

## DISTÚRBO DE IMAGEM E COMPOSIÇÃO CORPORAL: PERFIL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Eduarda de Andrade<sup>1</sup>

Fabio da Silva Ferreira Vieira<sup>2,3</sup>

### Resumo

Os transtornos alimentares são doenças psicológicas, que geram consequências no organismo, levando os indivíduos que são acometidos a sofrer de outras doenças como a caquexia (emagrecimento extremo), obesidade, problemas cardíacos, entre outras. Os transtornos mais acometidos hoje são a bulimia, anorexia e vigorexia afetando homens e mulheres de todas as idades. O presente estudo visa analisar e classificar como a vida acadêmica pode afetar o cuidado com a saúde, a prática de atividade física e relação da imagem corporal em estudantes. Este estudo descritivo, transversal, exploratório e quali-quantitativo utilizou da coleta de dados antropométricos para a avaliação quantitativa de medidas corporais e o aspecto qualitativo deu-se através da utilização da escala de silhueta de Kakeshita et al., (2009) quando foi realizada uma entrevista de forma individual para analisar e reter informações de estilo de vida e satisfação com a imagem corporal. Foi possível identificar o predomínio dos voluntários na faixa etária entre 20 e 30 anos e IMC em 24 kg/m<sup>2</sup>. Grande percentual entre eutrofia e sobrepeso e 51% insatisfeitos com a sua imagem corporal, acompanhado de que 70% declararam não praticantes de atividade física, o que pode ser um fator de correção para medidas antropométricas e de satisfação com a imagem corporal. É notável que a vida acadêmica acarreta várias mudanças no cotidiano do estudante, entretanto, sugere-se novos estudos com essa população e possíveis intervenções para a otimização da qualidade de vida, adoção e manutenção de hábitos saudáveis.

**Palavras-chave:** Imagem Corporal; Medidas Antropométricas; Processo de Cuidar; Distúrbio Alimentar; Atividade Física.

### Abstract

Eating disorders are psychological diseases, which have consequences in the body, Leading individuals who are affected to suffer from Other diseases such as

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de enfermagem na Faculdade do Norte Pioneiro - FANORPI

<sup>2</sup> Pós-doutorando em Neurociências. Delegado Adjunto da Federação Internacional de Educação Física e Esportes FIEPS-PR; Coordenador Internacional dos Programas de Mestrado e Doutorado em Educação Física da Logos University International (Unilogos); docente do curso de Enfermagem na Faculdade do Norte Pioneiro – FANORPI.

<sup>3</sup> GERGILA – Grupo de estudos em Ergonomia e Ginástica Laboral

cachexia (extreme weight loss), obesity heart problems, among others. The most affected disorders today are bulimia, anorexia and vigorexia affecting men and women of all ages. The present study aims to analyze and classify how academic life can affect health care, Physical activity and body image in students. This descriptive, cross-sectional, exploratory and qualitative-quantitative study used the collection of anthropometric data for the quantitative assessment of body measurements and the qualitative aspect was given through the use of the silhouette scale by Kakeshita et al., (2009) when it was performed an individual interview to analyze and rein information on lifestyle and body image satisfaction. It was possible to identify the predominance of volunteers in the age group between 20 and 30 years and BMI at 24 kg/m<sup>2</sup>. A large percentage between normal weight and overweight and 51% were dissatisfied with their body image, accompanied by 70% declared not practicing Physical activity, which may be a correction factor for anthropometric measurements and satisfaction with body image. It is notable that academic life entails several changes in the student's daily life, however, further studies are suggested with this population and posible interventions for optimizing the quality of life, adopting and maintaining healthy habits.

**Keywords:** Body Image; Anthropometric Measurements; Care Process; Eating Disorder; Physical Activity.

### Resumen

Los trastornos alimentarios son enfermedades psicológicas, que tienen consecuencias en el organismo, llevando a las personas afectadas a padecer otras enfermedades como caquexia (pérdida extrema de peso), obesidad, problemas cardiacos, entre otras. Los trastornos más afectados en la actualidad son la bulimia, la anorexia y la vigorexia que afectan a hombres y mujeres de todas las edades. El presente estudio tiene como objetivo analizar y clasificar cómo la vida académica puede afectar el cuidado de la salud, la actividad física y la imagen corporal en los estudiantes. Este estudio descriptivo, transversal, exploratorio y cualitativo-cuantitativo utilizó la recolección de datos antropométricos para la valoración cuantitativa de las medidas corporales y el aspecto cualitativo se dio mediante el uso de la escala de silueta de Kakeshita et al., (2009) cuando se realizó una entrevista individual para analizar y retener información sobre estilo de vida y satisfacción con la imagen corporal. Fue posible identificar el predominio de voluntarios en el grupo de edad entre 20 y 30 años e IMC de 24 kg/m<sup>2</sup>. un gran porcentaje entre normo peso y sobrepeso y el 51% se encuentran insatisfechos con su imagen corporal, acompañado de un 70% que declara no practicar actividad física, lo que puede ser un factor de corrección de las medidas antropométricas y satisfacción con la imagen corporal. Se destaca que la vida académica conlleva varios cambios en el cotidiano del estudiante, sin embargo, se sugieren nuevos estudios con esta población y posibles intervenciones para optimizar la calidad de vida, adoptando y manteniendo hábitos saludables.

