

ALTERAÇÃO DA PERCEPÇÃO CORPORAL E PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM DESPORTISTAS DO MUNICÍPIO DE PELOTAS-RS

Ellen Luíse Vaghetti Hoerle¹, Kamila Duarte Braga¹
 Tamires Rizzi¹, Carla Alberici Pastore²
 Alessandra Doumid Borges Pretto¹

RESUMO

Introdução e objetivo: A busca pelo corpo ideal está atrelada à insatisfação com o corpo atual e tem gerado consequências irreversíveis à saúde da população. A prevalência dos transtornos alimentares, é de cerca de 1% da população, sendo os desportistas bem predispostos a apresentar alteração da imagem corporal. Este estudo objetivou observar a alteração da imagem corporal e prevalência de transtornos alimentares em desportistas do município de Pelotas-RS. **Materiais e métodos:** Estudo transversal e descritivo com desportistas, que responderam questionários de forma corporal, de comportamento alimentar e de percepção de imagem corporal, além da aferição das medidas antropométricas. As análises estatísticas foram realizadas no Stata®, com nível de significância de 5% ($p < 0,05$). O estudo foi aprovado no Comitê de Ética da Universidade Federal de Pelotas, sob parecer nº 84303618.7.0000.5316. **Resultados:** Dos 139 desportistas, a maioria (65,47%) é do sexo feminino, com idade entre 18 a 59 anos e eutrófico (57,55%). Cerca de 20,14% possui distorção da percepção da imagem corporal e 30,22% alteração alimentar patológica. **Discussão e Conclusão:** Os desportistas da amostra apresentaram maior predisposição ao desenvolvimento de transtornos alimentares e distorção da imagem corporal, sendo mais prevalente nos indivíduos do sexo feminino. É imprescindível a presença do nutricionista nas academias, orientando sobre escolhas alimentares, e auxiliando no ganho e perda de massa de forma saudável.

Palavras-chave: Imagem corporal. Transtorno alimentar. Atividade física.

1-Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Pelotas (UFPel), Pelotas-RS, Brasil.

2-Universidade Católica de Pelotas, Pelotas-RS, Brasil.

ABSTRACT

Alteration of body perception and prevalence of food disorders in sports of municipality of Pelotas-RS

Introduction and objective: The search for the ideal body is linked to dissatisfaction with the current body and has generated irreversible consequences for the health of the population. The prevalence of eating disorders is about 1% of the population, and sportsmen are very predisposed since they may have altered body image. This study aimed to observe the alteration of body image and prevalence of eating disorders in athletes in the city of Pelotas-RS. **Materials and Methods:** A Sectional descriptive study with athletes, who answered questionnaires in bodily form, feeding behavior and perception of body image, in addition to the measurement of anthropometric measures. Statistical analyzes were performed in Stata®, with a significance level of 5% ($p < 0.05$). The study was approved by the Ethics Committee of the Federal University of Pelotas, under opinion nº 84303618.7.0000.5316. **Results:** Of the 139 athletes, the majority (65.47%) is female, aged between 18 to 59 years and eutrophic (57.55%). Approximately 20.14% has distorted the perception of body image and 30.22% pathologic alterations. **Discussion and Conclusion:** The sportspeople of the sample showed a greater predisposition to the development of eating disorders and distortion of the body image, being more prevalent in the female subjects. It is essential the presence of the nutritionist in the academies, guiding about food choices, and assisting in gain and loss of mass in a healthy way.

Key words: Body image. Eating disorder. Physical activity.

E-mails dos autores:

ellen.hoerle16@gmail.com

kamiladtebraga@hotmail.com

pastorecarla@yahoo.com.br

alidoumid@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, observa-se um aumento do valor atribuído a idealização e busca do corpo perfeito, imposto pela mídia e pela sociedade. Um perfil considerado dentro dos padrões e almejado pela maioria das pessoas, inclusive de desportistas. Com isso, busca-se um perfil antropométrico idealizado, com mínimo percentual de gordura (Pereira Junior, Campos Junior e Silveira, 2013).

