

PERCEPÇÃO E SATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DE UM CENTRO UNIVERSITÁRIO DE RECIFE/PERNAMBUCO

Patrícia Vargas de Paiva Melo^I

*Renata Adrielle Lima Vieira^{II}

RESUMO

Pessoas insatisfeitas com a imagem corporal frequentemente adotam comportamentos alimentares inadequados na busca pelo corpo ideal. Por isso, o objetivo deste trabalho foi avaliar a percepção e satisfação da imagem corporal de estudantes de um Centro Universitário particular de Recife-PE. Trata-se de um estudo transversal, com estudantes de nutrição, de ambos os sexos, com idade entre 18 e 40 anos. Para avaliação da percepção da imagem corporal, aplicou-se uma Escala de Silhuetas predefinida. A insatisfação com a imagem corporal foi identificada por meio da discrepância entre o valor correspondente à silhueta atual (autopercepção) e o valor indicado como a silhueta ideal. Foi realizada aferição de peso e altura, e a partir dessas medidas foi calculado Índice de Massa Corporal (IMC) e a classificação do estado nutricional. Participaram 63 alunos, com média de idade de $25,46 \pm 5,70$ anos. Constatou-se que 22,2% dos acadêmicos estavam com sobrepeso. A insatisfação corporal por magreza e excesso de peso foi de 15,9% e 58,7%, respectivamente. Quando comparado entre os sexos, as mulheres se mostraram mais insatisfeitas (86,5%) em relação ao excesso de peso. Não houve relação entre imagem corporal e idade. Observa-se que a pressão social em relação a sua forma física apresenta importância considerável para a profissão escolhida, sendo atribuído a magreza o significado de capacidade técnica e profissional. A maioria dos universitários do curso de nutrição do Centro Universitário particular de Recife está insatisfeita com sua imagem corporal, principalmente as mulheres pelo excesso de peso.

PALAVRAS-CHAVE: Imagem Corporal. Estado Nutricional. Insatisfação Corporal. Estudantes Universitários. Transtornos Alimentares.

Nutricionista. Centro Universitário Maurício de Nassau, Departamento de Nutrição, UNINASSAU.^I
CEP: 52010-180, Recife, Pernambuco, Brasil.
ORCID ID: 0000-0003-4330-9131.

Nutricionista. Doutora em Cirurgia. Professora Adjunta. Universidade Federal de Ouro Preto, UFOP.^{II}
Departamento de Nutrição Clínica e Social. CEP: 35.400-000, Ouro Preto, Minas Gerais, Brasil.
*Autor correspondente: renata_adrielle@yahoo.com.br
Orcid: 0000-0001-8700-9507.

INTRODUÇÃO

A imagem corporal é uma percepção física (tamanho e forma), emocional e mental do próprio corpo, incluindo suas partes constituintes.¹ Essa pode ser composta pela imagem construída na mente (o perceptivo) e pelos sentimentos, pensamentos e ações em relação à imagem do corpo (o atitudinal).^{1,2} A percepção da imagem corporal é estruturada em fatores biológicos, históricos, sociais e culturais, os quais têm papel no desenvolvimento e na manutenção das distorções da própria imagem corporal.² A insatisfação com o corpo é uma das características mais acentuadas do transtorno dismórfico corporal, que muitas vezes, pode levar a transtornos alimentares (TA).^{1,3}

O conceito de corpo ideal passou por grandes mudanças nas últimas décadas, sendo a magreza para as mulheres e corpo musculoso para os homens, atualmente representados como o ideal.^{4,5,6} Associado a isso, o indivíduo com sobrepeso passou a ser estigmatizado como preguiçoso e descuidado, tornando, assim, os padrões de beleza onipresentes e inatingíveis para a maioria das pessoas.^{1,4}

