

**DISTÚRBIOS DE IMAGEM E ESTADO NUTRICIONAL EM
UNIVERSITARIOS**

Andreia Keyth Batista da SILVA¹

Fellipe Maia CÔSSO¹

Phelippe Erick da Silva BARROS¹

Bárbara Grassi PRADO²

¹Discentes do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

²Doutora em Saúde Pública. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

RESUMO

Introdução: O termo “imagem corporal” aborda uma ilustração de tamanho, imagem e forma de nossa composição física, manifestando também sentimentos ligados a essas características, que podem gerar uma insatisfação corporal e o diagnóstico de alguns transtornos alimentares. **Objetivo:** Estimar a prevalência de distúrbios de imagem e seus fatores associados em universitários do curso de nutrição de uma universidade de Várzea Grande-MT. **Métodos:** Trata-se de um transversal, realizado com estudantes do 6º semestre do curso de nutrição de ambos os sexos, em que foi aplicado um questionário sobre os aspectos socioeconômicos e demográficos, foram aferidos peso e altura dos participantes que foram utilizados para avaliar o estado nutricional por meio do Índice de Massa Corporal e a coleta da circunferência da cintura, sendo um dos parâmetros para verificar riscos de doenças cardiovasculares e classificados como sem risco ou risco aumentado para doenças cardiovasculares. Para avaliar a predominância de riscos dos distúrbios de imagem corporal, foi aplicado a escala de silhueta de Stunkard. **Resultados:** No estudo 93,8% (n=45) dos participantes eram do sexo feminino e 79,2% (n=38) solteiros, a insatisfação corporal foi encontrada em 79,2% (n=38) dos participantes e vale ressaltar que 68,8% (n=33) destes estavam eutróficos, foram observados que 100,0% (n=11) dos indivíduos que desejavam ganhar peso, estavam eutróficos e não possuíam risco, e dentre os indivíduos que desejavam perder peso, somente 55,56% (n=15) estavam com sobrepeso e 44,4% (n=12) apresentavam risco para doenças cardiovasculares. **Conclusão:** Este estudo observou que há um grau de insatisfação expressiva nos indivíduos entrevistados e que mesmo apresentando um corpo adequado para a sua estatura, ainda gostariam de mudanças significativas em seu corpo como a perda de peso.

Palavras-chave: Estado nutricional. Transtornos Alimentares. Imagem corporal. Universitários.

ABSTRACT:

Introduction: The term "body image" addresses an illustration of the size, shape and shape of our physical composition, and also expresses feelings related to these characteristics, which can generate a body dissatisfaction and the diagnosis of some

eating disorders. **Objective:** To estimate the prevalence of image disorders and their associated factors in undergraduate nutrition students at a University of Várzea Grande-MT. **Methods:** This was a cross-sectional study carried out with students from the 6th semester of the nutrition course of both sexes, in which a questionnaire was applied on socioeconomic and demographic aspects, weight and height of the participants were evaluated, which were used to evaluate the nutritional status through the Body Mass Index and the collection of waist circumference, being one of the parameters to verify risks of cardiovascular diseases and classified as without risk or increased risk for cardiovascular diseases. To assess the predominance of risks of body image disorders, we applied the Stunkard silhouette scale. **Results:** In the study 93.8% (n = 45) of the participants were female and 79.2% (n = 38) were unmarried. Body dissatisfaction was found in 79.2% (n = 38) of participants and it is worth mentioning that 68.8% (n = 33) of these were eutrophic, 100.0% (n = 11) of the individuals who wished to gain weight were eutrophic and had no risk, and among the individuals wishing to lose weight, only 55,56% (n = 15) were overweight and 44.4% (n = 12) were at risk for cardiovascular disease. **Conclusion:** This study noted that there is a degree of expressive dissatisfaction in the individuals interviewed and that even presenting a body fit for their height, they would still like significant changes in their body like weight loss.

Keywords: Nutritional status. Eating Disorders. Body image. College students.

INTRODUÇÃO

De acordo com Schilder (1994), a imagem corporal que criamos através da nossa imaginação, se dá pela forma que o corpo nos apresenta. O termo “imagem corporal” aborda uma ilustração de tamanho, imagem e forma de nossa composição física, manifestando também sentimentos ligados a essas características, bem como as partes que a integram (BOSI et al, 2008). Conforme Smolak e Levine (2001) a imagem corporal é constituída pela “estima corporal” e a “insatisfação com o corpo”. A estima corporal se atribui a intensidade que o sujeito gosta do seu corpo em um todo englobando peso e estrutura física. Já a insatisfação corporal apresenta tormenta com o peso, gordura e características do corpo. Conforme o estágio de insatisfação pode haver influência no hábito alimentar, autoestima e comportamento psicossocial.

