

## PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES

**Andressa Santiago SANTOS <sup>1</sup>, Marlene Maria Amaral SCHEID <sup>\*</sup>**

Faculdade Ciências da saúde (FCS) Curso Nutrição Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP), Av. Shishima Hifumi, 2911 – Urbanova – São José dos Campos/SP, Fone: +55 12 3947 1015, Fax: +55 12 3947 1015,  
santiago\_sccp@yahoo.com.br<sup>1</sup>, mma.scheid@uol.com.br<sup>2</sup>

**Resumo-** O desfile de corpos esqueléticos ou musculosos apresentados em revistas, novelas e comerciais torna muito difícil, principalmente para os adolescentes, não se prenderem a padrões estéticos cada vez mais inatingíveis. O objetivo foi relacionar a percepção e a satisfação da imagem corporal que o adolescente tem de si próprio e avaliar a prevalência de Transtornos Alimentares. O índice de massa corporal (IMC) foi obtido para classificar o estado nutricional. Utilizou-se a escala de silhuetas para avaliar a autopercepção da imagem corporal e um questionário de autopreenchimento para determinar a satisfação com a imagem corporal. No resultado verificou-se que no IMC 58,82% encontravam-se eutróficos, porém muitos não se percebiam desta forma, contudo superestimaram seu porte físico. Ao avaliar a satisfação com a imagem corporal constatou-se que 5,88% tem uma grave preocupação com a imagem corporal, fator de risco para transtornos alimentares. Concluiu-se que na relação entre o estado nutricional e a autopercepção da imagem corporal, os adolescentes apresentaram uma autopercepção não condizente com seu estado nutricional real e algum sentimento de insatisfação com a imagem corporal.

**Palavras-chave:** Imagem corporal; Transtorno Alimentar; Adolescentes.

**Área do Conhecimento:** Nutrição

### Introdução

A adolescência caracteriza-se por 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).

O desfile de silhuetas jovens, com corpos esqueléticos ou musculosos apresentados em revistas, cinema, novelas e comerciais torna muito difícil, principalmente para os jovens adolescentes, considerar a beleza em sua diversidade, ou seja, como componente individual, sem se prender a padrões estéticos cada vez mais inatingíveis (INAD; CORDÁS, 2004).

A diferença entre o peso atual (em função das alterações da puberdade) e o ideal promovido pela mídia, associado com a necessidade de adaptação junto à sociedade, são fatores que cooperam para uma insatisfação corporal. Isso pode levar ao início de comportamentos de risco para transtornos alimentares (TA), como o uso de dietas restritivas e de métodos de controle de peso (vômitos autoinduzidos, laxantes, diuréticos, atividade física excessiva) para emagrecer (ALVARENGA; DUNKER, 2002).

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, fazendo deste

um grupo de risco nutricional. Deste modo, o presente estudo tem como objetivo, relacionar a percepção e a satisfação da imagem corporal que o adolescente tem de si próprio com seu estado antropométrico real e avaliar a prevalência de TA.

### Metodologia

O presente estudo teve aprovação previa do Comitê de Ética em pesquisa da Universidade do Vale do Paraíba (Univap) sob o parecer nº H150/CEP/2010. Foi realizado com adolescentes de 12 a 14 anos de idade, estudantes da cidade de Arujá, SP, após a obtenção do consentimento informado assinado pelos pais ou por responsáveis.

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.

Para a análise da insatisfação com a imagem corporal, foi utilizado o *Body Shape Questionnaire* – BSQ, traduzido para o português por CORDÁS & CASTILHO (1994), que mede o grau de

preocupação com a forma do corpo, a autodepreciação devida à aparência física e a sensação de estar gordo (a). O instrumento consta de 34 itens. Obtendo resultado menor ou igual a 80 pontos é constatado um padrão de normalidade e tido como ausência de distorção da imagem corporal. Resultado entre 81 e 110 pontos é classificado como leve distorção da imagem corporal; entre 111 e 140 e classificado como moderada distorção da imagem corporal; e acima de 140 pontos a classificação é de presença de grave distorção da imagem corporal. (ALVARENGA, 2001).

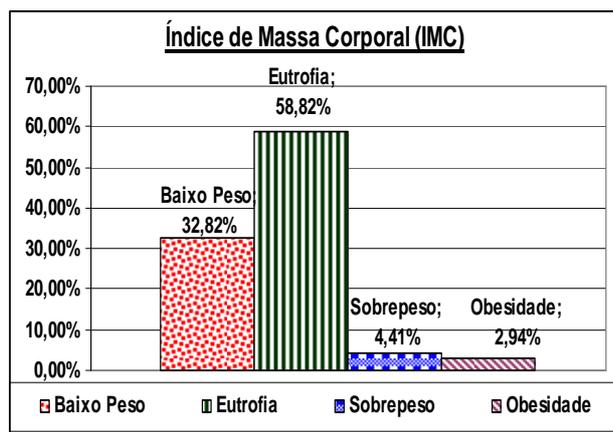
A percepção da imagem corporal foi obtida por auto-avaliação, com o uso de uma escala de silhuetas corporais (1 a 9) em que se estabelecem quatro categorias: baixo peso (1), eutrofia (2 a 5), sobrepeso (6 e 7), e obesidade (8 e 9) (Madrigal Fritsch *et al.*, 1999).