Muitas vezes, as influências socioculturais e a pressão para atingir o suposto corpo ideal levam a piora da insatisfação da imagem, demonstrando que a satisfação corporal nem sempre está relacionada a um corpo saudável.³ Em virtude disso, frequentemente comportamentos e práticas alimentares inadequadas, como o ato de comer desordenado, dietas extremamente restritivas e/ou purgativas na tentativa de controle de peso e realização de atividade física extenuante são adotados.^{2,4,7} Em contradição a busca pelo corpo ideal, continuamente

promovido pela mídia e pelo discurso cultural, a prevalência de sobrepeso e obesidade aumenta e situa o indivíduo ainda mais distante do ideal sociocultural.⁸

Adotar práticas inadequadas na tentativa de alcançar a imagem imposta por padrões corporais cada vez mais inatingíveis, podem desencadear transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia.^{6,9,10} Os transtornos alimentares são síndromes comportamentais de grande importância clínico-social, que podem levar a grandes prejuízos biológicos e psicológicos e apresentarem significativos graus de morbidade e mortalidade.¹¹

Esses transtornos atingem cerca de 20% de mulheres jovens adultas e esta prevalência aumenta para 35%, quando avaliados entre os estudantes de Nutrição, possivelmente por esta profissão remeter a uma preocupação constante com a aparência e forma física. Aliado a isso, o conhecimento adquirido ao longo do curso sobre diferentes estratégias nutricionais para perda de peso, faz com que este grupo mereça maior atenção por apresentar elevado risco de desenvolver transtornos alimentares, na tentativa de se enquadrar aos padrões de beleza midiáticos e sociais.⁶

Desta forma, a busca por um corpo ideal tem levado muitas pessoas a se sentirem insatisfeitas com a própria imagem, podendo acarretar em transtornos alimentares. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo avaliar a percepção e satisfação da imagem corporal em estudantes do curso de nutrição de um Centro Universitário particular de Recife-PE.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, realizado em um Centro Universitário particular, na cidade de Recife-Pernambuco, Nordeste do Brasil. A população foi composta pelos alunos devidamente matriculados no Curso de Nutrição no ano de 2018, sendo incluídos alunos com idade entre 18 e 40 anos, de ambos os sexos. Foram excluídos gestantes, lactantes, pessoas com necessidades especiais, atletas e alunos que estivessem edemaciados.

Todos os participantes foram informados sobre a natureza da pesquisa e o livre arbítrio para participar ou abandoná-la a qualquer momento. Os universitários que concordaram em participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do

Centro Universitário Maurício de Nassau, sob o número de CAAE: 92387418.4.0000.5193.

Foram realizadas medidas antropométricas de peso e altura.¹² Após, foi calculado do Índice de Massa Corporal (IMC).¹³ A análise da percepção e satisfação da imagem corporal foi avaliada por meio da Escala de Silhuetas de Stunkard et al.¹⁴ A Escala é composta por 18 imagens de silhuetas masculinas e femininas, sendo nove imagens para cada gênero, apresentadas por ordem de tamanho, a começar pela silhueta de aparência mais magra, representada pelo número 1 (magreza) até a mais larga, representada pelo número 9 (obesidade severa). Para cada silhueta da escala, existe um valor de IMC correspondente (Figura 1).