**Palabras clave:** Imagen Corporal; Mediciones Antropométricas; Proceso de Atención; Desorden Alimenticio; Actividad Física.

### **Introdução**

A ABRES (2022) – Associação Brasileira de Estágios – realiza anualmente verificações em fontes como o INEP, MEC, IBGE entre outros e no corrente ano apresenta o quantitativo de 8.450,755 estudantes universitários em todo o território nacional.

Pereira et al., (2022) exortam essa população no que se refere a carência de cuidados já que o ingresso e/ou permanência na universidade por afetar a hábitos pouco saudáveis, como tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas ou adoção da falta de atividade física, a combinação entre estes diferentes fatores pode comprometer não apenas a performance acadêmica, mas também o risco do desenvolvimento de doenças crônicas não degenerativas (DCNT)

Com o aumento do consumo de redes sociais a imagem corporal ficou distorcida na cabeça de muitas pessoas, pois elas procuram sempre seguir o padrão imposto como bonito, nisso elas esquecem que cada um tem seu individualismo. Levanto a criarem um objetivo muitas vezes impossíveis de serem alcançados de forma saudável e recorrendo sempre a procedimentos invasivos. O que leva a frustração de não conseguirem o que tanto desejam, levando assim muitas pessoas a desenvolverem transtornos alimentares e quadros depressivos.

A WHO (2000) – World Health Organization – classifica o estado nutricional da população em seis extratos, desde o baixo peso até a obesidade grau III. Juntamente com a categorização do índice de massa corpórea para a classificação do estado nutricional, como fator complementar associa-se a circunferência da cintura.

Oliveira et al., (2015) e Vieira (2021) são equânimes ao salientarem a importância da atenção que deve ser atribuída a população universitária, respeitando a teoria da complexidade no que concerne o aproveitamento

acadêmico, a qualidade de vida e o máximo possível de fatores que possam ser verificados e otimizados dessa população.

A partir desse contexto, faz-se necessária a análise da vida acadêmica como um todo, entretanto, por ora, avalia-se e infere-se sobre a composição corporal e a possível relação entre a imagem corporal em estudantes universitários.

### **Materiais e Métodos**

Para este estudo descritivo, transversal, exploratório e de natureza quali-quantitativo com amostra composta por conveniência (LAKATOS & MARCONI, 2017), foi realizada a coleta dos dados em uma IES da região denominada Norte Pioneiro do Estado do Paraná.

Foi realizado o convite para os acadêmicos acompanhado de explicações por parte dos autores sobre todos os parâmetros éticos e metodológicos da pesquisa, ao aceitarem, os voluntários preencheram e assinaram o TCLE.

Foram coletados dados referentes à sexo, idade, a prática ou não de atividades físicas (autorreferidas), e dados antropométricos de massa corporal e estatura – para o cálculo do índice de massa corporal (IMC) e a circunferência da cintura.

Utilizou-se uma balança antropométrica mecânica e capacidade máxima para 150 kg e precisão de 100 g para a aferição da massa corporal, o estadiômetro acoplado à balança com capacidade para 200 cm para a mensuração da estatura. A posteriori o cálculo do Índice de Massa Corporal, conforme Carnaval (2004).

Para a avaliação da imagem corporal foi utilizado a escala de silhuetas para adultos brasileiros de Kakeshita et al., (2009), idêntica à figura 1, projetada constantemente em quadro branco para que pudesse ser referida pelo avaliado no desenvolvimento das aferições.

Após o voluntario analisar a escala foi então, realizada três perguntas, a seguir:

1. Qual das imagens você considera mais parecida com o seu corpo atualmente?
2. Qual imagem melhor ilustra como você gostaria de ser?
3. Qual imagem você considera como sendo o corpo mais saudável?

Para análise dos dados foi utilizado o pacote estatístico SPSS 23, utilizou-se, para as variáveis independentes o teste t de student, acompanhado do teste de Levene para igualdade das variâncias. Para dos dados categóricos foi utilizada a correlação de Pearson. Adotou-se o padrão de significância em  $p \leq 0,05$ .