Os dados colhidos foram processados e analisados pela construção de banco de dados no programa SPSS v. 16.0 for Windows

## Resultados

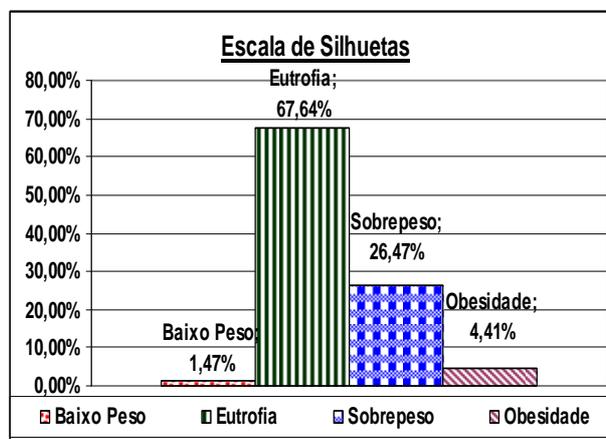
Foram avaliados 68 alunos, 46 meninas (67,64%) e 22 meninos (32,35%), sendo que os demais não foram avaliados por estarem ausentes no dia da coleta das medidas ou da falta de consentimento dos pais para participar da pesquisa.

De acordo com o IMC, 33,82% dos alunos estavam com baixo peso, 58,82% encontravam-se eutróficos, 4,41% estavam com sobrepeso e 2,94% estavam obesos.



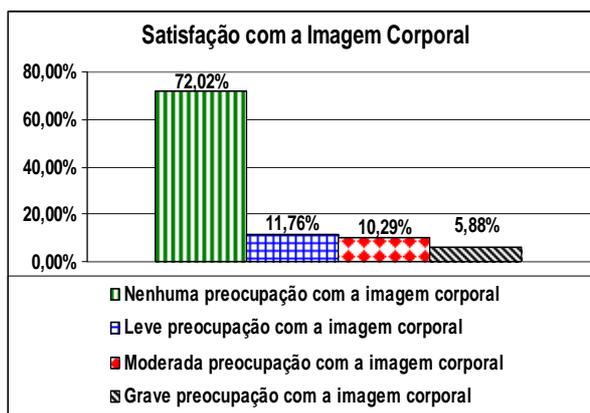
**Figura1-**Prevalência (em porcentagem) de Meninas/Meninos com Baixo peso, Eutróficos, Sobrepeso, Obesidade na faixa etária de 12 a 14 anos e 11 meses de acordo com a classificação do IMC e com os parâmetros de MUST (1991), e a classificação proposta pela OMS (1995).

A relação entre o estado nutricional e percepção corporal declarada pelo adolescente, obteve uma discordância superestimada, notou-se na figura anterior que 33,50% dos adolescentes estavam com baixo peso, porém na escala de silhueta apenas 1,47% se classificaram deste modo. Sendo assim, 58,82% dos adolescentes estavam com o IMC na normalidade, porém na escala de silhueta 67,64% se consideraram eutróficos. Dos adolescentes estudados 4,41% estavam com sobrepeso em seu estado antropométrico, já na escala de silhueta 26,47% se considerou assim. 2,94% estavam obesos de acordo com o IMC, mas na escala de silhuetas 4,41% dos estudantes se enxergaram desta forma.



**Figura 2-**Relação entre a autopercepção da imagem corporal e o estado nutricional dos Meninas/Meninos (em porcentagem) de acordo com a classificação de MADRIGAL-FRITSCH (1999).

Ao avaliar a satisfação com a imagem corporal, notou-se que, 72,02% não ter nenhuma preocupação com a imagem corporal, 11,76% demonstrou ter uma leve preocupação com a imagem. 10,29% disse ter uma moderada preocupação. E 5,88% relatou ter uma grave preocupação com a imagem corporal, fator de risco para TA.



**Figura 3**–Nível de insatisfação da imagem corporal nas Meninas/Meninos (Body Shape Questionnaire- BSQ), (em porcentagem). Segundo a classificação de CORDÁS e CASTILHO (1994).

## 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. Porém neste estudo podemos observar que ambos os sexos escolheram uma silhueta maior do que realmente tem. Contudo notou-se que os adolescentes da escola República Dominicana superestimaram o seu peso e a sua silhueta. No que diz respeito à insatisfação corporal (BSQ) os dados não foram tão alarmantes como os esperados, já que eles superestimaram as silhuetas, esperava-se que tivesse uma maior preocupação com a aparência.