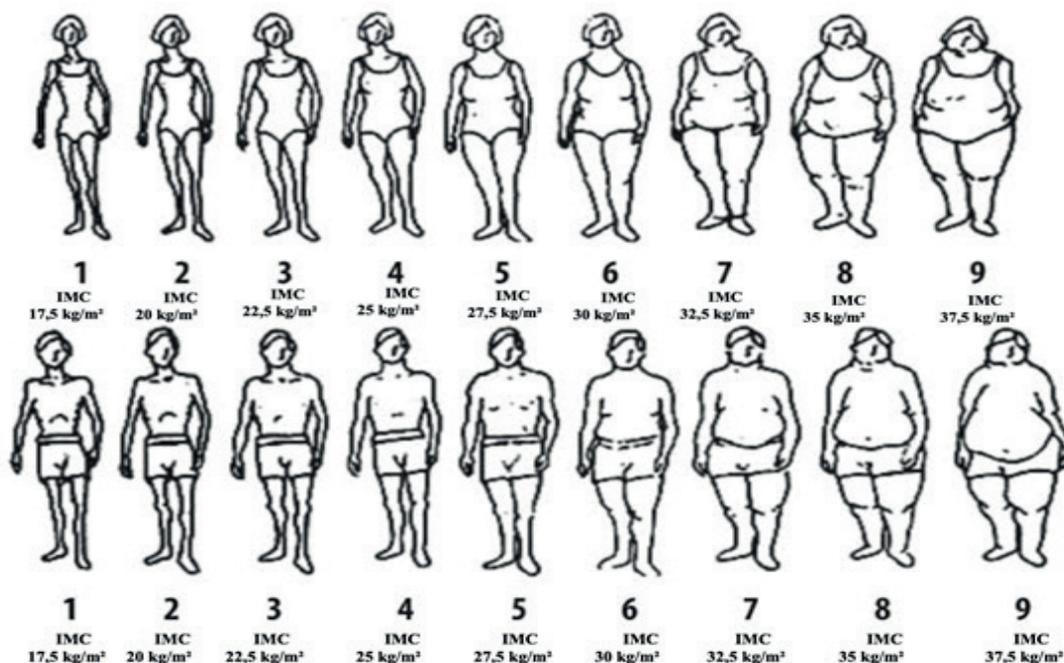


FIGURA 1. Escala de Silhuetas proposta por Stunkard et al.,¹⁴ utilizada para medir a insatisfação com a imagem corporal de estudantes matriculados em 2018 no curso de nutrição de um Centro Universitário particular, Recife/PE, 2020.

Foi solicitado aos estudantes submetidos à aplicação do teste que respondessem as seguintes perguntas baseadas na escala de silhuetas: “1. Qual a silhueta que melhor representa a sua aparência física atual (silhueta atual/autopercepção)?”; “2. Qual a silhueta que você gostaria de ter (silhueta ideal)?”. O avaliador isentou-se de opinião na escolha das silhuetas.

A insatisfação com a imagem corporal foi identificada por meio da discrepância entre o valor correspondente à silhueta atual (autopercepção) e o valor indicado como a silhueta ideal (silhueta atual - silhueta ideal). Dessa forma, os indivíduos que apresentaram valores positivos foram classificados na categoria “Deseja reduzir (Insatisfeito por excesso de peso)”; os que apresentaram

valores negativos foram classificados na categoria “Deseja aumentar (Insatisfeito por magreza)”; e aquelas que apresentaram valor igual a zero na categoria “Satisfeitos” com a imagem corporal.

A análise estatística foi realizada no SPSS 18.0 para Windows® (SPSS INC., Chicago, IL, EUA), por meio de estatística descritiva e analítica, considerando-se significativos valores de $p < 0,05$, com margem de confiança de 95%. Aplicou-se teste de Kolmogorov-Smirnov, a fim de verificar a normalidade dos dados quantitativos. As variáveis com distribuição normal foram descritas pela média e desvio padrão. Utilizaram-se frequências para as variáveis qualitativas. Foi utilizado o Teste de Fisher, para averiguar a associação entre as variáveis.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 63 alunos do curso de nutrição avaliados, 81% ($n = 51$) são do sexo feminino e 19% ($n=12$) do sexo masculino, com média de idade de $25,46 \pm 5,7$ anos e média de IMC

de $23,25 \pm 3,71$ Kg/m². Na tabela 1, observa-se a avaliação do estado nutricional, através do IMC, e a satisfação da imagem corporal.

TABELA 1: Estado nutricional e satisfação/insatisfação da imagem corporal de estudantes matriculados em 2018 no curso de nutrição de um Centro Universitário particular, Recife/PE, 2020.