Este estudo obedeceu a todos os parâmetros éticos e legais exigidos pela Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, o Código de Nuremberg (1947) e a Declaração de Helsinque (2004).

### **Resultados E Discussão**

A população estudada foi composta por 54 voluntários estudantes de uma faculdade privada no interior do Paraná, localizada em uma região do estado conhecida como “Norte Pioneiro”. Segregados de acordo com o sexo dos voluntários, o sexo feminino compôs 70,4% ( $n = 38$ ) e o masculino 29,6% ( $n = 16$ ) da amostra. Ao realizar o cálculo amostral denota-se possível erro aproximado de 10%, que pode ser justificado pela falta de adesão ao convite de voluntariar-se à pesquisa.

A vida acadêmica no contexto da graduação não reflete apenas a procura pelo curso de ensino superior, mas de alguma forma para a mudança na estrutura da vida, ou até mesmo para possível complementação profissional, no presente estudo a diferença significativa foi evidenciada na diferença da idade em anos, o que não se repetiu nas variáveis antropométricas (Tabela 1).

**Tabela 1.** Caracterização de idade e antropométrica da amostra

	Feminino	Masculino	p Valor
Idade (anos)	21 ± 5	25 ± 8*	0,01
Massa Corporal (kg)	62,7 ± 14,5	74,5 ± 9,5	0,39
Estatuta (m)	1,61 ± 0,5	1,74 ± 0,6	0,32
IMC (Kg/m <sup>2</sup> )	24,1 ± 5,4	24,5 ± 2,9	0,11

Quanto ao estado civil, 83,3% (n = 45) da amostra do estudo declarou-se como solteiro, enquanto 16,7% (n = 9) declararam-se casados ou vivendo com cônjuge. Porém, item relevante para o presente trabalho faz menção à prática de atividade física, na qual 42,6% (n = 23) se autodeclararam como ativos fisicamente, ao passo que 57,4% (n = 31) assumiram fisicamente inativos o que pode referir um parâmetro de igualdade entre ativos e inativos fisicamente.

Quanto à distribuição do IMC em relação ao sexo, a tabela 2 reflete, já que todos os voluntários são adultos, é possível verificar a significância no acúmulo de homens em mulheres na classificação de normal e pré-obesidade.

**Tabela 2.** Distribuição do IMC de acordo com o sexo.

	Feminino		Masculino	
	n	%	n	%
Baixo Peso	1	2,7	0	0,0
Normal (ou Eutrófico)	22	59,5	9	56,3
Pré-Obeso (ou Sobrepeso)	9	24,3	7	43,8
Obeso Grau I	4	10,8	0	0,0
Obeso Grau II	0	0,0	0	0,0
Obeso Grau III	1	2,7	0	0,0

Como fator de correção para o IMC, os parâmetros de circunferência da cintura, relação cintura-quadril e relação cintura/estatura (RCEst), são apresentados na tabela 3.

**Tabela 3.** Fatores de correção do IMC

	Feminino	Masculino	p Valor
Circunferência da Cintura (cm)	80 ± 13	88 ± 11	0,6

---

Circunferência do quadril (cm)	101 ± 10	101 ± 16	0,48
Relação Cintura-Estatura	0,50 ± 0,08	0,50 ± 0,06	0,2
Relação Cintura/Quadril	0,78 ± 0,08	0,9 ± 0,22	0,2

---

É possível verificar na tabela 4 que não existe diferença significativa entre os sexos, entretanto, vê-se que a população estudada carece de atenção especial quanto à hábitos alimentares, práticas de atividades físicas e sobremaneira para a composição corporal, dados os resultados da tabela.

Em relação à imagem corporal para a população analisada 48,1% (n = 26) encontram-se satisfeitos com a sua imagem corporal, enquanto 51,9% (n = 28) assumiram estar insatisfeitos com a sua própria imagem corporal.

De acordo com alguns estudos apontados pela literatura, o desejo por uma silhueta diferente da atual tem sido prevalente em ambos os sexos, onde mulheres e aqueles com excesso de peso buscam pela magreza e os homens ou aqueles com baixo peso desejam por uma silhueta maior apresentando um corpo mais definido (MIRANDA et al., 2012).

A prática de atividade física autodeclarada serve de parâmetro para o estabelecimento de possíveis relações, entretanto não foram encontradas relações significativas entre a prática de atividade física e a percepção da imagem corporal. 52,2% das pessoas que estão satisfeitas com a sua imagem corporal são fisicamente ativos e 45,2% também satisfeitos, são inativos, o que pode sugerir a necessidade de novas pesquisas para aumentar a acurácia da medição.