A adoção de práticas inadequadas, como alimentação não saudável e exercícios físicos excessivos e sem orientação de profissionais, são práticas comuns em pessoas insatisfeitas com sua imagem corporal (Almeida e Baptista, 2016).

Atualmente, a mídia influencia os hábitos das pessoas, resultando em uma ideia errada a respeito da sua alimentação, sem levar em consideração, à individualidade do indivíduo (Fernandes e colaboradores, 2017).

Visto que os meios de divulgação de informações, realçam à imagem do ser magro e forte como uma expressão de conquista e de felicidade, cultuando a beleza de forma equivocada, é possível observar que desportistas estão sujeitos a essa influência imposta pela mídia, onde se submetem a dietas restritivas e exercícios excessivos e exaustivos.

Tudo isso, leva ao aumento da ansiedade, e maior insatisfação corporal, com a finalidade de atingir um resultado rápido em sua estrutura corporal e isto pode levar ao surgimento de um transtorno alimentar (Fernandes e colaboradores, 2017).

Os transtornos alimentares atingem, atualmente, cerca de 1% da população mundial entre 18 e 40 anos e constituem uma verdadeira “epidemia” nas sociedades industrializadas e desenvolvidas acometendo principalmente adultos jovens (Swanson e colaboradores, 2011).

Entre os indivíduos, com alta prevalência de transtornos alimentares, destaca-se: nutricionistas, bailarinos, modelos, manequins, jôqueis, e praticantes de atividade física, pois possuem uma intensa preocupação com o peso corporal e a imagem corporal, e geralmente são mais críticos em relação ao seu corpo devido à busca do padrão exigido pela mídia e pela sociedade.

Aliado a isto, o ambiente das academias, possui diversas características que podem elevar a insatisfação com a imagem corporal, devido à grande quantidade

de espelhos, cartazes com corpos esculturais, o uso de roupas justas e a convivência com sujeitos de corpos musculosos e definidos, podem ter impacto na percepção e a satisfação com a imagem corporal desses indivíduos, repercutindo conseqüentemente em suas atitudes alimentares (Slater e Tiggmann, 2011).

Este estudo objetivou, observar a alteração da percepção corporal e a prevalência de transtornos alimentares em desportistas do município de Pelotas-RS.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo transversal e descritivo com desportistas de academias do Município de Pelotas-RS. A amostra foi composta de adultos, maiores de 18 anos, menores de 60 anos, de ambos os sexos, praticantes de qualquer modalidade esportiva no período de março a maio de 2018. Pelotas possui mais de 300 mil habitantes (Godoy Matos e colaboradores, 2009) e atualmente existem cerca de 200 academias na cidade. Como critérios de exclusão foi definido: criança, adolescente, idosos e não apresentar nenhum tipo de incapacidade intelectual que pudesse vir a comprometer as entrevistas.

De posse de uma listagem das academias, 10 delas foram selecionadas a fim de contemplar os bairros da cidade, caracterizando uma amostra de conveniência. Posterior à seleção das academias, foi realizado um contato com os responsáveis pela administração destas para obter autorização para realizar as entrevistas no interior de suas academias.

Uma vez autorizados, entrevistadores treinados e padronizados se dirigiram às academias durante o período de funcionamento destas e em diferentes turnos, convidando os desportistas a participarem da pesquisa. Após o consentimento e a confirmação dos critérios de inclusão, foram aferidas medidas antropométricas de peso, altura, circunferência da cintura e entregue um questionário contendo questões sobre perfil socioeconômico, consumo alimentar e comportamento alimentar e distorção da imagem. A entrevista foi iniciada ao final da prática de exercício físico no interior dos estabelecimentos.

A equipe foi composta por alunos do curso de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas, previamente treinados para a coleta dos dados.