A insatisfação com a imagem corporal, entendida como um sentimento negativo que o indivíduo tem em relação ao seu peso e à sua forma corporal, é um tópico importante para o diagnóstico de alguns transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia nervosa (SILVA, 2011). Ocorre que a relação entre insatisfação com a imagem corporal e manifestações de transtornos alimentares tem sido reconhecida em vários países, inclusive no Brasil (ERICKSON, 2007).

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

Os transtornos alimentares como anorexia e bulimia nervosa e suas variantes são quadros psiquiátricos que acometem principalmente mulheres do sexo feminino trazendo grandes prejuízos biopsicossociais (DOYLE E BRYANT-WAUGH, 2000). Caracterizada como síndrome psicossomática, a anorexia é reconhecida principalmente pela desnutrição proteico-calórica e amenorreia, além de distúrbios psicológicos como depressão, fobias, compulsões, preocupação obsessiva com os alimentos, insatisfação com o corpo, entre outros (SANTOS, 1990).

Segundo Russel (1979), a bulimia nervosa foi reconhecida como síndrome distinta, antes apenas figurava como adjunto da anorexia nervosa, assim, a bulimia nervosa é caracterizada por impulsos de ingestão espessa de alimentos acompanhada por comportamentos compensatórios de eliminação por meio de êmese, uso de laxantes e diuréticos ocasionados pelo sentimento de culpa, vergonha e posteriormente depressão pela falta de autocontrole (APA – AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 1994).

O sexo feminino, de maneira geral, é vulnerável ao distúrbio de imagem e aceitação das pressões da sociedade associada aos padrões estéticos, visto que a sociedade tem a tendência a rejeitar, discriminar e reprovar pessoas com sobrepeso (FIATES, 2001). O perfil de beleza determinado pela sociedade atual corresponde ao aspecto da magreza, onde não se leva em consideração a relação com a saúde e as diferentes formas físicas da população. O corpo ideal preconizado pela nossa sociedade e veiculado pela mídia leva as mulheres à insatisfação corporal, onde há a culpa, muitas vezes, por alguns quilos a mais, adotando-se dietas totalmente restritivas e exercícios físicos extenuantes como modo de compensar as calorias ingeridas em excesso, na tentativa de corresponder ao modelo cultural vigente (ANDRADE, 2003).

Assim, mediante a alta prevalência da doença na população jovem e suas consequências, o objetivo do presente estudo foi estimar a prevalência de distúrbios de imagem e seus fatores associados em universitários do 6º semestre de nutrição de uma universidade de Várzea Grande-MT.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal realizado com estudantes do 6º semestre do curso de nutrição, de ambos os sexos de uma instituição de ensino superior em Várzea Grande – MT, em agosto de 2017.

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário sobre os aspectos socioeconômicos e demográficos. Ainda foram aferidos peso e altura dos participantes com auxílio do estadiômetro da marca Sanny® e balança digital de precisão da marca Techline® Bal-20, que foram utilizados para avaliar o estado nutricional por meio do Índice de Massa Corporal (IMC) pela equação $\text{peso}/\text{altura}^2$ e classificados em desnutrição (magreza) quando o resultado do IMC for $<18,5$ para, eutrofia para IMC entre 18,50 a 24,99, sobrepeso para IMC entre 25,0 a 29,99, obesidade quando o IMC for acima de 30 a 34,99 (CUPPARI, 2002).

A coleta da circunferência da cintura foi realizada por intermédio de fita métrica da marca Sanny® (TR-4010), sendo um dos parâmetros para verificar riscos de doenças cardiovasculares (CUPPARI,2001), classificados com risco $> 80,0$ cm para mulheres e $> 94,0$ cm para homens.