Entretanto, existe uma relação significativa (p=0,02) entre pessoas que não praticam atividade física e a percepção da imagem corporal (r=0,4). Ou seja, pode-se estabelecer que para a população estudada, existe uma tendencia de que a inatividade física contribui para a insatisfação com a imagem corporal. Isso ficou muito perceptível quando os participantes fizeram o teste da tabela de silhuetas de Kakeshita. Onde muitos escolheram sempre um corpo mais magro ou definido que eles alegam estarem satisfeitos. Ou até mesmo relacionando um

corpo bem mais magro que os seus como sinônimo de saudável, pois essa cultura de que para estar saudável tem que ser magro foi imposta e aceita por muito tempo, levando muitos a temer a comida, buscando por dietas restritivas que podem causar um efeito adverso do que procuram (TEZZA et al., 2018).

Mesmo com o acesso à internet ainda há muitas pessoas que não conhecem e não procuram saber sobre distúrbios alimentares, fazendo com que muitos banalizem e não deem a devida importância. Fazendo assim que o diagnóstico seja tardio, pois demoram a procurar ajuda necessária (MARCHI & BARATTO, 2018).

O distúrbio alimentar não é somente um problema comportamental e sim psíquico, onde ele começa a afetar na infância ou juventude e com isso se prolongar por toda vida adulta causando problemas no desenvolvimento e afetando a saúde do portador (SOUZA et al., 2022)

### **Considerações Finais**

Foi possível observar que a entrada e a permanência na graduação podem alterar hábitos de vida, como os alimentares e comportamentais, que por algumas vezes pode prejudicar a saúde. Podendo levar a consequência da não satisfação com a forma física, alterando também a percepção corporal o que geralmente acarreta diferentes formas de distúrbios.

A vida acadêmica traz muita mudança na vida do estudante, alguns, por conta da agitação e demandas do universitário de uma maneira geral precisa se alimentar de maneira rápida e prática, não apresenta rotinas de atividades físicas ou exercícios físicos e tem dificuldade de práticas de lazer e distrações.

A partir do presente estudo sugere-se novas pesquisas com essa população analisando outros parâmetros de qualidade de vida, comportamento alimentar, práticas de atividades físicas e aproveitamento acadêmico, para então poder estabelecer critérios de análise e promoção do bem-estar dos discentes e consequente melhora no aproveitamento universitário.

## Referências

ABRES – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESTÁGIOS. **Estatísticas**. <https://abres.org.br/estatisticas/>, 2022.

CARNAVAL, P.E. **Medidas e Avaliação em Ciências do Esporte**. 6ª Edição, Rio de Janeiro: Ed. Sprint, 2004.

KAKESHITA, I.S.; SILVA, A.I.P.; ZANATTA, D.P.; ALMEIDA, S.S. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**. 25 (2). 263-270, 2009.

MARCHI, P.; BARATTO, I. Prevalência de ortorexia nervosa em acadêmicos do curso de nutrição em uma instituição de ensino superior do sudoeste do Paraná. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, 12(74), 699-706, 2018.

MIRANDA, V.P.N.; FILGUEIRAS, J.F.; NEVES, C.M.; TEIXEIRA, P.C.; FERREIRA, M.E.C. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas do conhecimento. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 61, p. 25-32, 2012.

OLIVEIRA, H. F. R.; VIEIRA, F. S. F.; LEAL, K. A. S.; NOVELLI, C.; NODA, D. K. G.; MARTINS, G. C.; CASAGRANDE, R. M.; CAMARGO, L. B.; VILELA JUNIOR, G. B. Estresse e qualidade de vida de estudantes universitários. **Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**. Vol. 7, Nº. 2, p. 1-8, 2015.

PEREIRA, M. M.; GORDIA, A. P.; SANTOS, D. F. C.; SANTOS, A. J.; DANTAS, W. R. S.; GALVÃO, H. S.; QUADROS, T. M. B. Mudanças na composição corporal e pressão arterial de estudantes universitários participantes do programa de extensão “Yoga: awaken one”. **Revista REVISE**, v. 9, fluxo contínuo, PICS/COVID, p. 38-56, 2022.

SOUZA, F.V.B.; LIMA, C.S.; SOUZA, T.S.O.; CARDOSO, T.C.; RODRIGUES, M.S.; SILVA, M.H.B.; MACEDO, K.V.; FERNANDES, A.C.C.F.; LANDIM, L.A.S.R. Risco de ortorexia nervosa em universitários: uma revisão. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 9, e30411931697, 2022.

VIEIRA, F. S. F. Estudantes universitários: qualidade de vida e estresse. **FIEP BULLETIN**. Volumen 91, Special Edition, Article I, p-378-385, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO Consultation**. Geneva; WHO; 2000. (Technical Report Series; 894).