Para as medidas antropométricas de peso e altura foi utilizada uma balança da marca Frizola, com capacidade de 200 kg e precisão de 100g e o estadiômetro da mesma, com capacidade de 2,2 m e precisão de 0,5 cm. A medida foi feita com os indivíduos descalços, em posição ereta, de modo que os olhos formem um ângulo de 180° com as orelhas. E a medida da circunferência da cintura foi obtida como normalidade para mulheres a medida < 80 cm e para homens < de 94cm (World Health Organization, 1995).

O estado nutricional foi avaliado utilizando o IMC, que é a razão entre a medida do peso em quilos e o quadrado da estatura em metros (kg/m^2), utilizando os critérios preconizados pela World Health Organization (WHO), e foi definido como baixo peso (IMC menor que $18,49 \text{ Kg}/\text{m}^2$), eutrofia (IMC entre 18,5 e $24,9 \text{ Kg}/\text{m}^2$), pré-obesidade ou sobrepeso (IMC entre 25 e $29,9 \text{ Kg}/\text{m}^2$), obesidade grau I (IMC entre 30 e $34,9 \text{ Kg}/\text{m}^2$), obesidade II (IMC entre 35 e $39,9 \text{ Kg}/\text{m}^2$) e obesidade grau III (IMC maior ou igual a $40 \text{ Kg}/\text{m}^2$) (Cooper e colaboradores, 2009).

O questionário Body Shape Questionnaire (BSQ-34) ou Questionário de Imagem Corporal (Bighetti, 2003) é composto por 34 questões, respondidas de acordo com um quadro disponibilizado, contendo as seguintes respostas: nunca, raramente, às vezes, frequentemente, muito frequentemente e sempre. As 6 opções de respostas variam de nunca (0 pontos) a sempre (5 pontos) e os resultados podem ser classificados em 4 categorias: < 80 pontos: ausência de distorção da imagem corporal; 81 – 110 pontos: leve distorção da imagem corporal; 111 – 140 pontos: moderada distorção da imagem corporal; > 140 pontos: grave distorção da imagem corporal. O escore total é feito através da soma das respostas dos indivíduos.

O teste Eating Attitudes Test (EAT-26) ou Teste de Atitudes Alimentares (Stunkard e colaboradores, 1986) é composto por 26 questões sob que serão respondidas como: Sempre, normalmente, frequentemente, algumas vezes, raramente e nunca. Ele serve para identificar indivíduos supostamente susceptíveis ao desenvolvimento de distúrbios da conduta alimentar e pessoas cujas respostas atingem escore igual ou superior a 20. O cálculo do escore é realizado por meio de uma escala para cada questão, cuja pontuação é a seguinte: sempre (3 pontos), normalmente (2 pontos), frequentemente (1 ponto) e algumas vezes/ raramente/nunca (0

ponto). Exceto na questão 25, onde a pontuação é a seguinte: sempre/ normalmente/ frequentemente (0 ponto), algumas vezes (1 ponto), raramente (2 pontos) e nunca (3 pontos). Caso o total de escores encontrados seja maior ou igual a 20, EAT-26 é considerado positivo e confirma a presença de atitudes alimentares patológicas e risco para o desenvolvimento de anorexia nervosa e escore entre 0 e 19, se considera fora do risco.

A Escala de Silhuetas (Stunkard e colaboradores, 1986) (ES) é um método que consiste em 9 silhuetas, que vão da silhueta mais magra para a mais obesa. Os participantes responderão às seguintes questões: “Escolha uma figura que melhor lhe representa no momento” e “Escolha uma única figura que representa a forma que gostaria de ter/ser”. O escore é calculado pela diferença entre a silhueta escolhida como ideal e a atual, variando de -8 a 8. Valores positivos indicam que o sujeito deseja ter uma silhueta menor que a atual e, em contrapartida, valores negativos indicam desejo de aumentar a silhueta.

