambos os sexos mesmo em sua maioria ativos, apresentaram uma porcentagem expressiva 62,22% (n=84) com relação à presença de comportamentos sedentários (assistir TV/vídeo/ DVD, jogar no computador/videogame, utilizar o celular > 3 horas por dia). Segundo Silva; Malina (2000) o aumento das opções de lazer sedentário na adolescência, pode ser compreendido como um meio de baixo custo e confortável de lazer, favorecendo a elevação das horas em frente à TV e do sedentarismo.²⁶

Junior et al. (2017)²⁷ realizou uma revisão bibliográfica sobre a prevalência de inatividade física e presença de comportamentos sedentários entre adolescentes de diferentes regiões do Brasil e observou que a inatividade física chegou a 74,1 % nas meninas e 65,1% nos meninos, quanto ao sedentarismo o mesmo alcançou 57% nos jovens participantes das pesquisas revisadas. Em um

outro estudo, Hallal et al (2010)²⁸descreveu a prática de atividade física em adolescentes, utilizando dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), coletados em todas as capitais do Brasil e no Distrito Federal em 2009 e verificou que a maior parte dos jovens do Centro-Oeste, do Sudeste, do Nordeste e do Norte são insuficientemente ativos. O percentual de jovens inativos variou de 1,8% na região Sul a 7,3% na região Nordeste.Foi possível observar que a inatividade mostrou-se relevante entre os adolescentes, diferentemente do presente estudo.

O fator atividade física mostrou-se determinante na percepção da imagem corporal, pois os indivíduos ativos 64,22% (n= 61) apresentaram menor insatisfação com a imagem corporal, quando comparado aos inativos 85,72% (n=18). Concordando com o presente estudo, Matias et al (2010)²⁹ analisou a associação entre a Satisfação com o Peso Corporal e Nível atual de atividade física em adolescentes e constatou que 65,2% dos jovens sedentários estavam insatisfeitos com o corpo, nos ativos este valor se reduziu em mais de 20 pontos percentuais, de forma que 44,1% estavam insatisfeitos.

Os resultados do presente estudo permitem concluir que os adolescentes desejam ter silhuetas corporais diferentes das que possuem, uma vez que a prevalência de insatisfação com a imagem corporal foi elevada nessa população de estudo, apesar da maioria encontrar-se normoponderal e realizarem a prática de atividade física, mesmo permanecendo com alguns hábitos sedentários.

A percepção corporal na adolescência constitui um fator importante na autoaceitação e bem estar desses jovens. Quando a mesma encontra-se distorcida, uma série de atitudes e comportamentos inadequados podem ser adquiridos pelo indivíduo de modo aprejudicar sua saúde e qualidade de vida. Portanto, torna-se imprescindível um maior debate a respeito do tema no âmbito social, escolar e na saúde, a fim de prevenir futuras frustrações dos adolescentes com suas proporções corporais e possíveis distúrbios gerados pela a insatisfação com a autoimagem.

REFERÊNCIAS

1. Corseuil MW, Pelegrini A, Beck C, Petroski EL. Prevalência de insatisfação com a Imagem Corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes. Maringá, v. 20, n. 1, p. 25-31, 1. trim. 2009
2. Miranda VPN, Conti MA, Bastos R, Ferreira MEC. Insatisfação corporal em adolescentes brasileiros de municípios de pequeno porte de Minas Gerais. J Bras Psiquiatr. 2011;60(3):190-7.

3. Iepsen AM, da Silva MC da. Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012. *Epidemiol. Serv. Saúde*, Brasília, 23(2):317-325, abr-jun 2014.
4. Petroski EL, Pelegrini A, Glaner MF. Insatisfação corporal em adolescentes rurais e urbanos. 2009, 5 (4), 13-25.
5. Castro IRR, Levy RB; Cardoso LDO, Passos MD, Sardinha LMV, Tavares LF. et al, Imagem corporal, estado nutricional e comportamento com relação ao peso entre adolescentes brasileiros. *Ciência & Saúde Coletiva*, 15(Supl. 2):3099-4108, 2010.
6. Samuel de Carvalho Dumith SC, Menezes AMB, Bielemann RM, Petresco S, Silva ICM, Linhares RS. Insatisfação corporal em adolescentes um estudo de base populacional. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(9):2499-2505, 2012.
7. Conti MA, Frutuoso MFP, Gambardella AMD. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. *Rev Nutr* 2005; 18(4):491-497.
8. Marques MI, Pimenta J, Reis S, Ferreira LM, Peraltar L, Santos MI, et al. (In)Satisfação com a imagem corporal na adolescência. *Revista de pediatria do centro hospitalar do porto ano 2016, vol XXV, n.º 4*.
9. Silva OB. Questionários de Avaliação da Atividade Física e do Sedentarismo em Crianças e Adolescentes. *Rev* 45-p14-p18, 2009.
10. World Health Organization. The Who Growth reference 5-19 years. Disponível em: <<http://www.who.int/growthref/en/>> Acesso em: 10 de novembro de 2017.
11. Santos EMC, Tassitano RM, Nascimento WMF, Petribú MMV, Cabral PC. Satisfação com o peso corporal e fatores associados em estudantes do ensino médio. *Rev Paul Pediatr* 2011; 29(2):214-23.

