

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

INSATISFAÇÃO CORPORAL ENTRE ESTUDANTES DE UM CURSO DE NUTRIÇÃO

Thayná Borges Santos, Fabiane Matos dos Santos, Ana Cláudia Gama Barreto,
Maria das Graças Vaz Tostes e Mirelle Lomar Viana.

Universidade Federal do Espírito Santo, Alto Universitário, S/N – Guararema, 29500-000 – Alegre –
ES, Brasil, thaynaborgessan98@gmail.com, fab.matoss@hotmail.com, ana.c.barreto@ufes.br,
mgvaztostes@gmail.com e mirellemloamar@gmail.com.

Resumo

A imagem corporal é uma construção multidimensional caracterizada por uma visão atribuída pelo indivíduo referente ao seu próprio corpo. Verifica-se que a insatisfação quanto a imagem corporal é um fator expressivo para desencadear comportamentos de risco para transtornos alimentares. O presente estudo teve por objetivo avaliar insatisfação corporal em estudantes do curso de Nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo, na cidade de Alegre. Para investigação de insatisfação corporal foi utilizado o instrumento *Body Shape Questionnaire (BSQ)*. Foram avaliados 88 estudantes do 1º ao 9º período do curso de nutrição, de ambos os sexos, com idade entre 18 e 50 anos. Verificou-se uma prevalência de 46,59% de insatisfação corporal entre os estudantes, sendo estes, 26,41% insatisfação leve, 10,23% insatisfação moderada e 10,23% insatisfação grave. O presente estudo demonstrou frequência alta e preocupante de insatisfação corporal entre os estudantes do curso de nutrição, bem como associação positiva entre insatisfação corporal e excesso de peso. Este resultado é preocupante visto que trata-se de um dos grupos mais propensos a desenvolver insatisfação corporal.

Palavras-chave: Estudantes. Imagem corporal. Insatisfação corporal.

Área do Conhecimento: Nutrição.

Introdução

A imagem corporal é uma construção multidimensional caracterizada por uma visão atribuída pelo indivíduo referente ao seu próprio corpo e é construída por meio de sentimentos, percepções, pensamentos e atitudes referentes ao aspecto físico (GONÇALVES *et al.*, 2023). Tem sido evidente o crescimento dos níveis de insatisfação corporal, sendo o problema intimamente relacionado à sensação de angústia, comprometimento da qualidade de vida, depressão e outras manifestações psicossociais (MCLEAN; PAXTON, 2019). Um estudo realizado por Zordão *et al.* (2015) concluiu que adolescentes que apresentam distorção quanto à imagem corporal, são mais susceptíveis a desenvolver distúrbios de conduta alimentar.

Nos dias atuais, a preocupação excessiva pelo corpo ideal tem aumentado significativamente devido aos padrões de beleza supervalorizados pela sociedade (SOUSA *et al.*, 2020), que atribuem uma forte relação entre a imagem corporal e o sucesso. Entretanto, essa condição imposta na sociedade atual não considera as particularidades individuais, além de negligenciar as limitações biológicas e genéticas. Neste contexto, surgem sentimentos negativos em relação ao corpo, quanto à forma, estrutura e peso, conduzindo a uma insatisfação corporal (MORAES *et al.*, 2016).

De acordo com os achados de Reis e Soares (2017), em um estudo realizado com 165 universitárias, 38,8% das avaliadas apresentaram alteração de percepção de imagem e 69,7% apresentaram insatisfação corporal. Outro estudo realizado por Silva *et al.* (2017), entre estudantes de nutrição, apontou que a insatisfação e a checagem corporal foram responsáveis por 59,4% da variância do comportamento alimentar no sexo feminino. Este mesmo estudo também analisou os grupos de estudantes dos cursos de Educação Física e Estética (REIS; SOARES, 2017, SILVA *et al.*, 2017).

Neste contexto, o presente estudo teve como objetivo investigar a presença de insatisfação corporal entre os estudantes do curso de nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo, de modo a

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

contribuir com o rastreamento desta prevalência, para que se possa, posteriormente, adotar medidas de intervenção.

Metodologia

O presente trabalho consistiu em um estudo descritivo de caráter transversal que teve por objetivo investigar a presença de insatisfação corporal entre os estudantes do curso de nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo. O presente trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Espírito Santo sob protocolo número 49263821.8.0000.8151.