Todos os participantes foram convidados a participar da pesquisa e após consentirem, foi lido o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e entregue uma via para o participante e outra via ficou com o pesquisador, e ambas foram assinadas pelo participante e pelo pesquisador e após o aceite, o termo foi entregue ao participante. A pesquisa envolveu riscos mínimos, tal como a possibilidade de gerar algum desconforto, quando for responder as questões inerentes a percepção corporal e como benefício, os desportistas da amostra, receberam informativos sobre hábitos de vida e de alimentação saudável. Esta pesquisa, segue o preconizado pela resolução 466 de 12 de dezembro de 2012, quanto aos riscos e benefícios e quanto a elaboração do TCLE.

Ao final da pesquisa, todo material será mantido em arquivo, pelo pesquisador responsável, por pelo menos 5 anos, conforme Resolução 466/12 e com o fim deste prazo, será picado e descartado. Os dados obtidos através da pesquisa foram digitados no Microsoft Office Excel ® e analisados no pacote estatístico Stata 14.0 ®. O estudo foi aprovado no Comitê de Ética da Universidade Federal de Pelotas, sob parecer nº 84303618.7.0000.5316.

RESULTADOS

Dos 139 desportistas, a maioria (65,47%) é do sexo feminino, com idade entre 18 a 59 anos, de cor branca (93,08%), eutrófico (57,55%) e com circunferência da cintura média de 78 cm, sendo a mínima de 57 e a máxima de 112 cm. O IMC médio da amostra, foi de 24,83 Kg/m² variando de 17,71 a 38,27 Kg/m² (Tabela 1). Apesar da maioria ter o estado nutricional avaliado como eutrofia, 40,29% dos desportistas possui sobrepeso e obesidade.

O questionário de forma corporal (Body Shape Questionnaire) demonstrou que 20,14% da população da amostra possui distorção da percepção da sua imagem corporal, enquanto que o teste de atitudes alimentares (Eating Attitudes Test) expressou um percentual de 30,22% de desportistas com alterações alimentares patológicas. A Escala de Silhuetas mostrou que 79,86% dos desportistas entrevistados querem modificar a silhueta atual e 37,69% se vê maior do que está (Tabela 2).

As mulheres apresentaram maior prevalência de alterações alimentares patológicas ($p=0,004$). De forma, significativa ($p=0,004$), a diferença entre os sexos quanto à avaliação da silhueta, sendo que mais prevalente nas mulheres querer reduzi-la, quanto nos homens é mais prevalente querer aumenta-la. Já quanto ao BSQ ($p=0,002$), as mulheres têm mais distorção da imagem corporal (Tabela 3).

Tabela 1 - Caracterização dos desportistas das academias analisadas (n=139).

Variáveis	n	%
Sexo		
Feminino	91	65,47
Masculino	48	34,53
Idade		
18 a < 28	88	63,30
28 a < 38	31	22,30
38 a < 48	15	10,79
48 a 60	5	3,61
Cor		
Branco	130	93,08
Não Branco	9	6,92
Estado Nutricional		
Baixo peso	3	2,16
Eutrofia	80	57,55
Sobrepeso	40	28,78
Obesidade Grau I	13	9,35
Obesidade Grau II	3	2,16
Obesidade Grau III	0	0
Circunferência da Cintura		
Mulheres		
< 80 cm	58	64,44
80-88 cm	20	22,22
>88 cm	12	13,34
Homens		
<94 cm	39	82,98
94-102 cm	3	6,38
>102 cm	5	10,64
Total	139	100,00

Tabela 2 - Percepção de imagem corporal e atitudes alimentares de desportistas das academias analisadas (n=139).

Questionários de percepção de imagem corporal	n	%
BSQ		
Sem distorção	111	79,86
Leve distorção	17	12,23
Moderada distorção	10	7,19
Grave distorção	1	0,72
EAT		
Sem alterações alimentares patológicas	97	69,78
Com alterações alimentares patológicas	42	30,22
Escala de Silhuetas		
Satisfeito	28	20,14
Quer diminuir	92	66,19
Quer aumentar	19	13,67
Escala de Silhuetas		
Sem diferença	64	49,23
Se vê menor que está	17	13,08
Se vê maior que está	49	37,69
Total	139	100,00

Tabela 3 - Análise bivariada das variáveis EAT, Escala de Silhuetas e BSQ de acordo com sexo (n=139).