12. Fidelix YL, Silva DAS, Pelegrini A, Silva AF da, Petroski EL. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de uma cidade de pequeno porte: associação com sexo, idade e zona de domicílio. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum* 2011, 13(3):202-207.
13. Glander MF, Pelegrini A, Cordoba CO, Pozzobon ME. Associação entre insatisfação com a imagem corporal e indicadores antropométricos em adolescentes. *Rev Bras Educ Fís Esporte*, (São Paulo) 2013 Jan-Mar; 27(1):129-36
14. Andrade IS, Sousa BS, Moitinho BG, Macêdo IO, Andrade AGF, Facchinetti JB, et al. Associação entre a Percepção da Imagem Corporal com Indicadores Antropométricos em Adolescentes. *Id onLine Rev. Psic.* V.11, N. 35. Maio/2017 - ISSN 1981-1179.
15. Petroski EL, Pelegrini A, Glaner MF. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. *Ciênc Saúde Colet* – In press.
16. Branco LM, Hilário MOE, Cintra IP. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Rev Psiquiatr Clín* 2006;33(6):292-6.
17. Bomfim NS. Satisfação corporal e o nível de atividade física de adolescentes do município de Ubaitaba, BA. *Arq Cien Esp* 2015;3(1):7-10.
18. Graup S, Lopes AS, Pereira ÉF, Araujo VC, Legnani RFS, Borgatto AF. Associação entre a percepção da imagem corporal e indicadores antropométricos de escolares. *Rev. bras. Educ. Fís. Esp.*, São Paulo, v.22, n.2, p.129-38, abr./jun. 2008.
19. Monteiro LA, Novaes JS, Santos ML, Fernandes HM. Body Dissatisfaction and Self-Esteem in Female Students Aged 9–15: The Effects of Age, Family Income, Body Mass Index Levels and Dance Practice. *Journal of Human Kinetics*. 2014;43:25-32.
20. Hardman CM, Barros SSH, Andrade MLSS, Nascimento JV, Nahas MV, Barros MVG. Participação nas aulas de educação física e indicadores de atitudes relacionadas à atividade física em adolescentes. *Rev Bras Educ Fís Esporte*, (São Paulo) 2013 Out-Dez; 27(4):623-31.

21. Tenório MCM, Barros MVG, Tassitano RM, Bezerra J, Tenório JM. Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. *Rev Bras Epidemiol* 2010; 13(1): 105-17.
22. Junior, JCF. Prevalência e fatores de influencia para inatividade física em adolescentes. *R. bras. Ci e Mov.* 2006; 14(1): 63-70.
23. Júnior JCF, Lopes AS, Mota J, Hallal PC. Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. *Rev Saúde Pública* 2012;46(3):505-15.
24. Rivera IR, Silva MAM, Silva RATA, Oliveira BAV, Carvalho ACC. Atividade Física, Horas de Assistência à TV e Composição Corporal em Crianças e Adolescentes. *Arq Bras Cardiol* 2010; 95(2): 159-165.
25. Barufaldi LA, Abreu GA, Coutinho ESF, Bloch KV. Meta-analysis of the prevalence of physical inactivity among Brazilian adolescents. *Cad. Saúde Pública* [online journal]. 2012;28(6):1019-32.
26. Silva RCR da, Malina RM. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2000;16 (4):1091-1097.
27. Junior FGS, Silva TBLGS, Ferreira JS, e Junior SJF. Sedentarismo e inatividade física em adolescentes com faixa etária de escolares do ensino médio e reflexões para educação física escolar. *SFM* v.5, n.1, 2017ISSN 2317-2790.
28. Hallal PC, Knuth AG, Cruz DKA, Mendes MI, Malta DC. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. *Ciência & Saúde Coletiva*, 15(Supl. 2):3035-3042, 2010.
29. Matias TS, Rolim MKSB, Kretzer FL, Schmoelz CP, Andrade A. Satisfação corporal associada a prática de atividade física na Adolescência. *Motriz*, Rio Claro, v.16 n.2 p.370-378, abr./jun. 2010.