Foi realizado um cálculo amostral por meio do programa *Open epi*® que determinou que uma amostra de 100 alunos forneceria poder estatístico de 80% com nível de significância de 95%. Para a realização do estudo foram incluídos todos os estudantes que aceitaram participar da pesquisa, desde que estivessem regularmente matriculados no curso de nutrição na Universidade Federal do Espírito Santo, na cidade de Alegre, com idade superior a 18 anos, ambos os sexos. Foram excluídos do estudo alunos que realizaram trancamento de matrícula durante o período da pesquisa. Foram coletados dados para a investigação de insatisfação corporal por meio do instrumento *Body Shape Questionnaire* (BSQ). Foi utilizado como meio de comunicação para a divulgação do projeto, esclarecimento de dúvidas e envio dos questionários os aplicativos *WhatsApp* e *Google Meet* que possibilitou maior interação com os participantes.

Os formulários foram enviados via canais de comunicação por meio da plataforma *Google Forms*. Para divulgar o trabalho e incentivar os alunos a responder os questionários, foi solicitado a permissão dos professores para participar da sala de aula do *Google Meet* de algumas turmas e, deste modo, os alunos tiveram um tempo de 10 minutos para responder os questionários e a qualquer momento poderiam se manifestar caso houvesse alguma dúvida em relação aos formulários. A altura e o peso corporal foram auto mensurados por cada aluno, para posterior cálculo do IMC, o qual consiste na razão entre o peso corporal e a altura elevada ao quadrado. O estado nutricional dos estudantes foi classificado de acordo com faixas de IMC estipuladas pela Organização Mundial da Saúde (1998) e para avaliar a relação entre IMC alto, ou seja, excesso de peso e insatisfação corporal, foi considerado o IMC maior ou igual a 25 kg/m².

Os dados foram registrados em um banco de dados em formas de planilhas no programa *Microsoft Office Excel 2016*®. Estes foram analisados com o auxílio do *Software GraphPad Prism versão 9.0*®. Por se tratar de variáveis qualitativas, foram apresentadas por meio de frequências ou porcentagens e para realizar a comparação entre os dados foi utilizado o teste Qui-quadrado e o teste Exato de Fisher com nível de significância de 95% ($p < 0,05$).

Resultados

Foram avaliados 88 estudantes do 1º ao 9º períodos do curso de Nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo, na cidade de Alegre-ES, de ambos os sexos, com idade entre 18 e 50 anos. O grupo estudado foi caracterizado quanto à idade e variáveis antropométricas (Tabela 1).

Tabela 1 – Caracterização dos universitários do curso de Nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo, na cidade de Alegre-ES quanto à idade e variáveis antropométricas.

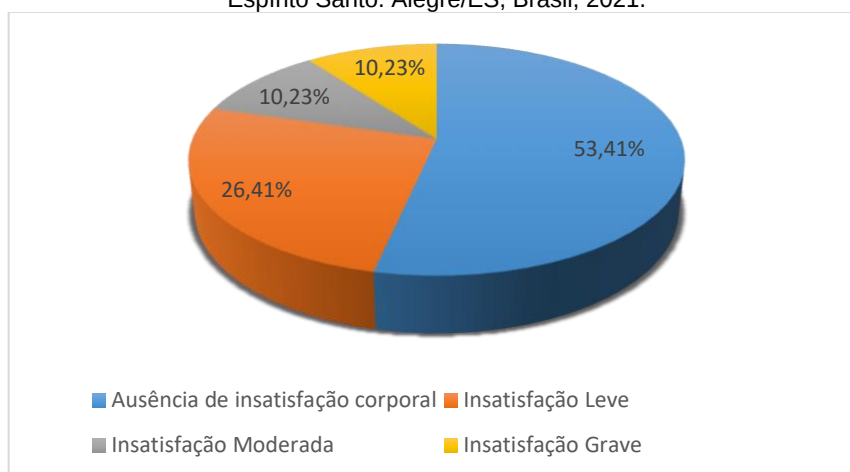
Variáveis	Mínimo	Máximo	Média±DP*
Idade (anos)	18,00	50,00	21,88±4,53
Estatura (m)	1,51	1,93	1,65±0,08
Peso (kg)	40,00	109	61,85±12,98
IMC (kg/m²)	16,44	36,84	22,47±3,60
Magreza	16,44	18,37	17,58±0,63
Eutrofia	18,67	24,68	21,75±1,71
Sobrepeso	25,08	29,40	26,42±1,04
Obesidade	30,48	36,84	32,89±2,83