Para avaliar a predominância de riscos dos distúrbios de imagem corporal, foi aplicado a escala de silhueta de Stunkard et al. (1983). Na referida escala, os indivíduos deveriam escolher a silhueta similar a sua aparência real (Percepção da Imagem Corporal Real – PICR) e também a silhueta que almejavam como aparência corporal ideal (Percepção da Imagem Corporal Ideal – PICI). Para classificar o grau de insatisfação corporal subtraiu-se o valor escolhido pela aparência real do valor escolhido para a aparência corporal desejada, podendo esse número variar de -8 a +8 (PEREIRA et al., 2009). Assim, os indivíduos foram classificados em insatisfação corporal para perda de peso, quando os valores eram ≤ -1 e para ganho de peso quando os resultados eram $\geq +1$.



Figura 1. Conjunto de silhuetas proposto por Stunkard et al.

A tabulação e análise de dados foi realizada utilizando-se o programa Microsoft Office Excel (2016) por meio de tabela de frequência absoluta e relativa. As variáveis socioeconômicas, demográficas e de estado nutricional foram avaliadas segundo a classificação de insatisfação corporal (perder peso ou ganhar peso).

Os participantes da pesquisa assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido autorizando sua participação na pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi estimar a prevalência de distúrbios de imagem e seus fatores associados em universitários do 6º semestre de nutrição. Assim, a amostra foi composta por 48 universitários, com uma média de 25,04 anos, com idade mínima de 19 anos e máxima de 43 anos (dados não apresentados em tabelas).

A maioria dos universitários 60,4% (n=29) residia na cidade de Várzea Grande, seguido de Cuiabá 34,4% (n=17). Dentre estes, 93,8% (n=45) eram do sexo feminino, 79,2% (n=38) solteiros, 27,1% (n=13) tinham filhos e 81,2% (n=39) moravam com 1 a 4 membros da família. Quanto a renda familiar, 37,5% (n=18) possuíam renda de 2 a 5 salários mínimos e 33,3% (n=16) tinham renda menor que 2 salários mínimos (dados não apresentados em tabelas).

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

Atualmente segundo Oliveira (2010) a admissão em universidades privadas se popularizou por conta de programas de financiamento estudantil como o FIES, podendo assim a família de baixa renda ter acesso a cursos superiores, levando em conta a porcentagem de renda analisada no presente estudo, foi detectado que 33,3% (n=16) possuíam de 1 a 2 salários mínimos como renda familiar, com essa ingressão nas universidades, gerou um aumento de profissionais com ensino superior na população, e uma melhora no mercado de trabalho. Ainda, consiste em uma oportunidade de melhoria das condições socioeconômicas futuras destes estudantes.

A insatisfação corporal foi encontrada em 79,2% (n=38) dos participantes e vale ressaltar que 68,8% (n=33) destes estavam eutróficos, isso demonstra que mesmo apresentando um estado nutricional adequado, ainda assim, a maioria estava insatisfeita com a sua forma corporal (dados não apresentados em tabelas).

A Tabela 1 descreve as variáveis socioeconômicas, demográficas e de estado nutricional segundo insatisfação corporal. Sobre a circunferência da cintura que classifica riscos de doenças cardiovasculares e sobre Índice de Massa Corporal (IMC) que é uma ferramenta para indicar o estado nutricional do indivíduo foram observados que 100,0% (n=11) dos indivíduos que desejavam ganhar peso, estavam eutróficos e não possuíam risco, e dentre os indivíduos que desejavam perder peso, somente 55,56% (n=15) estavam com sobrepeso e 44,4% (n=12) apresentavam risco para doenças cardiovasculares.

Alvarenga (2010) estudou a insatisfação corporal em mulheres pela escala de silhueta de Stunkard em 2489 participantes de diversas regiões do Brasil, com uma idade média de 26,1 anos e uma média de IMC de 22,7 kg/m², classificados como eutrofia e observou um grau alto de insatisfação corporal para perda de peso (64,4%) e para ganho de peso (13,9%). Em relação ao estado nutricional da amostra total (n =2.489), 70,6% (n=1742) eram eutróficos, 9,2% (n=229) foram classificadas como baixo peso e 14,9% (n=371), como acima do peso. Já Regis (2015), em um estudo com 479 universitários, com uma média de 22,5 anos e 58,7% do sexo feminino, a prevalência de Insatisfação corporal foi encontrada em 34,7% dos estudantes.