Variáveis	n	%
IMC		
Baixo Peso	4	6,3
Eutrofia	43	68,3
Sobrepeso	14	22,2
Obesidade	2	3,2
Imagem Corporal		
Satisfeito	16	25,4
Insatisfeitos por magreza	10	15,9
Insatisfeitos por excesso de peso	37	58,7

IMC: índice de massa corporal

Quando classificado o IMC por categoria, a maioria dos estudantes eram eutróficos (68,3%). No entanto, ressalta-se o percentual elevado de alunos que apresentavam sobrepeso (22,2%), superando

percentuais encontrados por Silva et al.⁶ que, ao avaliarem 175 estudantes do curso de Nutrição da Universidade Federal de Ouro Preto-Minas Gerais, obtiveram uma prevalência de 8,5% de excesso de peso.

Pesquisas mostram que ingressar na universidade pode ocasionar dificuldades em gerir sua própria alimentação, para muitos estudantes, devido a rotina acadêmica extenuante, estresse, falta de tempo para realizar as principais refeições, substituição de refeições completas por lanches práticos e rápidos, o estabelecimento de novos comportamentos e relações sociais, influenciando diretamente o excesso de peso e a distorção de imagem corporal.^{15,16}

Ao analisar a percepção de satisfação da imagem corporal, observou-se um percentual bastante elevado de insatisfação, por magreza e por excesso de peso, entre alunos avaliados (74,6%), corroborando com o dado achado por Magalhães¹⁷, que constatou em seu trabalho, 78% dos estudantes de nutrição insatisfeitos com sua imagem corporal.

Dentre os insatisfeitos, 58,7% era por excesso de peso. Resultados semelhantes também foram observados em estudantes universitários de Beijing-China, no qual 87% apresentavam insatisfação da imagem corporal, sendo a maioria das participantes do sexo feminino, que indicou uma preferência

por sua imagem ideal mais magra.¹⁸

Dos alunos insatisfeitos por excesso de peso, 86,5% eram do sexo feminino (Tabela 2). Achado já esperado, uma vez que o número de mulheres no Curso de Nutrição é superior ao número de homens. Além disso, a insatisfação corporal por parte das mulheres é atrelada a pressão exercida pelas mídias, pela sociedade, por familiares e pares, que impõem padrões de beleza caracterizados pela magreza exagerada.¹⁹ Sabe-se que a insatisfação com a imagem corporal está diretamente relacionada ao desenvolvimento de problemas e distúrbios alimentares, como anorexia e bulimia.^{1,20}

Vale destacar também, o percentual de estudantes satisfeitas com sua imagem corporal (25,4%). Dados semelhantes foram apresentados por Alvarenga et al.¹ ao avaliarem a satisfação da imagem em mulheres universitárias, que observaram satisfação em 21,8%. É importante destacar que uma boa percepção da imagem corporal está relacionada a uma boa autoestima, satisfação pessoal e estar bem consigo mesmo. Dessa forma, há uma menor tendência para prática de dietas e outras estratégias restritivas.²¹

TABELA 2: Relação entre a imagem corporal e sexo de estudantes matriculados em 2018 no curso nutrição de um Centro Universitário particular de Recife/PE, 2020.

	SEXO		P-valor *
	Feminino % (n)	Masculino % (n)	
Imagem Corporal			0,025
Satisfeito	87,5% (14)	12,5% (2)	
Insatisfeito por magreza	50,0% (5)	50,0% (5)	
Insatisfeito por excesso	86,5% (32)	13,5% (5)	

*Exato de Fisher

A Figura 2 mostra a percepção da imagem corporal atual, na qual a silhueta 3 (corresponde ao IMC de 22,5 kg/m²) obteve 30,2% de escolha entre os avaliados, mostrando que parte da amostra se via eutrófica. Enquanto que, em relação à percepção da imagem corporal ideal, a silhueta de maior

escolha foi a 2 (56%), que corresponde ao IMC de 20 kg/m². Isso ressalta que a maior parte dos entrevistados gostaria de ter uma imagem corporal com silhueta menor que a sua atual.