Ao relacionarmos a autopercepção com o estado nutricional, detectamos uma superestimação, que, 33,50% dos jovens com baixo peso se percebiam eutróficos ou ainda com sobrepeso, 4,41% dos alunos estava com sobrepeso, porém na escala de silhuetas 26,47% se enxergaram desta maneira. Já os alunos que estavam com sobrepeso (4,41%) superestimaram seu peso para obesidade.

Esses dados não condizem ao estudo realizado 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.

Outro estudo longitudinal entre meninas norueguesas apontou que a imagem corporal é fator preditor para a prática de dietas, tendo relação direta com o aumento da idade (Friestad, Rise, 2004). E a prática de dietas freqüentes é fator de risco para o desenvolvimento de transtornos do comportamento alimentar, sobretudo de quadros de anorexia nervosa (Morgan *et al.*, 2002).

Esses dados confirmam que a percepção do peso corporal se sobrepõe ao IMC, ou seja, a forma como a pessoa se percebe é mais decisiva do que a massa corporal em si, podendo influenciar alterações importantes do comportamento alimentar. Esse fato evidencia a necessidade de explorar o tema em diferentes

segmentos populacionais, de modo a conhecer a magnitude do fenômeno e delinear estratégias voltadas ao problema (Nunes *et al.*, 2001).

A autopercepção da imagem corporal e, principalmente, a imagem corporal idealizados pelos adolescentes deste estudo ajustam-se ao padrão preconizado pelo contexto sociocultural em que vivemos, no qual sobressaem o que certos autores denominam *lipofobia* e *império da magreza*.

Vale ressaltar, ainda, que este estudo alerta para a importância que deve ser dada à educação de adolescentes e jovens discutindo a pressão cultural exercida sobre o corpo.

## Conclusão

Com este estudo pode-se concluir que, na relação entre o estado nutricional e a autopercepção da imagem corporal, os adolescentes apresentaram uma autopercepção não condizente com seu estado nutricional real e algum sentimento de insatisfação com a imagem corporal.

Contudo, os resultados desta pesquisa devem ser encarados com cautela. Pesquisas com populações maiores ajudariam a fortalecer as constatações do presente estudo, podendo, além disso, estabelecer relações do nível de satisfação corporal com outras variáveis como, por exemplo: sexo, classe social, etc.

É importante ressaltar que, o ser humano aceite o seu corpo como ele é, em sua materialidade, e não exclusivamente através das impressões. Há necessidade de amar o corpo ou ter por ele uma consideração positiva ou, pelo menos, reconhecê-lo, aceita-lo, e nunca reprová-lo por ele ser como é. (SIMAS, GUIMARAES, 2002).

## Referências Bibliográficas

1. ALVARENGA M, DUNKER KLL. **Padrao e comportamento alimentar na anorexia e na bulimia nervosa.** In: Philippi ST, Alvarenga M. Transtornos alimentares: uma visao nutricional. São Paulo: Manole, 2004. p.131-48
2. CORDÁS, T.A.; CASTILHO, S. - Imagem corporal nos transtornos alimentares – instrumento de avaliação: “Body Shape Questionnaire”. **Psiquiatria Biológica** 2: 17-21, 2004.
3. 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
4. FRIESTAD C, RISE J. A longitudinal study of the relationship between body image, self-esteem and dieting among 15-21 year olds in Norway. **European Eating Disorder Review.** 12(4): 247-55.2004.
5. 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, 1994**
6. GRAHAM, M.A.; EICH, C.; KEPPHART, B.; PETERSON, D. - **Relationship among body image, sex and popularity of high school students.** *Percept Mot Skills* 90: 1187-1193, 2000.
7. Instituto de Nutrição Annes Dias (INAD). **Obesidade e Desnutrição: Projeto Com Gosto de Saúde.** [online]. Rio de Janeiro, 2009. Disponível em: <<http://www.saude.rio.rj.gov.br>>. Acesso em: set 2010.
8. MADRIGAL-FRITSHCH, H.; IRALA-ESTEVEZ, J.; MARTINEZ-GONZALES, 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.
9. 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.
10. MORGAN CM, VECCHIATTI IR, NEGRÃO AB.. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais. **Rev Bras Psiquiatr**, 3(Supl3): 18-23, 2002.
11. MUST, A.; DALLAL, G.E.; DIETZ, W.H. - **Reference data for obesity: 85th and 95th percentiles of body mass index (wt/ht2) and triceps skinfold thickness.** *Am J Clin Nutr* 53: 839-846, 1991.
12. NUNES MA, OLINTO MTA, BARROSA FC CAMEY, S. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. **Rev Bras Psiquiatr**, 23(1): 21-7, 2001.
13. SIMAS, J.P.N; GUIMARAES, A.C.A Ballet clássico e transtornos alimentares. **Rev. Da Educação Física, UEM**, v.13, n.2, p 199-126, 2002.
14. WHO. - Infants and children, **In: WHO Physical status: the use and interpretation of antropometry.** WHO, Geneva, 1995, pp. 263-311.