Segundo Bandeira (2016) por serem universitários do 6º Semestre de nutrição, esperava-se uma atitude melhor em relação ao corpo, pois o aluno já estudou diversas disciplinas que incluem o cuidado com a alimentação e sobre os distúrbios. Entretanto,

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

o distúrbio pode ocorrer mediante a auto cobrança em relação ao peso decorrente da profissão, pois trata-se de um curso voltado para uma alimentação adequada.

Tabela 1. Variáveis socioeconômicas, demográficas e de estado nutricional segundo insatisfação corporal. Várzea Grande/MT, 2017.

Variáveis	Perder peso		Ganhar peso	
	n	%	n	%
Filhos				
Nenhum	19	70,4	8	72,7
1 ou mais	8	29,6	3	27,3
Total	27	100,0	11	100,0
Renda familiar				
< 2 salários	10	37,1	4	36,4
2 a 5 salários	11	40,7	3	27,2
5 ou mais	6	22,2	4	36,4
Total	27	100,0	11	100,0
Índice de Massa Corporal				
Eutrofia	12	44,4	11	100,0
Excesso de peso	15	55,6	0	0,0
Total	27	100,0	11	100,0
Circunferência da cintura				
Não há risco	15	55,6	11	100,0
Risco aumentado	12	44,4	0	0,0
Total	27	100,0	11	100,0

Em um estudo realizado em uma faculdade pública de Fortaleza-CE com 300 estudantes mulheres do curso de nutrição do 1º ao 8º semestre, com idade média de 24 anos e IMC médio de 22,9 kg/m², portanto, eutróficos, que utilizaram o questionário

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

Body Shape Questionnaire (BSQ), e ficha de avaliação corporal aferindo peso e altura, verificou-se que 47% com algum grau de insatisfação corporal (BANDEIRA, 2016).

Um outro estudo aplicado por Moreira (2017), em uma instituição de ensino superior em Montes Claros – MG com participação de 96 estudantes universitários de nutrição, com idade média de 23,1 anos, constatou que 76,1% do grupo estudado demonstraram insatisfação com a imagem corporal, sendo que houve o maior predomínio de insatisfação entre estudantes com renda familiar correspondente à faixa de “dois a quatro salários mínimos” (68,7%), renda que varia de R\$1.244,00 a R\$ 4.488,00. No presente estudo, a maioria dos estudantes tinha renda menor que 2 salários mínimos, indicando que em ambas as faixas de renda, a insatisfação corporal pode ser um problema dos estudantes de nutrição. Assim, a renda não pode ser considerada um fator de risco para a insatisfação corporal.

Discentes de nutrição retratam uma preocupação exagerada com a sua forma física, por estar em constante contato com os alimentos, o que acaba contribuindo com a obsessão por uma aparência imposta pela mídia. Os futuros nutricionistas possuem certo conhecimento das propriedades nutricionais dos alimentos e há uma incessante cobrança para que esse conhecimento seja colocado em prática. Em algumas circunstâncias colocando sua saúde em risco. O contexto em que esses alunos são incorporados, desde a entrada na faculdade até a vivência da vida profissional, pode ajudar no desenvolvimento de distúrbios de imagem (PENZ, BOSCO, VIEIRA, 2008).

O presente estudo teve como limitação detectar apenas distúrbios de imagem, como a pessoa se vê, e não as atitudes, entretanto, é um estudo de grande valia, pois pode sugerir uma tendência ao desenvolvimento de transtornos alimentares, observada no presente estudo.

CONCLUSÃO

Este estudo observou que há um relevante grau de insatisfação presente nos indivíduos entrevistados, e que mesmo apresentando um corpo adequado para a sua estatura, ainda gostaria de mudanças significativas em seu corpo, como a perda de peso.

Ações desde a infância são importantes no desenvolvimento e aceitação do próprio corpo e as escolas como fonte primária de educação e socialização, necessitariam praticar atividades socioeducativas e de conscientização, pois nesse mesmo ambiente começa o desenvolvimento de distúrbios por conta da prática de

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

bullying entre alunos. No tratamento da incidência de distúrbios alimentares uma equipe multidisciplinar é essencial, pois a apoio nutricional, psicológico e terapêutico poderá auxiliar na prática alimentar saudável, no tratamento da percepção corporal, melhora da autoestima e no tratamento de possíveis complicações devido ao distúrbio.