Essa situação legitima o descontentamento dos universitários com a própria imagem corporal. Já se sabe que

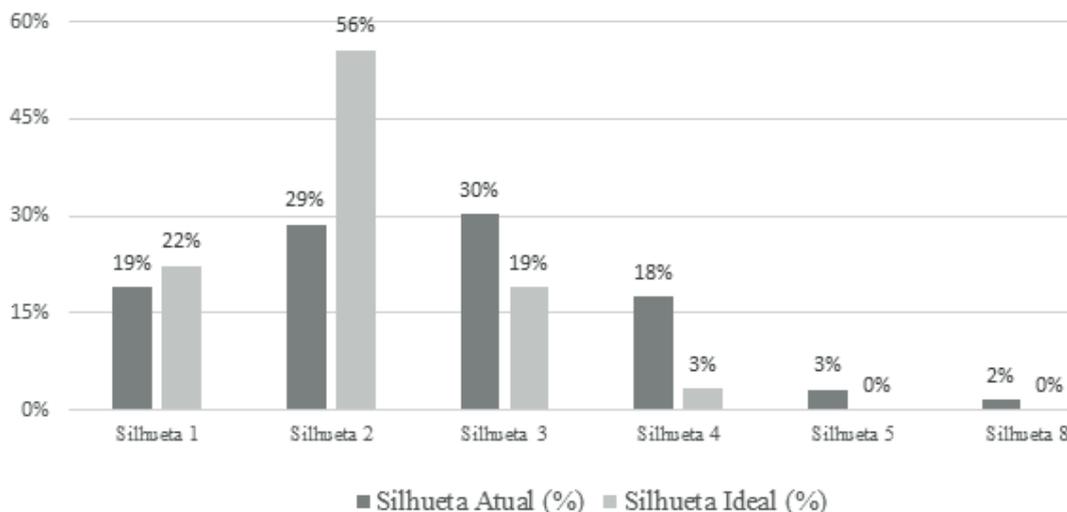


FIGURA 2: Silhueta atual e ideal (escala de silhuetas Stunkard et al.¹⁴) de estudantes matriculados em 2018 no curso de nutrição de um Centro Universitário particular, Recife/PE, 2020.

indivíduos com excesso de peso apresentam maior insatisfação com o corpo.^{22,23} Porém, chama atenção o fato de que, mesmo para os que apresentam valores de IMC adequado, a prevalência de insatisfação é elevada,^{24,25} o que afirma os resultados do presente estudo.

Segundo Lopes et al.,²¹ presume-se que essa alta prevalência de insatisfação com a imagem corporal de acadêmicos de nutrição pode ser justificada pela maior cobrança com a aparência física em relação ao corpo ideal, por serem exemplos aos futuros pacientes. Além disso, segundo Magalhães,¹⁷ para muitos estudantes, a escolha pelo curso pode ser baseada na expectativa de adquirir conhecimento para alcançar o corpo desejado,

ressaltando a magreza como significado de capacidade técnica e profissional.

Esses dados são preocupantes, pois a insatisfação com sua imagem corporal torna-se mais decisiva do que a massa corporal em si, sobrepondo-se aos princípios da saúde e da atuação do nutricionista, podendo influenciar no comportamento alimentar e o desenvolvimento de transtornos alimentares.²³ Portanto, torna-se importante abordar sobre o tema, durante a graduação, no intuito de alertar sobre a forte pressão sociocultural na imposição de um corpo ideal.

O presente estudo não encontrou relação significativa entre insatisfação da imagem corporal com a idade (Tabela 3).

TABELA 3: Relação entre a imagem corporal e idade de estudantes matriculados em 2018 no curso de nutrição de um Centro Universitário particular, Recife/PE, 2020.