Fonte: o autor

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

De acordo com as respostas obtidas por meio do questionário *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, observou-se que 53,41% (n=47) dos estudantes não apresentaram insatisfação corporal, 46,59% (n=41) apresentaram insatisfação corporal, sendo destes, 26,41% (n=23) insatisfação leve, 10,23% (n=9) insatisfação moderada e 10,23% (n=9) insatisfação grave (Figura 1).

Figura 1 – Percepção de insatisfação corporal em alunos do curso de Nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo, Alegre/ES, Brasil, 2021.



Fonte: o autor.

Verificou-se ainda, que o IMC alto, ou seja, excesso de peso apresentou associação significativa ($p < 0,05$) com insatisfação corporal (Tabela 2).

Tabela 2 – Estado nutricional e insatisfação corporal (BSQ) entre os estudantes de Nutrição da Universidade Federal do Espírito Santo, na cidade de Alegre/ES.

Estado Nutricional	Insatisfação corporal (BSQ)		p
	Sim	Não	
Com excesso de peso	15,91% (n=14)	3,41% (n=3)	p< 0,05*
Sem excesso de peso	30,68% (n=27)	50,00% (n=44)	

Teste Qui-quadrado de Pearson - *Associação significativa $p < 0,05$

Fonte: o autor.

Discussão

O presente estudo utilizou o BSQ como ferramenta de investigação para insatisfação corporal e encontrou uma prevalência de 46,59%, sendo estes, 26,41% insatisfação leve, 10,23% insatisfação moderada e 10,23% insatisfação grave. Um estudo realizado por Maia *et al.* (2018), que também utilizou o BSQ como instrumento para investigação de prevalência de insatisfação corporal em estudantes do curso de nutrição encontrou resultados semelhantes, sendo estes, 46,1% de insatisfação corporal, contemplando as classes leve (21,15%), moderada (9,61%) e grave (15,38%) (MAIA *et al.*, 2018).

Quando analisada a relação entre IMC alto, ou seja, excesso de peso e insatisfação corporal, este estudo demonstrou associação significativa. Reis e Soares (2017) também observaram relação entre excesso de peso e alteração de percepção da imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. Silva *et al.* (2012) também avaliaram estudantes do curso de nutrição e observaram que as participantes com sobrepeso e obesidade possuíam 5 a 7 vezes mais chances de apresentarem alteração de imagem corporal. Ainda, realizaram avaliação

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

antropométrica e verificaram que as participantes que apresentavam maiores percentuais de gordura e perímetro da cintura elevado eram mais susceptíveis a desenvolver distúrbios alimentares.

Os meios de comunicação são fatores socioculturais que tem grande influência no comportamento dos indivíduos e são ferramentas que passaram a determinar o que é belo e o corpo ideal. Os padrões de beleza são dinâmicos e passíveis de mudanças ao longo do tempo, entretanto ainda existe uma supervalorização da magreza, no qual um corpo magro e tonificado é tido como sinal de felicidade e *status* (REIS; SOARES, 2017; BANDEIRA *et al.*, 2016). Estudantes do curso de nutrição, principalmente os do sexo feminino, são grupos que anseiam por uma boa aparência física, uma vez que atribuem forte relação entre imagem corporal e sucesso profissional e, portanto, são grupos mais susceptíveis ao desenvolvimento de insatisfação corporal (LIZOT; NICOLETTO, 2018). Para se adequar a tantas exigências, os indivíduos podem submeter-se a métodos cada vez mais rigorosos para alcançar o “corpo ideal”, gerando comportamentos alimentares inadequados, que comprometem sua saúde e o bem-estar.

Vale destacar a importância de estudos como este para que se possam desenvolver medidas de intervenção ao longo do curso de nutrição entre os estudantes, haja vista que serão futuros profissionais que tem como função cuidar de pessoas que apresentam insatisfação corporal.