EAT*	Feminino		Masculino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sem alteração	56	61,54	41	85,42	97	69,78
Com alteração	35	38,46	7	14,58	42	30,22
Escala de silhuetas**						
Satisfeito	14	15,38	14	29,17	28	20,14
Quer diminuir	69	75,82	23	47,92	92	66,19
Quer aumentar	8	8,79	11	22,92	19	13,67
BSQ***						
Sem distorção	64	70,33	47	97,92	111	79,86
Leve distorção	16	17,58	1	2,08	17	12,23
Moderada distorção	10	10,99	0	0,00	10	7,19
Grave distorção	1	1,10	0	0,00	1	0,72
Total	91	100,00	48	100,00	139	100,00

Legenda: * $p=0,004$ ** $p=0,004$ *** $p=0,002$.

DISCUSSÃO

A população estudada, a maioria (65,47%) é do sexo feminino, resultado similar ao encontrado em um estudo sobre distúrbios de imagem corporal e sua associação ao nível de atividade física com 117 praticantes de musculação da cidade de Cacoal-RO, onde 65,8% da amostra é do sexo feminino (Santos, Silva e Romanholo, 2012).

A idade da amostra, foi entre 18 a 59 anos, com média de 23 anos de idade, o que compreende uma faixa etária bem semelhante ao estudo realizado na cidade de São Paulo-SP com 100 desportistas, com idade entre 18 e 50 anos.

Entretanto, no presente estudo, a faixa etária da maioria (63,30%) era entre 18 e 28 anos caracterizando uma população jovem de praticantes de atividade física, enquanto no estudo de Costa, Torre e Alvarenga (2015) a amostra era composta por uma média de 29 a 32 anos.

Grande parcela da população da amostra, encontra-se acima do peso adequado (40,29%). Este resultado pode ser relacionado com o estudo de Chinarelli e Gravena, com 100 frequentadores de uma academia da cidade de Maringá-PR, onde 43% apresentava um estado nutricional inadequado (Chinarelli e Gravena, 2012).

Entretanto, a circunferência da cintura aferida teve 64,44% das mulheres com medida menor de 80 cm, e os homens tiveram um percentual de 82,98% menor de 94 cm. O que demonstra um número significativo da amostra com baixo risco de desenvolvimento de patologias relacionadas com excesso de peso. Sendo que a WHO alega que a obesidade e a hipertensão arterial são os dois principais responsáveis pela maioria das mortes e doenças em todo mundo.

O excesso de gordura centralizada na região abdominal está associado ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares e complicações metabólicas (Fontela, Winkelman, Viecili, 2017). Sendo o excesso de peso associado a doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como dislipidemias, hipertensão arterial, Diabetes Mellitus 2 e resistência à insulina, proporcionando a ocorrência de eventos cardiovasculares. (Staudt, Mattos, 2011).

Um dos principais fatores causadores da alteração da percepção corporal é o aumento do valor do corpo perfeito, imposto pela mídia, pela sociedade e pelo meio

esportivo. Um padrão almejado pela maioria das pessoas, inclusive desportistas (Pereira Junior, Campos Junior, Silveira, 2013).

Diante disso, 20,14% da população estudada possui distorção na percepção da sua imagem corporal, segundo o BSQ. Em contraponto, de 100 praticantes de atividade física de uma academia da cidade de São Paulo/SP, 52% da amostra possuía alguma distorção (Costa, Torre e Alvarenga, 2015), dados muito alarmantes e que podem trazer repercussões nas condutas e ações destes indivíduos. A distorção da imagem corporal é um fator importante para o desenvolvimento de transtornos alimentares (TA).

Em relação ao EAT, 30,12% dos desportistas do estudo possuía alterações alimentares patológicas. Tal resultado pode ser comparado com o estudo de Daros e colaboradores (2012) com 71 mulheres com idade entre 18 a 40 anos praticantes de academia do município de Chapecó/SC, foi observado que 33,8% da amostra foi classificada com presença de alterações alimentares patológicas.