Imagem Corporal	IDADE		P-valor *
	< 24 anos % (n)	> 24 anos % (n)	
Satisfeito	81,3% (13)	18,8% (3)	0,057
Insatisfeito por magreza	60,0% (6)	40,0% (4)	
Insatisfeito por excesso	45,9% (17)	54,1% (20)	

*Exato de Fisher

Essa insatisfação corrobora com os resultados de Alvarenga et al.¹ Contudo, apesar da literatura apontar para insatisfação e uma busca pelo padrão de beleza relacionado a magreza entre os mais jovens,²⁶ é possível compreender uma carga de exigências estéticas também sobre indivíduos mais velhos.¹

O fato das eutróficas desejarem ter um corpo mais magro conduz a uma discussão sobre o conceito de saúde e boa forma vigente,

associado a uma magreza não saudável de acordo com os parâmetros médicos.¹

Outro fator preocupante, é que universitários que estão insatisfeitos com suas dimensões corporais, apresentam risco para desenvolvimento de transtornos alimentares, o que pode acarretar em problemas de saúde.⁶ Portanto, o estilo de vida do universitário associado a exigência do curso de nutrição, podem levar a uma maior insatisfação da imagem corporal.

CONCLUSÃO

Grande parte dos universitários do Curso de Nutrição, avaliados no presente estudo, têm o desejo de reduzir ou aumentar o tamanho da silhueta, aproximando-se do estereótipo idealizado pela sociedade, de modo a perceber que os estudantes estão desconfortáveis com seu corpo e em conflito consigo, provavelmente pela busca de um padrão corporal valorizado como ideal, uma exigência imposta pela mídia e pela sociedade.

Dessa forma, a promoção de debates que estimulem o cuidado em saúde, estratégias para um estilo de vida mais saudável e uma percepção mais adequada do corpo tornam-se necessárias dentro da universidade. Além disso, tornam-se importantes mais estudos que aprofundem as questões da imagem corporal e a eficácia das intervenções no ambiente universitário.

PERCEPTION AND BODY SATISFACTION IN STUDENTS AT A UNIVERSITY IN RECIFE, PERNAMBUCO

ABSTRACT

People dissatisfied with their body image often adopt inappropriate eating behaviors in search of the ideal body. Therefore, the objective of this work was to evaluate the perception and satisfaction of the body image of students from a private University Center in Recife, Brazil. This is a cross-sectional study, with nutrition students, of both sexes, aged between 18 and 40 years. To assess the perception of body image, the Scale of Silhouettes was applied. Dissatisfaction with body image was identified through the discrepancy between the value corresponding to the current silhouette (self-perception) and the value indicated as the ideal silhouette. Weight and height were measured, and based on these measures, the Body Mass Index (BMI) was calculated and the nutritional status was classified. 63 students participated, with an average age of 25.46 + 5.70 years. It was found that 22.2% of the students were

overweight. Body dissatisfaction with thinness and excess weight was 15.9% and 58.7%, respectively. When compared between the sexes to dissatisfaction with being overweight, women were more dissatisfied (86.5%). There was no relationship between body image and age. It is observed that social pressure in relation to their physical form is of considerable importance for the chosen profession, with thinness being attributed to the meaning of technical and professional capacity. Most college students in the nutrition course are dissatisfied with their body image, especially women due to being overweight.

KEYWORDS: Body Image. Nutritional Status. Body Dissatisfaction. College Students. Eating Disorders.