Um fator limitante deste estudo é o corte transversal, que impossibilita a análise de causa e efeito, reforçando a importância de outros trabalhos que tenham como objetivo investigar a influência do curso de nutrição sobre o desenvolvimento de insatisfação corporal bem como comportamentos de risco para transtornos alimentares, tais como estudos longitudinais dentro do próprio curso ou comparações de avaliações com estudantes de outros cursos.

Conclusão

O presente estudo demonstrou alta prevalência de insatisfação corporal entre os estudantes do curso de nutrição. Neste estudo, foi possível verificar associação positiva entre excesso de peso e insatisfação corporal, indicando um cenário preocupante haja vista que estudantes que apresentam IMC alto ou estão insatisfeitos com seu corpo estão mais susceptíveis a desenvolver transtornos alimentares. Por se tratar de um dos grupos mais propensos a desenvolver insatisfação corporal, devido à pressão social e forte cobrança por um “corpo ideal”, é imprescindível que haja medidas de intervenção de modo a promover a saúde global deste perfil populacional.

Referências

BANDEIRA, Y.E.R. et al. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **J. bras. Psiquiatr.**, 65(2),168-73. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9jL5RBF6NgbQgptFdXCX3FM/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 12 jan.2022.

GONÇALVES, L. et al. Body Weight Dissatisfaction and Health Risk Behaviors in Adolescents. **Percept. Mot. Skills**, 130(1), 340–363. Disponível em: <https://journals-sagepub-com.ez43.periodicos.capes.gov.br/doi/10.1177/00315125221137678> Acesso em: 24 jul. 2023.

LIZOT, L.A.B.; NICOLETTO, B.B. Comportamento alimentar e imagem corporal em acadêmicos de nutrição de uma universidade privada da Serra Gaúcha. **Rev. Bras. Obes., nutri. emagrecimento**, São Paulo. v. 12, n. 76 , p.1141-1149, Jan./Dez. 2018. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6987417> Acesso em: 17 mar.2021.

MAIA, R.G.L. et al. Estado nutricional e transtornos do comportamento alimentar em estudantes do curso de graduação em nutrição do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, Ceará, Brasil. **Demetra**. Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 135-145, Fev. 2018. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/30654>. Acesso em: 25 fev. 2021.

McLEAN S.A., PAXTON S.J., **Body Image in the Context of Eating Disorders**. *Psychiatry. Clin. North Am.*, v. 42, n. 1, p. 145–156, 2019. Disponível em:

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0193953X18311535?via%3Dihub>. Acesso em: 10 mar.2021.

MORAES, J.M.M. et al. Fatores associados à insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre estudantes de nutrição. **Rev. Pesq. Saúde**, São Luís (MA), 17(2): 106-111, mai-ago, 2016. Disponível em: <http://www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/revistahuufma/artic le/view/6084> Acesso em: 7 fev.2021.

REIS, A.S.; SOARES, L.P. Estudantes de Nutrição Apresentam Risco para Transtornos Alimentares. **Rev. bras. ciênc. saúde**. v.21, n.4, p. 281290,Paraíba,2017.Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/abo ut/contact>. Acesso em: 7 mar.2021.

SILVA, J.D. et al. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciênc. saúde coletiva**. 2012;17(12):3399-406. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/csc/a/PwGPTdtFdqZ6ncnGc9Jjsmc/?lang=pt> Acesso em: 12 jan.2022.

SILVA, N.L.N. et al. Insatisfação e checagem corporal e comportamento alimentar em estudantes de Educação Física, Nutrição e Estética. **Rev. bras. Ci. e Mov**. Taguatinga, 25(2):99-106, out. 2017.Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/6275>. Acesso em: 7 mar. 2021.

SOUSA, F.C.A. et al. Estudo do estado nutricional, imagem corporal e atitudes para transtornos alimentares em acadêmicas de nutrição. **Rev. Enferm. Atual**. Rio de Janeiro , v. 93, n. 31 , Abr.2020. Disponível : <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/644>. Acesso em: 7 mar. 2021.

ZORDÃO, O.P. et al. Associação da imagem corporal e transtornos alimentares em adolescentes de Minas Gerais (Brasil). **Nutr. clín. diet. hosp**. 2015; 35(2):48-56. Disponível em: <https://revista.nutricion.org/PDF/352pizetta.pdf>. Acesso em: 20 mar.2021.