Quanto a Escala de Silhuetas, 79,86% dos praticantes de atividade física estão insatisfeitos com sua silhueta atual. À medida que se analisa com relação ao gênero, observa-se que 84,61% dos indivíduos do sexo feminino gostariam de modificar sua silhueta, enquanto os homens expressam resultado menor (70,84%). Na mesma pesquisa realizada em Chapecó/SC, foi apresentado que 42,2% das mulheres estavam insatisfeitas com a sua silhueta (Daros, Zago, Confortin, 2012).

As mulheres são mais susceptíveis ao desenvolvimento de distorção da imagem corporal, de transtornos alimentares e de insatisfação com a sua silhueta, pois o padrão de beleza imposto pela sociedade, credita na ideia do ser forte e magro como sinônimo de felicidade (Castro e Catib, 2014; Silva e Baratto, 2014)

Entre os desportistas analisados do estudo, os indivíduos do sexo feminino apresentavam uma maior alteração nos testes realizados do que os do sexo masculino. No estudo de Silva e Baratto (2014), a insatisfação corporal era, em sua maioria, nas mulheres eutróficas que buscavam corpos mais magros. Na presente pesquisa pode-se observar que essa preocupação com a imagem corporal está se excedendo, uma vez que as praticantes de atividade física estão apresentando predisposição a transtornos

alimentares e distorção de imagem e percepção corporal. Em vista disso, em consideração o que foi dito por Castro e Catib (2014), pode-se afirmar que, atualmente, tais estereótipos de beleza geram riscos de desenvolvimento de transtornos relacionados com a percepção corporal.

O estudo encontrou limitações por ser transversal, apenas demonstra a realidade dos participantes no momento presente. Além disso, os questionários de Forma Corporal e de Atitudes Alimentares foram escolhidos por já terem sido validados e porque atendiam aos requisitos dos participantes. Desta forma, as perguntas não foram elaboradas pelos autores e não houve consideração dos aspectos mais relevantes a serem abordados nestes questionários.

CONCLUSÃO

A busca pelo corpo ideal imposto pela mídia credita no aumento dos transtornos alimentares no meio esportivo, os desportistas da amostra apresentam alta prevalência ao desenvolvimento de transtornos alimentares e distorção da imagem corporal, sendo mais prevalente nos indivíduos do sexo feminino.

A orientação do nutricionista se faz necessária nas academias, para que os praticantes de atividade física tenham conhecimento acerca das suas escolhas alimentares, orientando formas de perder peso e ganhar massa de forma mais saudável.

Este profissional pode atuar em conjunto com psicólogos e profissionais de educação física, na tentativa de desmistificar os estereótipos impostos pela mídia e auxiliar estes indivíduos a melhorar a sua relação tanto com os alimentos quanto com a sua percepção corporal.

Além disso, é indispensável que novos estudos sejam feitos com esta população da amostra, no intuito de conhecer mais profundamente as consequências destes resultados, com intenção de encontrar formas de solucionar ou amenizar estas questões e impasses encontrados por estes indivíduos.

REFERÊNCIAS

1-Almeida, L. L. B.; Baptista, T. J. R. Análise da Imagem Corporal de Praticantes de Atividades Físicas em um Centro de Práticas Corporais. *Pensar a Prática*. Vol. 19. Num. 3. 2016.

2-Bighetti, F.A. Tradução e validação do Eating Attitudes Test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino na cidade de Ribeirão Preto. Dissertação de Mestrado em Enfermagem em Saúde Pública. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto. Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto. 2003.

3-Castro, V. H. A. P.; Nom, C. Corpo e beleza: como anda a saúde na busca pela perfeição estética. *Revista Eletrônica de Educação e Ciência*. Vol. 4. Num. 1. p. 37-42. 2014.