REFERÊNCIAS

1. Alvarenga MS, Philippi ST, Lourenço BH, Sato PM, Scagliusi FB. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. *J Bras Psiquiatr.* 2010; 59(1): 44-51.
2. Secchi K, Camargo BV, Bertoldo RB. Percepção da imagem corporal e representação sociais do corpo. *Psic: Teor e Pesq.* 2009; 25(2): 229-36.
3. Zenith AR, Marques CRC, Dias JC, Rodrigues CLC. Avaliação da percepção e satisfação da imagem corporal em usuários do Programa Academia da Cidade em Belo Horizonte - Minas Gerais. *E-Scientia.* 2012; 5(1): 09-17.
4. Neighbors LA, Sobal J. Prevalence and magnitude of body weight and shape dissatisfaction among university students. *Eat Behav.* 2007; 8(4): 429-39.
5. Fermino RC, Pezzini MR, Reis RS. Motivos para prática de atividade física e imagem corporal em frequentadores de academia. *Rev Bras de Medicina e Esporte.* 2010; 16(1): 8-23.
6. Silva JD, Silva ABJ, Nemer ASA. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. *Cien Saúde Coletiva.* 2012; 17(12): 3399-406.
7. Ogden CL, Carroll MD, Curtin LR, McDowell MA, Tabak CJ, Flegal KM. Prevalence of overweight and obesity in the United States, 1999-2004. *JAMA.* 2006; 295(13): 1549-55.
8. Alves E, Vasconcelos FAG, Calvo MCM, Neves J. Prevalência de sintomas de anorexia nervosa e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino do Município de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. *Cad. Saúde Pública.* 2008; 24(3): 503-12.
9. Scherer FC, Martins CR, Pelegrini A, Matheus SC. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. *J Bras Psiquiatr.* 2010; 59(3): 198-202.
10. Bernardi F, Cichelero C, Vitolo, MR. Comportamento de restrição alimentar e obesidade. *Rev Nutr.* 2005; 18(1): 85-93.
11. Lima NL, Rosa COB, Rosa JFV. Identificação de fatores de predisposição aos transtornos alimentares: anorexia e bulimia em adolescentes de Belo Horizonte, Minas Gerais. *Psicol.* 2012; 12(2): 195-201.
12. Jelliffe DB. Evolución del estado de nutrición de la comunidad. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1968.
13. Organização Mundial da Saúde (OMS). Obesity -Presenting and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity. Genebra: OMS: 1998.

14. Stunkard AJ, Sørensen T, Schulsinger F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. *Rev Publ Assoc Res Nerv Ment Dis.* 1983; 60: 115-20.
15. Monteiro MRP, Andrade MLO, Zanirati VF, Silva RR. Hábito e consumo alimentar de estudantes do sexo feminino dos cursos de nutrição e de enfermagem de uma Universidade Pública Brasileira. *Revista APS.* 2009; 12(3): 271-77.
16. Castro JS, Miranda AS, Santana RF. Percepção de imagem corporal e consumo de fibras em acadêmicas de odontologia de instituição de ensino superior do sudoeste da Bahia. *C&D-Revista Eletrônica da Fainor.* 2015; 8(10): 71-82.
17. Magalhães P. Comportamento alimentar, estado nutricional e imagem corporal de estudantes de nutrição: aspectos psicossociais e percurso pedagógico [tese]. [Araraquara, SP]: Faculdade de Ciências Farmacêuticas; 2011.
18. Wang K, Liang R, Ma ZL, Chen J, Cheung EFC, Roalf DR, et al. Body image attitude among Chinese college students. *Psych J.* 2018;7(1): 31-40.
19. Van den Berg P, Paxton SJ, Keery H, Wall M, Guo J, Neumark-Sztainer D. Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image.* 2007; 4 (3): 257-68.
20. Martins CR, Pelegrini A, Matheus SC, Petroski EL. Insatisfação com a imagem corporal e sua relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. *Rev Psiquiatr RS.* 2010; 32(1): 19-23.
21. Lopes MAM, Paiva AA, Lima SMT, Cruz KJC, Rodrigues GP, Carvalho CMRG. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. *Demetra.* 2017; 12(1): 193-206.
22. Coqueiro RS, Petroski EL, Pelegrini A, Barbosa AR. Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em universitários. *Rev Psiquiatr.* 2008; 30(1): 31-8.
23. Bosi MLM, Luiz RR, Morgado CMC, Costa MLS, Carvalho RJ. Auto percepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *J. Bras. Psiquiat.* 2006; 55(2): 108-13.
24. Ferrari EP, Gordia AP, Martins CR, Silva DA, Quadros TM, Petroski EL. Insatisfação com a imagem corporal e relação com o nível de atividade física e estado nutricional em universitários. *Motricidade.* 2012; 8(3): 52-8.
25. RechCR, AraújoEDS, VanatJR. Auto percepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. *Rev Bras Educ Fís Esporte.* 2010; 24(2): 285-92.
26. Corseuil MW, Pelegrini A, Beck C, Petroski E. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes. *Rev. da Educação Física/UEM.* 2009; 20(1): 25-31.