A mídia como grande influenciadora no desenvolvimento pessoal, tem apresentado como o corpo ideal o de modelos e atrizes famosas, fazendo com que cada vez mais a população procure formas de alcançar esse padrão imposto, isso gera um aumento da insatisfação corporal, levando a transtornos emocionais, de imagem e alimentares. Uma onda de mudança nesse meio começou a se ampliar com campanhas de aceitação ao próprio corpo e um movimento do “Corpo perfeito como ele é” mostrou que se pode ser feliz mesmo apresentando diferentes silhuetas do qual se era visto como inadequado. Há um grande caminho para uma nova visão da população sobre a beleza corporal, mas que é necessário percorrer para gerar populações futuras mais satisfeitas com o seu próprio corpo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS

ALVARENGA, M.S.; TUCUNDUVA, S.P.; LOURENÇO, B.H.; SATO, P.M.; et al. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 44-51, 2010.

ANDRADE, A.; BOSI, M.L.M. Mídia e subjetividade no comportamento alimentar feminino. **Rev. Nutrição**.v.16, n.1, p. 117-25, 2003.

APA - American Psychiatric Association. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders – DSM-IV**. Washington DC: American Psychiatric Association; 1994.

BANDEIRA, Y.; MENDES, A.; CAVALCANTE, A.; ARRUDA, S. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de nutrição de um centro universitário particular de fortaleza. **Revista Jbras Psiquiatr**, v.2, n.65, p. 168-73,2016.

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

BOSI, M.L.M; RONIR, R.L; UCHIMURA, K.Y; OLIVEIRA, F.P. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. **J Bras Psiquiatr.** v. 1, n. 57, p. 28-33, 2008.

DOYLE, J.; BRYANT-WAUGH, R.– Epidemiology.In: Lask, B.; BryantWaugh R. (eds.). Anorexia Nervosa and Related Eating Disorders in Childhood and Adolescence. 2nd ed. **Psychology Press**, East Sussex, UK, p.41-61, 2000.

ERICKSON, S.J; GERSTLE, M; Investigation of ethnic differences in body image between Hispanic/biethnic-Hispanic and non-Hispanic White preadolescent girls. **Body Image.** v.4, n.1, p.69-78, 2007.

FIATES, G.M.R; SALLES, R.K. Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: um estudo em universitárias. **Rev Nutrição.** v.14, p. 3-6, 2001.

CUPPARI, L.; Guias de Medicina Ambulatorial e Hospitalar. **Nutrição Clínica no Adulto.** São Paulo: Manole. UNIFESP, 2002.

MOREIRA, D. E.; PINHEIRO, M.C.; CARREIRO, D.L. et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de Nutrição e Administração. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN.** v. 8, n. 1, p. 18-25, 2017.

OLIVEIRA, Z.D., CARNIELLI, B.L. Fundo de Financiamento ao Estudante do Ensino Superior (FIES): visão dos estudantes. **JORNAL DE POLÍTICAS EDUCACIONAIS.** v.4, n.7, p. 35-40, 2010.

PENZ, L.R.; BOSCO, S.M.; VIEIRA, J.M.. Risco para desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes de Nutrição. **Scientia Medica,** v. 18, n. 3, p. 124-128, 2008.

RUSSELL, G.F.M. Bulimia nervosa: an ominous variant of anorexia nervosa. **Psychol Med.** v. 9, P.429-448, 1979.

II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag (ISSN 2594-6757)

REGIS, J.M.O. **Transtorno de ansiedade social e insatisfação com a imagem corporal em estudantes de medicina: prevalência e fatores associados.** 2015. 106 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, São Paulo. 2015.

SANTOS, P.C.M.; PESSA, R.P.; SANTOS, J.E; Como diagnosticar e tratar anorexia nervosa e bulimia. **Rev Bras Med** v.47, p. 155-169, 1990.

SCHILDER, P; A Imagem do Corpo. 2. ed. São Paulo: **Martins Fontes**, 1994.

SILVA, D.A.S.; NAHAS, M.V.; SOUSA, T.F.; DEL-DUCA, G.F.; PERES, K.G. Prevalence and associated factors with body image dissatisfaction among adults in southern Brazil: a population-based study. **Body Image.** v.4, n. 8, p. 427-31, 2011.

SMOLAK, L.; LEVINE, M.P. Body image in children. In: THOMPSON, J.K.; SMOLAK, L. (Eds.). **Body image, eating disorders and obesity in youth: assessment, prevention and treatment.** Washington: **American Psychological Association**, 2001. p.41-66.