4-Chinarelli, J. T.; Gravena, A. A. F. Insatisfação corporal e comportamento alimentar em frequentadores de academia. *Revista Saúde e Pesquisa*. Vol. 5. Num. 2. p. 280-287. 2012.

5-Cooper, P. J.; Taylor, M. J.; Cooper, Z.; Fairbum, C. G. The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal Eating Disorders*. Vol. 6. p. 485-494. 1987.

6-Costa, A. C. P.; Torre, M. C. M. D.; Alvarenga, M. S. Atitudes em relação ao exercício e insatisfação com a imagem corporal de frequentadores de academia. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. Vol. 29. Num. 3. p. 453-464. 2015.

7-Daros, K.; Cassol, É. S. Z.; Confortin, F. G. Transtornos alimentares e imagem corporal de mulheres praticantes de atividade física em academias do município de Chapecó-SC. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. Vol. 6. Num. 36. p. 10 2012. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/348>>

8-Fernandes, A. C. C. F.; Silva, A. L. S.; Medeiros, K. F.; Queiroz, N.; Melo, L. M. M. Avaliação da auto-imagem corporal e o comportamento alimentar de mulheres. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. Vol. 11. Num. 63. p. 252-258. 2017. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/774>>

9-Fontela, P. C.; Winkelmann, E. R.; Viecili, P. R. N. Study of conicity index, body mass index and waist circumference as predictors of coronary artery disease. *Revista Portuguesa de Cardiologia*. Vol. 36. Num. 5. p. 357-364. 2017.

10-Godoy-Matos, A. F.; Oliveira, J.; Guedes, E. P.; Carraro, L.; Lopes, A. C.; Mancini, M. C.; Mombach, K. Diretrizes brasileiras de obesidade 2009/2010. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO). 2009.

11-Pereira Junior, M.; Campos Junior, W.; Silveira, F. V. Percepção e distorção da autoimagem corporal em praticantes de exercício físico: a importância do exercício físico na imagem corporal. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. Vol. 7. Num. 43. p. 345-352. 2013. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/410>>

12-Santos, A. P. R.; Silva, F. J.; Romanholo, R. A. Distúrbios de imagem corporal e sua associação ao nível de atividade física em praticantes de musculação na cidade de Cacoal-RO. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*. Vol. 5. Num. 25. 2012. Disponível em: <<http://www.rbpex.com.br/index.php/rbpex/article/view/301>>

13-Silva, J. S.; Baratto, I. Análise da percepção, satisfação corporal e conhecimento nutricional entre mulheres praticantes de atividade física. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. Vol. 8. Num. 46. p. 6. 2014. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/448>>

14-Slater, A.; Tiggemann, M. Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of Adolescence*. Vol. 34. Num. 3. 2011. p. 455-463.

15-Staudt, F. S.; De Mattos, K. M. Circunferência da cintura e risco cardiovascular: um estudo em acadêmicos da área da saúde. *Disciplinarum Scientia – série: Ciências da Saúde*. Vol. 12. Num. 1. p. 93-102. 2011.

16-Stunkard, A. J.; Sorensen, T.I.; Hanis, C.; Teasdale T.W.; Chakraborty, R.; Shull, W.J.; Schulsinger, F. An adoption study of human obesity. *New England Journal of Medicine*. Vol. 314. Num. 4. p. 193-198. 1986.

17-Swanson, S. A.; Crow, S. J.; Le Grange, D.; Swendsen, J.; Merikangas, K. R. Prevalence

and correlates of eating disorders in adolescents. *Arch Gen Psychiatry*. Vol. 68. Num. 7. p. 714-723. 2011.

18-World Health Organization. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. p.460. Geneva. 1995.

Endereço para correspondência:
Alessandra Doumid Borges Pretto.
Rua General teles 645 ap. 302, Centro,
Pelotas-RS.
CEP: 96010-310.

Recebido para publicação em 18/12/2018

Aceito em 26/01/2019

Primeira versão em 15/02/2019

Segunda versão em 04/03/2019